

Perché si fidanzano

E con te, invece, i ragazzi rimangono soltanto buoni amici? Per rispondere alla faticosa domanda, i cinque motivi clou da cui gli uomini capiscono se sei "quella giusta". E ti offrono la soluzione per



con le altre?

abbiamo interpellato delle *Cosmospie* d'eccezione: i colleghi di *Men's Health*. Che qui svelano fare breccia a colpo sicuro nel cuore di chi ami! di Maria Elena Barnabi e Paolo Federici



FOTO DI MARK LEBROWITZ/MASTER I.E.

■ Ci risiamo. Per un mese sei uscita con un nuovo ragazzo, ti sembrava che le cose andassero bene e che foste pronti a diventare una coppia vera... Invece, alla fine, hai scoperto che lui si è messo "veramente" con un'altra, e tu sei rimasta sola, a porti l'eterna domanda: «Perché si fidanzano sempre con le mie amiche e mai con me? Che cos'ho, io, di sbagliato?». Se credi alla reincarnazione, puoi sempre raccontarti che stai spiando le colpe per i peccati commessi nella tua vita precedente. Se, però, ne hai abbastanza di questo copione che si ripete ogni volta all'inizio di una storia, mettiti comoda e rilassati: ti aiutiamo noi a cambiare rotta, grazie alle dritte di una *Cosmospia* superspecializzata, pronta ad aprirci uno spiraglio sul pianeta uomini. Abbiamo interpellato Paolo Federici, giornalista di *Men's Health*, il magazine a più alto tasso di testosterone del mondo, che ha accettato di farsi avanti a nome di tutta la categoria maschile. E ci ha dato una mano a identificare i cinque punti da sottoporre a "revisione" se vuoi trasformarti in quell'altra, la ragazza abituata a sentirsi ripetere «Cara, non posso più fare a meno di te». Spiega Paolo: «Prima regola, non ti abbattere: è successo a tutti (anche a noi maschietti) di vedere l'oggetto dei desideri scomparire e poi rimaterializzarsi di fianco a un'altra persona. E non sempre la colpa è tua. Se, però, hai il minimo sentore che, pur senza rendertene conto, commetti qualche errore, preparati. Una volta per tutte saprai, e senza troppi giri di parole, cosa ci allontana e cosa, al contrario, ci fa venire voglia di abbracciarti per la vita». Oltre alle sue dritte, troverai anche tanti consigli pratici di due esperti, ovviamente di sesso maschile, su come realizzare, step by step,

i suggerimenti del nostro inviato speciale. A questo punto non ci resta che augurarti buona lettura. E buon fidanzamento!

Il sesso

NON IMPORTA SE E QUANTO SEI BRAVA. MA FACCI CAPIRE CHE TI PIACE DAVVERO!

Lui «A mandarci in deliquo non è la performance, bensì sentire che l'intimità con noi ti intriga davvero: è fantastico vedere che riesci a scioglierti, che sai mettere da parte i tabù e hai voglia di capire cosa ci stuzzica. Ti basta lasciarci scoprire che sei attenta alle nostre fantasie e noi penderemo dalle tue labbra. Quando, poi, riesci a darci la sensazione che non abbiamo nemmeno il tempo di pensare a una fantasia, che tu già la stai realizzando, be', allora nessun maschio scapperà dalle tue braccia».

E tu... Siamo d'accordo: il sesso è una cosa meravigliosa. In genere, però, noi donne abbiamo bisogno di un po' di tempo per fidarci, ecco perché agli inizi di una storia possiamo essere un po' rigide... «È normale; per l'universo femminile si arriva all'eros più libero attraverso il sentimento», afferma Giovanni Bassi, psicoterapeuta del Centro studi psicanalisi del rapporto di coppia. «Mentre di solito per i ragazzi il percorso è inverso: si avvicinano alle emozioni proprio grazie a una grande intimità fisica. Insomma, per loro non è solo il soddisfacimento di un bisogno. Ma anche, e soprattutto, un modo per arrivare dritti all'anima». Certo, detta così è tutta un'altra storia. Resta aperta però la questione di come superare le proprie inibizioni. «Molte donne, quando escono con un ragazzo nuovo, si fanno troppi problemi: si vergognano del pro-»

