

NAJBOLJE GODINE

49 SUZANA MANCIĆ

ISKRENO
Sad tražim
partnera,
starije,
mladege,
debelog -
nebitno

SEKS U 40-IM

Da li žene u 40-
im godinama više
uživaju u seksu
nego kad su
imale 20?

Istraživanje u
Engleskoj je dalo
potvrđan odgovor
i uzburkalo
javnost, a šta o
tome kažu
**Suzana Mancić,
Lidija Vukićević,
Goca Božinovska,
Aleksandra
Joksimović**

38 DUBRAVKA
FILIPOVSKI

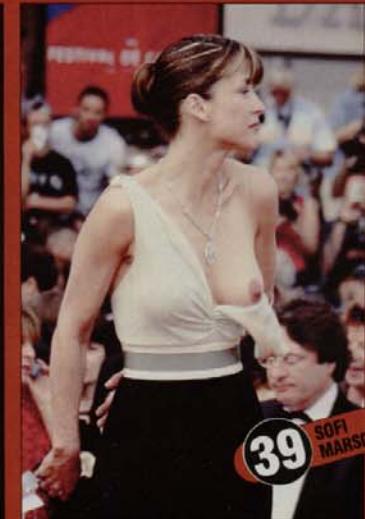
ZRELOST
Fortparol
Ni veruje
zrelost
i ljubavi

Piše Marija MAJSTOROVIĆ
Foto Dušan MILENKOVIC I
Arhiva EVROPE

Zrelost, strast i pustolovina

ISKUSTVO SEKS JE KAO VOŽNJA AUTOMOBILA - MNOGO STE OPUŠTENIJI POSLE 20 GODINA VOZAČKOG STAŽA NEGO KAD STE BILI POČETNIK, TVRDI SEKSOLOG GORDAN POPOVIĆ

41 MONIKA
BELUČI



39 SOFI
MARSO

Zanosa Italijanka Moni Beluči je žena od čijeg izgleda mnogim muškarcima prito zastaje dah. Neko vreme je šetala modnim pistama, a onda krenula na časove glume i veoma brzo ušla u svet glamura kaže da je njen najveći problem što rediteći u njoj vide samo otlicnost i tajanstvenost, a ona kaže da je samo žena od krvi nesa.

Francuska glumica se uverila da je petak 13. za nju definitivno baksuzan dan. Tokom šetnje crvenim tepihom pre prikazivanja filma *Where the Truth Lies* na Kanskom filmskom festivalu sa ramena joj je skliznula leva naravnenica na hajini, dojka je sevula, a Sofi je postala glavna tema holivudskega tračara.

Tinejdžerski godine, kvalitetan seksualni život? Glupost, reče bi vam na to Britane. Prema istraživanju magazin *Helt plus*, čak tri četvrtine Britarci smatra da im je seks u 40-im boji nego kadu su imale 20-uk godina manje. Istraživanjem je obuhvaćeno 2.000

Britanki starijih od 40 godina, a rezultati su sledeći: 77 odsto žena sada više uživa u seksu nego pre 20 godina; 45 odsto je izjavilo da sada imaju veći seksualni appetit; 69 odsto sada se smatra seksualno pustolovnjim nego pre; 66 odsto ima više poverenja u svoje telo. Rezultati su dobijeni na osnovu odgovora na

različita pitanja a navedeni su samo maksimalni procenti, što najbolje ilustruje rezultat do koga su došli istraživači.

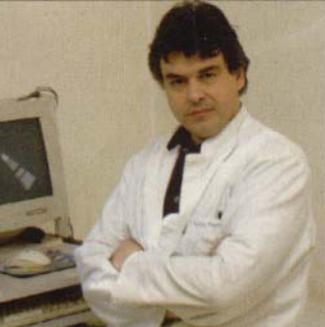
U komentaru magazina navodi se da zrele žene sada u seksu uživaju mnogo više nego njihove mlade sunarodnice.

