


**D M** POSSO AIUTARTI? . PRIVATO

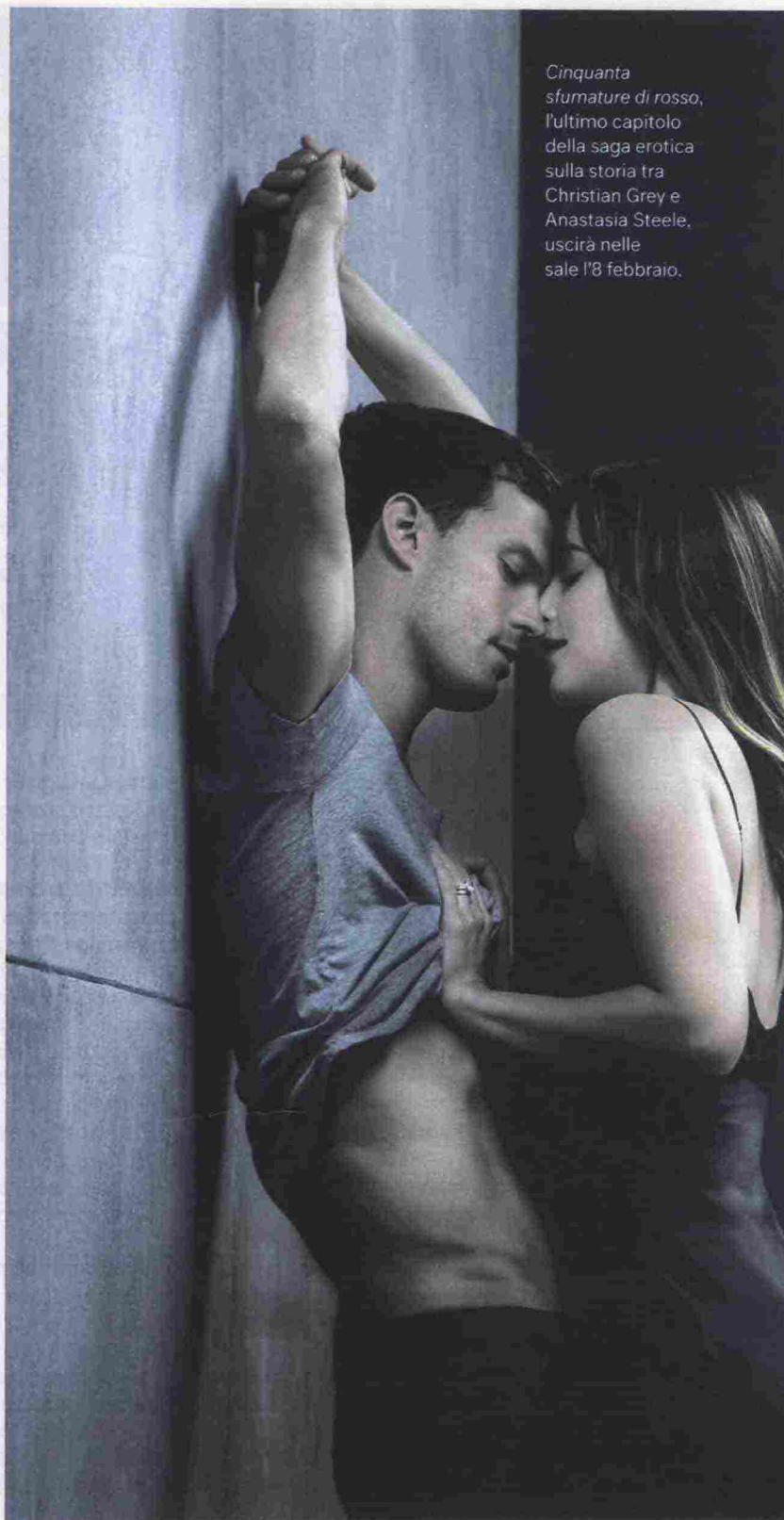
# Cosa dicono le tue FANTASIE SESSUALI

Per molti sono ancora un tabù. Ma uno psicoanalista che da anni studia l'immaginario a luci rosse ha una tesi controcorrente: i sogni erotici ci rassicurano e ci permettono di vivere al massimo il piacere fisico

 di Cristina Sarto — [@cristiSarto](#)

**L**e fantasie erotiche sono il big bang dell'immaginazione: un groviglio di pensieri, scenari e fissazioni che riescono ad accendere il desiderio senza un apparente motivo. Come mai, per esempio, una donna si eccita al pensiero di essere legata al letto e un'altra sogna di frustare il partner? E perché, tra gli uomini, c'è chi è ossessionato dai piedi femminili e chi dal seno abbondante? «Perché dietro ogni fantasia erotica c'è il nostro inconscio» dice Michael Bader, psicologo e psicoanalista con oltre 30 anni di esperienza. «Qualsiasi preferenza sessuale è uno strumento costruito dalla nostra mente per garantirsi un senso di sicurezza: una tregua temporanea che permetta all'eccitazione di emergere fino a trascinarci verso l'amplesso. In altre parole: per fare sesso, dobbiamo sentirci protetti».

