

## Se in lui il piacere è multiplo

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 42 anni e un nuovo compagno, mio coetaneo, da circa sei mesi. Lui è profondamente innamorato di me, come non mi è mai capitato prima. La cosa però che mi colpisce di più è che lui ha orgasmi multipli e intensissimi. Come donna, questo mi gratifica molto. Però mi sento confusa: come è possibile? Io so che un uomo di solito ha un unico orgasmo. Al massimo, mi ricordo che da ragazzi era possibile avere un altro rapporto, dopo dieci minuti, un quarto d’ora dal primo. Ma che in un unico rapporto un uomo possa raggiungere questi livelli di intensità a ripetizione, mi sembrava impossibile. E’ un uomo sano, sportivo, non fuma, escludo che faccia uso di droghe o di altri farmaci. Ma allora, come è possibile?”.

L.C. Bologna

Forse perchè, caratteristiche biologiche a parte, lui è davvero innamorato. D’altra parte l’orgasmo multiplo, ancorché raro, è possibile anche negli uomini. Può avvenire quando l’uomo è eccezionalmente preso dalla partner, sia a livello erotico, sia a livello affettivo, come è il caso del suo compagno. Il periodo refrattario, ossia il periodo di inecitabilità biologica assoluta, non sembra allora essere vincolante, oppure tocca l’eiaculazione ma non la possibilità di ulteriore piacere. E’ comunque più breve rispetto a quello degli uomini a profilo eiaculatorio più normale. Il periodo refrattario aumenta normalmente con l’età: come lei nota può essere di pochi minuti, un quarto d’ora negli uomini giovani, mentre poi si allunga fino a oltre le 24 ore nell’uomo maturo. Questo modello biologico può tuttavia subire variazioni diverse, su base psichica: la motivazione amorosa, il piacere di stare insieme e di “possedere” la donna amata, uniti a una peculiare capacità di concentrazione sul piacere, possono far variare il modello base della risposta sessuale maschile fino a vette di piacere multiplo usualmente inesplorate, per lo meno nel mondo occidentale.

Che cosa prova un uomo quando ha un orgasmo?

Normalmente, la sensazione orgasmica descritta dagli uomini è molto simile a quella femminile, con l’eccezione ovviamente dei riferimenti anatomici. Durante l’amore, il crescere dell’eccitazione mentale e fisica si accompagna ad un piacere crescente con il crescere delle spinte pelviche. Le sensazioni fisiche divengono sempre più intense, localizzate ai genitali, fino al momento di netta percezione del punto di non ritorno (o di “inevitabilità eiaculatoria”), Questo momento dà una straordinaria sensazione di “sospensione-tensione”, come se si fosse sulla cima delle montagne russe prima di gettarsi giù, con intensissime sensazioni fisiche genitali, che coincidono con il momento di massimo piacere. Segue l’orgasmo, con la sua onda ritmica di contrazioni eiaculatorie, in cui il piacere, pur rimanendo intenso, in qualche modo vira di vibrazione, e da piacere da tensione diviene un piacere da liberazione di tensione, per l’espulsione parallela del liquido seminale.

E che cosa succede nell'orgasmo multiplo?

Solitamente il primo orgasmo coincide con la conclusione del rapporto da parte dell'uomo, anche per la diminuzione e scomparsa dell'erezione, seguita da rilassamento. Ci può essere poi un secondo rapporto, tanto più ravvicinato quanto più il periodo refrattario è breve, come si diceva. Gli uomini che hanno orgasmi multipli riferiscono che, dopo un primo orgasmo, l'erezione non diminuisce o si attenua di poco. A quel punto le spinte divengono più dolci e profonde, le sensazioni spostano la loro proiezione più sul lato affettivo, che rilancia il piacere fisico. Per l'uomo che vive quest'esperienza perché molto innamorato, la fase successiva al primo orgasmo viene descritta come più amorosa. Il piacere derivante dalle spinte permane, anzi in taluni casi è più assaporato, perché a quel punto è assente o quasi dal rapporto l'elemento di "alleggerimento di tensione" legato all'eiaculazione. Permane quindi una maggiore percezione cosciente del piacere e della dolcezza che si apre ad altri orgasmi. Questi sono costituiti da contrazioni molto forti, intense e piacevoli, del muscolo elevatore dell'ano (che partecipa quasi di regola all'orgasmo) e dalla loro risonanza mentale e affettiva, senza più componenti eiaculatorie. E' quindi possibile che eiaculazione e orgasmo, usualmente sincroni, possano anche essere separati, senza ulteriori eiaculazioni, con ripetizione invece della sola esperienza del piacere.

Che cosa cambia per la donna?

Molto dipende dalla qualità del sentimento che la lega a quell'uomo. La gratificazione che lei può provare è tanto più intensa quanto più l'amore è condiviso e quanto più il far l'amore diventa, per entrambi, un'esperienza di intimità emotiva e affettiva, oltre che fisica. In un mondo sempre più orientato alla performance fisica, anche sessuale, può essere rigenerante, mentalmente e affettivamente, scoprire che con un altro tempo interiore, con un respiro lento e profondo, e una diversa consapevolezza di sé e dell'altro, è possibile vivere una dimensione dell'amore abitualmente smarrita nella frenesia quotidiana.

Approfondimento – Perché un uomo può vivere questa esperienza e gli altri no?

In realtà quest'esperienza è possibile per molti, ma resta inesplorata. Il periodo refrattario è sì biologicamente condizionato, tuttavia mostra variazioni notevoli da soggetto a soggetto. Inoltre, la parte emotiva del piacere, più legata alla soggettività, alla qualità dell'innamoramento, dell'amore, della capacità di abbandono, fisico e psichico, oltre che della fiducia, all'interno di una specifica relazione, può avere variazioni molto più ampie. Non solo. Gli orientali, che abbiano raggiunto un raffinato controllo dell'esperienza emotiva e fisica del piacere sessuale, possono avere orgasmi multipli, anche attraverso un uso consapevole del respiro. Tecnica questa, riassunta nel tantra yoga, quasi sconosciuta agli occidentali. Per i quali la qualità dell'erezione e la sensazione di soddisfazione derivante dal primo rapporto, con l'implicito scarico di tensione che l'eiaculazione comporta, sembrano essere più importanti del numero o dell'intensità degli orgasmi. In positivo, è bello scoprire che l'amore profondo può regalare a entrambi esperienze inedite di intimità del corpo e del cuore.