bestseller internațional

ESTHER PEREL

INTELIGENȚA EROTICĂ

RECONCILIEREA VIEȚII EROTICE
CU VIAȚA DE FAMILIE



Curtea Veche

stiletto books

ESTHER PEREL este un terapeut de cuplu și de familie foarte cunoscut care se dedică, de peste douăzeci de ani, ajutorării și salvării cuplurilor ce se confruntă cu o mulțime de probleme în viața intimă și care nu mai cunosc pasiunea. Deține un cabinet particular în New York, unde îndrumă atent o mulțime de cupluri heterosexuale, homosexuale, bisexuale, interrasiale etc.

Aceasta a absolvit Hebrew University din Ierusalim și Lesley College și deține o mulțime de diplome de specialitate, cum ar fi cele de la Family Studies (New York), Institute for Sociotherapy (New York), The family Institute of Cambridge (Cambridge) și New England Institute of Psychodrama (Cambridge).

A publicat foarte multe articole de specialitate în reviste ca: The Washington Post, Vogue, Health Parent și Working Woman și a apărut în emisiuni televizate precum: Oprah Winfrey Show, The Today Show, Good Day New York etc.

Locuiește împreună cu soțul său și cu cei doi fii ai săi la New York și vorbește opt limbi străine.

ESTHER PEREL

Inteligența erotică

Reconcilierea vieții erotice cu viața de familie

Traducere din limba engleză de
MARIA LOREDANA DULCEA

Curtea veche

BUCUREȘTI, 2008

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
PEREL, ESTHER
Inteligenţa erotică: reconcilierea vieţii erotice cu viaţa de familie / Esther Perel; trad.: Maria Loredana Dulcea. - Bucureşti: Curtea Veche Publishing, 2008
Index
ISBN 978-973-669-586-5

I. Dulcea, Maria Loredana (trad.)

176

Coperta: GRIFFON AND SWANS PRODUCTIONS
www.griffon.ro

ESTHER PEREL
Mating in Captivity: Reconciling the Erotic and the Domestic

Copyright © 2006 by Esther Perel
All rights reserved.

© CURTEA VECHE PUBLISHING, 2007
pentru prezenta versiune în limba română

ISBN 978-973-669-586-5

Părinților mei, Sala Ferlegier și Icek Perel.
Vitalitatea lor continuă să dăinuie în mine.

MULȚUMIRI

Nu am mai scris nicio carte până acum. Am crezut că nu voi suporta singurătatea pe care o presupune acest lucru. Spre surprinderea mea, am descoperit că pot afla plăcerea colaborării și a discuțiilor de la miezul nopții stând la masa de scris. În timpul unei conversații, tendința mea este de a-mi urma firul gândurilor — ideile mele ies la iveală și capătă claritate numai atunci când vorbesc. Unii oameni m-au ajutat să vorbesc, iar alții să scriu. Le datorez foarte mult, mult mai mult decât acest modest tribut. De vreme ce am meditat asupra iubirii și sexului timp de doi ani, permiteți-mi să spun că fiecare cuvânt este un semn al gratitudinii mele față de ei.

Sarah Manges, un redactor extraordinar, ai fost busola mea. Tu mi-ai menținut cursul atunci când furtunile de idei amenințau să mă abată de la el. Laura Blum, tu mi-ai ridicat proza la un nivel superior. Nefiind o vorbitoare nativă de engleză, îmi lipsesc anumite nuanțe ale limbii, pe care flerul tău poetic le sesizează întotdeauna. Michele Scheinkman, niciodată nu știu dacă o idee are sens până când tu nu o aprobi. Gail Winston, redactor la HarperCollins, ai crezut în mine întocmai ca o mamă. Tu m-ai făcut să-mi adun gândurile împrăștiate și m-ai ferit de folosirea unui limbaj nepotrivit. Mary Wylie, atunci când ai publicat articolul care a inspirat această carte, „În căutarea inteligenței erotice: reconcilierea senzualității cu viața de familie", ți-ai dat oare seama cât de departe vom ajunge? Tu înțelegeai adeseori ceea ce

voiam să spun chiar înainte să rostesc un singur cuvânt. Miriam Horn, ai fost prima persoană care a conturat articolul original. Rich Simon, tu ai pus totul în mișcare. O simplă întrebare ivită în primăvara lui 2002, „La ce te-ai mai gândit în ultima vreme?", m-a determinat să-ți trimit câteva idei disparate, care, după unsprezece variante, au apărut în paginile unei prestigioase reviste, *The Psychotherapy Networker*. Lucrurile puteau lua sfârșit aici, sub forma unui articol interesant. Dar tu, Tracy Brown, ai scotocit pe la chioșcurile de ziare așa cum numai un agent întreprinzător știe s-o facă. Ai zărit coperta revistei *Utne Reader* care reprodusese articolul meu din *The Networker*. Am stabilit imediat o legătură și am început această călătorie uimitoare. Te recomand tuturor. Ilana Berger, tu m-ai introdus în lumea terapiei sexuale. Mi-ai fost mentor și prietenă. Peter Fraenkel, ai crezut în acest proiect încă din prima zi. Michael Shernoff, oferindu-mi perspectiva homosexuală, m-ai ajutat să nu recurg la clișeuri heterosexuale. Patti Cohen și David Bornstein, sunt onorată că m-ați primit în cercul vostru de scriitori. Deborah Gieringer, Sandy Petrey și Katherine Frank, vă mulțumesc pentru că ați citit cu discernământ, cugetând la cele citite. Phillis Levin, tu ești muza mea poetică. Shelly Kellner, tu îmi organizezi cu generozitate haosul. Sprijinul pe care mi l-ai oferit în faza de cercetare a fost fără cusur. Anya Strzemien, ai petrecut multe ore ascultându-mi vocea imprimată pe casetă și apoi transcriindu-mi vorbele. Oare am mai putea lucra împreună și altă dată? Miriam Baker, îți mulțumesc pentru minunata metaforă a captivității.

Nu pot accentua îndeajuns contribuția pacienților mei. Sunt onorată de încrederea pe care mi-ați arătat-o. Vă mulțumesc pentru că m-ați lăsat să pătrund în sufletele voastre și pentru că mi-ați permis să vă folosesc poveștile pentru a îmbogăți viața altora. Prieteni, vă rog de asemenea să vă alăturați numele celor de pe această listă. Nu-i pot numi pe toți cei care, împreună cu

mine, au analizat complexitatea dorinței, dar ei știu cine sunt și nu le pot mulțumi îndeajuns.

Jack Saul, suntem împreună de aproape un sfert de secol. Știu că apreciezi tema pe care am ales-o! Nu aș fi putut să finalizez acest proiect fără sprijinul și entuziasmul tău. Tu ai intervenit de fiecare dată când eu băteam în retragere. Adam, fiul meu cel mare, a fost expertul în calculatoare. Faptul că te-a interesat munca pe care o făceam a însemnat foarte mult pentru mine, deși, uneori, asta însemna să mă aflu departe de casă. Ție Noam, fiul meu cel mic, îți promit că, atunci când vei avea vârsta potrivită, voi fi încântată să-mi citești această carte.

SĂLBĂTICIUNI ÎN CAPTIVITATE

Sălbăticiuni în captivitate
în timp ce-şi păstrează sălbatica lor puritate
nu se înmulţesc, se întristează şi mor.

Toţi oamenii se află în captivitate,
activi în captiva lor activitate,
iar cei mai buni nu se înmulţesc, deşi nici ei nu ştiu de ce.

Imensa cuşcă a vieţii de familie
ucide sexul în om, simplitatea
dorinţei e deformată şi răstălmăcită.

Şi aşa, cu o crudă perversitate,
scrâşnind din dinţi în faţa enormei adversităţi,
tinerii se împerechează, se detestă şi le vine să plângă.

Sexul este o stare de graţie.
Ce nu poate exista într-o cuşcă.
Deci, spargeţi cuşca, îndrăzniţi şi încercaţi.

D.H. Lawrence

INTRODUCERE

Povestea sexului în cadrul cuplurilor moderne vorbește deseori despre o dorință diminuată și include o lungă listă de motivații care pretind să explice pieirea inevitabilă a erosului. Se pare că, recent, toată lumea, de la știrile de dimineață până la *New York Times*, este preocupată de acest subiect. Toți ne avertizează că prea multe cupluri nu fac sex destul de frecvent, chiar și atunci când partenerii promit să se iubească. Perechile de azi sunt prea ocupate, prea stresate, prea implicate în creșterea copiilor și prea obosite pentru a mai face sex. Și dacă toate acestea nu sunt suficiente pentru a le adormi simțurile, atunci antidepresivele au menirea să le aline stresul care a mascat ridicarea vălului. Există o anumită ironie în evoluția generației de copii care acum aproape treizeci de ani a inaugurat o nouă eră a libertății sexuale. Acum, când acești bărbați și aceste femei, ca și generațiile care le-au urmat, pot face sex cât de mult vor, par să-și fi pierdut dorința.

Deși nu am niciun motiv să nu fiu de acord cu veridicitatea acestor studii prezentate în mass-media — viețile noastre sunt cu siguranță mai stresante decât ar trebui să fie — mi se pare că, axându-se aproape exclusiv pe frecvența și cantitatea relațiilor sexuale, acestea se referă numai la cauzele de suprafață ale maladiei de care suferă atâtea cupluri. Cred că aici este vorba de ceva mai mult.

Psihologii, terapeuții sexuali și observatorii sociali s-au războit cu nodul gordian al modului de a reconcilia sexualitatea cu viața de familie. Ne sunt oferite sfaturi prolifice în legătură cu achizițiile de pe piața picanteriilor pentru a adăuga mai multă savoare sexului conjugal. Dacă scade dorința, ni se spune, asta este o problemă de programare ce poate fi rezolvată printr-o stabilire mai bună a priorităților și prin abilități organizatorice; sau este o problemă de comunicare ce poate fi ameliorată prin exprimarea verbală a dezideratului sexual.

Înclin mai puțin spre o abordare statistică a sexului — dacă mai faci sex, cât de des, cât durează, cine termină primul și câte orgasme ai. În schimb, vreau să mă ocup de întrebările la care nu se poate răspunde cu ușurință. Această carte vorbește despre erotism și despre poetica sexului, despre natura dorinței erotice și dilemele ce o însoțesc. Ce simți când iubești pe cineva? Și prin ce diferă faptul că dorești pe cineva? Intimitatea profundă conduce întotdeauna la sex? De ce trecerea la statutul de părinte se transformă atât de des într-un dezastru erotic? De ce are un caracter atât de erotic ceea ce ne este interzis? E posibil să ne dorim ceea ce avem deja?

Cu toții avem în comun o nevoie fundamentală de a fi protejați, care ne propulsează de la început către o relație conjugală; dar avem o nevoie la fel de mare de aventură și de emoție. Iubirea modernă ne promite că este posibil să unificăm aceste nevoi distincte. Totuși, eu încă nu sunt convinsă de acest lucru. Astăzi, ne orientăm către o persoană pentru a-i asigura ceea ce altădată un întreg sat îi putea oferi: un sentiment al stabilității, al importanței și al continuității. În același timp, ne așteptăm ca relațiile noastre conjugale să fie romantice și să ne asigure satisfacție din punct de vedere emoțional și sexual. E de mirare faptul că atât de multe relații sunt zdrobite de povara acestor pretenții? E greu să stârnești excitare, anticipare și dorință aprinsă

în aceeaşi persoană de la care aştepţi confort şi statornicie, dar nu e imposibil. Vă invit să vă gândiţi la modalităţi de a alătura riscul siguranţei, misterul familiarului şi noutatea trăiniciei.

Pe parcurs, ne vom referi la modul în care ideologia modernă referitoare la dragoste intră, uneori, în conflict cu forţele dorinţei. Dragostea prosperă într-o atmosferă de apropiere, reciprocitate şi egalitate. Căutăm să cunoaştem persoana iubită, să o ţinem aproape, să micşorăm distanţa dintre noi. Ne pasă de cei pe care îi iubim, ne facem griji pentru ei şi ne simţim responsabili. Pentru unii, dragostea şi dorinţa sunt inseparabile. Dar pentru mulţi alţii, intimitatea afectivă împiedică exprimarea erotică. Responsabilitatea şi grija, care hrănesc iubirea, blochează deseori inconştientul care alimentează plăcerea erotică.

Convingerea mea, întărită de douăzeci de ani de practică, este că, în timp ce pun bazele unui sentiment de securitate, multe cupluri confundă dragostea cu fuziunea. Această confuzie este un semn rău pentru sex. Pentru a ne menţine elanul erotic către celălalt, trebuie să existe un obstacol de depăşit. Erotismul presupune o distincţie. Cu alte cuvinte, el prosperă în spaţiul dintre sine şi celălalt. Pentru a fi în strânsă legătură cu cel pe care-l iubim, trebuie să putem tolera acest gol şi vălul lui de incertitudini.

Considerând acest paradox temă de reflectare, să ne referim la un altul: dorinţa este însoţită adesea de sentimente care par să stânjenească iubirea. Agresivitatea, gelozia şi discordia sunt primele care ne vin în minte. Voi explora presiunile culturale care modelează sexul conjugal, făcându-l exemplar, egal şi sigur, dar care dau naştere şi la multe cupluri plictisite. Aş vrea să sugerez faptul că am putea face dragoste într-un mod mai excitant, mai plin de imaginaţie şi chiar mai frivol dacă am fi mai puţin constrânşi de predilecţiile culturale spre democraţie în dormitor.

Pentru a susține această afirmație, îl conduc pe cititor într-un ocol prin istoria socială. Vom vedea că perechile contemporane investesc în dragoste mai mult ca niciodată; totuși, într-o turnură cruntă a sorții, chiar acest model de dragoste și căsnicie este cel care se află în spatele creșterii exponențiale a ratei de divorț. Aici, este de datoria noastră să ne întrebăm dacă structurile conjugale tradiționale pot întruni vreodată mandatul, mai ales când expresia „până când moartea ne va despărți" atrage după sine o durată a vieții dublă față de cea din secolele trecute.

Elixirul magic care are menirea să facă posibil acest lucru este intimitatea. Vom descoperi cauza reală a acestei afirmații privind prin diferite lupe, dar aici merită menționat că stereotipul femeilor ca fiind romantice cu desăvârșire și cel al bărbaților ca fiind cuceritori sexuali ar fi trebuit îndepărtat de mult. Același lucru este valabil pentru orice idee care o prezintă pe femeie râvnind după dragoste, fidelă mai presus de toate și cu înclinări domestice, iar pe bărbați fiind biologic non-monogami și temându-se de intimitate. Ca urmare a schimbărilor sociale și economice din istoria recentă a vestului, limitele tradiționale dintre genuri au fost șterse și aceste calități sunt vizibile acum la ambele sexe. Deși stereotipurile pot conține un adevăr considerabil, ele nu reușesc să sesizeze complexitatea relațiilor moderne. Eu caut o abordare mai androgină a iubirii.

Ca terapeut de cuplu, am schimbat ordinea priorităților terapeutice obișnuite. În domeniul meu suntem învățați să ne interesăm mai întâi de starea uniunii și apoi să întrebăm cum se manifestă aceasta în dormitor. Privită din acest unghi, relația sexuală este o metaforă a întregii relații. Ipoteza fundamentală este aceea că dacă putem îmbunătăți relația, atunci și sexul se va îmbunătăți. Dar o spun din experiență că nu se întâmplă des să fie așa.

În mod tradițional, cultura terapeutică a favorizat cuvântul rostit în defavoarea expresivității corporale. Totuși, sexualitatea și intimitatea afectivă sunt două limbaje diferite. Aș vrea să-i redau corpului locul său remarcabil cuvenit în discuțiile despre cupluri și erotism. Corpul cuprinde adesea adevăruri emoționale peste care cuvintele pot trece cu o prea mare ușurință. Dinamica în sine, care este o sursă de conflict într-o relație — în special cea legată de putere, control, dependență și vulnerabilitate — devine adesea dezirabilă atunci când este resimțită prin corp și erotizată. Sexul devine atât o modalitate de a lămuri conflictele și confuzia legate de intimitate și dorință, cât și o modalitate pentru noi de a începe remedierea acestor dezacorduri destructive. Corpul fiecărui partener, impregnat de istoria individului și de avertismentele culturale, devine un text ce trebuie citit de noi toți laolaltă.

Păstrând tema lecturii, acum este un moment la fel de bun ca oricare altul pentru a vă explica unii termeni pe care îi veți întâlni în carte. Pentru claritate, voi utiliza cuvântul „căsnicie" pentru a mă referi la angajamente afective pe termen lung și nu doar la un statut legal. Și uneori îmi place să oscilez între pronumele feminine și cele masculine, fără a judeca neapărat vreunul dintre sexe.

Eu însămi, așa cum o dezvăluie numele meu, sunt femeie. Mai puțin evident, poate, este că sunt un hibrid cultural. Trăiesc pe multe țărmuri și vreau să aduc o viziune culturală informată — sau multiculturală — asupra subiectului acestei cărți. Am crescut în Belgia, am studiat în Israel și mi-am terminat pregătirea în Statele Unite. Pendulând între diverse culturi timp de mai mult de treizeci de ani, mi-am format perspectiva unuia care se mulțumește să privească de pe margine. Această poziție avantajoasă mi-a asigurat multiple perspective pentru observațiile mele asupra modului în care ne dezvoltăm din punct de vedere sexual, în care relaționăm unul cu celălalt, în care relatăm despre

dragoste și asupra felului în care ne antrenăm în plăcerile corpului.

Am transferat experiența personală în munca profesionistă de clinician, profesor și consultant ce activează în psihologia interculturală. Concentrându-mă asupra tranziției culturale, am lucrat în mod special cu trei populații: familii de refugiați și familii din alte țări (cele două grupuri care se mută cel mai des în prezent, deși din motive diferite) și cupluri interculturale (care includ perechile interrasiale și interreligioase). În ceea ce privește cuplurile interculturale, schimbările culturale nu apar ca urmare a schimbării geografice, ci în schimb acestea au loc în sufrageriile lor. Ceea ce mi-a atras interesul în mod deosebit a fost modul în care această contopire dintre culturi a influențat relațiile dintre sexe și practicile de creștere a copiilor. Am cugetat la multiplele sensuri ale căsniciei și la modul în care rolul și locul ei în sistemul mai vast al familiei variază în diferite contexte naționale. Oare este un act intim dintre doi indivizi sau o afacere comună dintre două familii? În ședințele de cuplu, am încercat să discern nuanțele culturale ascunse în spatele discuției despre angajament, intimitate, plăcere, orgasm și trup. Dragostea poate fi ea universală, dar explicația ei în fiecare cultură este definită în limbi diferite, atât literal, cât și metaforic. Am fost în special receptivă la conversațiile despre sexualitatea copiilor și a adolescenților deoarece societatea își dezvăluie cel mai mult valorile, idealurile, imboldurile și interdicțiile în mesajele către copii.

Vorbesc opt limbi. Pe unele le-am învățat acasă, pe unele la școală, pe câteva în timpul călătoriilor mele și una sau două prin intermediul iubirii. În munca mea, mi se cere să-mi folosesc atât competența multiculturală, cât și abilitatea de poliglotă. Pacienții mei sunt heterosexuali și homosexuali (în acest moment nu lucrez cu populația inter-sexuală), căsătoriți, logodiți, singuri și

recăsătoriți. Ei sunt tineri, bătrâni și indivizi între două vârste. Ei acoperă un spectru vast de culturi, rase și clase sociale. Poveștile lor personale evidențiază forțele culturale și psihologice care definesc modul în care iubim și dorim.

Una dintre experiențele mele cele mai formatoare ce stă la baza acestei cărți poate părea indirectă, dar trebuie să v-o dezvălui pentru că revarsă lumină asupra motivațiilor care îmi hrănesc pasiunea. Părinții mei au fost supraviețuitori ai lagărelor de concentrare naziste. Vreme de câțiva ani, ei s-au confruntat cu moartea în fiecare zi. Mama și tata au fost singurii supraviețuitori din familiile lor. Au ieșit din această experiență vrând să se răzbune pe viață trăind din plin fiecare zi. Amândoi au simțit că le-a fost oferit un dar unic: acela de a trăi din nou. Părinții mei erau neobișnuiți, cred eu. Ei nu voiau numai să supraviețuiască; voiau să reînvie. Aveau sete de viață, au prosperat prin experiențe excesive și le-a plăcut să se distreze. Ei cultivau plăcerea. Nu știu absolut nimic despre viața lor sexuală, cu excepția faptului că au avut doi copii, pe fratele meu și pe mine. Dar din felul în care au trăit, am simțit că înțelegeau profund erotismul. Deși mă îndoiesc că ar fi folosit vreodată acest cuvânt, ei incorporau sensul lui mistic ca pe o calitate vitală, ca pe o cale spre libertate — nu doar definiția îngustă a sexului, atribuită de modernitate. Mă folosesc de această înțelegere extinsă pentru mă referi la discuția despre erotism din această carte.