prio corpo nudo, si sentono grasse o goffe», dice Marco Rossi, psichiatra e sessuologo del Centro di medicina sessuale di Milano. «Ma ai loro compagni questi dettagli non interessano, quando fanno l'amore. Magari ci stanno attenti prima, in fase di conquista. Una volta presa la decisione, però, non c'è cellulite che tenga. Convinciti, e vedrai che sarà più facile sentirti libera e sensuale, e di conseguenza più capace di esprimerti. Anche se sei all'inizio di una love story». Stesso discorso vale per le fantasie: non temere il giudizio del tuo boy. Rivela Rossi: «Per i maschi qualsiasi idea o gioco venga dalla compagna va bene. Perché rompe la routine ed è un'iniezione di vitalità. Quindi, se vuoi realizzare i tuoi sogni erotici, ti basta far volare la mente e pensare ai tuoi desideri. Lui ne sarà entusiasta».

Le sorprese

DAI, GIOCA A STUPIRCI. TI SEGUIREMO OVUNQUE (E PER SEMPRE)

Lui «Noi uomini adoriamo le improvvisate: ci permettono di dimenticare che la vita, là fuori, è più monotona di quello che vorremmo. E allora, fin dall'inizio, facci impazzire (in positivo, chiaro) con la tua imprevedibilità; regalaci il fremito di scoprire come sarai oggi, una volta aperta la porta. Perché sei così eccitante che ogni sera ci immaginiamo di uscire con una donna diversa. Tranquilla, lungi da noi chiedere travestimenti hard o simili. Sono sufficienti delle piccole inezie, come farci trovare nel lettore dvd il nostro film preferito, organizzare un aperitivo a sorpresa o "dimenticare" un bottone della camicetta slacciato».

E tu... Eh, ma la cosa è reciproca, se possiamo permetterci. Anche noi ragazze amiamo essere stupite con pensieri carini e attenzioni. La nostra unica pecca, forse, è che ci rimaniamo male se voi non ci pensate. «Sì, ma anziché recriminare sui pochi regali inattesi che vi fa il nuovo boy, dovrete agire per prime, soprattutto nel periodo iniziale di una storia», consiglia Marco Rossi. «Perché le sorprese, sugli uomini, hanno un potere seduttivo. Li fanno sentire di nuovo cacciatori di fronte a una preda inafferrabile, imprevedibile, imperscrutabile». Per lasciare il tuo lui a bocca aperta e fargli capire che sei quel-



«Il 49% dei boys pensa che la volta più bella sia stata quando lei ha mostrato di "gradire" ai massimi livelli, come mai prima»



la giusta, tieni sempre conto di ciò che gli piace. Ad esempio, se adora il calcio, regalagli un posto in tribuna. E fagli trovare il biglietto in un luogo sexy, tipo i tuoi slip.

La solidarietà

SIAMO UNA SQUADRA. ANCHE, E SOPRATTUTTO, IN CASO DI ERRORE

Lui «C'è un lato di noi maschi che a volte sottovaluti, ovvero quanto siamo sensibili alle piccole sconfitte. Quando sbagliamo, non abbiamo voglia di ascoltare i rimproveri di chi sottolinea il nostro fallimento. Al contrario, abbiamo bisogno di una "tifoseria" che ci sostenga e ci dia la forza per andare avanti. E la nostra sei tu, che ci rendi parte di un team vincente. Lo stesso vale per le défaillances a letto: esistono milioni di motivi per cui possiamo incappare in una debolezza. Se vuoi che continuiamo ad andare d'amore e d'accordo, aiutaci a passare la nottata. E poi dimentica quello che non è successo. Per sempre».

