

# “NO TENGO GANAS”

CONSULTORIO  
SEXOLÓGICO

CUANDO TU DESEO QUEDO EN EL SUBSUELO DE LA PAREJA, ¿COMO LEVANTAR ANIMOS CAIDOS? CON UN CASO REAL, ESTHER NOS EXPLICA LO QUE, TARDE O TEMPRANO, ALGUNA VEZ NOS TOCA.

Apenas se sienta en mi oficina, Sabrina confiesa que está harta y cansada de que Pedro, su marido, siempre la esté presionando para tener relaciones. Ella es una mujer elegante de 35 años, dueña de una tienda de muebles antiguos, y tiene tres hijos. Se casó con Pedro hace dos años. El es un director de publicidad, cálido y apuesto, pero que puede ser muy tenso y obsesivo.

*“Me siento muy mal. Me gustaría desearlo también —dice ella—. No sé qué es peor, si fantasear con otros hombres o el hecho de que no tengo ningún interés en él. Me siento culpable. Si no volviera a tener relaciones con él, no me importaría.”*

Tal como están las cosas, Sabrina y Pedro tienen relaciones tres veces por semana. *“Siento que me estoy prostituyendo al tener sexo sin que me importe la persona.”*

Cuando él dice: *“Te extraño”*, ella, amablemente, responde: *“Yo también”*. No le cuesta decirlo, pero extraña sentir la romántica reciprocidad.

Pedro espera que ella responda al instante cuando él toma la iniciativa, y si ella no lo hace, se siente rechazado. *“Si yo tengo ganas de tener relaciones, por supuesto que ella también. Estamos casados, no debería tener que convencerla”*, explica cómo se siente él. La visión de Pedro es un gran mito. Al contrario, cuanto más tiempo vivimos con alguien, más creativos tenemos que ser para mantener el interés erótico en la pareja.

Como muchas mujeres, Sabrina desea que, al menos alguna vez, Pedro simplemente la toque, la acaricie, y no que quiera directamente tener relaciones. Ella termina evitando las caricias por miedo a que inevitablemente

terminen teniendo sexo.

Al hurgar un poco más, descubrimos que durante su crianza, ella se la pasó satisfaciendo las necesidades del resto. Por eso, hoy en día, ella se siente culpable y una mala persona cuando no lo hace. Entonces, yo me enfoco en ayudarla a que pase de sentirse una mala persona cuando no da a sentirse bien cuando es generosa. La expresión de dar es aún más verdadera en el sexo.

Sabrina quiere que la cortejen, seduzcan, tener juegos previos que empiecen a la mañana y no cinco minutos antes de tener sexo. Pedro insiste en que nada de esto ha cambiado las cosas. Como muchos hombres, él puede tener relaciones con ella y aun sentirse rechazado. El también quiere algo más que el mero acto. El también quiere amor.

Entonces, me dirijo a ella: ¿cuándo te sentís más atractiva?, ¿recibís con agrado tus pensamientos sexuales?, ¿te sentís un ser sexual separado de Pedro?, ¿demostrás afecto?, ¿sensualidad? En una pareja, nada mata el sexo como el resentimiento, la ansiedad y la presión. El tiene que retirarse y ella, que avanzar. Cada uno necesita comunicarse de maneras sexuales que no necesariamente conduzcan a la relación sexual *per se*. Tienen que enfocarse en la diversión, en conectar y en dar más que en recibir. Pueden coquetear, escribirse notas, abrir una botella de su vino favorito.

¡Cosas lindas! Cuando baje la presión y vuelvan los buenos sentimientos, es probable que también vuelva el sexo. Recuperar el sexo y el deseo es como jugar al pool: para darle a la bola, tenemos que saber cuál es la otra a la que tenemos que apuntar ●

## MINIBIO

Esther Perel es autora del *best seller* *Inteligencia erótica*, traducido a veinticuatro idiomas, que revolucionó la manera de pensar el sexo. Además, enseña en la Universidad de Nueva York y tiene su consultorio en Manhattan. Está casada desde hace veinticinco años y tiene dos hijos varones.



[WWW.REVISTAHOHLALA.COM](http://WWW.REVISTAHOHLALA.COM)  
Entrá y dejale tu mensaje.

