

Des saisons froides propices aux nuits chaudes?

Autor(en): **Siegrist, Romy**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations**

Band (Jahr): - **(2019)**

Heft 117

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-906223>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Des saisons froides propices aux nuits chaudes ?

Je redoute un peu l'arrivée de l'hiver ... Entre la fatigue et les fêtes de famille, quel temps nous reste-t-il ?

LINE, 56 ANS



ROMY SIEGRIST

Psychologue FSP, sexologue — Centre Sexopraxis



De nombreuses personnes souffrent de la fin de l'année, que ce soit au niveau du moral ou de la fatigue : il faut dire que l'on continue généralement à travailler et à tout faire comme le reste du temps. Alors que, si l'on regarde le fonctionnement de notre organisme, notre corps et notre esprit réagissent et tentent de s'adapter face aux changements de température ainsi que de luminosité. Pouvons-nous tirer parti de cette fin d'année, afin que ce « tunnel » de l'hiver ne soit pas l'unique tunnel par lequel passer ? Comment en faire une période propice aux rapprochements en tous genres ?

« UN P'TIT COIN D'PARAPLUIE, CONTRE UN COIN D'PARADIS »

Comme Brassens, il nous faut prendre ce que la météo nous offre, et l'utiliser pour faire des propositions. Une balade sous la pluie, afin de se laisser bercer par son bruit, puis boire un vin chaud pour se délester du froid ; ponctuer ensuite la soirée de thés chauds, qui peuvent être utilisés pour varier les sensations des caresses orales — pourquoi pas en alternance avec

les glaçons de votre gin tonic. Oui, on peut être créatifs avec peu. Avez-vous déjà joué à faire la pluie sur le corps de votre partenaire ? A faire le vent ? La nature peut être une source d'inspiration en termes de sensations. Cela dit, il est possible aussi d'organiser un week-end dans un chalet en montagne : un feu de cheminée qui crépite, des lueurs avantageuses, et toute une nuit pour hurler à la lune en laissant place aux loups qui sommeillent en vous le reste de l'année.

« La nature peut être une source d'inspiration en termes de sensations »

DES MOTS SUSURRÉS À VOTRE OREILLE

On peut également rester tranquillement chez soi, à *cocooner*, à créer de l'intimité. Playlists spécialement conçues pour accompagner les ébats (du classique — à noter que la *Sarabande* porte dès lors bien son nom — au rock, afin de varier les rythmes), lectures de textes littéraires érotiques, les aides pour s'alanguir ne manquent pas.

Avez-vous déjà jeté une oreille aux épisodes de *Ctrl-X*, des *Lectures érotiques de Charlie*, ou des récits lus par *Le Verrou* ? Auteurs d'hier et d'aujourd'hui reprennent vie, en même temps que certaines parties de votre corps. Quoique, vous l'aurez compris, on aime titiller toutes les parties du corps, et tous les sens. Dès lors, comme Baudelaire, nous aimerions vous dire : « *Pour ne pas être les esclaves martyrisés du temps, enivrez-vous, enivrez-vous sans cesse de vin, de poésie, de vertu, à votre guise* » et faites de l'hiver une enclave poético-érotique !

www.sexopraxis.ch