E tu... Insomma, quello che desiderano i maschietti è una seconda mamma, accogliente e coccolosa. Ma che, a differenza di quella vera, non giudica, non "rompe" e non pronuncia la faticosa frase: «Te l'avevo detto io...». Ok, ricevuti. Ma così, non corriamo il rischio di perdere sex appeal e trasformarci, appunto, in figure materne asessuate? «Tutto il contrario!», esclama Rossi. «Una ragazza capace di essere forte per noi, di ridarci la fiducia se l'abbiamo persa e, sanata la ferita, di tornare a interpretare il ruolo di donna un po' fragile, è la massima espressione della femminilità. Su, sappiamo che siete più resistenti. Solo che ci piace pensare il contrario. È una specie di commedia delle parti. In fondo, anche voi gioccate a fare le indifese per sedurci, no?».

Gli stimoli

TIRA FUORI IL MEGLIO DI NOI, SENZA STRESSARCI ESAGERATAMENTE

Lui «Adoriamo le ragazze che ci spingono a migliorare. Quelle che sanno strapazzarci perché non ci prendiamo abbastanza cura del nostro corpo, esageriamo con il cibo e il vino e non andiamo in palestra. E siamo pazzi di te quando sai scegliere >



il momento giusto per dimostrare che no, non sei d'accordo su quello che stiamo facendo. Magari ti sembrerà strano, ma amiamo vedere che anche tu hai gli attributi. Curioso?».

E tu... Sì, la dichiarazione ci colpisce. Abbiamo sempre pensato che uno dei comandamenti base per fidanzarsi con successo fosse "non rompere su vino, birra, palestra e amici". E invece... «Incoraggiare il proprio compagno a diventare un uomo migliore e aiutarlo a raggiungere i suoi obiettivi è una prova d'amore», spiega Rossi. «L'importante è riuscirci senza trasformarti in un antipatico grillo parlante. Il trucco è stimolare la sua competitività (gli uomini sono sempre in gara tra di loro, ricordalo!) ma poi riconoscere che lui è sempre il migliore». Prova a dire: «Guarda il fidanzato di Laura com'è dimagrito da quando si allena. Scommetto che tu, con il tuo fisico, riusciresti a tornare in forma in metà del tempo». Correrà subito a iscriversi in palestra.

L'indipendenza

LASCIACI VIVERE E PRENDITI I TUOI SPAZI. NON TROPPI, PERÒ!

Lui «Ci sono momenti in cui il calore del tuo affetto è davvero avvolgente. Troppo avvolgente. Quasi soffocante. Quindi non ti stupire se, appena riusciremo a liberarci, preferiamo la fuga, magari senza nemmeno avvertire. Quello che cerchiamo è una ragazza che stia con noi, da amare pazzamente, ma che abbia una sua vita, con amici, relazioni, lavoro & hobbies. Una donna per cui noi non siamo l'unica cosa che esiste al mondo, la sola per



DATE RETTA A ME, GIRLS!

Dall'eros all'amore, ecco la prima guida pratica agli uomini di oggi

Il ragazzo nella foto qui sopra si chiama David Zinzenko, ha 36 anni ed è il megadirettore di *Men's Health America*, il che fa di lui uno dei maggiori conoscitori viventi della psiche maschile. E nel suo libro *Men, Love & Sex: The Complete User's Guide for Women* (Rodale, € 17 su www.amazon.com) riporta le confessioni hot di migliaia di uomini, le risposte alle nostre domande più comuni (da «Come farlo innamorare?» a «Che cosa vogliono davvero gli uomini a letto?») e tanti consigli pratici. Tipo: se sei all'inizio di una relazione e, piena di entusiasmo, hai già messo la sua foto come salvaschermo del telefonino, frena le emozioni. Dichiarandoti immediatamente, rischi che lui non abbia il tempo di metabolizzare la possibilità di una storia importante. Sarebbe un po' come fare l'amore senza preliminari. Piuttosto, usa un linguaggio che conosce e fagli capire che il sesso con lui è speciale: sveglialo durante la notte, baciandolo sul collo e sul petto. Niente è più eccitante per un uomo. E se lo dice David...

Adapted from *Men, Love & Sex: the Complete User's Guide for Women* by David Zinzenko with Ted Spider. Copyright © 2006 by David Zinzenko. Published by Rodale Inc. Reprinted by permission of Rodale Inc.