

Eros e agape: l'eterna contesa

a cura di



Quante volte avrete sentito dire da amiche sposate da anni che la passione non è più quella di prima? Beh, normale. Nelle coppie di lungo corso la relazione si evolve. Gli esperti però avvertono: la sessualità è una componente fondamentale, sempre.

Come ci spiega il dottor Marco Rossi, psichiatra e sessuologo.

Dottor Rossi, può esistere un amore senza sesso, fatto solo di grande affetto?

Eros e affetto, inteso come condivisione, sono due dei vertici del

cosiddetto triangolo dell'amore, a cui si aggiunge la progettualità. Solo se sono presenti tutti e tre gli elementi lo stare insieme è completo e si può parlare davvero di amore. Perché una coppia funzioni è importante che questi tre elementi si integri-

no, pur rimanendo ben distinti, e che l'uno non venga considerato un sostituto dell'altro. Il rischio altrimenti è che ci si trovi con coppie che sono solo passione e che sono destinate a vita breve o al contrario che finiscono per vivere come fratello e sorella. O ancora unioni progettuali che esistono solo in funzione dei loro progetti comuni, siano il lavoro, i figli, i nipoti.

Questo equilibrio, però, inevitabilmente nel tempo tende a modificarsi...

Nelle coppie recenti ad

esempio il vertice meno sviluppato è quello della progettualità, compensato però da una forte passione. Quando poi, però, la spinta sessuale si affievolisce bisogna lavorare per rafforzare gli altri vertici. E anche se si è insieme da molto tempo e l'affetto tende a prendere il sopravvento, è fondamentale tenere viva la sessualità e il corteggiamento, trovando un nuovo modo di usare affettivamente il proprio corpo. Anche una carezza può avere un altissimo valore erotico. E poi fondamentale è divertirsi insieme, a tutte le età: è da lì che si accende il desiderio.

DOTT. MARCO ROSSI



**PSICHIATRA
E SESSUOLOGO**

Esercita l'attività professionale di psichiatra, psicoterapeuta e sessuologo presso gli studi di Milano, Mortara a Verona. È responsabile della Sezione di Sessuologia della S.I.M.P. Società Italiana di Medicina Psicomatica. È inoltre autore di numerose pubblicazioni scientifiche e di libri divulgativi, oltre a collaborare con importanti riviste italiane. Presso i suoi studi è possibile eseguire una visita, gli accertamenti necessari alla diagnosi, una terapia sessuologica o psichiatrica, una psicoterapia come singolo o di coppia.

www.marcorossi.tv



La ricetta d'oro

Fin dall'inizio della relazione impegnarsi per ritagliarsi un'ora a settimana che sia solo per la coppia, senza lavoro, figli o altro di mezzo. Un momento rigorosamente a due in cui riscoprire il piacere di stare insieme e vedere se si sta andando nella giusta direzione. Spesso le coppie che per lavoro vivono in città diverse hanno un'intimità e un'affiatamento maggiore di chi vive sempre sotto lo stesso tetto: a dimostrazione che non conta la quantità del tempo ma la qualità.