Totuși, mai există o influență puternică care m-a ajutat la alcătuirea acestui proiect. Soțul meu este director al Programului Internațional de Studii ale Traumei de la Universitatea Columbia. Munca lui este devotată asistenței refugiaților, copiilor de război și victimelor torturii, ce caută să depășească trauma masivă pe care au suferit-o. Redându-le simțul creativității, capacitatea de joacă și cea de a simți plăcere, acești supraviețuitori sunt în cele din urmă ajutați să revină la viață și la

speranța care o alimentează. Soțul meu se ocupă de durere; eu mă ocup de plăcere. Acestea două sunt, în mod intim, familiarizate una cu cealaltă.

Indivizii despre care scriu nu apar în secțiunea dedicată mulțumirilor, cu toate că le datorez foarte mult. Poveștile lor sunt autentice și redate aproape cuvânt cu cuvânt, însă identitățile lor sunt mascate. Prin acest proiect, am împărtășit fragmente împreună cu ei în spiritul colaborării. Multe dintre ideile mele au fost dezvoltate prin munca mea, și nu invers. Ele se inspiră din bogăția de observații atente ce aparțin multor profesioniști și autori care s-au mai ocupat anterior de ambiguitățile iubirii și ale dorinței.

În fiecare zi, la muncă, mă confrunt cu realitățile detaliate care se ascund în spatele statisticilor. Văd oameni care sunt atât de buni prieteni, încât nu pot încerca să fie iubiți. Văd iubiți care susțin atât de tare ideea că sexul trebuie să fie spontan, încât nu au parte deloc de sex. Văd cupluri cărora seducția li se pare un efort prea mare, ceva ce nu trebuie să mai facă acum, când sunt căsătoriți. Văd alte cupluri care cred că intimitatea înseamnă să știi totul unul despre celălalt. Ei renunță la oricare simț al distincției și apoi se întreabă unde a dispărut tot misterul. Văd soții care mai degrabă ar purta tot restul vieții eticheta „dorință sexuală scăzută" decât să le explice soților lor că preludiul trebuie să fie mai amplu decât actul în sine. Văd oameni care își doresc cu atâta disperare să respingă sentimentul lipsei de vitalitate din relațiile lor, încât sunt gata să riște totul pentru câteva momente de distracție interzisă cu o altă persoană. Văd cupluri ale căror vieți sexuale sunt reaprinse de o aventură și alte cupluri pentru care o aventură pune cu adevărat capăt oricărei legături existente. Văd oameni mai în vârstă care se simt trădați de penisurile lor nereceptive și care se grăbesc să ia Viagra pentru a-și mai alina neliniștea cauzată de evenimentele greu admisibile;

le văd pe soțiile lor că se simt stânjenite de provocarea bruscă a pasivității lor. Văd tineri părinți a căror energie erotică a fost stoarsă de creșterea copilului — atât de consumată de copilul lor, încât nu-și amintesc să mai închidă din când în când ușa la dormitor. Văd bărbatul care se uită la pornografii pe internet nu din cauză că nu o găsește atrăgătoare pe soția lui, ci pentru că lipsa ei de entuziasm îl lasă să creadă că e ceva în neregulă cu el, pentru că-și dorește atât de mult să facă sex. Văd oameni atât de rușinați de sexualitatea lor, încât îi privează pe cei care-i iubesc de acest chin. Văd oameni care știu că sunt iubiți, dar care năzuiesc să fie și doriți. Toți vin să mă vadă fiindcă tânjesc după vitalitate erotică. Uneori ei vin timizi; alteori vin disperați, descurajați, furioși. Lor nu le lipsește doar sexul, actul în sine; le lipsește sentimentul de conexiune, veselie și renaștere pe care îl conferă sexul. Vă invit să mă însoțiți în conversațiile mele cu acești aventurieri, în timp ce încercăm să vorbim liber și să venim cu un pas mai aproape de transcendență.

Pentru cei care aspiră la accelerarea periodică a bătăii inimii lor, le fac cunoscut următorul lucru: excitarea este împletită cu nesiguranță și cu dorința noastră de a îmbrățișa necunoscutul mai degrabă decât de a ne apăra de acesta. Dar chiar această tensiune ne face să ne simțim vulnerabili. Îi previn pe pacienții mei că nu există „sex sigur".

Totuși, ar trebui să menționez faptul că nu toți iubiții caută pasiune, deși odată se bucurau de aceasta. Unele relații se bazează pe sentimente de căldură, tandrețe și nutrire, iar partenerii aleg să rămână în aceste ape mai calme. Ei preferă o dragoste clădită mai mult pe răbdare decât pe pasiune. Pentru ei, contează să găsească calmul într-o relație durabilă. Pentru a realiza acest lucru nu există numai o singură cale și nu există nicio cale corectă.

Inteligența erotică aspiră să vă angajeze într-o discuție sinceră, clară și provocatoare. Vă încurajează să vă puneți întrebări, să spuneți ceea ce este de nerostit și să nu vă temeți să puneți sub semnul întrebării corectitudinea sexuală și afectivă. Lăsând ușile deschise spre viața erotică și viața de familie, vă invit să punem accentul pe sex.

1

De la aventură la captivitate

Motivul pentru care căutarea siguranței face ca vitalitatea erotică să slăbească

Focul originar și primordial, sexualitatea, înalță flacăra roșie a erotismului, iar aceasta, la rândul ei, susține și înalță altă flacără, albastră și tremurătoare — cea a dragostei. Erotism și dragoste — dubla flacără a vieții.

Octavio Paz, *Dubla flacără*

Petrecerile în New York sunt asemănătoare ieșirilor antropologice pe teren — niciodată nu știi pe cine vei întâlni sau ce vei găsi. De curând, mă învârteam pe la un eveniment monden și, cum e tipic în acest oraș al oamenilor de succes, înainte de a fi întrebată cum mă cheamă am fost întrebată ce ocupație am. Am răspuns: „Sunt terapeută și scriu o carte." Tânărul prezentabil care stătea lângă mine lucra și el la o carte. „Despre ce scrii?", l-am întrebat. „Fizică", mi-a răspuns. Politicos, am formulat următoarea întrebare: „Ce fel de fizică?" Nu îmi pot aminti care a fost răspunsul lui deoarece conversația despre fizică a luat brusc sfârșit atunci când cineva m-a întrebat: „Și tu? Despre ce scrii?" „Despre cupluri și erotism", am răspuns eu.

Factorul meu de popularitate nu a fost niciodată atât de mare — la petreceri, în taxiuri, la salonul de manichiură, în avion, cu adolescenții, cu soțul meu, oriunde — cum a fost atunci când am început să scriu o carte despre sex. Îmi dau seama că există anumite subiecte care îi îndepărtează pe oameni și altele care acționează ca un magnet asupra lor. Oamenii îmi vorbesc.

Desigur, asta nu înseamnă că îmi spun adevărul. Dacă există vreun subiect care să invite tăinuirea, atunci sexul este acela.

— Ce anume despre cupluri și erotism? întreabă cineva.

— Scriu despre natura dorinței sexuale, îi răspund eu. Vreau să știu dacă se poate păstra vie dorința într-o relație de lungă durată, dacă se poate evita uzura ei obișnuită.

— Nu ai neapărat nevoie de dragoste pentru a face sex, dar ai nevoie de sex în dragoste, spune un bărbat care stătea pe tușă, încă indecis cărei conversații să i se alăture.

— Te concentrezi în special asupra cuplurilor căsătorite? Cupluri de heterosexuali? întreabă altul. Însemnând: cartea aceasta este și despre mine?

Îl liniștesc:

— Analizez nenumărate cupluri. Cupluri de heterosexuali, homosexuali, tineri, bătrâni, logodiți și indecișii.

Le spun că vreau să știu cum, sau dacă, putem menține o oarecare însuflețire și emoție în relațiile noastre. Există ceva propriu căsniciei care potolește dorința? Putem vreodată menține siguranța fără a ceda monotoniei? Mă întreb dacă putem păstra un simț al poeticului, a ceea ce Octavio Paz numește dubla flacără a iubirii și a erotismului.

Am purtat această conversație de multe ori, iar comentariile pe care le-am auzit la această petrecere nu-mi erau mai deloc necunoscute.

— Nu se poate.

— Ei bine, asta e toată problema monogamiei, nu-i așa?

— De aceea nu îmi iau angajamente. Nu are nimic de-a face cu frica. Pur și simplu urăsc sexul plictisitor.

— Dorință în timp? Ce ziceți de dorință pentru o noapte?

— Relațiile se dezvoltă. Pasiunea se transformă în altceva.

— Am renunțat la pasiune atunci când am născut.

— Uite ce e, există bărbați cu care te culci și bărbați cu care te căsătorești.

Cum des se întâmplă într-o discuție publică, chestiunile cele mai complexe tind să se polarizeze cât ai clipi, iar nuanța este înlocuită de satiră. De aici, diferența dintre romantici și realiști. Romanticii refuză o viață fără pasiune; jură că nu vor renunța niciodată la adevărata dragoste. Ei sunt căutătorii permanenți, care vor să găsească persoana cu care dorința nu li se va stinge niciodată. De fiecare dată când le scade dorința în intensitate, ei conchid că dragostea a dispărut. Dacă eros e în declin, atunci dragostea trebuie să se afle pe patul de moarte. Ei deplâng pierderea emoției și se tem să se așeze la casa lor.

La extrema opusă se află realiștii. Ei spun că dragostea trainică este mai importantă decât sexul fierbinte și că pasiunea îi determină pe oameni să facă lucruri stupide. Ea este periculoasă, creează catastrofe și este o bază șubredă pentru căsnicie. Cum o spun cuvintele nemuritoare ale lui Marge Simpson: „Pasiunea este pentru adolescenți și străini." Pentru realiști, prevalează maturitatea. Emoția inițială se dezvoltă în altceva — în dragoste profundă, respect reciproc, trecut împărtășit și tovărășie. Diminuarea dorinței este inevitabilă. Se așteaptă ca tu să o înduri cu hotărâre și să te maturizezi.

Pe măsură ce conversația își urmează firul, cele două tabere se privesc cu un amestec complex de milă, tandrețe, invidie, exasperare și dispreț categoric. Dar, deși ambele se poziționează la capetele opuse ale spectrului, ele sunt de acord cu premisa fundamentală că pasiunea se potolește în timp.

„Unii dintre voi nu sunt de acord cu pierderea în intensitate, unii dintre voi acceptă această idee, dar toți păreți a crede că dorința dispare treptat. Lucrul asupra căruia nu cădeți de acord este cât de importantă este pierderea", comentez eu. Romanticii pun preț pe intensitate, în defavoarea stabilității. Realiștii

prețuiesc siguranța, mai mult decât pasiunea. Dar ambii sunt adeseori dezamăgiți deoarece puțini oameni pot trăi fericiți la oricare dintre cele două extreme.

Aproape întotdeauna sunt întrebată dacă prin cartea mea ofer o soluție. Ce pot face oamenii? Ascuns în spatele acestei întrebări se întrevede un secret care tânjește după elanul vital, după valul de energie erotică ce semnalează faptul că trăiesc. Pentru oricâtă siguranță și protecție s-au convins oamenii să se așeze la casa lor, totuși ei doresc ca această forță să facă parte din viața lor. Așa că eu m-am deprins intens cu momentul în care toate aceste cugetări despre pierderea inevitabilă a pasiunii se transformă în exprimări ale speranței. Adevăratele întrebări sunt acestea: putem avea și dragoste, și dorință în cadrul aceleiași relații de-a lungul timpului? Cum? Cum anume ar fi acea relație?

Ancora și vall

Considerați-mă o idealistă, dar eu cred că dragostea și dorința nu se exclud reciproc, ci doar că ele nu se manifestă în același timp. De fapt, siguranța și pasiunea sunt două nevoi umane separate, fundamentale, ce răsar din diferite motive și tind să ne poarte în diferite direcții. În cartea *Can Love Last? (Poate dura iubirea?)*, psihanalistul profund cugetător, Stephen Mitchell, ne oferă un cadru pentru reflectarea la această enigmă. Așa cum explică el, toți avem nevoie de siguranță: de permanență, încredere, stabilitate și continuitate. Aceste instincte, înrădăcinate și adăpostite în noi, ne motivează în experiența noastră umană. Dar avem, de asemenea, nevoie de noutate și de schimbare, forțe generative ce dau vieții plenitudine și vibrație. Iar aici riscul și aventura se conturează considerabil. Suntem contradicții ambulante, căutăm protecție și predictibilitate, pe de o parte, și prosperăm în diversitate, pe de altă parte.

Aţi privit vreodată un copil care pleacă de lângă părinţi să exploreze şi apoi se întoarce imediat pentru a se asigura că mami şi tati sunt încă acolo? Micuţul Sammy trebuie să se simtă în siguranţă pentru a pleca în lume şi a descoperi; şi, odată ce şi-a satisfăcut nevoia de explorare, vrea să se întoarcă la baza lui protectoare pentru a se reconecta. E un sport la care va reveni ca adult, culminând în jocurile lui Eros. Perioadele în care va fi curajos şi îşi va asuma riscuri, vor alterna cu cele în care va căuta sprijin şi siguranţă. Poate să ezite, deşi în general se va hotărî asupra unei preferinţe în defavoarea celeilalte.

Şi ceea ce este adevărat pentru oameni este adevărat pentru oricare fiinţă însufleţită: toate organismele necesită perioade alternative de dezvoltare şi echilibru. Orice individ sau sistem expus neîncetat la noutate şi schimbare riscă să se prăbuşească în haos; însă unul care este prea rigid sau static încetează să mai crească şi, în final, moare. Acest dans fără sfârşit dintre schimbare şi statornicie este asemănător ancorei şi valurilor.

Relaţiile adulţilor reflectă foarte bine toate aceste dinamici. Căutăm o ancoră stabilă şi de încredere în partenerul nostru. Deşi, în acelaşi timp, ne aşteptăm ca dragostea să ne ofere o experienţă transcendentă care să ne permită să zburăm dincolo de vieţile noastre cotidiene. Provocarea adresată cuplurilor moderne constă în reconcilierea nevoii de siguranţă şi predictibilitate cu dorinţa de a fugi după ceea ce este emoţionant, misterios şi inspiră veneraţie.

Pentru câţiva norocoşi, aceasta este numai o provocare. Aceste cupluri pot îmbina cu uşurinţă curăţenia în garaj cu spălatul reciproc pe spate. Pentru ele, nu există disonanţă între angajament şi emoţie, între responsabilitate şi joacă. Ele pot cumpăra o casă şi pot fi şi obraznice în ea. Pot fi părinţi şi totuşi iubiţi. Pe scurt, sunt capabile să îmbine naturalul cu nefirescul. Dar pentru restul dintre noi, căutarea emoţiei în aceeaşi relaţie

în care stabilim permanență este un ordin greu de îndeplinit. Din nefericire, prea multe povești de dragoste se dezvoltă în asemenea fel, încât sacrificăm pasiunea pentru a obține stabilitate.

Ce vreau, așadar?

Adele intră în biroul meu ținând o jumătate de sandviș într-o mână și niște hârtii pe care le rezolvă pe fugă, în cealaltă mână. La cei treizeci și opt de ani ai săi, este o avocată respectată în domeniul privat. Este căsătorită cu Alan de șapte ani. Este cea de-a doua căsătorie pentru amândoi și au o fiică, Emilia, de cinci ani. Adele este îmbrăcată simplu și elegant, deși intenționează de ceva vreme să meargă la coafor, iar acest lucru se poate observa.

„Vreau să fac ce trebuie! spune ea. Optzeci la sută din timp sunt fericită cu el. Sunt cu adevărat fericită. Niciun minut de pierdut pentru această femeie organizată și împlinită. Nu spune anumite lucruri; nu-și revarsă sentimentele; dar e cu adevărat un tip drăguț. Ridic ziarul de jos și mă simt norocoasă. Suntem toți sănătoși; avem destui bani; casa nu ne-a ars niciodată, nu trebuie să ne strecurăm printre gloanțe când ne întoarcem acasă de la serviciu. Știu cât de rău poate fi acolo afară. Ce vreau, așadar?

Mă uit la prietenul meu, Marc, care divorțează de a treia soție fiindcă, spune el, «nu mă inspiră.» Așa că îl întreb pe Alan: «Eu te inspir pe tine?» Și știi ce îmi spune? «Mă inspiri să gătesc pui în fiecare sâmbătă.» Face un *coq au vin* fantastic și știi de ce? Fiindcă vrea să îmi facă pe plac, știe că îmi place.

Încerc deci să-mi dau seama ce anume îmi lipsește. Cunoști acel sentiment pe care îl ai în primul an, acea neliniște, un sentiment emoționant, acea nervozitate, pasiunea fizică? Nici măcar nu mai știu dacă voi mai avea parte de toate astea. Și când îi pomenesc lui Alan despre aceste gânduri, face mutra asta. «Ah,

iar vrei să vorbești despre Brad și Jen?» Chiar și Brad Pitt și Jennifer Aniston s-au plictisit unul de celălalt, nu-i așa? Am studiat biologia; știu cum funcționează sinapsele, știu că abuzul reduce reacția; înțeleg lucrul acesta. Emoția scade în intensitate, da, da, da. Dar chiar dacă nu pot avea parte de acea emoție, totuși vreau să simt ceva.

Partea realistă din mine știe că emoția de la început este datorată nesiguranței, în sensul că nu știi exact ceea ce simte el pentru tine. Când ne dădeam întâlniri și suna telefonul, motivul pentru care eram emoționată, era că nu știam că o să fie el la telefon. Acum, când el călătorește, îi spun să *nu* mă sune. Nu vreau să fiu trezită din somn. Partea mai inteligentă din mine spune: «Nu vreau nesiguranță. Sunt căsătorită. Am un copil. Nu trebuie să îmi fac griji de fiecare dată când el pleacă din oraș. Mă place? Nu mă place? Mă va înșela?» Știți testele acelea din reviste: cum să îți dai seama dacă te iubește cu adevărat. Nu vreau să îmi fac griji cu privire la acest lucru. Nu am nevoie de asta cu soțul meu acum. Dar mi-ar plăcea să retrăiesc o mică parte din acea emoție.

La sfârșitul unei lungi zile de lucru, după ce am grijă de Emilia și gătesc, după ce fac curățenie, după ce șterg de pe listă activitățile propuse pentru ziua respectivă, sexul este ultimul lucru la care mă gândesc. Nici măcar nu vreau să vorbesc cu cineva. Uneori, Alan se uită la televizor și eu mă duc în dormitor să citesc, și sunt foarte fericită. Deci ce vreau să spun aici, de fapt? Fiindcă nu mă refer numai la sex. Vreau să fiu apreciată *ca femeie.* Nu ca mamă, nu ca soție, nu ca parteneră. Și vreau să îl apreciez și eu pe el *ca bărbat.* Cheia ar putea fi o privire insistentă, o atingere, un cuvânt. Vreau să fiu privită fără toate celelalte bagaje.

El zice că merge și așa, și așa. Are dreptate. Nu e ca și cum mi-aș pune lenjeria și sărim în pat. Sunt leneșă la capitolul «fă-mă să mă simt special». Când ne-am cunoscut, i-am cumpărat de ziua lui o servietă — pe care o văzuse în vitrina unui magazin și îi

plăcuse — cu două bilete pentru Paris înăuntru. Anul acesta i-am oferit un DVD și am sărbătorit împreună cu câțiva prieteni, mâncând o friptură pe care o făcuse mama lui. Nu am nimic împotriva fripturii, dar la asta se ajunge. Nu știu de ce nu fac mai mult. Am început să mă complac."

Adele, în frazele ei spuse pe nerăsuflate, sesizează tensiunea dintre confortul oferit de dragoste în cadrul unei căsnicii și efectul său de estompare a vitalității erotice. Familiaritatea este într-adevăr liniștitoare și aduce un sentiment de siguranță la care Adele nu visează să renunțe vreodată. În același timp, ea vrea să regăsească calitatea acelei vitalități și a acelei emoții pe care ea și Alan le aveau la început. Vrea și liniștea, și opusul ei, și le vrea pe amândouă cu Alan.

