

Toute sa vie... Faire l'amour



Avoir une sexualité épanouie après 60 ans.

Garder la jeunesse, la forme physique... L'apparence, avec une sexualité qui demeure performante avec un sommet de plaisir à atteindre.

La sexualité évolue et elle peut durer toute la vie...

Certaines personnes sont aux prises avec le vieillissement de leur corps qui rend leur sexualité plus compliquée. D'autres ne se sentent plus désirables. Celles qui renoncent face à la réalité de la solitude et celles qui renoncent parce qu'elles ne parviennent pas à faire évoluer l'image qu'elles ont de la sexualité.

On peut évoluer d'une sexualité génitale vers une sexualité plus érotique : lenteur, tendresse, présence charnelle à l'autre qui prennent beaucoup d'importance avec le temps.

C'est donc une sexualité qui est moins dissociable de l'amour.

On peut savoir ce que l'on veut, comme désirer ce que l'on cherche, on peut avec de l'audace.

Cette génération pourra être en bonne forme physique jusqu'à 80 ans et rester désirante, donc elle sera obligée d'inventer une vie amoureuse.

Beaucoup de couples se remettent en question au moment de la retraite même se séparent. Mais n'ont pas envie de tirer un trait sur

leur sexualité, car ils pensent être passés à côtés de quelque chose (pas été un(e) bon(ne) amant(e) ou n'ont pas eu des relations de qualité.

Ils ont le temps, la disponibilité, la maturité, plus indulgent... plus tolérant. Ils s'acceptent mieux eux-mêmes.

Des grandes histoires d'amour de très grande qualité peuvent naître. Ils peuvent avoir une vie intérieure riche, ils sont mieux dans leur peau et ils peuvent partager avec l'autre. Ils peuvent encore séduire, attirer. Car on séduit par ce que l'on est... On est jeune à l'intérieur.

Les femmes vieillissent moins sexuellement, elles ont une sexualité différente, les hommes sont souvent dans l'angoisse de la performance. Tout le monde n'aime pas faire l'amour, car c'est souvent notre histoire affective qui nous empêche, parfois de nous investir.

On peut avoir du respect de l'intimité des personnes. Ces personnes plus âgées n'ont pas de normes à avoir, mais au contraire... Tout à inventer.

<http://www.notretemps.com/sante/sexualite/amour-apres-60-ans-sexualite-plus-complice,i81274>

<http://www.atlantico.fr/decryptage/soixante-ans-pas-foutu-sexuellement-comment-reveiller-libido-seniors-eliane-cariou-395147.html>

<http://senior.mutuelles-comparateur.fr/sexualite-seniors-sante/>

<http://www.e-sante.be/quelle-erection-passe-50-ans-reponses-expert-vos-questions/actualite/1658>