

Secretele atractivității în cuplu

Prezentă de curînd în România pentru lansarea best-sellerului său, *Inteligența erotică*, **Ester Perel**, expertă în terapia de cuplu, vorbește în exclusivitate pentru *Bazaar* despre dilemele contemporane legate de dorință, dragoste și viața de familie.



Deși diversitatea culturală a cuplurilor cu care lucrez este infinită, există o nemulțumire comună: cupluri în care există afecțiune, dragoste și încredere reciprocă se plîng că viața lor sexuală a devenit plictisitoare. De ce dispare plăcerea sexuală în cupluri în care partenerii se iubesc? Putem să ne dorim ceea ce avem deja? De ce sentimentul de intimitate nu garantează o viață sexuală satisfăcătoare? De ce dorința sexuală suferă odată cu apariția copiilor într-un cuplu? Care este diferența dintre iubire și dorință? Aceste întrebări m-au preocupat cînd am început să explorez natura erotismului în cadrul relațiilor de lungă durată.

Cînd am venit în România, după un turneu de lansare a cărții care m-a purtat prin 20 de țări în numai doi ani, m-am întrebat ce se întîmplă cu generația care a trecut printr-o revoluție sexuală, sau cu beneficiarii ei, cei care au acces curent la metode anticoncepționale și consideră că sexul premarital este natural. Pentru această generație, satisfacția sexuală stă la baza unei relații fericite. Ca multe alte țări care au făcut parte din blocul comunist, România trece prin schimbări sociale rapide, ce afectează în mod direct dinamica relațiilor intime. Un factor important în acest sens este dezvoltarea individualismului. Pentru că sîntem mai obișnuiți ca înainte să ne descurcăm și să trăim singuri, așteptările pe care le avem de la un partener s-au multiplicat: ne dorim companie, sprijin financiar, copii, dar vrem ca această persoană să ne fie cel mai bun prieten, confident și iubit pasional în același timp. Și, în plus, trăim de două ori mai mult. Societatea de consum a ajuns și în România, cu toate trăsăturile caracteristice: împlinirea individuală, sexualitatea omniprezentă în cultură și satisfacția imediată. Am remarcat în România cum noul și vechiul conviețuiesc cot la cot în moduri surprinzătoare.

Pentru prima dată în istoria omenirii, sexul din cadrul relațiilor de durată nu este pus în slujba reproducerii sau asociat cu responsabilitatea sexuală a femeii – astăzi, sexul se bazează pe dorință. Dar unde a dispărut dorința?



Explicația clasică este că insatisfacțiile sexuale sunt cauzate de unele probleme relaționale, în primul rînd de lipsa de comunicare. Premisa este că, dacă nemulțumirile sexuale sînt consecințele unei relații deficitare, aceasta trebuie reparată și calitatea vieții sexuale se va îmbunătăți automat. Am ajutat multe cupluri să-și îmbunătățească relația, să se simtă mai apropiați, să comunice mai bine, cu rezultate pozitive, dar, în mod surprinzător, apropierea emoțională nu a ameliorat relația sexuală dintre parteneri.

Dragostea și dorința sînt două limbaje diferite. Iubirea înflorește într-o atmosferă de reciprocitate și protecție. Dorința, pe de altă parte, este mai egoistă. Iubirea caută apropiere, iar dorința are nevoie de spațiu. Multe cupluri nu iau această nevoie de aer în considerare și confundă intimitatea cu fuziunea, o eroare care afectează negativ viața lor intimă. Distanța dintre noi conferă unei relații o notă de risc, vulnerabilitate și încărcătura erotică a necunoscutului.

Și care e soluția? În primul rînd ar trebui să nu

ne mai gîndim la cum să îmbunătățim viața noastră sexuală – să nu ne mai preocupe performanța, frecvența, numărul de orgasme.

Pe de altă parte, flacăra dorinței presupune implicare activă și planificare. Cînd gătăm, ne alegem ingredientele cu grijă, savurînd fiecare nuanță a aromelor. De ce să facem dragoste fără să ne gîndim la ea înainte? Fără imaginație? Fără atenție la detalii?

Dorința are nevoie de atenție. Pentru a o susține, trebuie să ne implicăm activ. Oamenii sînt binecuvîntați cu fantezie și curiozitate. Sîntem singurele ființe capabile să facă dragoste ore întregi doar în imaginație și să ne simțim minunat, deși nu am atins pe nimeni. Sexul pe care merită să ni-l dorim nu are o finalitate evidentă; el implică distracție, joacă, puțină obrăznicie și rebeliune, dar e, în același timp, un act acceptat. Acceptarea însă nu e sinonimă cu predictibilitatea, ea nu înseamnă resemnare. A aduce dorința sexuală în casă este un gest de sfidare asumată. Reconcilierea eroticului cu domesticul nu este o problemă a cărei rezolvare putem să o găsim, ci un paradox pe care învățăm să-l gestionăm. ■