



*“Vorrei che mio marito mi portasse in vacanza, dato che a fine agosto abbiamo 15 giorni di ferie, in modo da poter rompere la routine. Vorrei ritrovare l'intimità con lui, ma come posso sfruttare le ferie per ritrovare l'armonia di coppia e soprattutto una migliore intesa sessuale?”.*

È molto positivo che lei voglia sconfiggere la quotidianità e l'abitudine e cerchi lo spunto per creare in ferie delle occasioni intriganti, per rinnovare l'intesa di coppia. Ma questo lo dovrebbe fare 'sempre', poiché la seduzione intraconiugale va fatta giorno dopo giorno, attimo dopo attimo e non solo durante i 15 giorni di ferie! Vi sono semplici abitudini e comportamenti da adottare grazie ai quali si può trasformare la solita routine con un poco di malizia.



*Dott. Marco Rossi*

Come è accaduto al suo rapporto di coppia, può succedere che l'abitudine appiattisca la voglia di stare insieme, quando questo accade si crea una certa distanza emotiva e sessuale, che ci rende più distratti rispetto alle attenzioni dell'altro, meno coinvolti e più inclini a rifiutare la sessualità. È però possibile usare il tempo libero, non solo quello delle ferie, per rompere il circolo vizioso dell'abitudine, ma per creare spazi dove lei potrà ritrovare l'intesa sessuale con suo marito.

In estate sicuramente è più facile creare la magia, poiché il sole, la vacanza e la pelle nuda favoriscono l'intesa. L'acqua non è fatta solo per nuotare: infatti si può usare questo elemento per ritrovare la sensualità e la complicità con il proprio corpo. Stare a galla uno fra le braccia dell'altro, sfiorando la pelle nuda, è rivitalizzante per la sensualità. Inoltre, fare sesso in acqua costituisce un vero e proprio atto di fiducia, lontano da occhi indiscreti, oppure sdraiati sul bagnasciuga, godersi la vicinanza del partner con un incontro sensuale segna un primo passo in cui ritrovare prima di tutto il piacere di stare con l'altro.

Dato che in ferie non vi sono gli impegni, l'ufficio o il lavoro, vi consiglio le prime ore del pomeriggio per fare l'amore o anche sono per coccolarvi. Godetevi l'immobilità e il silenzio totale di queste ore per risvegliare il desiderio e ritrovare l'intesa di coppia, lasciatevi cullare

dalla calma.

Regalatevi una doccia in due e tante coccole per riscoprire il corpo con lentezza, dedicando la giusta attenzione alla pelle, da percorrere interamente con carezze e baci. Molti hotel di vacanza sono dotati di un centro benessere, dove potrete dedicarvi a una sauna o un bagno turco e magari regalatevi un massaggio di coppia grazie al quale il piacere è al massimo.

In vacanza si cena spesso al ristorante, questo vi permetterà di giocare e ritrovare l'intesa attraverso la leggerezza dello scherzo, elemento fondamentale per l'armonia di coppia. Il piedino sotto al tavolo rievoca antiche memorie e funziona ancora, perché accende il desiderio nell'altro: un gesto come questo verso suo marito si riveste di malizia, ironia, voglia di sorridere.

Per dare anche un certo "brivido di passione" potreste scambiarvi coccole furtive sul balcone, in spiaggia o in luoghi insoliti come l'ascensore dell'hotel, anche solo per un bacio furtivo: i piccoli gesti accendono il desiderio e rafforzano l'intimità. Ma come ho già detto... la passione va alimentata non solo in vacanza!