Era plăcerii

Nu de mult, dorința de a te simți pasionată de soț ar fi fost considerată o contradicție în termeni. Din punct de vedere istoric, aceste două domenii ale vieții au fost organizate separat — căsătoria, pe de o parte, și pasiunea, cel mai probabil în altă parte, dacă exista. Ideea de iubire romantică ce a apărut spre sfârșitul secolului al XIX-lea le-a reunit pentru prima dată pe acestea două. Locul central al sexului în căsnicie și așteptările sporite cu privire la acesta și-au făcut apariția câteva decenii mai târziu.

Transformările sociale și culturale din ultimii cincizeci de ani au redefinit cuplul modern. Alan și Adele sunt beneficiarii revoluției sexuale din anii '60, ai eliberării femeilor, ai disponibilității anticoncepționalelor și ai apariției mișcării homosexuale. Odată cu utilizarea răspândită a pilulei contraceptive, practicarea sexului a fost eliberată de reproducere. Mândria feministă și homosexuală a luptat pentru

a defini exprimarea sexuală ca drept inalienabil. Anthony Giddens descrie această tranziție în *The Transformation of Intimacy* atunci când explică faptul că sexualitatea a devenit o însușire a sinelui, o însușire pe care o dezvoltăm, o definim și o renegociem de-a lungul vieților noastre. Astăzi, sexualitatea noastră este un proiect personal nelimitat; face parte din cine suntem, este o identitate și nu mai este ceva ce facem pur și simplu. A devenit o caracteristică fundamentală a relațiilor intime, iar satisfacerea sexuală, credem noi, este responsabilitatea noastră. A sosit era plăcerii.

Aceste progrese, laolaltă cu prosperitatea economică postbelică, au contribuit la o perioadă de libertate și individualism fără egal. Astăzi, oamenii sunt încurajați să urmărească împlinirea personală și satisfacția sexuală și să se elibereze de constrângerile vieții sociale și ale vieții de familie anterior caracterizate prin datorie și obligație. Dar, în umbra acestei extravaganțe vădite, rămâne un nou tip de nesiguranță chinuitoare. Poate că, într-adevăr, familia extinsă, comunitatea și religia ne-au limitat libertatea — sexuală și de alt gen — dar în schimb ne-au oferit un sentiment de apartenență foarte necesar. Generații de-a rândul, aceste instituții tradiționale ne-au asigurat ordine, sens, continuitate și sprijin social. Demolându-le, ne-am ales cu mai multe alegeri și mai puține restricții ca oricând. Suntem mai liberi, dar de asemenea și mai singuri. La fel cum descrie și Giddens, am devenit mai nerăbdători din punct de vedere ontologic.

Aducem cu noi înșine în relațiile de dragoste această anxietate nejustificată. Se așteaptă ca dragostea, pe lângă faptul că asigură subzistență emoțională, compasiune și tovărășie, să funcționeze și ca panaceu pentru singurătatea existențială. Ne privim partenerul ca un zid de apărare împotriva vicisitudinilor vieții moderne. Nesiguranța noastră umană nu este mai mare astăzi decât în vremurile precedente. De fapt, chiar contrariul ar

putea fi adevărat. Ceea ce este diferit este că viața modernă ne-a privat de resursele tradiționale și a creat o situație în care ne îndreptăm către o persoană pentru protecția și relațiile afective pe care obișnuia să le asigure o multitudine de rețele. Raporturile de intimitate dintre adulți sunt supraîncărcate de așteptări.

Desigur, când Adele descrie stadiul căsniciei sale, ea nu se gândește la anxietatea depresivă contemporană. Dar eu cred că, în dragoste, pericolele sunt sporite de suferințele năprasnice pe care i le aportăm. Trăim la kilometri depărtare de familiile noastre, nu ne mai cunoaștem prietenii din copilărie și suntem în mod curent dezrădăcinați și transferați. Toată această discontinuitate are un efect cumulativ. Le cauzăm relațiilor noastre de iubire o aproape insuportabilă vulnerabilitate existențială — ca și cum dragostea însăși nu ar fi destul de periculoasă.

O poveste modernă de dragoste: versiunea scurtă

Întâlnești pe cineva prin intermediul unei alchimii puternice de atracție. Este o reacție plăcută și întotdeauna o surpriză. Te simți plin de posibilități, de speranță, de sentimentul că ești smuls din lumea comună și introdus, apoi, într-o lume de emoție și de captivare. Dragostea te înhață și te simți puternic. Prețuiești graba și vrei să menții sentimentul. Ești și speriat. Cu cât te atașezi mai mult, cu atât ai mai mult de pierdut. Așa că pornești la drum să faci ca dragostea să fie mai sigură. Cauți să o repari, să o faci demnă de încredere. Îți iei primele angajamente și renunți bucuros la puțină libertate în schimbul unui dram de stabilitate. Creezi confort prin intermediul unor dispozitive — obișnuință, ritual, nume de alint — care aduc liniștea. Dar emoția era legată într-o oarecare măsură de nesiguranță. Starea ta de emoție, fericirea ta au rezultat din incertitudine, iar acum, căutând să o

controlezi, te trezești că epuizezi toată vitalitatea relației. Te bucuri de confort, dar te plângi că te simți constrâns. Îți lipsește spontaneitatea. În încercarea ta de a controla riscurile pasiunii, ai vlăguit-o de vitalitate. Ia naștere plictiseala conjugală.

În timp ce dragostea ne promite eliberarea de singurătate, ea ne și sporește dependența față de o persoană. Este aproape întotdeauna vulnerabilă, tindem să ne atenuăm neliniștile prin control. Ne simțim mai în siguranță dacă putem micșora distanța dintre noi, maximiza certitudinea, minimaliza amenințările și stăpâni necunoscutul. Totuși, unii dintre noi se apără de incertitudinile iubirii cu un așa zel încât se lipsesc de bogăția ei.

Există o tendință puternică în relațiile de lungă durată de a favoriza previzibilul în ciuda imprevizibilului. Cu toate că erotismul se bucură de imprevizibil. Dorința se bate cap în cap cu obișnuința și repetarea. Ea reprezintă o insubordonare și ne sfidează încercările de a ne controla. Deci, la ce concluzie ajungem? Nu vrem să scăpăm de siguranță deoarece relațiile noastre depind de ea. Senzația de siguranță fizică și emoțională este esențială în obținerea unei plăceri și legături sănătoase. Totuși, fără un strop de incertitudine nu există nici năzuință, nici anticipare, niciun frison. Expertul motivațional, Anthony Robbins, a formulat concis acest lucru atunci când a explicat că pasiunea într-o relație este proporțională cu gradul de incertitudine pe care îl poți tolera.

Privind cu alți ochi

Cum am putea introduce această incertitudine în relațiile noastre intime? Cum am putea crea acest ușor dezechilibru? De fapt, el se află deja acolo. Filozofii din est știau de mult timp că impermanența este singura constantă. Dat fiind caracterul trecător al vieții, neîncetatul ei flux, există mai mult decât o

aluzie în presupunerea că putem face ca relațiile noastre să devină permanente și că siguranța poate fi efectiv stabilită. După cum spune și vechiul proverb: „Dacă vrei să-L faci pe Dumnezeu să râdă, spune-i planurile tale." Totuși, cu o credință oarbă, ne continuăm drumul. În calitate de cetățeni loiali ai lumii moderne, credem în propria eficiență.

Facem asemănarea dintre pasiunea de la început cu intoxicația adolescentină — amândouă trecătoare și irealiste. Consolarea pentru faptul că am renunțat la ea este nesiguranța care așteaptă de cealaltă parte. Totuși, când schimbăm pasiunea pe stabilitate, nu schimbăm pur și simplu o fantezie cu alta? După cum evidențiază Stephen Mitchell, iluzia permanenței ar putea avea un avantaj în plus față de iluzia pasiunii, însă amândouă sunt produse ale imaginației noastre. Râvnim fidelitatea, putem munci din greu pentru ea, dar nu e niciodată garantată. Când iubim, riscăm întotdeauna posibilitatea pierderii — prin criticare, respingere, separare și în cele din urmă prin moarte — indiferent de cât de mult încercăm să ne apărăm de ea. Câteodată, introducerea incertitudinii nu necesită decât să ne eliberăm de iluzia certitudinii. Prin această schimbare de percepție recunoaștem misterul inerent al partenerului nostru.

Îi fac cunoscut Adelei că, dacă vrem să menținem dorința de-a lungul timpului alături de o persoană, trebuie să fim capabili să aducem un dram de necunoscut într-un spațiu familiar. Cum spunea Proust: „Adevărata călătorie de descoperire nu constă în căutarea unor peisaje noi, ci în a privi cu alți ochi."

Adele își amintește de un moment în care a experimentat chiar acest gen de schimbare de percepție. „Dă-mi voie să-ți spun ce s-a întâmplat acum două săptămâni, spune ea. E așa de ciudat că îmi amintesc chiar acel moment. Eram la lucru și Alan vorbea cu niște colegi, iar eu m-am uitat la el și am gândit: e așa de atrăgător. A fost aproape bizar, ca o experiență de părăsire a

corpului. Și știi ce era atât de atrăgător? Pentru un moment, am uitat atunci că e soțul meu și că e o adevărată pacoste, insuportabil, încăpățânat, că mă enervează, că își lasă lucrurile în dezordine pe toată podeaua. În acel moment, l-am privit ca și cum nu știam nimic din toate acestea și am fost atrasă de el la fel ca la început. E foarte inteligent; vorbește frumos; are ceva liniștitor, sexy. Nu mă gândeam la toate schimburile noastre stupide de cuvinte când ne certăm dimineața din cauză că eu întârzii, sau «De ce ai făcut asta?» sau «Ce facem de Crăciun?» sau «Trebuie să discutăm despre mama ta». Eram departe de acele chestiuni prosteşti și acele conversații absurde. L-am văzut cu adevărat. Asta am simțit eu atunci și mă întreb dacă încă simte și el același lucru pentru mine."

Când o întreb pe Adele dacă i-a povestit vreodată acea întâmplare lui Alan, ea se grăbește să-mi spună că nu. „În niciun caz. Va râde de mine." Eu îi sugerez că e posibil ca scăderea în intensitate a iubirii să aibă de-a face mai puțin cu limitele familiarității și cu greutatea realității decât cu teama. Erotismul este riscant. Oamenilor le e teamă să-și îngăduie aceste momente de idealizare și de dorință puternică cu persoana cu care trăiesc. Acest lucru presupune o recunoaștere a suveranității celuilalt care poate fi percepută ca fiind dezechilibrantă. Când partenerul nostru iese în evidență în mulțime, cu propria lui voință și libertate, delicatețea legăturii noastre este amplificată. Vulnerabilitatea Adelei este evidentă în modul în care se întreabă dacă și el simte la fel pentru ea.

Pledoaria tipică împotriva acestei amenințări este rămânerea în cadrul familiarității și afectivului — certurile triviale, sexul confortabil, aspectele cotidiene ale vieții care ne țin ancorați în realitate și ne împiedică orice șansă de transcendență.

Dar când Adele îl privește pe Elan în afara contextului căsătoriei lor — trecând de la o lupă focalizatoare la un unghi

mai larg — este accentuată cealaltă fire a lui, iar aceasta, la rândul ei, sporește atracția Adelei față de el. Îl vede *ca bărbat.* Ea a transformat o persoană cunoscută într-una încă necunoscută, după toți acești ani.

Tocmai când credeai că o cunoști...

Dacă incertitudinea este o caracteristică intrinsecă a tuturor relațiilor, la fel se întâmplă și cu misterul. Multe dintre cuplurile care vin la terapie își imaginează că știu tot ceea ce e de știut despre partenerul lor. „Soțului meu nu-i place să vorbească." „Prietena mea n-ar flirta niciodată cu un alt bărbat. Ea nu e genul." „Iubitul meu nu face terapie." „De ce nu spui o dată? Știu ce gândești." „Nu trebuie să îi fac cadouri exagerat de scumpe; știe că o iubesc." Încerc să le evidențiez faptul că ei văd foarte puțin și le cer să-și recapete curiozitatea și să arunce o privire peste zidurile care îl baricadează pe celălalt.

De fapt, niciodată nu ne cunoaștem partenerul atât de bine pe cât credem. Mitchell ne amintește că și în căsniciile cele mai monotone, previzibilitatea este un miraj. Nevoia noastră de fidelitate ne limitează dorința de a-l cunoaște pe cel de lângă noi. Îi atribuim o imagine ce adesea este o creație a imaginației noastre, bazată pe propriul nostru set de nevoi. „Problema e că el nu e niciodată nerăbdător. Este ca o piatră. Eu sunt așa de nevrotică." „E un pămpălău prea mare ca să fie în stare să mă părăsească." „Nu acceptă nimic din porcăriile mele." „Suntem amândoi foarte tradiționali. Chiar dacă are doctoratul, ei chiar îi place să stea acasă cu copiii." Vedem ceea ce vrem să vedem, ceea ce tolerăm să vedem, iar partenerul nostru face la fel. Anihilarea complexității celuilalt ne oferă o diferență suportabilă. Ne subapreciem partenerul, ignorând sau respingând părți esențiale atunci când acestea ne amenință ordinea prestabilită a cuplului.

Ne reducem și pe noi înșine, lipsindu-ne de o mare parte din personalitatea noastră în numele iubirii.

Totuși, când noi și partenerii noștri ne agățăm de entități fixe, nu trebuie să fim surprinși că pasiunea iese pe fereastră. Și regret să spun că pierderea este de ambele părți. Nu numai că ai stors pasiunea, dar nu ai câștigat nici siguranță. Fragilitatea acestui echilibru artificial devine evidentă atunci când unul dintre parteneri încalcă regulile inventivității și insistă să contribuie la relație cu o parte mai originală a sa.

Așa s-a întâmplat cu Charles și Rose. Fiind căsătoriți de aproape patru decenii, ei au avut mult timp să se cunoască unul pe celălalt. Charles este un seducător provocator și un înfocat jucăuș. Este un bărbat pasional care are nevoie de cineva care să-l stăpânească, de cineva care să-l ajute să-și canalizeze energiile neînfrânate care îl zăpăcesc. „Dacă nu era Rose, nu cred că aș fi avut cariera și familia pe care o am acum", spune el. Rose este puternică, independentă și gândește limpede. Posedă un fel de calm natural care reglează nestăpânirea lui. După cum o descriu ei, ea este elementul solid; el, fluidul. În rarele ocazii când Rose s-a aventurat în teritoriul pasional înainte de a-l cunoaște pe Charles, găsea acest lucru copleșitor. O lăsa epuizată și nefericită. Pentru ea, el reprezintă o pasiune pe care ea nu trebuie să o stăpânească. Ceea ce o sperie pe Rose este că-și va pierde controlul, iar ceea ce-l sperie pe Charles este că se bucură prea mult de această pierdere de control. Complementaritatea relației lor le permite să se dezvolte în cadrul unui spațiu delimitat.

Această orânduire roditoare a funcționat destul de bine până în ziua în care nu a mai funcționat. Și se întâmplă des să existe un moment în care să recunoaștem că ceea ce facem nu mai funcționează. Adesea, se întâmplă în urma unor evenimente importante care ne fac să reanalizăm sensul și structura vieților

noastre. Brusc, compromisurile care ieri funcționau așa de bine devin sacrificii pe care azi nu mai vrem să le acceptăm. Pe Charles, o succesiune de pierderi — moartea mamei lui, moartea unui prieten apropiat și un semnal de alarmă cu privire la sănătatea sa — l-a făcut extrem de conștient de propria-i mortalitate. Vrea să atace viața, să-și pună în practică vitalitatea, să revină la exuberanța pe care o păstra pentru a putea fi cu Rose. Nu mai poate răbda să țină ascunsă această parte din el, chiar și în schimbul terenului stabil pe care îl oferă Rose. Dar de fiecare dată când încearcă să vorbească despre această dorință, Rose se simte amenințată și îl respinge. „Ai o altă criză a vârstei a doua? Și ce vei face, vei cumpăra un CD roșu cu Trans Am[1]?"

Rose și Charles au avut amândoi pauze poligame de-a lungul anilor. Faptele le erau cunoscute, nu și detaliile; și au lăsat în urmă aceste episoade. Sau, cel puțin, Rose așa a făcut. „Credeam că am trecut de anii noștri furtunoși. Avem șaizeci de ani, pentru numele lui Dumnezeu", murmură ea.

— Și asta ce împiedică? o întreb eu.

— Îl împiedică pe el să mă rănească. Să ne riscăm căsnicia. Eu am ajuns să accept termenii relației noastre. El de ce nu poate?

— Și acei termeni sunt...

— Când ne-am căsătorit, ne iubeam foarte mult. Și încă ne iubim. Dar, să spunem, cunoscuserăm amândoi pasiuni mai puternice. Charles și-a sfârșit relația prin a fi deziluzionat — intensitatea maximă era mereu de scurtă durată și a rămas cu femei cu care nu avea prea multe în comun. Eu am ieșit ușurată din relația mea. Mă pierdusem prea tare în ea. Am vorbit despre asta atunci, că amândoi căutam ceva mai suportabil și mai calm. Rose continuă să explice că ea și Charles aveau alte idealuri vizavi

[1] Trans Am — formație de muzică.

de căsnicia lor — tovărășie, stimulare intelectuală, grijă fizică și emoțională, sprijin. Prețuiam cu adevărat ceea ce descoperiserăm fiecare.

Rose a fost săracă de mică. Tatăl ei avea un cimitir de mașini din zona rurală a statului Tennessee. Astăzi, ea are un birou pe colț la etajul cincizeci și șase, cu vedere spre bulevardul Madison din Manhattan.

— Orașul meu provincial nu prea susținea fetele cu ambiție, iar eu eram foarte ambițioasă. Când l-am întâlnit pe Charles, am știut că el e diferit. Puteam să fiu cu el și el mă lăsa în același timp să îmi văd de treaba mea. La începutul anilor 1960 asta era un mare lucru.

— Ce credeai că se va întâmpla din punct de vedere sexual? Și acesta era, de asemenea, un lucru important în anii '60, spun eu.

— Eu eram mulțumită de viața noastră sexuală. Credeam că e bună, chiar plăcută, îmi spune ea. Întotdeauna am știut că pentru Charles nu e de ajuns, dar mă așteptam ca el să se mulțumească cu atât.

Câteva săptămâni mai târziu, într-o ședință privată cu Charles, el îmi împărtășește versiunea lui asupra lucrurilor.

— Sexul cu Rose este plăcut, dar a fost mereu cam monoton. Uneori, mă pot mulțumi cu intensitatea redusă; alteori, e insuportabilă. Am avut relații online, am avut relații extraconjugale, m-am întors la Rose. În general, am încercat să pun capăt acestui lucru fiindcă nu pare să fie loc pentru asta între noi. Dar nu mai vreau să fac asta. Viața este prea scurtă. Îmbătrânesc. Când mă simt viu din punct de vedere erotic, cum îi spui tu, nu mă îngrijorează moartea și nu îmi fac griji pentru vârsta mea, cel puțin pentru câteva momente.

Sincer, mă surprinde reacția ei, continuă el. Sunt ani de când nu mai e interesată de sex. Poate că sună ciudat, dar, sincer, nu

credeam că va suferi atât de mult pentru că aveam legături cu alte femei. Chiar dacă nu mai sunt la modă, sunt la fel de credincios și devotat din punct de vedere afectiv cum am fost întotdeauna. Nu vreau să o rănesc, și în mod cert nu vreau să o părăsesc, dar ceva trebuia să se schimbe pentru mine.

Charles nu se comportă conform scenariului, dar nici Rose. Ea este fragilă și speriată, nu femeia invincibilă de care are nevoie Charles. La fel cum caracterul lui seducător a fost izgonit, tot astfel vulnerabilitatea ei a fost suprimată. Amândoi și-au depășit rolurile și acum sunt într-un moment de criză.

Nefiind conștienți de acest lucru, aceasta ar putea fi cea mai mare ocazie de expansiune pe care au avut-o în ultimii ani, fiindcă le permite să-și exprime o latură a lor care, pentru mult timp, a fost negată. Este obositor să trebuiască să controlezi tot timpul, iar lui Rose i se cuvenea o pauză. Este la fel de epuizant să te simți secătuit din punct de vedere erotic, iar refuzul lui Charles de a tolera această situație a fost primul lui pas în dezvăluirea unei laturi autentice a lui față de Rose. În mod ironic, în toiul acestui tumult emoțional au început să facă dragoste din nou, după mulți ani în care fuseseră separați. Dorința lui Rose cu privire la Charles a revenit la viață în tandem cu interesul lui față de alte femei. Cu cât o evită mai mult, cu atât îl dorește mai mult. Cât despre el, faptul că vede că îi pasă așa de mult de ceea ce face constituie o atracție erotică profundă.