— One sada imaju više seksualnog

EROTSKO-BIOLOŠKI KALENDAR

Vrhunac u 40-im

- U 20-im je žensko telo (posebno pre porođaja) čvrsto i energično. Karlični mišići su snažni, što omogućava najintenzivnije kontrakcije u toku orgazma. Brza cirkulacija takođe utiče na to da se 20-godišnjakinje brzo uzbude. Ipak, istraživanja pokazuju da mlade žene teško postižu orgazam. Još svoje telo ne poznaju dovoljno, ne znaju šta im donosi zadovoljstvo. Redovne vežbe i pravilna ishrana obezbeđuju dovoljno energije za seks i postizanje punog zadovoljstva.
- U 30-im žene vrlo dobro poznaju svoje telo i do 35. godine čak 90 odsto žena doživi orgazam. Ali, nivo hormona počinje da opada, što utiče na smanjenje seksualne želje. Nakon trudnoće i porođaja opuštaju se i karlični mišići, pa ni orgazam ne može da bude toliko jak. Dobar trening je stezanje i opuštanje karličnih mišića po nekoliko puta dnevno kako bi kontrakcije u toku odnosa bile što intenzivnije.
- Seksolozi se slažu da žene u 40-im imaju najveći seksualni potencijal. Statistički, od 40. do 50. godine života čak 30 odsto žena doživljava bolje i češće orgazme nego 20-godišnjakinje i 30-godišnjakinje. Mnoge su konačno svesne toga šta žele i kako to da postignu. Navodno, pojedine 40-godišnjakinje mogu da dožive vrhunac i bez dodira. U ovom periodu žene nikako ne bi trebalo da zaborave na seks. Redovni odnosi (najmanje dva puta nedeljno) održavaju kondiciju u svakom smislu.



POPOVIĆ

Iskustvo je svuda od koristi, pa i u seksu

Sad znam kako, šta i gde

49

SUZANA MANIĆ



— Sa 20 godina nisam imala ni iskustva ni samopouzdanja. Nisam znala ni kako, ni gde, ni šta. Nisam sebe dovoljno poznavala. Mladost jeste lepa sama po себи, ali i stresna. Sada sam mnogo više relaksirana. Pogled u ogledalo mi ne narušava samopouzdanje. Pripadam onoj vrsti žena koje se paze i ne menjaju mnogo. Naravno, moramo da se pomirimo sa prirodnim procesima koji se odvijaju unutar nas i koji se vide spolja. One žene koje se nadaju da će uvek izgledati kao maturantkinje će stariti nesrećne. Oduvek sam volela starije muškarce i uvek su mi imponovali. Sada sam nekako bliža svojoj generaciji, eventualno bi mi odgovarao muškarac mlađi četiri-pet godina. Nekada sam u starijim muškarcima nalazila sigurnost koju ja nisam imala, a sad, pošto je imam, više mi nije bitno da je stariji. Sad tražim partnera – starijeg, mlađeg, visokog, debelog, nebitno. Važno mi je da mogu sa njim da se smejem i uživam.

ZRELOST

Više uživanja i veći seksualni apetiti u 40-im imaju veze s mentalnom, ali ne mnogo i sa fizičkom zrelošću žena

STRAST

Žene starije od 40 godina znaju da uživaju u strasti, ali samo 33 odsto voli muškarce mlađe od sebe

samopouzdanja, znaju šta ih zadovoljava i imaju mnogo bolji seksualni život nego 20-godišnjakinje. Istinu govoreći, žene starije od 40 znaju da uživaju u strasti – navodi se u komentaru istraživanja. Međutim, ima i loša vest za muškarce koji vole starije žene. Naime, samo 33 odsto njih vole muškarce mlađe od sebe.

■ ISKUSTVO Seksolog Gordan Popović objašnjava za Evropu da ovakvi rezultati istraživanja imaju korene u nekoliko faktora, među kojima je važan psihološki mehanizam zaštite.

— Lakše se gleda na predstojeću starost sa nadom da će nam seks biti bolji (npr. u 60-im!?). I lični marketing, tako svojstven lepšem polu, nikako se ne sme zanemariti. Marketinška poruka u stvari glasi: *Jesu one od 20 godina lepše i mlađe, ali mi znamo šta je prava stvar i više uživamo u seksu.* U prevodu: *Dakle, muškarci, sa nama je pravi doživljaj!* — tvrdi Popović, dodajući da ima puno osnova da ova anketa odslikava realno stanje stvari.

— Iskustvo je svuda od koristi, pa i u seksu. Uporedite seks sa vožnjom automobila, pa će vam



Voli mlađe muškarce

Spada u onih 33 odsto žena koje vole mlađe muškarce, što je dokazala nedavnom udajom za 15 godina mlađeg kolegu glumca Eštona Kučera.

Dok je za Kučera ovo prvi brak, za

junakinju filmova *Duh*, *Striptiz* i *Džejn* je treći. Prvo je bila udata za rokera Fredija Mura, a zatim za čuvenog holivudskog grubijana mekog srca Brusa Vilisa, sa kojim ima tri kćerke.

