

# PSYCHOLOGIES

Italia

AL CENTRO DELLA VITA

Magazine

01

ESSERE GENITORI

**I nostri figli  
e la tv: quanta  
e quale?**

NOI E GLI ALTRI

**Imparare  
a negoziare**

SESSUALITÀ

**Si può vivere  
senza fare  
l'amore?**

CORPO&MENTE

**Come uscire  
dall'ossessione  
delle diete**

Prezzo  
speciale  
**1,50**  
euro

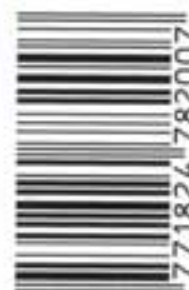
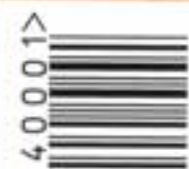
**Valeria  
Bruni  
Tedeschi**

**"Oggi finalmente  
so attraversare  
le mie paure"**

**DOSSIER** | 28 pagine

## Diventare se stessi

- ▶ La famiglia: alle radici dell'identità
- ▶ Psicoterapia: alla ricerca dell'io
- ▶ Test: a che punto di autorealizzazione siete?



9 771824 782007





# Cioccolato

Simbolo del piacere  
in ogni civiltà  
e cultura,  
accende i sensi  
in una perfetta  
dinamica  
di seduzione e  
regala momenti di  
vera felicità

© F. Speranza

**D**esiderio quasi archetipo nell'immaginario di gola, il cioccolato simboleggia il piacere nella forma più completa: quella che unisce l'amaro al dolce, il peccato all'innocenza, la trasgressione alla quotidianità. La sua storia cominciò all'epoca dei Maya, che lo consideravano un'ambrosia divina (chocóatl significa cibo degli dei) e adoravano Quetzalcóatl, il dio-serpente che insegnò a pochi eletti come ottenere una bevanda magica e inebriante dai semi della pianta del cacao. Montezuma ne andava pazzo e si dice che ne bevesse 40 tazze al giorno. Riservando ai sudditi lo stesso privilegio solo due volte l'anno, durante le feste per il raccolto. Fin dalla notte dei tempi, quindi, il cioccolato non è solo un cibo golo-

so ma simboleggia ciò che è proibito e prezioso. Quando Cortez lo introdusse in Europa, divenne la delizia di ogni corte. E, col passare dei secoli, ha dispiegato un appeal al di là dei confini tra epoche, culture e gusti. Basta l'idea di un cioccolatino per stimolare l'immaginario sensoriale. Per sentire "l'acquolina in bocca" prima di provare il brivido del peccato allungando la mano verso una pralina. Tutta colpa (o merito) della chimica delle emozioni. "Il cioccolato" spiega la dottoressa Anna Moles, biologa comportamentale dell'Inran, l'Istituto Nazionale di Ricerca per gli alimenti e la Nutrizione di Roma: "influenza lo stato psicologico di chi lo assume. Generando stati di appagamento emotivo grazie al 'sistema di rinforzo cerebrale': un processo con cui il cervello ci premia regalandoci momenti di estasi". Stimola la produzione delle stesse sostanze (beta-endorfine) che entrano in circolo durante l'orgasmo. E, come l'eros, ci seduce congiungendo l'anima ai sensi. Perché ha un sapore e un odore unico. E si può mordere, succhiare, leccare. Perché rimanda alla disobbedienza e alla trasgressione. E la sua durezza, dopo l'eccitante resistenza iniziale, si arrende al calore della bocca, sciogliendosi in una fluidità che rimanda (e invita) alle gioie dell'abbandono. ■

GRAZIA PALLAGROSI

## DIPENDENZA POSITIVA

**Il cioccolato può provocare dipendenza. Ma anche proteggerci da condizionamenti più negativi. Una ricerca dell'Istituto di Neuroscienze dell'Università di Cagliari ha infatti rivelato che i topi "alcolisti", messi davanti a cioccolato e alcol, scelgono il primo. Il piacere, quindi... può uccidere il vizio. Ristabilendo l'equilibrio tra edonismo e salute.**

## GOLOSITÀ DA GOURMET

- **Cioccolateria Roberto Catinari**, via Provinciale 378, 51031 Agliana (PT), tel. 0574718506. **Medaglia d'Oro nel 74 come miglior cioccolatiere, Catinari offre nel suo raffinato negozio 120 tipi di cioccolatini e bottiglie di cioccolato ripiene di cioccolatini allo champagne.**
- **Pasticceria Maide**, p.zza Cavour 8, 16035 Rapallo (GE), tel. 018557881. **Maria e Nicola Benedetto creano caffettiere, coltelli, violini, carrozze, quadri... naturalmente di cioccolato. Fantasia e fantasie erotiche, come le torte sexy.**
- **Antica Dolceria Bonaiuto** corso Umberto I, 159 97015 Modica (RG), tel. 0932941225. **Si può gustare il cioccolato xocoatl aromatizzato, come nella tradizione azteca, al peperoncino o alla vaniglia. Squisito.**
- **Côte d'Or, il desiderio a portata di mano** Prodotto con cacao importato dalla Costa d'Avorio, declina ogni desiderio goloso. **Al latte, fondente, alla nocciola, Sensation, nei gusti Lait, Intense, Orange. Infine c'è Nocciolatte, la voglia matta sugli scaffali del supermarket.**