Pentru mult timp relația lor a operat pe baza unui contract de reciprocitate. Ei nu aveau să își exprime sentimente sau nevoi care să depășească limita alocată. Ei nu urmau să fie irațional, insensibili sau lacomi. Acum, oricum, ei făceau afirmații puternice. Își pretindeau unul celuilalt lucruri la care nu voiau să renunțe. Era foarte dureros, dar în același timp exista și o vibrație pe care nici unul dintre ei nu o putea nega.

— Nu m-am mai simţit atât de groaznic de mulţi ani, îmi spune Rose. Dar, în adâncul sufletului, înţeleg că trebuia să se întâmple aşa. Întotdeauna m-am concentrat asupra lucrurilor palpabile — banii, casa, copiii la liceu —, gândindu-mă că asta contează. Dar cine spune că ceea ce urmăreşte Charles are o importanţă atât de mică? Poate că e o altă modalitate de a se preocupa de căsnicie.

Refuzând să recunoască orice alt tip de comportament în afară de cel acceptat, Charles şi Rose au obţinut opusul a ceea ce căutau. De fapt, în loc să-şi consolideze dragostea, ei au făcut-o mai vulnerabilă. Dar îngăduindu-le amândurora să-şi descopere laturile segregate până în acel moment, nu a fost o iniţiativă lipsită de riscuri. A fost pusă la bătaie însăşi temelia relaţiei lor. Fiecare dintre ei ar trebui să tolereze dezvăluirea celuilalt, chiar dacă asta îi va duce mai departe de limita confortului cunoscut de ei.

Demontarea sistemului de siguranţă

Ne aşteptăm adesea ca relaţia noastră să funcţioneze ca un contrafort împotriva loviturilor vieţii. Dar dragostea, prin însăşi natura ei, este instabilă. Aşadar, o susţinem: ne întărim hotarele, ne baricadăm uşile şi creăm previzibilitate, toate acestea în efortul de a ne face să ne simţim mai în siguranţă. Totuşi, mecanismele pe care le folosim pentru a face ca dragostea să fie mai solidă ne pun într-un pericol mai mare. Ne bazăm pe familiaritate şi poate obţinem o orânduire paşnică în familie dar, pe parcurs, încercăm să ascundem plictiseala. Verva relaţiei se prăbuşeşte sub greutatea acestui control. Debusolate, cuplurile rămân întrebându-se: „Unde a dispărut toată distracţia? Ce s-a întâmplat cu emoţia, cu transcendenţa, cu respectul?"

Dorința este alimentată de necunoscut și pentru acest motiv este aproape întotdeauna o furnizoare de neliniște. În cartea *Open to Desire*, psihanalistul budist Mark Epstein explică faptul că voința noastră de a reține misterul este cea care ține dorința aprinsă. Confruntați cu deosebirea irefutabilă a partenerului nostru, putem răspunde prin frică sau curiozitate. Putem încerca să-l reducem pe celălalt la o entitate cunoscută sau îi putem îmbrățișa misterul persistent. Când rezistăm impulsului de a ne controla, când continuăm să fim deschiși, păstrăm posibilitatea de descoperire. Erotismul rezidă în spațiul ambiguu dintre neliniște și fascinație. Rămânem interesate de partenerii noștri; ei ne încântă și suntem atrase de ei. Dar, pentru mulți dintre noi, faptul că renunțăm la iluzia siguranței și acceptăm realitatea nesiguranței noastre fundamentale se dovedește a fi un pas dificil.

2
Mai multă intimitate, mai puţin sex

Dragostea caută apropiere, dar dorinţa necesită distanţă

Pentru unii, dragostea şi dorinţa arzătoare sunt părţi inseparabile ale unui întreg mai mare, în timp ce, pentru alţii, ele sunt separate în mod iremediabil. Majoritatea dintre noi totuşi îşi exprimă erotismul undeva, în zonele neutre unde dragostea şi dorinţa sunt şi relaţionate, dar şi în conflict.

Jack Morin, *Erotic Mind*

La oricare primă conversaţie cu un cuplu, întreb întotdeauna cum s-au cunoscut şi ce i-a atras la celălalt. Din moment ce terapia este asociată cu probleme, oamenii, de obicei, nu vin la mine atunci când sunt încă sclavii iubirii primare. Uneori au nevoie să li se aducă uşor aminte de ceea ce a fost odată. Cuplurilor înstrăinate sau nefericite le poate părea greu să se concentreze asupra lucrului care i-a adus împreună, dar în cadrul „mitului creaţiei" al fiecărui cuplu se află şi cheia înţelegerii poveştii în desfăşurarea relaţiei lor.

„Ea era frumoasă." „El era aşa de deştept şi amuzant." „Avea un stil orbitor şi iradia de atâta încredere în sine şi stil." „Pentru mine a contat căldura ei." „Pentru mine a fost tandreţea lui." „Ştiam că nu mă va părăsi." „Îi adoram mâinile", „Bărbăţia lui", „Ochii ei", „Vocea lui". „Făcea omlete grozave." Atributele care descriu un iubit idealizat sunt întotdeauna somptuoase şi generoase. Dragostea este un exerciţiu în percepţia selectivă, chiar şi o decepţie fermecătoare, dar cui îi pasă de asta la început?

Amplificăm calitățile bune ale celor pe care-i iubim și le conferim puteri aproape mitice. Îi transformăm, și noi, la rândul nostru, suntem transformați în prezența lor. „Mă făcea să râd." „Ea mă făcea să mă simt special, inteligent." „Puteam vorbi ore întregi." „Știam că pot avea încredere în ea." „Mă simțeam acceptată." „Mă făcea să mă simt frumoasă." Asemenea comentarii scot în evidență splendoarea celui iubit sau scot la lumină capacitatea lui de a ne spori calitățile, de a ne vedea mai mult decât ceea ce suntem. Așa cum scrie psihanalistul Ethel Spector Person: „Dragostea se naște în interiorul nostru ca un act de imaginație, o sinteză creativă ce are drept scop îndeplinirea celor mai profunde aspirații, a celor mai vechi visuri, care ne permit atât să ne reînnoim, cât și să ne transformăm." Dragostea este în același timp o afirmare și o transcendere a ceea ce suntem.

Începuturile sunt întotdeauna pline de posibilități, deoarece ele își țin promisiunea de a avea un final. Prin intermediul iubirii ne imaginăm un nou fel de a fi. Mă vezi așa cum eu nu m-am văzut niciodată. Îmi retușezi imperfecțiunile și îmi place ceea ce vezi la mine. Cu tine și prin tine, voi deveni ceea ce aspir să devin. Voi deveni întreg. Să fii ales de cel pe care tu l-ai ales este unul dintre meritele actului de a te îndrăgosti. Acest lucru îți dă un sentiment puternic de importanță personală. Eu contez pentru cineva. Tu îmi confirmi însemnătatea mea.

Pe măsură ce ascult cuplurile cum descriu transformările care însoțesc nașterea iubirii, îmi fac o imagine a visurilor ce i-au adus unul lângă celălalt. Prima etapă a oricărei întâlniri este plină de fantezii. Este un șir de proiecții, anticipări și neliniști ce se pot sau nu dezvolta într-o relație. Aici, te afli în fața unei persoane pe care abia o cunoști și îți imaginezi că veți escalada Kilimanjaro împreună, că veți construi o casă ca în *Architectural Digest*, că veți avea copii sau numeroase fantezii irezistibile la fel de arbitrare ca vremea. În timp ce pacienții mei îmi împărtășesc

exaltarea pe care au simțit-o, eu am posibilitatea să arunc o privire sub dărâmături ca să văd ceea ce au avut ei altădată.

O stare încurajatoare de fericire

John și Beatrice și-au petrecut primele șase luni împreună încuiați efectiv într-o stare fericită de efervescență. John este un broker la bursă care a cunoscut gloria și înfrângerea revoluției internetului. Când l-am cunoscut pentru prima oară la terapie, el tocmai urmărise cum propria avere îi fusese distrusă. Își petrecea zilele holbându-se la ecranul computerului, urmărind neajutorat decesul portofoliului său, în timp ce își bea ultimul său Scotch de cea mai bună calitate. De asemenea, abia experimentase un colaps erotic la mijlocul unei relații, de altfel plăcute și tandre, ce dura de cinci ani. Se afla în strânsoarea a unei triple crize — emoțională, profesională și financiară. Când a întâlnit-o pe Beatrice a fost ca și cum s-ar fi trezit din comă. Sentimentul de ușurare și revenire la viață era profund. Beatrice era o frumusețe prerafaelită, absolventă a studiilor de engleză la douăzeci și cinci de ani, cu zece ani mai tânără decât John. La adăpostul cearșafurilor, ei obișnuiau să vorbească ore întregi, să facă dragoste, să vorbească din nou, să facă dragoste și să doarmă (dar foarte puțin). Entuziasmați cum erau de acest extaz timpuriu, ei se simțeau liberi și deschiși. Savurau întâlnirea dintre cele două lumi ale lor, erau în permanență curioși și se bucurau de sentimentele lor de reciprocitate și căldură departe de chinurile lumii de afară.

Pe măsură ce relația lor se dezvolta, John și Beatrice experimentau un sentiment crescând de calm. Emoția inițială a trecut, a reapărut lumea reală, iar speranța le-a fost transformată în realitate. Intimitatea și-a făcut și ea apariția. Dacă dragostea este o manifestare a imaginației, atunci intimitatea este o manifestare

a reușitei. Germenii intimității sunt timpul și repetarea. Ne alegem unul pe celălalt iar și iar și astfel creăm o comunitate compusă din doi.

Când s-au mutat împreună, John și Beatrice au făcut cunoștință cu gusturile și preferințele celuilalt și au devenit mai familiari cu ciudățeniile fiecăruia. Lui John îi place cafeaua neagră. Fără zahăr. Și are nevoie de prima ceașcă de cafea imediat ce se dă jos din pat. Lui Beatrice îi place cafeaua cu frișcă, fără zahăr, dar îi place să bea un pahar cu apă înainte. Câteva dintre aceste dorințe sunt îndeplinite cu ușurință și tandrețe; pe câteva trebuie să învețe să le accepte; și unele sunt enervante, ofensive sau pur și simplu dezgustătoare. Se întreabă cum se vor putea vreodată obișnui cu... (numiți cele mai revoltătoare trei obiceiuri ale partenerului dumneavoastră). Ei intră în lumea celuilalt de obiceiuri, iar această familiaritate îi liniștește. Se creează rutina, care la rândul ei cultivă un sentiment de siguranță. Familiaritatea crescândă semnalează și libertatea față de formalizare și constrângeri. Totuși, această formalizare care este o caracteristică binevenită a intimității, se dovedește a fi și un anti-afrodiziac.

Desigur, familiaritatea este doar una dintre manifestările intimității. Descoperirea continuă a unei alte persoane presupune mult mai mult decât obiceiurile de suprafață într-o lume interioară a gândurilor, convingerilor și sentimentelor. Pătrundem mintal în partenerul nostru. Discutăm, ascultăm, împărțim și comparăm. Ne facem cunoscute anumite laturi, în timp ce pe altele le înfrumusețăm, le evităm și le ascundem. Uneori învăț câte ceva despre tine fiindcă mi-o spui tu: trecutul tău, familia ta, viața ta de dinaintea întâlnirii noastre. Dar, la fel de des, înțelegerea mea vine din faptul că te privesc, intuiesc și fac asocieri. Tu îmi prezinți faptele, eu fac legăturile și se formează o imagine. Particularitățile tale îmi sunt treptat

dezvăluite în mod fățiș sau pe ascuns, intenționat sau nu. Unele părți dinăuntrul tău sunt ușor accesibile; altele sunt încriptate și greu de descifrat. În timp, ajung să-ți cunosc calitățile și imperfecțiunile. Fiind martor al comportamentului tău în lume, ajung să știu cum faci conexiunile: ce te excită, ce te aprinde și de ce anume te temi. Ajung să-ți cunosc visele și coșmarurile. Îmi placi din ce în ce mai mult. Și toate acestea, desigur, se întâmplă în două direcții.

Când John se acomodează cu această nouă relație, încetează să mai vorbească despre ea la terapie, iar eu presupun că, dacă nu vorbește, atunci nu există probleme. Așa că, după un an, când aduce din nou vorba despre asta, îi acord atenție maximă.

„Lucrurile merg bine între noi. Ne-am mutat împreună. Ne înțelegem de minune. Ea e frumoasă, nostimă, inteligentă. O iubesc cu adevărat. Nu facem sex."

Intimitatea dă naștere la sexualitate... sau nu?

Convingerea predominantă a terapiei de cuplu din America zilelor noastre este că sexul este o metaforă a relației — descoperă ce se întâmplă pe plan emoțional și poți deduce ce se întâmplă în dormitor. Dacă într-un cuplu cei doi se iubesc și se educă unul pe celălalt, dacă beneficiază de o bună comunicare, de respect reciproc, cinste, încredere, empatie și sinceritate — poți presupune că există o legătură erotică continuă, plină de vitalitate. În cartea *Hot Monogamy (Monogamie fierbinte)*, doctorul Patricia Love dă glas acestor idei:

> *Buna comunicare verbală este una dintre cheile spre o bună viață sexuală. Când cuplurile își împărtășesc gândurile și emoțiile în mod liber de-a lungul zilei, creează*

între ei un grad înalt de încredere și legătură afectivă, ceea ce le oferă libertatea de a-și explora sexualitatea mai bine. Intimitatea dă naștere la sexualitate.

Pentru mulți oameni, o relație conjugală de iubire este într-adevăr un intensificator considerabil al dorinței sexuale, un stimulent. Se simt acceptați și protejați, iar această protecție le permite să se simtă liberi. Încrederea care vine odată cu apropierea emoțională le îngăduie să-și dezlănțuie apetitul erotic. Dar cum rămâne cu John și Beatrice? Nu au exact calitățile necesare. Au o relație frumoasă, intimă, de iubire (comunică amândoi); și conform acestui unghi de vedere, acest lucru ar trebui să formeze baza pentru dorința îndelungată. Dar nu se întâmplă așa. Și dacă asta le aduce o consolare, nu se întâmplă așa în multe cazuri.

În mod ironic, ceea ce face posibilă o bună intimitate nu face posibil și sexul de calitate. Poate fi contra-intuitiv, dar știu din experiența mea ca terapeut că intimitatea emoțională sporită este adesea însoțită de dorința sexuală scăzută. Aceasta este într-adevăr o corelație inversă dificilă: colapsul dorinței pare să fie o consecință neintenționată a producerii unui spațiu intim. Pot să enumăr multe cupluri ale căror prime cuvinte din biroul meu sună cam așa: „Ne iubim într-adevăr. Avem o relație bună. Dar nu facem sex." Lui Joe îi place grozav interesul intens de care dă dovadă Rafael față de el, dar nu îi place să fie absorbit fizic — Joe va sta întotdeauna deasupra. Susan și Jenny se simt mai apropiate ca niciodată după ce au adoptat primul lor copil, dar acea apropiere nu se ia drept senzualitate. Adele și Alan califică drept intime nopțile lor petrecute la un hotel, dar nu neapărat și înflăcărate. În ciuda frustrărilor lor sexuale, aceste cupluri par să aibă în comun o intimitate delicată, nu o lipsă a acesteia.

Mai multă intimitate, mai puțin sex

Lui Andrew și Serenei le e clar că sexul a fost o problemă de la început și că indiferent de cât de mult a înflorit relația lor, nu e niciodată suficient să fie încărcați din punct de vedere erotic. Înainte să îl cunoască pe Andrew, Serena experimentase o viață sexuală încărcată de-a lungul câtorva relații de lungă durată. În experiența ei, intimitatea crescândă a condus în mod consecvent la sex de o calitate mai bună, așa că a fost surprinsă când nu i-a mers în același fel cu Andrew. Când am întrebat-o de ce a stat cu el din moment ce de la prima întâlnire nu s-a simțit dorită, a răspuns: „Am crezut că vom lucra la asta. Că, odată cu dragostea, va fi mai bine." „Uneori chiar dragostea e cea care îți stă în cale, am explicat eu, așa că se întâmplă chiar opusul."

Ascultându-i pe acești bărbați și pe aceste femei am fost determinată să reconsider ceea ce presupuneam de mult timp cu privire la corelația dintre intimitate și sexualitate. Mai degrabă decât să privesc sexul ca pe un produs exclusiv al relației afective, am ajuns să îl consider drept o entitate separată. Sexualitatea este mai mult decât o metaforă pentru relație — este o poveste paralelă de sine stătătoare.

Povestea intimă a unui cuplu poate într-adevăr să ne spună multe despre viața lui erotică, dar nu ne poate spune totul. Există o relație complexă între dragoste și dorință și nu este vorba de o orânduire lineară cauză-efect. Viața afectivă a unui cuplu și viața lor fizică împreună are fiecare părți mai strălucite și altele mai puțin strălucite, suișuri și coborâșuri, dar acestea nu se armonizează întotdeauna. Ele se intersectează, se influențează una pe cealaltă, dar sunt și distincte. Acesta este un motiv pentru care, spre întristarea multora, se poate frecvent „repara" o relație fără a face ceva în privința sexului. Poate că numai uneori intimitatea dă naștere la sexualitate.

Distincția este o precondiție a legăturii sexuale

Se presupune prea lesne că problemele legate de sex sunt rezultatul unei lipse de apropiere. Dar părerea mea este că poate modul în care construim apropierea este cel care reduce sentimentul de libertate și autonomie necesar pentru plăcerea sexuală. Când intimitatea se prăbușește în contopire, cea care împiedică dorința nu este lipsa de apropiere, ci o apropiere prea mare.

Dragostea se sprijină pe doi stâlpi: cedarea și autonomia. Nevoia noastră de unitate există alături de nevoia de a face distincția între noi. Nu există una fără cealaltă. Dacă distanța este prea mare, nu poate exista o legătură. Dar prea multă contopire eradichează distincția dintre doi indivizi diferiți. Atunci, nu mai există nimic pe care să-l transcenzi, niciun pod pe care să pășești, nimeni de cealaltă parte pe care să-l vizitezi, nicio altă lume interioară în care să pătrunzi. Când oamenii se contopesc — când doi devin unul — legătura nu se mai poate stabili. Fiindcă nu mai ai cu cine s-o stabilești. Astfel, distincția este o precondiție pentru existența unei legături: acesta este paradoxul esențial al intimității și sexului.

Nevoia dublă (și uneori conflictuală) de legare a unei relații și de independență este o temă centrală în istoria evoluției noastre. De-a lungul copilăriei ne luptăm să găsim un echilibru delicat între dependența profundă față de primii noștri protectori și nevoia de a ne crea un sentiment de independență. Psihologul Michael Vincent Miller ne amintește că această luptă este viu reprezentată în coșmarurile copiilor: „visele de abandon, în care cazi sau te pierzi, și visele copleșitoare în care ești atacat sau devorat de monștri". Ajungem la relațiile noastre adulte cu o cutie de memorie afectivă gata să fie activată. Măsura în care relațiile din copilăria noastră hrănesc sau împiedică cele două

seturi de nevoi va determina vulnerabilitățile pe care le aducem în relațiile noastre ca adulți — dorințele cele mai mari și temerile cele mai puternice. Toți oscilăm între cele două nevoi. Intensitatea și prioritatea lor fluctuează de-a lungul vieții; și se întâmplă că tindem să alegem parteneri ale căror înclinații se potrivesc cu vulnerabilitățile noastre.

Unii dintre noi intră în legături intime cu o conștientizare acută a nevoii de a crea o legătură, de a ne apropia, de a nu fi singuri, de a nu fi părăsiți. Alții abordează relația cu o nevoie sporită de spațiu personal — sentimentul nostru de autoconservare inspiră vigilență împotriva faptului de a fi devorat. Legătura amoroasă, afectivă, dă naștere unei apropieri care poate deveni copleșitoare, care stârnește claustrofobia. Ea poate fi supărătoare. Ce a fost inițial o îngrădire protectoare devine acum privare de libertate. În timp ce nevoia noastră de apropiere este aproape la fel de esențială ca nevoia de hrănire, ea poartă cu ea neliniști și amenințări ce pot inhiba dorința. Ne dorim apropierea, dar nu într-atât încât să ne simțim prinși în capcana ei.

Toate aceste meandre ale intimității sunt totuși departe de ceea ce conștientizează John și Beatrice. Originalitatea și spontaneitatea începutului nu i-a făcut să anticipeze ambivalența iubirii ce avea să urmeze. În situația în care se aflau ei, intimitatea era simplă. Te deschizi, descoperi, împarți, devii transparent, te deschizi mai mult...