Potrebne emocije

– Erik From u svom delu *Umeće ljubavi* kaže da sposobnost da se voli ne zavisi od objekta ljubavi, odnosno ne moramo da imamo idealnog muškarca ili ženu da bismo voleli, nego od unutrašnje moći i snage da se neko voli. Pružajući ljubav bez očekivanja da se uzvrat je zrela ljubav i u tome je osnovna razlika zbog čega se zrela žena ne može porediti kada je u pitanju seksualnost sa mlađom osobom. Ne može se seksualnost posmatrati bez emocija. Žena u zrelijim godinama ume duhovno da komunicira i nepogrešivo zna da osoba dobija samo kada daje. Samo istinska i posvećena ljubav koja u sebi sadrži definiciju jedna duša – dva tela



je prava, za razliku od modernog sindroma zapadne kulture u kojoj se ljubav zasniva na raznim vidovima moći.

Meni je uvek lepo

– Uživanje u seksu apsolutno nema veze s godinama. Sve zavisi koliko je žena osećajna i kakvog je temperamento. Meni je sada podjednako lepo kao i pre 10 ili 20 godina. Sad možda samo zrelijie razmišljam u izboru partnera, sigurnija sam u sebe, ali to nema veze sa seksualnim zadovoljstvom. Kod sebe nisam primetila nikakvu razliku. To je u organizmu žene, ili je frigidna ili temperamentna. To da je seks bolji u 40. možda važi kod žena koje nisu u samom startu našle na partnera koji bi ih zadovoljio, pa kada su kasnije našle ono što im odgovara, misle da to ima veze sa godinama. Tih problema nikada nisam imala, uvek mi je isto. Zadovoljna sam svojim telom, čak i prezadovoljna, i čini mi se da sam iz dana u dan sve zadovoljnija samom sobom. Lično, ne volim mlađe muškarce, pa bar neka je jedan dan stariji, mada, kada se dvoje ljudi vole, godine nisu prepreka.



PILETINA
Poznata pevačica tvrdi da ne voli mlađe muškarce

sve biti jasno. Kada ste ulazili u automobil sa 18 godina, šta se dešavalo? Znoje se dlanovi, srce lupa, užasno ste nervozni i nemate pojma šta vas je snašlo. Posle 20 godina vozačkog staža jednostavno sednete u auto i vozeći potpuno relaksirani uživate u sunčanom popodnevnu – kaže Popović.

■ **PUSTOLOVKE** Kada se određene stvari prebrinu (brak, deca, borba za egzistenciju), seksualno ponašanje žene biva rasterećeno, jer seks gubi svaki drugi smisao, osim da bude izvor uživanja. Šta to konkretno znači?

– To znači da će mlađe devojke i žene često žrtvovati svoje lično uživanje u seksu radi partnerovog uživanja, a samim tim i ostavljanja boljeg utiska i ostvarivanja većeg uticaja na njega. Dakle, ovde je bitno primetiti da kroz žensko seksualno ponašanje uvek treba sagledati širi kontekst od samog seksualnog čina. Životne okolnosti starijim ženama omogućavaju da se više fokusiraju na seks sam po sebi – tvrdi doktor Popović.

SRPKINJE

U Srbiji je prisutan pomak seksualnog ponašanja prema modelu neostvarene ženske seksualnosti

Na podatak da se 69 odsto žena sada smatra seksualno pustolovnjim nego pre, Popović kaže da se to lako objašnjava imajući u vidu prethodno pomenute okolnosti.

– Samo potpuno demistifikovan seks je pogodan za totalnu eksploraciju, a demistifikacija se postiže dobrim poznavanjem materije. Takođe, na pojačanu pustolovnost provokira i osećaj da vreme polako, ali sigurno, ističe. Ovaj faktor je od istog značaja i kod muške populacije, kod koje se stvar dodatno komplikuje mnogo drastičnijim fejd-autom seksualnih sposobnosti.

Stiče se utisak da je u Srbiji prisutan pomak seksualnog ponašanja prema modelu neostvarene ženske seksualnosti u širem smislu značenja te reći.

