

Cambia **MUSICA!**

Amare follemente il suo scomodissimo divano letto alle prime uscite è il minimo. Non provare l'impulso irrefrenabile di trasformarlo in una pira sacrificale dopo "n" pizze & uscite al cinema è già da diploma avanzato. Stai cercando una scatola di fiammiferi? Stoop! Non hai ancora dato una chance alle nostre strategie superhot, capaci di rendere rock anche la serata più lenta **DI F. ROMANO**

■ Le vie del piacere sono infinite. Ma come ti sarai già accorta, a volte è facile imboccare la direzione sbagliata e ritrovarsi, all'improvviso, in un vicolo cieco, ben lontano dall'estasi che tu e lui speravate di raggiungere insieme. Se ci pensi, in effetti, dal primo passo in amore (cioè quando incontri un ragazzo) all'ennesima maratona di coccole con il fidanzato ipercollaudato, alcuni comportamenti hanno la capacità di far decollare (o spegnere inesorabilmente) l'eros e il desiderio. Ci siamo immedesimati nelle 10 situazioni più frequenti visse da una coppia. E per ognuna ti indichiamo come rivitalizzare a colpo sicuro il sacro fuoco della passione.

APPROCCIO POSITIVO **Più sei solare, più lo intrighi**

Sei a una festa e ti stai divertendo, quando i vostri sguardi si incrociano. Lui è il tuo tipo e sembra interessato, infatti si avvicina, inizia a chiacchiere... Se tutto va bene, a fine serata ti chiederà il numero di cellulare.

La nota stonata Proibito guardarlo con occhi troppo adoranti e avere la faccia da "cercasi-fidanzato-disperatamente". Magari nemmeno te ne rendi conto, ma il tuo desiderio di trovare l'anima gemella è fin troppo lampante. E se c'è una cosa che spegne i

migliori propositi dell'intero pianeta maschile è l'effetto-patella, della serie «Questa non si stacca più!».

L'accordo perfetto Sorridi e mostra entusiasmo per la vita e per le cose che fai. «Gli sembrerai divertente, simpatica, diversa dalle ragazze che si lamentano sempre. Inconsciamente riuscirà anche a intuire la tua energia erotica nascosta e gli verrà una gran voglia di scoprirla», afferma il sessuologo Marco Rossi. Sembra indeciso? Prendi l'iniziativa e chiedi il suo telefono: lo attirerai ancora di più.

CI VEDIAMO STASERA **Senza aspettative, please**

Dopo un paio di aperitivi e un cinema, lui ti invita a casa sua. Di sicuro passerete ai fatti. Ti senti emozionata? Se ti muovi bene, sarà il primo di una lunga serie di incontri roventi.

La nota stonata Vacci piano con le aspettative. Sognare è bello, ma se spera che lui abbia gli addominali di Brad Pitt, sia passionale e selvaggio come Colin Farrell e baci come Jude Law, la delusione è dietro l'angolo! «Gli uomini hanno il radar per queste cose; percepiscono al volo, dalle tue reazioni, se non sei soddisfatta. E scatta l'ansia da prestazione», avverte Rossi. La prima notte d'amore non è un test d'ammissione. Pensa solo che sen-

tirai il calore del suo corpo, l'odore della sua pelle: il resto verrà da solo.

L'accordo perfetto La password vincente è "Spontaneità". Lasciati andare. Non sentirti obbligata a stupirlo con effetti speciali e non pretendere. Anziché chiederti «Cosa penserà di me?», segui l'istinto e abbandonati alle emozioni profonde: gli piacerà saperti autentica al 100%. Prima di uscire, spruzzati due gocce di profumo. Il chimico George Dodd, che ha creato l'aroma erotizzante Scentuelle (scentuelle.com) sostiene che molti oli, tipo quello al muschio, presenti nelle essenze francesi degli Anni 30, aumentano i livelli di dopamina proprio come accade durante l'eccitazione.

E ADESSO SPOGLIATI **Un momento davvero clou**

Un'ora di baci sul divano ed ecco che vi ritrovate magicamente in camera da letto. Luci soffuse, candele accese: è l'ora di mostrarti, per la prima volta, in versione "nature". Una fase cruciale, che non va presa alla leggera.

La nota stonata L'insicurezza è il peggior antifrodiziaco. Non temere che lui noti i tuoi cuscinetti o i glutei in leggera fase calante. È scientificamente provato che a tre quarti degli uomini della cellulite non importa nulla.

L'accordo perfetto Va' con lo strip, u- ➤