John și Beatrice sunt un exemplu de început tipic. De fapt, puternica fuziune fizică și afectivă pe care o experimentează ei este posibilă numai cu o persoană pe care nu o cunoaștem încă. În această primă etapă, contopirea și abandonarea de sine se desfășoară relativ în siguranță, deoarece limitele dintre cei doi sunt încă definite extern. John și Beatrice constituie o entitate nouă unul pentru celălalt. Și în timp ce migrează fiecare în

lumea celuilalt, ei nu și-au primit încă rezidența completă; sunt încă două entități distincte. Tot spațiul dintre ei este cel care le permite să-și imagineze că nu există acel spațiu. Ei sunt captivați încă de întâlnirea lor și nu și-au consolidat încă relația.

La început, te poți concentra asupra relației, deoarece distanța psihologică se află deja acolo; face parte din structură. Celălalt este o realitate. Nu trebuie să cultivi distincția în primele etape ale îndrăgostirii; încă sunteți separați. Țintiți să depășiți acea separare. Ca proaspăt iubiți, John și Beatrice s-au bucurat de o distanță incorporată care le-a permis să experimenteze confluența iubirii și a dorinței în mod liber, departe de conflictele pe care aveau să le aducă mai târziu la terapie.

Captivitatea umbrește dorința

Pentru John, intimitatea adăpostește o amenințare cu privarea de libertate. A crescut într-o casă cu un tată alcoolic, abuziv. Nu își poate aminti să nu fi fost o dată deprins atât cu furia tatălui, cât și cu tristețea mamei. De copil, a fost recrutat ca protector afectiv al mamei sale care să îi aline singurătatea. El era speranța ei, mângâierea ei, o afirmare indirectă a faptului că viața ei nenorocită va fi reabilitată prin intermediul fiului ei minunat. Copiii din astfel de căsnicii conflictuale sunt adesea recrutați să își îngrijească părintele vulnerabil. John nu s-a îndoit niciodată de dragostea profundă ce i-o purta mama sa; dar nici dragostea nu a fost niciodată lipsită de un sentiment de durere. Încă de la început, dragostea implica responsabilitate și obligație. Și chiar dacă el râvnește după apropierea intimității — a avut mereu o femeie în viața lui — nu știe cum să experimenteze dragostea într-un mod în care să nu se simtă captiv. Dragostea incipientă, pe care o simte acum pentru Beatrice, poartă cu sine aceeași povară pe care a avut-o mereu dragostea pentru el.

Sunt multe circumstanțe care îi pot conduce pe oameni să experimenteze dragostea și intimitatea ca pe niște constrângeri — o copilărie nefericită nu este o premisă obligatorie. Discuțiile la modă despre dragoste fac un întreg caz din a considera acest lucru ca pe o „teamă de intimitate", care se pare că afectează bărbații în special. Dar ceea ce observ eu nu este într-atât o ezitare de a se angaja într-o relație — nimeni nu se poate îndoi de implicarea profundă a lui John în relația cu Beatrice. Ci este mai mult greutatea acelei implicări cea pe care acești oameni o simt zdrobitoare. Excluzând libertatea și spontaneitatea necesare pe care le solicită eros, ei se simt prinși în capcana intimității.

Inhibițiile sexuale ale lui John sunt exacerbate pe măsură ce implicarea afectivă în relația cu partenera lui se aprofundează. De fapt, cu cât ține mai mult la ea, cu atât mai puțin poate să o râvnească în libertate. Pentru el, la fel ca pentru mulți bărbați aflați în această situație dificilă, decesul erotic nu este delicat. Se află la mila unui penis încăpățânat, care pur și simplu nu îi răspunde. Dar de ce? Care este piedica erotică ce îl oprește să caute plăcerea alături de Beatrice, aceeași femeie cu care nu de mult era într-un paradis răsunător?

În mod ironic, chiar apropierea generată de sexul de bună calitate poate avea un efect de bumerang. La fel ca John și Beatrice, multe cupluri experimentează relația lor ca pe un dans în care sexul grozav îi apropie, dar apoi chiar această apropiere poate face ca sexul să devină dificil din nou. Extazul inițial facilitează înfiripărea rapidă a unei legături și stabilește o relație imediată. Dar în timp ce mulți dintre noi resping ideea de a fi absorbiți de sex, chiar unitatea pe care o simțim în timpul contopirii corpurilor noastre este cea care ne poate deștepta un sentiment de îndepărtare. Intensitatea pasiunii sexuale provoacă o teamă de captivitate. Desigur, puțini dintre noi suntem conștienți de aceste curente subterane atunci când acestea au

loc. Ceea ce simțim, în schimb, este impulsul de a ne retrage imediat după orgasm sau dorința subită de a prepara un sandviș, de a aprinde o țigară. Întâmpinăm cu bucurie intervenția oricărui gând întâmplător: Intenționam să-i trimit un e-mail lui... Geamurile astea trebuie spălate... Mă întreb ce mai face prietenul meu Jack? Apreciem faptul că suntem lăsați să rătăcim în liniște prin mințile noastre, fiindcă acest lucru restabilește o distanță psihologică, o conturare a hotarelor dintre noi doi. Ne întoarcem de la „inter-" la „intra-". După ce amândoi am fost unul, ne retragem în pielea noastră. Niciunde nu este mai clar reprezentată trecerea de la uniune la distincție decât la finalul unui act sexual.

În cartea *Arousal*, psihanalistul Michael Bader oferă o altă explicație pentru impasul erotic al lui John și Beatrice. În opinia lui, intimitatea aduce cu sine o grijă crescândă pentru bunăstarea celeilalte persoane, care include teama de a nu o răni. Dar excitarea sexuală necesită capacitatea de a nu-ți face griji, iar urmărirea plăcerii necesită un grad de egoism. Unii oameni nu-și pot îngădui acest egoism, fiindcă sunt prea absorbiți de bunăstarea celui iubit. Această configurație afectivă ne amintește de ceea ce simțea John pentru mama sa — faptul că era conștient de nefericirea ei l-a copleșit de griji și i-a conferit o senzație de povară. Afecțiunea pe care o simte face să-i fie mai greu să se concentreze asupra propriilor nevoi, să se simtă spontan, viu din punct de vedere sexual și lipsit de griji.

John s-a confruntat cu această problemă supărătoare a pierderii dorinței în toate relațiile sale. În trecut, de fiecare dată când se instala blocajul, credea că nu o mai iubește pe femeia respectivă. De fapt, chiar contrariul e adevărat. Tocmai pentru că o iubește așa mult poartă el acest sentiment de responsabilitate pentru ea și nu se poate bucura de căutarea lipsită de griji a extazului erotic.

Modelele sunt oportunități de acționare ale amândurora

Dinamica în relații este mereu complementară — ambii parteneri contribuie la realizarea de modele. Nu putem discuta despre teama lui John de captivitate și dorința lui scăzută fără a arunca o privire și la contribuția lui Beatrice în relație. Așa că o invit să vină cu John la câteva ședințe. Pe parcursul conversației, contribuția ei la puzzle devine clară. În fervoarea creării unei legături, ea și-a potrivit interesele cu ale lui, a renunțat la majoritatea activităților care nu-l includeau pe el și a încetat să-și mai vadă prietenii. Din nefericire, toate încercările ei de a spori apropierea lor au avut efectul contrar în ceea ce privește sexul. Dorința ei puternică de a-i face pe plac și faptul că este mereu pregătită să renunțe la orice ar putea interveni între ei, sporesc povara afectivă și exacerbează în continuare retragerea lui sexuală. E ca și cum penisul lui creează o graniță pe care nu o poate stabili altfel. E greu să te simți atras de cineva care și-a abandonat sentimentul de autonomie. E posibil să o iubească, dar, clar, îi este mult mai greu să o și dorească. Nu există nicio tensiune.

Le-am sugerat ca Beatrice să iasă pentru o vreme din situația lor de conviețuire și să își restabilească o oarecare independență. Înfăptuirea acestui lucru a încurajat-o să reia legătura cu prietenii și să înceteze să-și mai organizeze viața în jurul lui John. Așa cum i-am spus: „Ți-e atât de teamă că o să-l pierzi încât te-ai înstrăinat și ți-ai pierdut libertatea. Nu mai există aici o persoană separată pe care s-o iubească." Lui John i-am spus : „Ești într-atât de grijuliu încât nu mai poți fi un iubit. Trebuie să restabilim un grad de diferențiere și să creăm din nou o parte din distanța pe care o aveați la început. E greu să simți dorința atunci când ești împovărat de griji."

În următoarele câteva luni, Beatrice s-a mutat într-adevăr. Într-o turnură remarcabilă, și-a găsit propriul apartament, și-a

trimis scrisoare de intenție la un program de Doctorat, a mers într-o excursie cu prietenii și a început să-și câștige banii proprii. Cu timpul, când John s-a convins că este pe picioarele ei și când a devenit clar pentru Beatrice că nu trebuie să renunțe la propria persoană pentru a merita dragostea, și-au creat un spațiu între ei în care dorința se putea manifesta mai liber.

Multora dintre bărbații și femeile pe care îi văd la cabinetul meu li se pare extrem de dificil să introducă acest tip de spațiu afectiv în relațiile lor de iubire. S-ar crede că siguranța unei baze stabilite ar asigura ușurința în asumarea acestor riscuri, dar nu e așa. O relație sigură ne dă într-adevăr curajul să ținem seama de ambițiile profesionale, să confruntăm secrete de familie și să luăm cursurile de scufundare la care înainte nu am îndrăznit să ne gândim. Și totuși, ne împotrivim ideii de a crea distanță în cadrul relației în sine — chiar locul care ne acordă acea delicioasă nedespărțire încă de la început. Putem tolera spațiu oriunde altundeva, numai aici nu.

Dorința sexuală nu respectă legile care mențin pacea și fericirea dintre parteneri. Rațiunea, înțelegerea, compasiunea și camaraderia se află în slujba unei relații apropiate, armonioase. Dar sexul trezește adesea o obsesie irațională mai degrabă decât o judecată profundă, și o dorință egoistă mai degrabă decât o apreciere altruistă. Agresivitatea, concretizarea și puterea există toate în umbra dorinței; sunt componente ale pasiunii care nu hrănesc neapărat intimitatea. Dorința acționează de-a lungul traiectoriei sale.

Cămașa de noapte din flanel

Prima mea întâlnire cu Jimmy și Candace a fost o puternică ilustrare a unei povești mult prea comune. Jimmy și Candace sunt tineri muzicieni, la vreo treizeci de ani, căsătoriți de șapte ani.

Sunt un cuplu birasial: ea este afro-americancă; el este de origine irlandeză. Ea radiază de încredere în jeanșii ei de băiat și cu unghiile de culoare albastru marin; el are marca Quicksilver din cap până-n picioare. Sunt atrăgători, energici și foarte activi — și sunt disperați cu privire la ceea ce li se întâmplă. „Nu mai facem sex și asta se întâmplă de câțiva ani", explică Candace. „Suntem speriați de acest lucru și foarte supărați. Și cred că fiecare dintre noi doi are o teamă adânc înrădăcinată despre care o să aflăm că este ireparabilă."

Ca și John, Candace a experimentat ceea ce înseamnă o pierdere inevitabilă a dorinței în fiecare relație pe care a avut-o; și ceea ce reiese din conversația noastră este faptul că ea își înțelege tiparul. „Problema mea, partea care îmi aparține, nu are de-a face cu Jimmy", explică ea. „Când am o relație intimă cu cineva, când sunt îndrăgostită de el și mă iubește și el, îmi pierd brusc interesul sexual. Simt că lipsește ceva și că nu mă pot apropia de partenerul meu la nivel sexual. Am avut câteva relații de lungă durată până să-l întâlnesc pe Jimmy și s-a întâmplat astfel de fiecare dată."

Candace știe ce înseamnă Jimmy pentru ea. Este un bărbat de încredere, grijuliu și inteligent. Au multe lucruri în comun. Și în timp ce își dorește ca un bărbat să aibă aceste trăsături, consecințele lor colaterale sunt contra-erotice pentru ea. Confruntată cu blândețea lui Jimmy, ea nu este capabilă să-și pună la încercare propria energie sexuală. „Ceea ce pot să-ți spun, afirmă ea, este că blândețea lui mă face să mă simt în siguranță, dar când mă gândesc cu cine aș vrea să mă culc, nu caut siguranța."

— Pentru că nu este cum?, o întreb eu. Nu este destul de transgresiv? Nu este destul de agresiv?

— Nu e destul de agresiv.

— Și e într-un fel un iubit mult prea conștiincios?

— Da.

— Și îți acordă constant atenție?

— Ceea ce e foarte frumos din partea lui.

— Foarte grijuliu într-adevăr, dar nu excitant, adaug eu. Totul este foarte tandru, foarte confortabil; numai că nu e sexual. Ai înlocuit dragostea senzuală cu altceva. Este ceea ce terapeutul sexual Dagmar O'Connor numește dragoste confortabilă.

Candace încuviințează:

— Ca o cămașă de noapte din flanel.

Elementele grijulii, protectoare care hrănesc viața de familie pot contrazice spiritul rebel al iubirii carnale. Ne alegem adesea un partener care ne face să ne simțim importanți; dar după idila inițială ne dăm seama, precum Candace, că nu îl mai putem diferenția ca sex. Râvnim să creăm apropiere în relațiile noastre, să clădim un pod între noi și partener, dar, în mod ironic, chiar acest spațiu dintre sine si celălalt este cel care constituie sinapsa erotică. Pentru a aduce dorința aprinsă în relația noastră, trebuie să restabilim distanța pe care am trudit atât de mult să o eliminăm. Inteligența erotică înseamnă crearea unei distanțe și apoi aducerea acestui spațiu la viață.

Într-una din ședințele noastre, Candace descrie faptul că nimic nu o excită mai mult decât să îl vadă pe Jimmy jucând pe scenă. Dar când o întreb dacă se duce vreodată în culise după aceea, îmi răspunde că nu.

— De ce nu te duci la garderobă?, o întreb. Îl privești acolo sus pe scenă și te stârnește cu totul. El deține controlul total asupra persoanei și talentului său. Dar apoi aștepți până vine acasă și imediat devine lipsit de erotism.

Ea dă din cap în semn de aprobare; el pare dezamăgit.

— De ce nu divorțezi de el? sugerez eu. Stai cu el, dar divorțează. Dacă nu ești măritată cu el, nu ți se va mai părea că e un bărbat căruia îi place să stea acasă.

— Știi ce i-am spus? „Dacă m-ai părăsi azi, aș fi atrasă de tine din punct de vedere sexual."

Candace recunoaște că sentimentul de apropiere afectivă la care râvnește stă în calea stârnirii ei sexuale. Pentru a se retrage din această capcană, ea trebuie să creeze o distanță psihologică. Cu mult înainte de a mă întâlni pe mine, Candace chiar încercase să facă acest lucru. Găsise o soluție proprie pentru situație: Jimmy trebuia să o ignore când venea acasă, decât să se apropie imediat de ea. Așa cum a spus ea, „Dacă simt că nu ai nevoie de mine deloc, devii dezirabil." Intuitiv, fără să știe de ce avea nevoie de acest plan, ea încerca să genereze dorința.

Din nefericire, Jimmy nu a gustat jocul. A luat nevoia ei de a se afla la distanță drept respingere. Și el și-a exprimat trist năzuințele atunci când a explicat:

— Sunt așa de furios. Îmi amintesc că odată tot ce trebuia să fac era să îmi frec genunchiul de coapsa ei și se și aprindea. Dar de foarte mult timp nu am mai simțit cu adevărat că mă mai dorește la fel. Vreau ca ea să mă dorească. Vreau ca ea să fie avidă după un singur lucru și numai unul. Și acel lucru să fiu eu.

— Totuși, tu vezi solicitarea unei pauze ca pe o respingere, răspund eu. Știi tu, manifestări ale dorinței în moduri ciudate. Acum îți cere să o ignori, să nu o dorești, ca o modalitate pentru ea de a te dori. Înțeleg de ce nu are nicio logică pentru tine. De ce asemenea ocolișuri? Și îți înțeleg reacția. Dar vezi tu, ea trebuie să separe intimitatea de erotic și pentru asta are nevoie de spațiu. Te-a invitat să iei parte la un plan care i-ar permite să facă chiar acest lucru. Nu a fost un refuz; a fost o invitație. Nu trebuie să ți-o imaginezi literal, ci ca un gen de joc erotic. Prefă-te că nu ai nevoie de mine. Prefă-te că mă ignori.

Dar Jimmy nu s-a putut juca fiindcă a fost prins într-o luptă cu Candace. El nu a vrut să intre în asemenea contorsiuni pentru a-i stârni ei dorința. Voia să-l dorească în felul lui. Jimmy se

simțise singur și respins de atât de mulți ani, încât sentimentul principal ce-l însoțea era mânia. Iritabilitatea lui evidenția numai gradul dorinței și nevoii lui. Modul în care ei au anihilat amenințarea furiei a fost printr-o afecțiune deosebit de puternică. Preocuparea lor constantă pentru satisfacerea dorințelor corpului acționa ca o reprimare a apetitului sexual. Acest tip de contact se poate menține ani întregi fără a se transforma în dorință. Dragostea necondiționată nu atrage dorința necondiționată. Asta se întâmplă cu prietenii, iar Jimmy și Candace au fost prieteni care au vrut să devină iubiți.

Știind că Candace își exprimase deja nevoia de distanță, am găsit ocazia să intervin. Am căutat să introduc o întrerupere a atingerii confortabile, afectuoase care ajunsese să înlocuiască sexul.

— Vă atingeți unul pe celălalt? am întrebat eu, deși știam deja răspunsul.

— Tot timpul, a răspuns ea.

— Vă îmbrățișați?

— Da, a spus Jimmy.

— Mult?

— Da, au spus amândoi la unison.

— Ei bine, trebuie să încetați.

M-au privit cu ochi mari. Iată că ei îmi evidențiaseră aici un aspect al relației lor pe care îl prețuiau, iar eu le luam acest lucru. Dar din felul în care a răspuns Candace, am știut că aveam să descopăr ceva.

— Nu știi ce îmi faci, a spus ea. Sunt atât de sensibilă la atingere. Pentru mine, totul se leagă de atingere. Aș accepta-o de la oricine, chiar și de la un străin oarecare. Sunt bolnavă după atingeri.

Jimmy a adăugat:

— Când am făcut o vizită familiei mele săptămâna trecută, cea mai bună prietenă a mamei o freca pe umeri. Știi, acum că

mă gândesc la asta, îmi amintesc că mă întrebam dacă avea vreo importanță că eram eu sau doamna Monahan.

— Deci, acesta va fi scopul terapiei, am intervenit eu. Vom face diferența între Jimmy și doamna Monahan.

Spunându-le să nu se atingă, trasam un spațiu care să îi permită ei să-l caute. Acest lucru, în schimb, avea să-i dea lui sentimentul că este dorit.

— Să vă fie clar. Fără contact. Fără giugiuleli, fără sărutări, fără masaj, fără lovituri. Nimic. Îmi pare rău, dragilor. Vă puteți scrie, vă puteți trimite bilețele, vă puteți face ochi dulci — orice altceva ați vrea să faceți. Fiindcă până în acest moment ați înăbușit mânia cu afecțiune, nelăsându-i loc să se aprindă.

Candace era pregătită să se conformeze sugestiei mele.

— Bine, a încuviințat ea. Este insuportabil, dar e o idee bună.

Mă întrebam cui îi va fi mai greu să urmeze prescrierea mea. În timp ce Candace se prezenta ca fiind „bolnavă după atingere", am bănuit că Jimmy avea să fie primul care va încălca înțelegerea, fiindcă el risca mai mult. Fusese furios câțiva ani și nu a știut niciodată cum e să fii furios pe cineva pe care îl și iubești — cum să fii supărat și unit în același timp. Ascunsă sub forma acestor restricții, acestor dulci atingeri, zace teama neexprimată de faptul că mânia duce inevitabil la separare. În primele săptămâni, Jimmy a călcat greșit în mod repetat. Așadar, am instruit-o pe Candace să devină mai convingătoare în menținerea regulii *mâinile jos*. Căutam să măresc miza. În cele din urmă, Jimmy s-a supărat îndeajuns încât să se conformeze. „După o lună, nu voiam să fac nimic cu ea."