– To u praksi znači da se i mlađe i zrelijie žene manje relaksirano upuštaju u seks, te da je prisutno doživljavanje samog seksa u širem paraseksualnom kontekstu. Dakle, ta angažovana seksualnost im svakako donosi manje čistog, elementarnog seksualnog uživanja,



Vitali Ricci

italijanska odjeća
ženska modna odjeća

Makedonska 30
Dečanska 5

EUROCENTAR ■ lokal 26 ■ 011/3374-090



Seks nije tehnika

49

JELENA
BACIC

— Ako su neke od žena naučile nešto za 20 godina, onda im možda i treba verovati da im je seksualni život bolji nego ranije. To je tako ako se seks posmatra samo kao tehnika. Za mene to ne važi, jer ja na seks nikada tako nisam gledala. Po mom mišljenju, moraju postojati emocije. Ako su dvoje ljudi kompatibilni i između njih postoji hemija, ljubav i razumevanje, mislim da i njihov seksualni život mora biti dobar bez obzira na godine – ako su dugo zajedno, pa se vremenom upoznaju, zajedno uče i iz dana u dan znaju šta onom drugom prija. Godine nemaju veze, ima veze to sa kim vodite ljubav. Dugo sam u braku, partnera ne menjam. Sa svojim suprugom sam godinama i ništa mi nije strano, ništa me nije sramota. Čisto sumnjam da se žena pred partnerom, a da joj on nije suprug, skida sa više samopouzdanja sa 40 nego kada je bila 20 godina mlađa. Malo je onih koje bolje izgledaju sa 40 nego sa 20.

GODINE

Popularna voditeljka je uverena da godine nisu važne

ali ih ispunjava i ostvaruje na široj ravni. Kao takvo, ponašanje Srpskinja u seksu svakako se može smatrati zdravim i bliskim osnovnim prirodnim seksualnim mehanizmima. Problem, nažalost, stvaraju naši muškarci, koji su, izgleda, u današnjim okolnostima prilično seksualno defokusirani, te Srpskinje često bivaju ostavljene same na seksualnom bojnom polju – kaže Gordan Popović.

Prema njegovim rečima, u Srbiji nije bilo specijalnih istraživanja na ovu temu koja bi ispunila stroge naučne kriterijume, ali ima mnogo različitih anketa a tu su i zapažanja srpskih seksologa koja otkrivaju određene specifičnosti i zanimljivosti kada su Srpskinje u pitanju.

■ **UŽIVANJE** Više uživanja i veći seksualni apetiti u 40-im imaju veze sa mentalnom, ali ne mnogo i sa fizičkom zrelošću žena.

Kristali za bolji ljubavni život



47 MADONA

Ona je prava feministkinja koja razgoličuje puritanstvo i divi se muškarциma koji liče na žene: transseksualcima i nakindurenim transvestitima. Nosi kristale u grudnjaku kako bi poboljšala svoj ljubavni život. Jedna od njenih tehniki je da nosi kristale ružičastog kvarca po telu, koji pomažu u opuštanju. Njenom suprugu reditelju Gaju Ričiju kristali nimalo ne smetaju.



47

ŠERON
STOON

scenom iz Niskih strasti pomerila je granice slobodne seksualnosti.



49

LIDIJA
VUKICEVIC

I ranije sam bila zahtevna

— Samopouzdanje se stiče iz odnosa i zajedničkog seksualnog života. Ako ste imali nekog ko vas je ceo život kroz seks nipođaštavao ili ste imali loša iskustva, onda niste sigurni ni u sebe ni u svoje telo i umeće vođenja ljubavi. Mnogi tvrde da nema seksa bez ljubavi, mada ja mislim da greše, ali je lepo kad ima i jednog i drugog. Imam

sreću da, što sam starija, to bolje izgledam. Mršavija sam, nemam problema s telom i imam liniju devojke. Bez problema oblačim farmerice koje sam nosila pre 20 godina. Jedino mogu da kažem da su mi u ovim godinama veći zahtevi u izboru partnera. To je ono što se stiče s godinama. Mada sam ja i ranije bila zahtevna.

— Žena je sigurnija u sebe, samopouzdanja, a samim tim opuštenija i spremnija za elementarni seksualni doživljaj. Fizička zrelost je, nažalost, davno prošla (vrhunac reproduktivne i fizičke zrelosti žena je između 22. i 24. godine) i u tom smislu možemo samo govoriti o tome u kolikoj meri silazna putanja na kojoj se

nalazi žensko telo smeta prilikom seksualnog ostvarivanja u zrelim godinama – tvrdi doktor Popović.