**Protetti da che cosa?** «Da alcune credenze che crescono dentro di noi fin dall'infanzia, facendoci percepire la sessualità come una sfera pericolosa. Come il vecchio ritornello secondo cui "alle brave ragazze non piace il sesso" o "masturbarsi fa male". Ma anche da condizionamenti dovuti ai legami familiari».



Cinquanta sfumature di rosso, l'ultimo capitolo della saga erotica sulla storia tra Christian Grey e Anastasia Steele, uscirà nelle sale l'8 febbraio.



**ALLA BASE C'È  
QUESTA TEORIA**

Per evolvere, la mente umana ha bisogno di sentirsi al sicuro. È questo il principio cardine della Control-master theory, la teoria elaborata dai ricercatori Joseph Weiss e Harold Sampson negli anni '50. Da lì è partita l'intuizione di Michael Bader, psicologo e psicoanalista, sul legame tra l'immaginario erotico e la ricerca del senso di sicurezza, tema del libro *Eccitazione. La logica segreta delle fantasie sessuali* (Raffaello Cortina Editore), per la prima volta nelle librerie italiane il 18 gennaio in una versione aggiornata. Uscito in America nel 2002, è considerato un caposaldo della letteratura scientifica in tema di sessualità.

**Secondo uno studio condotto da un team di ricercatori canadesi e pubblicato su *The Journal of sexual medicine* sono gli uomini a fantasticare di più. E lo fanno soprattutto immaginando relazioni extraconiugali e sesso a tre.**

**Ci può fare un esempio?** «Le bambine che crescono con genitori poco presenti o incapaci di dare loro attenzioni, anche da adulte si possono portare dietro un sentimento di rifiuto e d'isolamento, che le spinge a pensare: "Non merito grande considerazione". Naturalmente si tratta di un pensiero che influenza anche la sessualità. Può succedere che in questi casi l'inconscio confezioni una fantasia esibizionista: ci si eccita immaginando di essere filmate o fotografate mentre si fa sesso. Con l'obiettivo puntato addosso, ci si sente finalmente importanti, degne di considerazione. E l'eccitazione che prima era repressa, diventa libera di sbocciare».

**Ma è così importante scoprire il retroscena dei nostri sogni erotici?** «Certo, perché sono il buco della serratura attraverso cui osservare la nostra personalità. Gli scenari capaci di stimolarci raccontano non solo come ci muoviamo in camera da letto, ma anche chi siamo nella vita normale, quali sono le nostre fragilità e debolezze. In più, comprendere la forza motrice delle nostre fantasie ci aiuta ad accettarle. Anche quando sono così estreme da farci vergognare di noi stessi».

**Come mai spesso c'è un elemento di violenza nell'immaginario amoroso?** «Perché questa è la natura del sesso. L'orgasmo è come un'onda che si abbatte contro la riva e se ne frega se questa tiene o viene distrutta. Per arrivare al piacere, bisogna essere egoisti, pensare cioè solo al proprio piacere, trascurando per qualche istante i bisogni dell'altro. Guarda caso, molte donne si attizzano pensando di essere prese con la forza. Altre, al pari di diversi uomini, preferiscono essere penetrate da dietro. Perché in questo modo non devono guardare negli occhi il partner: anziché preoccuparsi dei suoi bisogni, si concentrano su loro stesse».

**Dunque l'empatia non conta niente?** «Conta molto nella vita di coppia, ma sotto le lenzuola è sopravvalutata. È un falso mito che, se portato all'estremo, finisce per ignorare quel mix di durezza ed egoismo che è insito nella libido».

**Confessione di una sua paziente: «Mi eccito pensando a George Clooney». Lei come lo spiega?** «Potrebbe essere un altro attore, un prete o un capo di Stato, e la logica che sta dietro sarebbe sempre la stessa: il desiderio di sedurre un uomo potente, che rinunci alla sua autorità per passare del tempo con lei. Un'esperienza che, seppure immaginaria, le permette di dire a se stessa: "Sei straordinaria"».

**Capita spesso?** «Sì, soprattutto alle donne che si sentono inadeguate. Purtroppo il complesso d'inferiorità è nemico dell'erotismo, tanto che uno dei primi sintomi di depressione è proprio l'astinenza sessuale. Un'altra fantasia che aggira l'ostacolo? Essere protagoniste di uno strip tease, davanti a un pubblico di maschi in delirio».

**Ma allora le nostre fantasie agiscono come delle terapie?** «Sono soluzioni temporanee: servono a raggiungere il climax, ma poi ognuno di noi torna a essere quello di prima. Anche la fortunata che finisce davvero a letto con una celebrity di Hollywood, sentirà sempre dentro di sé una voce che le dice: "Non vali niente". Passato il momento di gloria, avrà ancora paura di essere respinta».

**Che altro dobbiamo fare con le nostre fantasie erotiche?** «Godercele. E trovare qualcuno che immagini scenari complementari ai nostri. Perché quello che definiamo "amore a prima vista", in realtà è chimica sessuale. Quando incontriamo una persona che ci prende all'istante, siamo di fronte a un allineamento inconsapevole tra le nostre fantasticherie e le sue. Una magia per cui dobbiamo ringraziare l'inconscio, capace di riconoscere in pochi istanti chi può regalarci il piacere».