Îndepărtarea stratului protector de afecțiune s-a dovedit a fi mai eficientă decât anticipasem eu. „S-ar putea să nu mă atragă protecția", a recunoscut Candace. „Dar am ajuns să mă bazez pe ea. În aceste ultime săptămâni, el a fost mai distant și a fost foarte

incomod. Nu suntem obișnuiți să fim așa. Am primit ceea ce am cerut, dar nu sunt sigură că era ceea ce îmi doream."

Candace și Jimmy își construiseră o intimitate care făcea ca orice conflict să fie imposibil. Toată tensiunea se cristaliza în impasul lor sexual. Era singurul loc unde își păstrau distincția. Prin tulburarea echilibrului relației lor armonioase, dar monotonă din punct de vedere sexual, am sperat să introduc un simț crescând al distincției celuilalt; deoarece, fără acesta, dorința nu poate apărea în niciun alt mod.

După câteva luni de colaborare cu mine, Candace și Jimmy mi-au povestit că observaseră o diferență, dar că încă mai aveau un drum lung de parcurs. „Din multe privințe, ne bucurăm de foarte multe lucruri în ceea ce privește relația noastră. Avem multe lucruri pentru care trebuie să fim recunoscători, și știu asta", mi-a spus Candace. „Dar ne-am dat seama și de faptul că să fim apropiați nu înseamnă să nu ne certăm niciodată. E ciudat, fiindcă singurul lucru de care eram foarte mândri era, de fapt, un fel de problemă."

Ascultând-o pe Candace, mi-am dat seama de existența mai multor sensuri pentru cuvântul „sigur". Psihologul Virginia Goldner face o distincție clară între „siguranța scăzută a confortului permanent" și „siguranța dinamică" a cuplurilor care se ceartă și se împacă și a căror relație este o succesiune de rupturi și reparații. Tensiunea sexuală se poate manifesta liber nu prin cooptarea agresiunii, ci prin posedarea ei — și poate aduce și aceasta siguranță.

Toți avem nevoie de o grădină secretă

În cartea sa de referință, *The Second Sex*, Simone de Beauvoir scrie: „Erotismul este o mișcare spre Celălalt, acesta este caracterul ei esențial." Totuși, în efortul nostru de a instala intimitatea

căutăm adesea să eliminăm distincțiile, excluzând astfel spațiul necesar dorinței pentru a se dezvolta. Căutăm intimitate pentru a ne proteja de sentimentul singurătății; și totuși, creând distanța esențială erotismului, înseamnă să ne retragem din confortul oferit de partenerul nostru și să ne simțim mai singuri.

Vreau să spun că abilitatea noastră de a tolera separarea — și nesiguranța fundamentală pe care o generează — este o premisă obligatorie pentru menținerea interesului și dorinței în cadrul unei relații. În loc să se lupte mereu pentru apropiere, sunt de părere că perechilor le-ar fi mai bine dacă ar căuta să-și dezvolte individualitatea. Dacă sună dur să ne dezvoltăm individualitatea, atunci să ne gândim la acest lucru în schimb ca la nutrirea unui simț al egoismului. Psihologul francez Jacques Salomé vorbește despre nevoia de a dezvolta o intimitate personală cu propria persoană ca un contra-echilibru pentru cuplu. Există mai multă frumusețe într-o imagine care evidențiază o legătură cu propria persoană decât una care evidențiază distanța față de partener. În intimitatea noastră reciprocă facem dragoste, facem copii, împărțim spațiul fizic și ne împărtășim interesele. Într-adevăr, ne îmbinăm părțile esențiale ale vieților noastre. Dar „esențiale" nu înseamnă „toate". Intimitatea personală delimitează o zonă privată, una care necesită toleranță și respect. Este un spațiu — fizic, emoțional și intelectual — care îmi aparține numai mie. Nu trebuie ca totul să fie dezvăluit. Fiecare dintre noi ar trebui să își cultive propria grădină secretă.

Iubirea se bucură de faptul că știe totul despre tine; dorința necesită mister. Iubirii îi place să micșoreze distanța care există între mine și tine, în timp ce dorinței aceasta îi insuflă energie. Dacă intimitatea crește prin repetare și familiaritate, erotismul este estompat prin repetare. Acesta se dezvoltă puternic prin mister, noutate și neprevăzut. Dragostea se referă la a avea;

dorința se referă la a vrea. Fiind o expresie de poftă puternică, dorința necesită o amăgire continuă. Dorința e mai puțin preocupată de locurile cunoscute și mai mult pasionată de locurile încă necunoscute. Dar foarte des, pe măsură ce cuplurile se stabilesc în confortul iubirii, ele încetează să aprindă flacăra dorinței. Ele uită că focul are nevoie de aer.

3
Capcanele intimităţii moderne
Comunicarea nu este singura cale spre apropiere

Noi nu avem niciun secret, ne spunem totul unul celuilalt.
Carly Simon, *We Have No Secrets*

Când mama vorbea de relaţii, nu avea prea multe de spus despre intimitate. „Sunt necesare două lucruri într-o căsnicie, îmi spunea ea. Ai nevoie de voinţa de a o face să meargă şi ai nevoie de capacitatea de a face compromisuri. Nu e greu să ai dreptate, dar apoi ai dreptate şi eşti singură." Tata, care mereu a fost mai puţin pragmatic decât mama, făcea mai mult decât să împlinească norma de expresivitate şi expansivitate. O adora pe mama şi o copleşea cu săruturi, cadouri şi atenţie. Dar, dacă l-aş fi întrebat dacă aveau intimitate sau nu, m-ar fi privit perplex, neştiind despre ce vorbesc. El cunoştea dragostea şi cunoştea parteneriatul, iar acestea includeau implicit vastitatea intimităţii.

Pe părinţii mei şi alţii din generaţia lor, discursul actual despre intimitate i-ar fi depăşit total. Relaţia lor era departe de a fi perfectă — ar fi putut veni la terapie pentru un oarecare număr de motive — dar noţiunea de a „lucra la intimitatea lor" le-ar fi fost total străină.

Când Tevye, în filmul *Violonistul de pe acoperiş*, îi spune soţiei lui, Golde, că îi va permite fiicei lor să se mărite cu bărbatul pe

care îl iubește (în loc de bărbatul pe care i-l alesese el), acesta își formulează hotărârea ca urmare a înțelegerii faptului că „aceasta este o lume nouă". Este o lume în care oamenii se căsătoresc din dragoste, foarte diferită de lumea în care el o întâlnise pe Golde în ziua nunții, iar tatăl ei îi spusese că va învăța să o iubească în timp. Acum, după douăzeci și cinci de ani, când e martorul iubirii înfloritoare a fiicei lui, o întreabă pe soția sa dacă, după toți acești ani, îl iubește. Golde îi răspunde printr-o listă surprinzătoare de lucruri prin care au trecut împreună în viață și îi face o frumoasă și lirică descriere a modului în care „lumea veche" obișnuia să gândească despre dragoste și căsnicie. Ea îi spăla hainele, îi mulgea vaca, îi ocupa patul, flămânzea împreună cu el, se lupta cu el, îi creștea copiii, îi făcea curat în casă și îi pregătea masa. „Dacă asta nu e dragoste, atunci ce e?" întreabă ea. Știind că Golde îl iubește, nu schimbă nimic, dar Tevye își termină cântecul prin a recunoaște că „după douăzeci și cinci de ani, e bine de știut".

Ideea lui Golde despre căsnicie nu se potrivește cu ceea ce obișnuim noi să numim, în Vest, intimitate. Am fi mai înclinați să o numim domesticitate (cel mai bine) sau oprimare de când lumea (cel mai rău). În trecut, când căsătoria era o instituție mai pragmatică, dragostea era opțională. Respectul era esențial. Bărbații și femeile găseau legătura afectivă în altă parte, în primul rând în relațiile cu persoane de același sex. Bărbați între care se stabilește o legătură prin muncă și relaxare; femei legate prin creșterea copiilor și împrumutatul zahărului. În cadrul unei căsnicii, dragostea se putea dezvolta în timp, dar nu era indispensabilă succesului unei familii. Căsătoria obișnuia să fie la început o chestiune de întreținere economică și era un parteneriat pe viață. Cuplarea în ziua de azi este o întreprindere liberă, iar angajamentele sunt clădite pe baza dragostei. Intimitatea a trecut de la a fi un efect secundar al unei relații pe

termen lung la a fi o cerință esențială. În căsnicia tovarășilor de drum, încrederea și afecțiunea au înlocuit respectul, formând astfel stâlpul relației, aducându-ne într-un loc în care poziția centrală a intimității este incontestabilă.

Ascensiunea intimității

Terapeutul de familie Lyman Wynne atrage atenția asupra faptului că „intimitatea a devenit recunoscută ca «nevoie» numai atunci când a fost mai greu de obținut". Sosirea industrializării și apariția ulterioară a traiului urban au schițat o schimbare majoră în structura socială. Munca și familia erau separate și așa eram și noi: am devenit mai separați, mai singuri și avem mai multă nevoie de contact semnificativ.

În contrast, atunci când oamenii trăiesc în rețele sociale apropiate e mai probabil ca ei să caute spațiu decât dialog intim. Când trăiesc trei generații sub același acoperiș, fiecare își știe locul său; membrii familiei sunt mai capabili să mențină reguli de formalitate care asigură intimitate și discreție. Deși se împart multe, toți ajung să-și formuleze o pretenție la ceva personal — un colț personal, o ceașcă de cafea preferată, un loc la fereastră, o lectură liniștită în toaletă. De la Tokio la Dijbouti și până la Queens, New York, oamenii care trăiesc într-o familie extinsă, sau care se află sub robia constrângerilor economice și sunt forțați să trăiască în înghesuială, aceștia tind să nu caute o apropiere mai mare. Când oamenii trăiesc unul deasupra celuilalt, nu mai este nicio izolare de depășit și sunt de departe mai puțin interesați să adopte idealuri de intimitate vestice și de clasă mijlocie. Viețile lor sunt și așa destul de îmbinate.

Intimitatea a devenit antidotul suprem pentru viețile aflate în curs de izolare. Determinarea noastră de a „întinde mâna și a atinge pe cineva" a ajuns la apogeul înflăcărării religioase. Chiar

azi dimineață, când îmi scriam gândurile, a sunat telefonul; și dacă nu am răspuns, mi-a sunat mobilul. Acesta a fost urmat de computerul meu care suna să mă anunțe că am primit un e-mail. După ce am fost contactată și pe linia mea privată, am cedat și am îngăduit să fiu „atinsă". În lumea noastră de comunicare instantanee, ne suplimentăm relația cu o varietate de dispozitive tehnologice în speranța că toate aceste inovații ne vor întări relația. Această frenezie socială maschează o foame profundă de contact uman.

Spune-mi ce simți cu adevărat

În mod interesant, în timp ce nevoia noastră de intimitate a devenit fundamentală, modul în care o percepem s-a îngustat. Nu mai arăm pământul împreună; astăzi vorbim. Am ajuns să glorificăm comunicarea verbală. Vorbesc, deci sunt. Credem cu naivitate că esența ființei noastre este cel mai exact redată prin cuvinte. Mulți dintre pacienții mei îmbrățișează cu toată inima această presupunere atunci când se plâng că: „Nu suntem apropiați. Nu vorbim niciodată."

În era noastră de comunicare, intimitatea a fost redefinită. Ea nu mai reprezintă cunoașterea și familiaritatea profundă care se dezvoltă în timp și care poate fi cultivată în liniște. În schimb, ne gândim la intimitate în primul rând ca la un proces discursiv, unul care implică destăinuirea propriei persoane, împărtășirea încrezătoare a materialului nostru cel mai personal și intim — sentimentele noastre. Desigur, se referă la fel de bine la ascultare, ca și la destăinuire. Receptorul acestor revelații trebuie să fie un partener iubitor, care ne acceptă și nu ne judecă — un „bun ascultător", o persoană empatică și încuviințătoare. Vrem să ne facem cunoscuți totalmente, recunoscuți profund și acceptați

complet pentru cine suntem; și ne așteptăm ca ceea ce împărtășim să aibă un rezultat reciproc.

Nu e nicio coincidență faptul că manifestarea intimității moderne, cu accentul pe comunicarea verbală, a început odată cu independența economică progresivă a femeilor. Când femeile nu au mai depins de soții lor din punct de vedere financiar și nici nu au mai fost obligate din punct de vedere social să îndure o căsnicie nefericită, acestea au început să aibă așteptări mai mari de la o căsnicie. Muncile neplăcute și cele ce nu puteau fi negociate au devenit inacceptabile. Acestea au fost înlocuite, femeile așteptându-se la o legătură emoțională satisfăcătoare pentru amândoi. Avantajele erau valabile și pentru bărbați, cărora nu li se mai cerea să fie singurii care să asigure bunăstarea financiară (fiind și ea un gen de muncă neplăcută).

Influența feminină este clar vizibilă în modelul contemporan de căsnicie devotată. Într-o vreme în care societatea avea nevoie de noi modele de stabilire a unei conexiuni, femeile și-au arătat aportul unei ingeniozități comunicative bine dezvoltate. S-a consumat multă cerneală pentru a explica faptul că femeile au o abilitate verbală superioară în sfera emoțională. Pentru scopurile noastre, este suficient să menționăm că secole de acces limitat la putere ne-au făcut experte în clădirea de relații. Socializarea fetelor continuă să scoată în relief dezvoltarea abilităților relaționale.

Acum, mai mult ca oricând, viețile pe care le ducem necesită o extraordinară adaptabilitate. Trebuie să fim capabili să menținem țesutul conector al relațiilor noastre, în ciuda presiunilor constante ale vieții noastre super ocupate. Feminizarea intimității, cu accentul ei pe dialog deschis și sincer, furnizează resursele necesare pentru a satisface cerințele relațiilor moderne.

Și cuvântul nu s-a transformat în fapte

Acestea fiind zise, accentul asupra „intimității dialogate" este totuși problematic dintr-o serie de motive. Hegemonia cuvântului pronunțat s-a transformat într-o favorizare feminină care i-a pus pe bărbați pentru prima oară pe o poziție inferioară. Bărbații sunt pregătiți pentru a face, pentru a concura și pentru a fi neînfricați. Capacitatea de exprimare a sentimentelor nu constituie un atribut apreciat în construcția bărbaților americani. Să îndrăznesc să spun că nici măcar nu este considerat un atribut dezirabil? Cel puțin, nu încă. Când ne referim la relații de iubire, „intimitatea dialogată" îi pune pe bărbați într-o situație dificilă. În acest regim, ei suferă de o deficiență cronică de intimitate ce necesită reparații continue.

Se spun foarte multe lucruri despre autocontrol și invulnerabilitate cu privire la identitatea masculină. Totuși, am observat și că aceste restricții îi conduc pe bărbați la alte metode de exprimare a sinelui. În absența unui model verbal mai dezvoltat al sinelui, corpul devine un limbaj esențial, un mijloc de comunicare a intimității emoționale. Deși s-a scris mult despre manifestările agresive ale sexualității masculine, nu este îndeajuns apreciat faptul că sfera erotică le oferă de asemenea bărbaților o experiență tonifiantă pentru latura lor mai tandră. Corpul este limba noastră maternă și pentru mulți bărbați acesta rămâne singurul limbaj de apropiere care nu a fost deteriorat. Prin intermediul sexului, bărbații pot recupera plăcerea pură a conexiunii fără a fi nevoiți să-și comprime nevoile greu de exprimat în închisoarea cuvintelor.

Partizanilor intimității dialogate (adesea femeilor, deși nu întotdeauna) le e greu să recunoască aceste alte limbaje de apropiere și de aceea se simt înșelați atunci când partenerii lor evită să aibă încredere în ei. „De ce să nu vorbești cu mine?"

pledează ei. „Ar trebui să-mi poți spune totul. Nu ai încredere în mine? Vreau să fiu prietenul tău cel mai bun." În acest caz, presiunea se exercită mereu asupra celui care nu vorbește pentru a se schimba, mai degrabă decât asupra celui care vorbește pentru a fi mai adaptabil. Această situație reduce importanța comunicării non-verbale: să facem lucruri frumoase unul pentru celălalt, să facem gesturi atente sau să împărțim proiecte în spirit de colaborare. Un zâmbet neprețuit sau o clipire la timpul potrivit exprimă complicitate și adaptabilitate, mai ales atunci când cuvintele nu ne sunt la îndemână.

Eddie, un vechi prieten de-al meu, avea un trecut în care era mereu părăsit de femei care erau disperate fiindcă el nu putea — sau nu voia — să se destăinuie. Părerea generală a acestor femei era că Eddie se temea de angajament. „Ce-o mai însemna și asta?", spune el. Ele nu au știut niciodată ce simțea el față de ele. El obișnuia să răspundă defensiv. „Ce vrei să spui? Ne vedem în fiecare zi, nu? Cum e posibil să nu știi ceea ce simt?" Când a întâlnit-o pe soția sa, Noriko, ea nu prea știa engleză, iar el nu vorbea japoneză deloc. Curtarea lor a fost literalmente lipsită de cuvinte. Doisprezece ani mai târziu, cu doi copii în grijă, el reflectă asupra primelor zile. „Cred cu adevărat că faptul că nu puteam vorbi au făcut posibile toate acestea. Pentru prima dată, nu mă presa nimeni să împărtășesc. Și așa, Noriko și eu a trebuit să ne arătăm în alte feluri cât de mult ne plăceam. Ne găteam mult, ne făceam baie unul celuilalt. O spălam pe cap. Admiram arta împreună. Îmi amintesc că într-o zi tocmai văzusem o sculptură impresionantă a unui tip vagabond, Curtis, pe care o făcuse pe strada Lafayette — era nebun, dar genial. Încearcă să exprimi asta prin pantomimă. Tot ceea ce nu ne puteam spune, ne arătam, așa că am pus haina pe ea și am condus-o de mână tot drumul până în oraș. Chipul i s-a luminat când a văzut sculptura. Nu e vorba că nu comunicam; numai că nu foloseam cuvinte."

Când prea mult nu este încă suficient

Nu sunt convinsă că destăinuirea lipsită de constrângeri — abilitatea de a spune adevărul și de a nu ascunde nimic — încurajează în mod necesar o intimitate armonioasă și viguroasă. Orice practică poate fi dusă până la o limită ridicolă. Eddie și Noriko ne amintesc că putem fi foarte apropiați fără prea multă vorbă. Și contrariul este de asemenea valabil — prea mult dialog revelator ne poate duce totuși la marginea intimității.

În minunatul film *Bliss*, o scenă de dragoste pasională — cu lumină obscură, părți ale corpului abia întrevăzute și gemetele zgomotoase ce însoțeau orgasmul — este urmată imediat de o ședință de terapie de cuplu. Terapeutul, al cărui rol era jucat de Spalding Gray, aderă la o ideologie de destăinuire care soțului i se pare mai mult decât greu de adoptat.

Terapeutul: Cum e sexul?
Joseph: Începe tu.
Mary: OK. Trebuie să fac o mărturisire. Îmi simulez orgasmul. Nu voiam să-ți spun. Nu voiam să te rănesc.
Joseph: Nu ai avut niciodată orgasm?
Mary: Cu tine, nu.
Terapeutul: Joseph, este important faptul că Mary poate să-ți spună ceea ce simte și că tu poți să o asculți.

Evident, dacă știm totul despre celălalt și dacă el știe totul despre noi, acest lucru nu încurajează întotdeauna genul de apropiere pe care ne-o dorim. Cuvintele ne servesc ca mijloace de stabilire a unei legături, însă ele pot de asemenea reprezenta obstacole de neînvins. Nu mai e nevoie să menționez că nu pledez pentru acest tip de intervenție terapeutică.

Mandatul intimității, când este dus prea departe, poate fi asemănător unei constrângeri. În munca mea, văd cupluri care nu mai așteaptă o invitație în intimitatea partenerului, în schimb cer acceptarea, ca și cum au dreptul la acces nelimitat la gândurile private ale celor iubiți. Intimitatea devine mai degrabă o pătrundere supărătoare decât o apropiere — o intimitate impusă. „Trebuie să mă asculți." „Ai grijă de mine; spune-mi că mă iubești." Ceva ce ar trebui să se dezvolte normal, care face parte din frumusețea și înțelepciunea unei relații de iubire, este impus partenerului care este mai puțin înclinat spre comunicarea verbală. În cartea *Passionate Marriage,* David Schnarch ilustrează cu pricepere modul în care dorința de intimitate poate conduce o persoană la impunerea unei reciprocități forțate ca modalitate de restrângere a amenințării cu respingerea. Negocierea pentru reciprocitate e ceva de genul: „Îți voi spune dacă, și vreau, așa că trebuie să faci asta." Nu ne place să fim intimi în singurătate.