Ako nekom muškarcu postavite pitanje da li je seks kvalitetniji ako je žena starija, odgovori će biti različiti i zavisiti od ličnih sklonosti svakog pojedinog muškarca. Neki više uživaju u seksu sa mladim devojkama, neki se plaše iskustva koje zrele žene imaju jer nisu sigurni da će ispuniti očekivanja, treći

Priznaje da je uvek željna

Zavodljiva glumica je sama otkad se prošle godine rastala od supruga Fila Bronstajna, ali priznaje da je i dalje željna seksa i otkriva da joj ne nedostaje ponuda od piletine. Priznala je da je pozirala naga svojoj najboljoj prijateljici da bi utvrdila da li još ima lepo telo. Od razvoda je dovedena u vezu sa mnogim muškarcima, ali sama nije priznala nijednu od tih navodnih romansi. Čuvenom

scenom iz Niskih strasti pomerila je granice slobodne seksualnosti.

Četrdesete donose zrelost



RAZLIKE Veze između starijih žena i mlađih muškaraca su u trendu

– Mislim da je to individualno. Kada se govorio o seksualnom zadovoljstvu, reč je o dvoje ljudi i ne može se govoriti o pojedincu. Tako se ni zavisnost kvaliteta seksualnog života od starosne dobi ne može generalizovati. Sigurno je da se niko ne oseća isto sa 40 kao što se osećao sa 20. Svaka faza života je bolja od prethodne, i to zahvaljujući zrelosti. Ali pošto niko od nas ne može da vratи godine, postavlja se pitanje da li je reč o spontanom procesu samozavaravanja i da zbog toga mislimo da, što nam vreme odmiče, sve nam bolje ide. Niko sa 40 ne može da ima mladalački izgled kao žena od 20 godina, ali 40-e donose izraz zrelosti koji, ukoliko je žena negovana, može da bude pozitivan i da telо učini interesantnijim. Veza između mlađih muškaraca i starijih žena jeste sada u trendu, ali prevelika razlika u godinama u bilo kom slučaju nije dobra i neprirodna je. To je nešto što je kratkog daha.

baš vole zrelike žene, pa i do nivoa fetišizma. Četvrti, opet, posebno cene relaksiran pristup seksu, koji imaju zrelike žene.

■ **MLADIĆI** Na podatak do kojeg se došlo u istraživanju, a koji kaže da samo 33 odsto žena voli mlađe muškarce Popović kaže da mlađi muškarci, koji vole starije žene ipak ne moraju da strahuju.

– Prvo, konstatacija da samo 33 odsto žena voli mlađe muškarce je

sjajna, jer to znači da svaka treća zapravo želi mlađeg muškarca. Treba, međutim, imati u vidu da ni preostale dve trećine nisu izgubljene za ove muškarce, jer ako one baš i nisu posebno sklone mlađima od sebe, onda svakako jesu sklone, kao što smo videli, strasnjem i pustolovnjem seksu, a to starija gospoda svakako neće biti u mogućnosti da im u potpunosti pruže, i eto prostora za mlađe muškarce.

Redovan seks sačuvao lepotu

Ova lepotica odavno je postavila standarde lepote, koji i danas vladaju u svetu manekenstva. Okušala se i kao glumica, ali je ostala upamćena kao jedna od najlepših top modela. Možda je to delo plastičnih hirurga, ali Sindi tvrdi da je za njenu lepotu najzaslužniji zdrav, kvalitetan i redovan seksualni život.



DR TEA NIKOLIĆ

Seksualnost je individualna

– Kada je u pitanju seksualnost žene, po mišljenju mnogih autora i prema empirijskim istraživanjima, ženska seksualnost budi se kasnije – što je starija, žena je sposobnija da uživa u seksu i doživljava orgazam – tvrdi dr Tea Nikolić, i dodaje da je to verovatno zato što je žena tada istovremeno i zrelija i samouverenija.

– Teško je generalizovati i reći da je, recimo, seks kvalitetniji što je žena starija ili da žena doživljava procvat seksualnosti tad i tad, pre porođaja, posle porođaja itd. Mislim da je to pojedinačno. Neke žene nikada ne nađu na pravu osobu, a nekim je svaka osoba u tom smislu prava. Proučavanje ljudske seksualnosti je otvorilo mnoga pitanja, a jedini

zaključak do koga se došlo je da se ljudi, kada je u pitanju seksualnost, jako razlikuju – tvrdi Nikolićeva.

UŽITAK

Što je starija, žena je sposobnija da uživa u seksu



ORNAMENTUM

BEOGRAD, Karađorđeva 21, tel: 011 26 33 685
www.ornamentum.co.yu, ornamentum@beotel.yu

nameštaj od punog tikovog drveta,
ukrasni i unikatni predmeti,
unikatna indijska tkanina,



nameštaj od kože,
orientalni tepisi,

