COSMOPOLITAN

AGOSTO 2011 * € 2.20

TI SEI MAI CHIESTA

CHE SESSO VUOI?

Fai il test: scoprirai ciò che non immagini sui tuoi desideri

Rihanna

Dopo la violenza, riapro il mio cuore. Ma gli uomini devono conquistarselo!

Osa tutto

Persino essere te stessa

- I CORSI DI BONDAGE TANTRA E COSPLAY CHE LIBERANO IL TUO EROS
- L'AMORE MULTIPLO CHE TI FA FELICE
- 12 FOLLIE BEAUTY (TOTALMENTE REVERSIBILI)

SPECIALE OROSCOPO

I consigli delle stelle per

RIPARTIRE ALLA GRANDE

STORIE

L'errore che non farò più sul lavoro

La vacanza che mi ha cambiata per sempre

MODA

132

Colpi di fulmine (e molti ti durano fino all'autunno)

COME MANGIARE SENZA INGRASSARE

Non serve un patto col diavolo. Ma 6000 anni di medicina indiana sì!

A € 2,20 AUSTRIA € 3,80 BELGIO € 3,50 FRANCIA € 4,00 GERMANIA € 5,00 LUSSEMBURGO € 3,50 PORTOGALLO (CONT) € 3,50 SPAGNA € 3,50 SVIZZERA CHF 5,00 SVIZZERA CT. CHF. 4,60 U.K. GBP 3,30

Una scena di *The Dreamers* (2003) con la giovane Isabelle (Eva Green) tra il gemello Théo (Louis Garrel) e l'amico Matthew (Michael Pitt).

4 FILM DA GUARDARE

Jules e Jim di Truffaut (1962), il film simbolo del rapporto triangolare. **The Dreamers** di Bertolucci (2003), sulla strana relazione tra una ragazza, suo fratello e l'amico Matthew. **Dopo mezzanotte** di Davide Ferrario (2004), con Giorgio Pasotti, Francesca Inaudi e Fabio Troiano. **Vicky Cristina Barcelona** di Woody Allen (2008), con S. Johansson, P. Cruz e J. Bardem protagonisti di un amore a tre.

Noi amiamo al plurale

Non esistono solo nei film. Le ragazze che amano più persone nello stesso momento ci sono per davvero. Alcune vivono un rapporto a tre, altre una passione platonica. Ma tutte hanno avuto il coraggio di dare voce al loro io più profondo **di Sara Ficocelli**

Amare più persone contemporaneamente: mai provata questa sensazione? Per il sessuologo Volkmar Sigusch, che ha diretto per 33 anni l'istituto di sessuologia di Francoforte, è l'unico modo per tenere viva l'intesa all'interno di una storia di lunga durata. Anzi, molte relazioni finiscono proprio perché da entrambe le parti si cerca di reprimere questo bisogno. «Nel 95% dei casi le coppie "stabili" si tradiscono dopo 13 anni», spiega, «e lo fanno per reagire allo spegnersi dei sentimenti. Non sempre però la "scappatella" viene tollerata, e questo è un problema per la cultura occidentale, che ancora non offre un'alternativa "terapeutica" al calo del desiderio». Per la sociologa Laura Kipnis, autrice di *Contro l'amore* (Einaudi, 2005), la chiave della felicità non sta nel poliamore, ma nel tradimento. «L'adulterio è una forma di ribellione, una rivendicazione della propria libertà», spiega. «Per alcuni una relazione stabile è una gioia, per altri una prigione. Dipende».

Che differenza c'è tra poliamore e tradimento?

«La caratteristica principale delle relazioni poliamorose è che sono esplicite, note, condivise e caratterizzate da un'estrema sincerità. È questo che le distingue dal tradimento», spiega la psichiatra e psicoanalista Adelia Lucattini.

In una relazione del genere si fa sesso con tutti i partner?

«Il poliamore ha ben poco a vedere con il sesso», spiega la psicologa Francesca Romana Tiberi. «Implica la capacità di amare più soggetti contemporaneamente, in maniera totale ed esclusiva, come se ogni partner fosse l'unico. Quando siamo con lui, l'amore che proviamo è assoluto. Per questo il poliamore può andare bene solo in determinate fasi della vita: quando iniziamo a progettare un futuro è importante concentrare le energie affettive solo su una persona».

Perché nasce il bisogno di una relazione simile?

«È la risposta che la natura e la società danno alla crisi della coppia», spiega la sex blogger Helena Velena, «una crisi che si manifesta in una percentuale sempre minore di matrimoni a favore di legami più leggeri, e in un numero spaventosamente crescente di separazioni. Questo tipo di unione non risponde più ai bisogni affettivi di chi vive nei Paesi dell'Occidente».

Quanto è normale innamorarsi di un'altra persona mentre si è già in coppia?

«È un'esperienza assolutamente comune e frequente nel corso della vita», spiega la psichiatra Lucattini. «Molto spesso anche arricchente dal punto di vista affettivo. La cosa importante è cercare di capire che cosa significa, se è espressione o meno di una mancanza che viene dalla coppia. Spesso le infatuazioni sono utilizzate come "antidepressivo", perché liberano endorfine, adrenalina e neuromodulatori, che producono un benessere soggettivo che scollega dalla realtà».

Che effetto hanno queste esperienze sulla vita a due?

«Se la scelta di vivere esperienze trasgressive è condivisa e finalizzata ad arricchire il rapporto, è possibile che abbia risultati positivi. Ma se è dettata dal "bisogno" di trovare alternative è il caso di riflettere sulla salute della coppia, onde evitare l'innescarsi di un pericoloso crescendo nella trasgressione, che potrebbe portare a una frattura profonda nella relazione», dice la psicologa Tiberi.

Sono più poliamoristi gli uomini o le donne?

«La dinamica dei poliamori», spiega la blogger Velena, «appartiene decisamente più alle donne che agli uomini. Nell'immaginario maschile esiste il concetto dell'harem, che nulla ha a che fare con i poliamori, perché lì i rapporti sono verticistici, mentre quelli dei poliamori orizzontali e incrociati. Inoltre, il maschio etero entra facilmente in crisi se in un rapporto multiplo fa la sua apparizione un altro uomo».

È possibile amare un'unica persona tutta la vita?

«L'essere umano», spiega la psicologa Tiberi, «è una specie tendenzialmente monogama, ma l'esclusività è un impegno. Amare tutta la vita la stessa persona è possibile (pensiamo agli amici o ai nostri figli) ma è una scelta molto difficile. In coppia si deve essere pronti a rinegoziare la monogamia e ad accettare che ci saranno momenti in cui restare fedeli sarà più difficile, ma se per noi è un valore importante forse vale la pena stringere i denti. Quindi "per tutta la vita" non è un'illusione, ma un obiettivo sì!».