Unele cupluri merg chiar mai departe, confundând intimitatea cu controlul. Ceea ce trece drept grijă este de fapt supraveghere pe ascuns — o abordare a detaliilor vieții partenerului care ne face cunoscute unele fapte. Ce ai mâncat la prânz? Cine a sunat? Despre ce ați vorbit voi băieții? Acest tip de interogatoriu simulează apropierea și confundă detaliile nesemnificative cu un simț al cunoașterii mai profunde. Deseori sunt uimită de felul în care cuplurile sunt interesate de detaliile minuscule ale vieților lor, dar aceștia nu au purtat o conversație semnificativă de ani întregi. De fapt, o astfel de transparență poate adesea semnifica sfârșitul curiozității. E ca și cum acest flux de întrebări ar înlocui un interogatoriu mult mai preocupat și cu adevărat interesat.

Când impulsul de a împărtăși devine obligatoriu, când nu mai sunt respectate limitele personale, când este recunoscut numai spațiul împărtășit al unității, iar spațiul intim este negat,

fuziunea înlocuiește intimitatea, iar posesia cooptează iubirea. Aceasta reprezintă de asemenea și sărutul morții pentru viața sexuală. Lipsită de enigme, intimitatea devine nemiloasă atunci când exclude orice posibilitate de descoperire. Când nu mai e nimic de ascuns, nu mai e nimic de căutat.

Și trupurile vorbesc

Dacă o consecință a supremației dialogului este aceea că îi lasă pe bărbați în dezavantaj, alta este aceea că lasă femeile prinse în capcana sexualității reprimate. Ea neagă capacitatea expresivă a corpului feminin, iar această idee mă neliniștește. Favorizarea comunicării verbale ca o cale primară spre intimitate consolidează ideea că dorința sexuală a femeilor este justificată numai atunci când este incorporată în relații — că numai prin intermediul iubirii poate fi restituită senzualitatea feminină.

În trecut, sexualitatea și intelectul femeilor nu erau niciodată reunite. Corpul femeilor era controlat și sexualitatea lor era stăpânită pentru a preveni impactul lor viciat asupra virtuții masculine. Feminitatea, asociată cu puritatea, sacrificiul și slăbiciunea, era o caracteristică a femeii de succes din punct de vedere etic. Sora ei mai rea, diavolița interesată de sex (stricata, târfa, concubina, vrăjitoarea), era femeia pământeană, senzuală și vădit dornică care renunța la decență pentru abundența sexuală. Sexualitatea viguroasă era domeniul exclusiv al bărbaților. Femeile au căutat continuu să se desprindă de împărțirea patriarhală dintre virtute și dorință aprinsă și încă mai luptă împotriva acestei nedreptăți. Când privilegiem comunicarea verbală și minimalizăm importanța corpului, suntem complici la păstrarea femeilor în captivitate.

Intimitate bilingvă

Când vine timpul să-şi lase corpul să vorbească, Mitch şi Laura se află la polurile opuse ale spectrului. Şi-au redus identitatea sexuală la stereotipuri. Laura îl descrie pe Mitch ca pe bărbatul clasic obsedat de sex, care îşi cere drepturile indiferent de cum se simte ea. „Singura dată când vrea cu adevărat să se apropie de mine e atunci când vrea să facem sex şi el tot timpul îşi doreşte asta", spune ea nemulţumită. Laura, ambiţioasă şi uneori dominantă în interacţiunile lor zilnice, este văzută de Mitch ca fiind o femeie inhibată din punct de vedere sexual, care îi respinge în mod repetat avansurile dintr-un sentiment neînţeles de dezgust sau dispreţ. „Se poartă de parcă aş fi cine ştie ce gen de animal fioros şi se retrage din faţa mea de fiecare dată când o ating — mă face să mă simt prost" spune el pe un ton dureros.

Pentru Laura, sexul este suma tuturor restricţiilor culturale şi familiale pe care le-a preluat din copilărie; corpul ei este locul de întâlnire al multiplelor tabuuri şi nelinişti. Ca multe fete din generaţia ei (are cincizeci de ani), ea a crescut crezând că poate fi deşteaptă sau frumoasă, dar nu şi ambele. Singurele comentarii legate de înfăţişarea ei pe care şi le aminteşte că le-a primit din partea tatălui sunt cele referitoare la dezvoltarea sânilor ei. Şi avertismentul invers al mamei a fost acela că era norocoasă fiindcă nu era prea frumoasă deoarece băieţii vor numai un singur lucru. Ca adultă, poartă haine acoperitoare — gulere mulate chiar şi vara — şi se simte degradată de complimentele aduse pentru înfăţişarea ei. În cazul ei, sexualitatea îi trezeşte teama; nu a fost niciodată capabilă să se bucure de extazul corpului ei.

Pentru Mitch, pe de altă parte, sexul este zona în care se simte complet liber, neinhibat şi liniştit. Însă nu a fost

dintotdeauna așa. A fost un adolescent stângaci și nu foarte atletic. Dar avea două lucruri care îi umpleau adolescența de speranță: era un bun dansator și îi plăceau cu adevărat fetele. La optsprezece ani s-a îndrăgostit de Hillary, o fată dintr-un an terminal la facultate, cu o experiență considerabilă, iar inițierea lui în voluptățile sexului a fost magnifică. Din păcate, în căsnicie a ajuns să se simtă îngrozitor pentru un lucru pe care îl experimenta întotdeauna cu încredere și bucurie. Între timp, Laura a ajuns să se simtă complet deficientă, meschină și vinovată.

Îi încurajez pe Mitch și pe Laura să se asculte unul pe celălalt cu mai multă empatie. Mitch începe să înțeleagă că îndepărtarea Laurei de corpul ei nu are nicio legătură cu el. Acest lucru îi potolește sentimentul de respingere și suferința cauzată de faptul că nu poate să o satisfacă. În timp ce lui Mitch îi este clar că dorința lui se bazează pe dragoste, acesta trebuie să o ajute pe Laura să aibă încredere în sinceritatea interesului lui față de ea. Departe de a căuta o descărcare egoistă, el tânjește după uniune.

Cât despre Laura, ea învață un lucru la fel de esențial despre Mitch — că atunci când limbajul cuvintelor se pierde, așa cum se întâmplă mereu când e emoționat, el comunică prin corp. Ea a simțit mereu că „pasiunea lui Mitch pentru statul la orizontală" nu avea nicio legătură cu ea; era vorba doar de o ușurare fizică chinuitoare. Când îl aude vorbind, ea vede că Mitch are nevoie să-și exprime fizic tandrețea și dorința de conectare. Numai atunci când fac sex se simte în siguranță din punct de vedere emoțional. Limitându-l pe el la limbajul ei non-fizic, la eliminarea limbajului lui senzual, Laura i-a sufocat abilitatea de a „vorbi". Nu vrea să își vadă soțul așa cum e și în același timp consolidează chiar comportamentul pe care ea îl critică. Când Mitch este restrâns să utilizeze un limbaj redus de cuvinte, dispare iubitul romantic și apare tiranul.

Mitch și Laura sunt două exemple de extreme ale întregului minte-corp. Cuplurile sunt adesea alcătuite pe laturi opuse ale acestei împărțiri. Sunt aceia pentru care corpul este ca o închisoare în care se simt delimitați, conștienți de sine și autocritici. Corpul este un loc inhibat, ciudat și tensionat. Joaca și inventivitatea nu își au locul aici. Cuvintele sunt mai sigure decât gesturile și mișcările, iar acești oameni se refugiază în limbaj. Când se apropie de ceilalți, preferă calea verbală. Apoi sunt aceia pentru care corpul este ca un teren de joacă, un loc unde se simt liberi și neîncătușați. Ei încă păstrează capacitatea copiilor de a trăi complet în corpurile lor. În domeniul fizic, ei se pot elibera; nu trebuie să fie responsabili. De obicei, sunt partenerii din relație care vor mai multă intimitate fizică. Aceștia sunt capabili să scape de tulburările interioare în special în timp ce fac dragoste. Pentru ei, sexul este o destindere care le potolește neliniștea; pentru partenerii lor mai vorbăreți, sexul se dovedește a fi o sursă de neliniște.

Ca terapeut, caut să-l fac pe fiecare partener să capete mai multă fluență în limbajul celuilalt. Experiența a privat-o pe Laura de capacitatea de a recunoaște limbajul corpului. Ca multe femei, ea se luptă cu reprimarea veche de când lumea a sexualității feminine care a prins femeile în capcana pasivității și ne-a făcut să depindem de bărbați pentru a ne seduce și a ne iniția în sexualitate. În ciuda independenței ei economice și profesionale, Laura rămâne dependentă din punct de vedere sexual. Îl lasă pe Mitch să-și dea seama ce își dorește ea. Împreună, explorăm conflictele chinuitoare dintre dorință și negare, dintre a vrea și a nu a avea, dintre plăcere și reprimare. O invit pe Laura să se angreneze în fanteziile ei, să-și asume dorința și să-și ia responsabilități pentru împlinirea ei sexuală. Îi îndrept atenția spre fizicul ei și o provoc să învingă grija, vina și nerecunoașterea ce-i înconjoară sexualitatea. Se poate ea uita

drept în ochii mamei și să își mențină sentimentul de conștientizare a ei ca ființă senzuală? Se poate ea lăsa în voia erotismului și poate declara că „fetița drăguță" este oficial goală?

Când le-am făcut aluzia lui Mitch și Laurei că ar fi prinși în capcana unui limbaj lipsit de imaginație, un alfabet prea limitat ca să conțină viața lor erotică, Mitch a bufnit în lacrimi. „Nu sunt supărat", spune el, când de fiecare dată frustrarea a dus la cuvinte rele, dureroase: „Sunt dezamăgit." Îi cer Laurei să îl țină în brațe și plec din cameră pentru câteva momente, pentru a le da ocazia să se apropie prin puritatea atingerii fizice.

Când mă întorc, ei se află practic la capetele opuse ale canapelei, având un golf larg deschis între ei. Când întreb ce s-a întâmplat, ei revin imediat la învinovățirea reciprocă deja încercată și reală care i-a adus aici de la început. „Am încercat, dar el..." „Eu nu aș fi făcut asta, dacă ea nu făcea..." Îmi dau seama că intervenția mea era mai mult o exprimare a propriei speranțe decât o intenție din partea lor. Nu erau pregătiți.

Realizând inutilitatea continuării discuțiilor, în lunile ce au urmat am încercat câteva abordări diferite, majoritatea bazându-se mai mult pe interacțiuni fizice decât pe cele verbale. I-am lăsat să se conducă unul pe celălalt în cameră, încercând diferite orânduiri proprii conducătorilor și servitorilor: cooperarea, rezistența și pasivitatea. I-am făcut să-și cadă din nou unul în brațele deschise ale celuilalt. I-am pus să stea față în față și să se împingă reciproc cu palmele deschise. I-am făcut să-și imite mișcările. Conversațiile care au urmat au devenit treptat mai revelatoare, mai puțin critice și chiar mai vesele. Dându-i o reprezentare fizică dar non-sexuală impasului lor emoțional, ei au putut să-și vadă modurile lor de rezistență.

— Pot să-l las să se apropie, recunoaște Laura, dar nu prea mult. Am încredere în el, dar numai atât. Mereu am o reținere, nu-i așa?

— Când te îndoiești de propria dorință, e mai greu să ai încredere în faptul că Mitch te dorește, îi explic eu. Este mult mai ușor să dai vina pe el — și, să fim cinstiți, îți dă mult de furcă — decât este să te confrunți cu profunzimea îndoielii de sine.

Mitch, care arăta cu degetul de câțiva ani spre pasivitatea sexuală a Laurei, și-a dat și el seama de câteva lucruri.

— Cred că nici nu sunt prea creativ. Când făceam exercițiul, m-am simțit stânjenit să preiau conducerea. Urăsc să recunosc, dar îmi plăcea rezistența pasivă cel mai mult. Sunt imbatabil în acea privință.

I-am amintit lui Mitch că atunci când a cunoscut-o pe Hillary, prima lui iubire, și ea obișnuia să preia conducerea.

— Te exprimi într-adevăr cu mai multă elocvență în domeniul fizic, dar depinzi extrem de mult de un interlocutor puternic pentru a putea fi în siguranță. Până acum, Laura nu s-a simțit așa.

Când Mitch și Laura au venit la mine, ezitam să mă ocup de ei. M-au considerat ultimul terapeut la care puteau recurge; eram fie al treilea, fie al cincilea terapeut (nu-mi amintesc exact) pe care îl consultau în mai mult de douăzeci de ani. Timp de ani întregi, ei tot încercaseră să-și schimbe direcția prin comunicarea verbală. Evident, nu funcționase. În schimb, erau angajați într-un joc de atac și apărare verbal, defensiv, ostil și complet contopit. Erau suficient de deschiși unul cu celălalt, dar departe de a fi intimi.

Am știut îndeajuns de multe pentru a nu mă limita la obișnuita cură de dialoguri — discuția devenise zgomotoasă și nu se termina nicăieri. Exercițiile le-au furnizat un obiectiv alternativ pentru a le examina dinamica. Rezolvarea problemelor prin metoda fizică ne-a oferit un nou text pe care trebuia să-l descifrăm împreună. Era îndeajuns de nou ca să-i pună pe jar și

să le întrerupă consolidarea tranșeelor. Se extindeau pe un teritoriu nou.

În colaborarea cu pacienții subliniez faptul că intimitatea nu e monolitică; și nici nu e mereu consecventă. Ea este intermitentă, menită să crească și să scadă chiar și în relațiile cele mai bune. Terapeutul de familie Kaethe Weingarten ne conduce în altă parte atenția dinspre intimitate, ca fiind caracteristica statornică a unei relații; ea o vede în schimb ca pe o calitate a interacțiunii ce are loc în momente izolate și care există înăuntrul dar și în afara angajamentelor pe termen lung. Se manifestă în sincronizarea partenerilor de dans, recunoașterea spontană dintre străinii aflați într-un avion, solidaritatea dintre martorii unei catastrofe, aprecierea reciprocă dintre supraviețuitorii cancerului la sân, alcoolismului, terorismului, divorțului. Este intimitatea dintre profesioniști și cei pe care aceștia îi servesc — doctor și pacient, terapeut și client, dansatori erotici și oameni obișnuiți. În timp ce ne-am aștepta să experimentăm aceste momente discrete de apreciere în relațiile neîntrerupte, ele nu sunt neapărat legate de niciun context. Pot fi circumstanțiale, spontane și lipsite de urmări. Conștientizând ideile lui Weingarten, nu mai privesc relațiile ca fiind intime sau nu. În schimb, urmăresc abilitatea fiecărui cuplu de a se angaja într-o serie de licitații intime îmblânzite cu timpul.

Uneori, fuziunea emoțională este realizată prin comunicare verbală; de multe ori, nu se întâmplă așa. Faptul că îi construiești un raft de cărți iubitului tău, că schimbi cauciucurile de zăpadă de la mașina soției tale și că înveți să faci supa de pui a mamei lui, toate acestea, poartă promisiunea unei legături. Golde din *Fiddler on the Roof* ne amintește că activitățile zilnice obișnuite, cu timpul, se vor împleti într-o tapiserie de legături. Eddie și Noriko, maeștri ai comunicării non-verbale, ne pot da o lecție tuturor despre

modurile alternative de a ne exprima dragostea. Când punem preț numai pe ceea ce dezvăluim prin cuvinte, ne facem un deserviciu. Într-o vreme în care putem folosi aproape orice mod de stabilire a unei legături, trebuie să prețuim și să recunoaștem modalitățile multiple în care ne putem întinde și atinge pe cineva.

4

Democraţie *versus* sex fierbinte

Dorinţa şi egalitarismul nu joacă după aceleaşi reguli

Nicio declaraţie de drepturi sexuale nu se poate ridica la nivelul peisajului nestăpânit şi neîmblânzit al imaginaţiei erotice.

Daphne Merkin

Acum câţiva ani am participat la o prezentare de la o conferinţă naţională, unde vorbitorul discuta despre un cuplu care venise la terapie parţial din cauza unui declin accentuat în activitatea lor sexuală. Înainte, ei îşi exprimau prin gesturi fanteziile de dominare şi supunere; acum, după venirea pe lume a celui de-al doilea copil, soţia voia să aibă parte de sex mai convenţional. Dar soţul era ataşat de stilul lor vechi de a face dragoste, aşa că se aflau într-un impas. Prezentatorul a luat abordarea că rezolvarea dificultăţilor sexuale ale acestui cuplu avea să necesite rezolvarea dinamicii afective a căsniciei lor şi a noului lor statut de părinţi. Dar în discuţia ce a urmat, publicul s-a dovedit mult mai puţin interesat de relaţia cuplului per ansamblu decât de prezenţa deconcertantă a dominaţiei şi supunerii în viaţa lor erotică.

Ce patologie, au întrebat câţiva participanţi, s-ar putea afla la baza nevoii bărbatului de a-şi considera soţia un obiect din punct de vedere sexual şi la baza dorinţei ei de dependenţă de la început? Poate că, au speculat câţiva oameni, maternitatea i-a

redat simțul demnității, așa încât ea refuza acum să fie atât de înjosită. Unii au sugerat că impasul reflecta vechi diferențe dintre sexe: bărbații tind să urmărească separarea, puterea și controlul, în timp ce femeile tânjesc după afiliere în iubire și legătură afectivă. Totuși, alții erau siguri că asemenea cupluri aveau nevoie de o legătură mai empatică pentru a contracara tendința de angajare într-o relație implicit abuzivă, condusă pe baza puterii. Ceea ce au clarificat aceste remarci a fost mesajul neexprimat că asemenea practici sunt inerent degradante pentru femei, o imputare adusă chiar ideii de egalitate între sexe și opusă unei bune și sănătoase căsnicii.

După două ore de conversații despre sex, grupul nu menționase niciodată plăcerea sau erotismul, așa că am intervenit. Mă întrebam, am zis eu, dacă eram singura surprinsă de această omisiune. Până la urmă, sexul fusese complet consimțit. Poate că femeia nu mai voia să fie legată de soțul ei pentru că acum avea un copil care era în continuu dependent de sânii ei, legând-o mai eficient decât ar putea-o face orice sfori. Oamenii din public nu aveau preferințele lor sexuale, preferințe pe care nu era nevoie să le interpreteze sau justifice? De ce se presupune automat că trebuia ca jocul erotic al acestui cuplu să fie degradant și patologic? Mai exact, mă întrebam, dacă participarea binevoitoare a femeii la supunere era o provocare prea mare pentru persoanele etice? Era o amenințare prea mare să-și imagineze o femeie puternică, sigură, care se bucură de exprimarea fanteziilor sexuale de supunere? O asemenea recunoaștere le-ar diminua femeilor autoritatea morală? Poate că participanții la această conferință se temeau că, în cazul în care femeile ar da dovadă de asemenea dorințe, vor sancționa în vreun fel dominația masculină de pretutindeni — în afaceri, în viața profesională, în politică și economie. Poate chiar ideile de dominare și supunere sexuală, cucerire și subjugare, agresiune și cedare (indiferent

care partener joacă rolul) nu pot părea egale cu idealurile de corectitudine, compromis și egalitate care caracterizează căsnicia din ziua de azi.

Ca spectator relativ al societății americane, am bănuit că atitudinile pe care le-am observat la această întâlnire reflectau supoziții culturale mai profunde. Credeau clinicienii din sală că practicile sexuale ale acestui cuplu, chiar dacă erau consimțite și complet non-violente, erau prea sălbatice și „perverse" și de aceea inadecvate și iresponsabile pentru implicarea serioasă continuă în menținerea unei căsnicii și dezvoltarea unei familii? Era ca și cum plăcerea sexuală și erotismul care se abat pe căi ușor deviate ale fanteziei și jocului, în special jocurile ce implicau agresivitate și putere, trebuiau desprinse din repertoriul adulților responsabili implicați în relații serioase de dragoste.

După conferință, m-am angrenat în multe conversații intense cu terapeuți de cupluri din America de Sud, Orientul Mijlociu și Europa. Ne-am dat seama că toți ne simțeam depășiți de atitudinile sexuale americane, dar nu a fost ușor să indicăm ceea ce era diferit din punct de vedere cultural. A face generalizări pe marginea unui subiect atât de încărcat de tabuuri ca exprimarea sexualității constituie un drum alunecos. Dar dacă mi s-ar permite o observație grosolană, aș spune că egalitarismul, directitudinea și pragmatismul sunt întărite în cultura americană și influențează în mod inevitabil modul în care gândim și experimentăm dragostea și sexul. Atitudinile latino-americanilor și europenilor față de dragoste, pe de altă parte, tind să reflecte alte valori culturale și e mai probabil ca acestea să includă dinamica seducției, accentul pe senzualitate și ideea de complementaritate (adică, ideea de a fi diferiți, dar egali) mai degrabă decât asemănarea absolută.

Politica din dormitor

Câteva dintre caracteristicile cele mai bune ale Americii — credinţa în democraţie, egalitate, construire de consensuri, compromis, cinste şi toleranţă mutuală — atunci când sunt aduse în mod prea pedant în dormitor, pot avea drept rezultat sexul foarte plictisitor. Dorinţa sexuală şi buna cetăţenie nu se ghidează după aceleaşi reguli. Şi în timp ce egalitarismul edificat reprezintă unul dintre cele mai mari progrese ale societăţii moderne, acesta poate solicita o taxă în domeniul erotic.

Elizabeth a petrecut douăzeci de ani păzindu-l pe Vito de tradiţiile machiste din sudul Italiei până la egalitatea post-feministă a suburbiei newyorkeze. Când spune: „Cred că ne potrivim mai bine" cu o voce care încă sună ca aceea a lui Don Vito Corleone, ştiu exact ce transformare culturală a avut loc. Elizabeth este o femeie la patruzeci şi ceva de ani care se descrie ca fiind „hiper-responsabilă". Este psiholog de şcoală care supraveghează bunăstarea a peste 400 de copii de şcoală primară, pe lângă faptul că se ocupă de majoritatea lucrurilor din casa ei. „Întotdeauna am făcut ceea ce trebuie. Am fost mereu orientată spre sarcini. Îmi fac o listă şi o urmez întocmai. Într-un oarecare fel, aceasta a funcţionat mereu. Şi am fost mereu implicată în relaţii în care coordonarea, competenţa şi controlul au reprezentat munca desemnată mie. Nu părea să existe vreun moment când să mă pot descărca, să mă simt liberă şi nechibzuită şi poate un pic iresponsabilă." Elizabeth face o pauză şi zâmbeşte timid. „Apoi, l-am întâlnit pe Vito şi am descoperit cât de mult sunt atrasă de supunerea sexuală. Poate că nu se potriveşte cu felul în care mi-am imaginat mereu că o să fiu sau cu felul în care alţii au gândit despre mine, dar acesta este adevărul."

— Fiindcă sexul este un capitol în care poţi să pierzi controlul în siguranţă? întreb eu.

— Da.

— Este singurul domeniu în care nu trebuie să iei decizii, unde nu trebuie să te simți responsabil pentru nimeni altcineva.

— Pentru mine e ca o vacanță, explică ea. Nu trebuie să fiu machiată; nu trebuie să răspund la telefon; nu trebuie să conduc. E ca și cum aș fi pe o insulă minunată, îndepărtată, departe de viața mea obișnuită. Pot să pășesc afară din lumea mea și să fiu o altă persoană, sexy și un pic sălbatică.

Elizabeth vrea să fie manipulată de bărbat, să i se spună ce să facă — de parcă, prin identitatea ei erotică, poate corecta un dezechilibru din viața ei și reumple ceva vital. Gustă cu plăcere abandonul care vine odată cu sentimentul lipsei de putere. Și se încarcă erotic atunci când se joacă în zona interzisă a inegalității, aș adăuga eu.

— Când îmi face avansuri cu forța, mă face să mă simt sexy. Tensiunea crește. Ca și cum mă vrea așa de mult încât nu se poate abține, spune Elizabeth.

Vito, grăbit să răspundă, adaugă:

— Nici ea nu se poate abține. Când cedează, știu că sunt irezistibil.

Realitatea cruntă a violenței, violului, traficului sexual, pornografiei cu copii și a crimei din ură ne cere să ținem strâns în frâu abuzurile de putere care pătrund în politica sexuală. Poetica sexului este totuși adesea incorectă din punct de vedere politic, dezvoltându-se pe baza unor jocuri de putere, inversări de roluri, avantaje incorecte, cerințe imperative, manipulări seducătoare și a unor cruzimi subtile. Bărbații și femeile americane, formați de mișcarea feministă și idealurile ei egalitare, se regăsesc adesea provocați de aceste contradicții. Ne temem că jocul cu dezechilibrele de putere din arena sexuală, chiar și în

relaţiile consimţite dintre adulţi maturi, riscă să răstoarne respectul care este esenţial în relaţiile umane.

În niciun caz nu cer o inversare a istoriei sau o agendă antifeministă. Orice discuţie despre cuplurile moderne şi sexualitate ar fi în mod pervers prost direcţionată dacă nu ar recunoaşte influenţa enormă şi enorm de folositoare a feminismului asupra formei vieţii de familie americane. Mişcarea femeilor a căutat să elimine inegalităţile adânc înrădăcinate dintre sexe şi să dezgroape structurile care au perpetuat dominaţia masculină în toate sferele vieţii, inclusiv în sexualitate. Aceasta a provocat standardul dublu care a încurajat experimentarea sexuală de către bărbaţi, chiar văzându-l ca pe o etapă necesară în dezvoltare, dar a făcut imposibilă aceeaşi curiozitate la femei. Acest standard dublu solicita loialitate sexuală din partea femeilor, în timp ce închidea ochii în faţa bărbaţilor rătăcitori deoarece „Aşa sunt bărbaţii." (Încă există ţări în ziua de azi unde bărbatul poate să-şi omoare soţia infidelă, fără nicio repercusiune legală. În unele culturi, uciderea ei este singurul mod de a-şi recăpăta onoarea lui şi pe cea a familiei.)

Diferenţele de sex, tabuurile care decurg de aici şi interdicţiile au fost mult timp văzute ca imperative categoriale, stabilite biologic şi deci invariabile. Feminismul a arătat că aceste truisme şi caracterizări necontestate au fost, de fapt, construcţii sociale care au întărit o veche orânduire a sexelor — una care evident favoriza bărbaţii. Cărţi ca *Our Bodies (Corpurile noastre), Ourselves (Noi înşine)* şi *The Women's Room (Toaleta femeilor)* au ţintit să le redea femeilor un sentiment de stăpânire sexuală, din punct de vedere legal şi psihologic, şi să le elibereze de constrângerile care stăpâniseră sexualitatea feminină. Plăcerea sexuală feminină nu a putut fi eliberată până când femeile nu au fost relativ protejate de pericolele tradiţionale şi foarte reale asociate cu sexul. Bolile cu transmitere sexuală, violul şi sarcina nedorită au

adus nu numai rușine, ci și ruinare, iar nașterea a fost mereu amenințată de fatalitate.

Primii feminiști au fost mult mai interesați de subiectul suveranității sexuale decât de subiectul plăcerii. Toate la timpul lor, au gândit ei. Atâta timp cât bărbații domină complet viața afacerilor și pe cea politică, atâta timp cât femeile sunt dependente economic de bărbați, atâta timp cât povara îngrijirii copilului cade complet pe umerii femeilor (răsturnând chiar și cele mai egalitare cupluri), nu se poate vorbi despre o sexualitate feminină liberă. Incontestabil, feminiștii americani au obținut îmbunătățiri importante ale acestor aspecte din viața femeilor; și nu se poate concepe nicio libertate reală, sexuală sau de alt gen, fără acestea.

Dar aceste îmbunătățiri au introdus și niște consecințe neintenționate. Fără denigrarea acelor realizări istorice semnificative, eu chiar cred că accentul pe sex egalitar și respectuos — purificat de oricare expresie de putere, agresivitate și de greșeli — este opus dorinței erotice la bărbați, la fel ca și la femei.

Spațiul limitat al erotismului

Elizabeth și Vito au muncit din greu pentru a avea o căsnicie echitabilă, dar sexul îi conduce într-o altă direcție. Diferențialul de putere, care ar fi inacceptabil în relația ei afectivă cu Vito, este exact ceea ce o incită pe Elizabeth din punct de vedere erotic. La început, când își dezvăluie predilecția sexuală, ea se simte stânjenită. Nu se potrivește cu felul în care se imagina ea ca femeie liberă, puternică.

— M-am luptat să accept ceea ce mă aprinde. Mult timp am fost deranjată de fanteziile mele. Supunerea pur și simplu nu mă caracterizează. Mi-au trebuit ani să reconciliez ceea ce mă stârnește cu convingerile mele politice. Undeva, între căsnicie, copii

şi carieră, mi-am dat seama că era timpul să nu mă mai ascund, să nu mă mai prefac şi mai ales să nu mă mai scuz pentru cine eram şi pentru ceea ce îmi doream pe lume. Îmbătrânirea ajută. Nu mă mai simt de parcă ar trebui să mă justific. Poate acesta este sensul eliberării sexuale.

Multor femei le e greu să-şi accepte dorinţa pentru supunere sexuală. Dar să ieşim din noi înşine este exact ceea ce ne permite erotismul să facem. În dragoste, desconsiderăm restricţiile culturale; interdicţiile pe care le susţinem atât de viguros pe lumină sunt adesea acelea pe care ne face plăcere să le încălcăm pe întuneric. Este un spaţiu alternativ unde ne putem experimenta în siguranţă tabuurile. Imaginaţia erotică are puterea de a depăşi raţiunea, convenţia şi barierele sociale.

Cu cât îi indic mai mult tensiunile din aceste revelaţii ale plăcerii, cu atât Elizabeth pare mai uşurată. Eu continui:

— Desigur, nimic nu e mai înfricoşător decât o pierdere reală a controlului în „realitate". Dar scopul fanteziei este să ne permită să transcendem constrângerile morale şi psihologice ale vieţii cotidiene.

În exprimarea liberă a sexualităţii ne lăsăm pradă impulsurilor necontrolate şi laturilor noastre tăgăduite, aprinse. Mordechai Gafni, un savant al misticismului evreiesc, explică faptul că fanteziile sunt precum nişte oglinzi. Le ţinem în faţa noastră ca să vedem ce se află în spatele lor. Observăm imagini proprii care altminteri ar fi inaccesibile. Dacă angajamentul necesită să schimbi libertatea cu siguranţă, atunci erotismul este poarta de intrare înapoi în libertate. În larga expansiune a imaginaţiei noastre, ne descoperim libertatea care ne permite să tolerăm limitele realităţii.

Dinamica puterii şi controlului, care poate fi provocatoare într-o relaţie afectivă, poate deveni extrem de dezirabilă, atunci când este erotică. În creuzetul minţii erotice, aducem cele mai

supărătoare componente ale iubirii — dependența, cedarea, gelozia, agresivitatea, chiar ostilitatea — și le transformăm în surse puternice de excitare. Oscar, pacientul meu, nu suportă când soția lui autoritară îi spune ce să facă, și totuși îi place să fie tachinat din punct de vedere sexual. Când ea dă ordine cu privire la vase, experiența asta îl duce cu gândul la bucătăria mamei lui. Dar nu mai simte această amenințare regresivă odată ce luminile au fost stinse. Ceea ce detestă în sfera domestică devine alegerea lui în sfera erotică. Maxwell, care stă cu ochii pe admiratorii frumoasei lui prietene, face referire la aceștia în mod repetat când face dragostea cu ea. Ceea ce ne amenință în public devine o încântare în particular. El și-a transformat cu succes temerile zilnice în seducții nocturne. Și lui Elizabeth, femeia care preia conducerea, îi place să ia o pauză când Vito preia conducerea în dormitor. Ea nu percepe controlul lui ca fiind tiranic. Dimpotrivă, simte că cineva are grijă de ea. Și simte că își reînnoiește respectul pentru el, deoarece „la acest capitol, el știe ce să facă". Controlul lui oferă un spațiu sigur în care ea își poate elibera identitatea desfrânată. Dezechilibrul puterii este deopotrivă sigur și sexy — totodată protector și eliberator.

Subminarea puterii

Unii ar spune că dorința lui Elizabeth de supunere nu înseamnă nimic mai mult decât o reconstituire a dominației masculine tradiționale. Aceștia ar pretinde că aranjamentele sexuale, în care un partener este dominant și posesiv, celălalt pasiv și slab, sunt inerent ierarhice și despotice, nimic mai mult decât o reluare sexuală a patriarhiei. Dar prizonierii rar au dorința de a pretinde că sunt prizonieri. Numai cei liberi pot alege să se prefacă. După cum gândesc eu, să fii capabil să te joci cu rolurile sugerează că nu mai ești controlat de acestea. Jocul

are potenţialul de a distruge noţiunea de împărţire a sexelor în categorii. Pentru Elizabeth, să fie controlată sexual reprezintă în sine un act subversiv care, în cele din urmă, este eliberator. Acelaşi lucru e valabil şi pentru Marcus, care conduce unitatea de cercetare şi dezvoltare a unei mari companii internaţionale de software. Este un bărbat de tipul clasic A: competitiv, ambiţios, care îşi petrece mai mult timp plutind decât cu picioarele pe pământ. Mintea lui puternică şi agresivitatea l-au făcut un lider înnăscut în domeniul lui extrem de competitiv. Cuvântul „putere" este ataşat multora dintre activităţile lui şi apare adesea în conversaţiile lui. Face plimbări puternice, consumă băuturi puternice, găteşte mese puternice şi se reîncarcă în timpul unui pui de somn puternic de zece minute. Iar în timpul liber îi place să fie pălmuit peste fund.

Când Marcus soseşte acasă la prietena lui, lasă în urmă o zi lungă în care a fost şeful. Cu o femeie puternică din punct de vedere sexual, o femeie dominatoare, el ia o pauză de la deţinerea controlului. Dacă prietena lui preia conducerea, în rolul de dominatoare, el poate să renunţe fiindcă ştie că ea poate opune rezistenţă intensităţii solicitărilor lui. Cedarea nu numai că îl încântă din punct de vedere erotic, dar îl şi hrăneşte afectiv. La fel ca Elizabeth, Marcus ajunge să-şi vadă în oglinda eroticului o faţetă a lui subminată, dar esenţială. În cultura noastră, pasivitatea este percepută ca fiind feminină şi lipsită de putere. Prin urmare, pasivitatea le generează bărbaţilor (şi multor femei) un mare conflict emoţional. Dar acest lucru nu ne-o scoate din suflet sau nu o face mai puţin dezirabilă. Marcus se teme la fel de mult să cedeze pe cât o râvneşte. Fantezia lui îi permite o pasivitate limitată, o întoarcere în siguranţă, dar mascată în braţele mamei lui. Şi în timp ce nu e interesat de explicaţii intelectuale sau psihologice apăsătoare ale „motivaţiei" lui, înclinaţiile lui

erotice pun sub semnul întrebării distribuția stereotipică a puterii care pune întotdeauna bărbatul pe primul loc.

Nu există dragoste fără ură

Apărătorii intimității moderne — în primul rând consilierii matrimoniali și autorii de autoajutorare — au căutat fără încetare să desființeze problema spinoasă a puterii în relații stabile. Se spune că parteneriatul ideal e unul care presupune egalitate absolută în toate zonele relației, ca și cum, cu cântarul în mână, am putea măsura puterea cantitativ. Mulți dintre noi, cufundați în această ideologie a corectitudinii și mutualității, nu-și doresc nimic mai puțin.

Dar realitatea este că negocierea puterii face parte din toate relațiile umane. Recunoaștem cel mai ușor acest lucru atunci când este exprimat direct, prin autoritate, putere de constrângere, intimidare, agresivitate și pedeapsă. Cel puternic împarte pedepse și răsplăți în funcție de gradul de conformitate al celuilalt cu dorințele lui. Dar există și puterea celui slab. Respectul, pasivitatea, opunerea rezistenței, băgatul pe sub piele și supra-aprecierea morală a victimei sunt și ele manifestări ale puterii. Puterea și dezechilibrul puterii sunt inevitabile.

Ethel Spector Person, în *Feeling Strong*, scrie că aflăm pentru prima dată despre diferențele de putere în cadrul familiei noastre. „Toate relațiile de putere, toate dorințele, fie de dominare, fie de supunere, își au rădăcinile psihologice în faptul că toți am fost odată copii mici cu părinți mari, iar rădăcinile lor existențiale constau în faptul că ne simțim oameni mici într-o lume mare și necontrolată, pe care trebuie să putem să o îmblânzim." Copilăria este antrenamentul nostru de bază pentru tactici de putere. Noi avem dorința noastră; părinții o au pe a lor. Noi cerem; ei obiectează. Negociem ceea ce vrem; ei ne spun ce

putem avea. Învățăm să rezistăm și învățăm să cedăm. Învățăm, în cel mai bun caz, să cântărim, să intermediem, să înțelegem.

Toate aceste permutări ale puterii se împiedică de intimitățile noastre ca adulți, iar sexul chiar contează. Băieții și fetele trec printr-o inițiere radical diferită în exercitarea puterii. Bărbații devin adepții exprimării directe a puterii, femeile adepte ale exprimării indirecte; iar aceste diferențe sunt perceptibile în scenariile noastre sexuale.

Ca adulți, căutăm parțial controlul ca apărare împotriva vulnerabilității propriei iubiri. Când ne punem speranța într-o singură persoană, dependența noastră plutește în aer. La fel plutesc și frustrările, și dezamăgirile noastre. Cu cât suntem mai neajutorați, cu atât mai periculoasă este amenințarea umilirii. Cu cât cerem mai mult, cu atât suntem mai supărați când nu primim. Copiii știu asta; iubiții o știu și ei. Nimeni nu ne poate aduce la punctul de fierbere la fel de rapid ca partenerul nostru (cu excepția, poate, a părinților noștri, locul original al furiei dependente). Dragostea e întotdeauna însoțită de ură.

În timp ce ne temem de profunzimea dependenței noastre, mulți dintre noi suntem chiar mai speriați de profunzimea furiei noastre. Recurgem la răsturnări complicate ale relației, pentru a ține toată această combustie în șah. Cu toate acestea, cuplurile care implementează cu cel mai mare succes acest model de placiditate sunt foarte rar alcătuite din iubiți pasionali. Când confundăm afirmarea cu agresivitatea, îl neutralizăm pe celălalt, ne adaptăm poftele și când ne respingem ostilitatea prin argumente raționale, ne asamblăm un calm care este liniștitor, dar nu foarte captivant. Stephen Mitchell clarifică faptul că abilitatea de a ne stăpâni agresivitatea este o precondiție pentru capacitatea de a iubi. Trebuie mai degrabă să ne integrăm agresivitatea decât să o eradicăm. El explică: „Degradarea romantismului, scăderea dorinței sunt datorate nu contaminării

iubirii cu agresivitate, ci inabilității de a menține tensiunea necesară dintre ele."

Jed și Coral

Jed este modest. Este un arhitect îngrijit, manierat, strălucit și un bun orator. Este amabil, nu a fost niciodată genul de om care să-ți reproșeze ceva. Dar din punct de vedere sexual, este un alt bărbat. Jed a descoperit S-M-ul (sado-masochismul) când era adolescent și ani întregi a folosit erotismul ca loc de întâlnire cu agresivitatea. Îi plac pielea, suprafețele tari, lanțurile, cătușele.

— Eram timid înainte și îmi era greu să mă afirm. Dar, în același timp, eram foarte supărat și nu știam unde să-mi exprim supărarea. Îmi era prea frică să nu rănesc lumea, așa că am ținut totul în mine.

— Înțeleg de ce sado-masochismul era atât de atractiv pentru tine, am răspuns eu. Puteai să ceri și să nu te mai temi că o să rănești pe cineva. Codurile clare și negocierea în prealabil au făcut ca tu să te simți în siguranță. Afectiv, tinzi să îi pui pe ceilalți pe primul loc. Dominația sexuală este un mod de a călca în picioare supremația celuilalt. Este un răspuns inteligent la subordonarea afectivă tipică ție.

— Exact, spune el. Dar, în același timp, știi, e vorba numai despre nevoile lor. Le fac pe plac — asta e partea esențială. Ele și-o doresc. Trebuie să le placă cu adevărat, altfel mă aflu în impas.

Timp de mulți ani, Jed a evitat să devină serios cu femeile. Apropierea îl făcea să se simtă distrus. Bântuit de băiețelul timid care fusese el odată, îi era teamă că se va simți neputincios și dependent.

— Coral a fost prima femeie pe care am iubit-o vreodată și față de care nu m-am simțit îndatorat. Nu aveam continuu garda pusă pentru a nu fi absorbit de relație.

Jed a crescut singur, a avut puțini prieteni și și-a petrecut mare parte din adolescență citind S.F.-uri și ascultând heavy-metal în camera sa. Coral, care a crescut în același cartier, abia dacă își amintește de el de la liceu. Ea era populară, drăguță și ieșea mult. Ea a publicat anuarul.

— Nu eram printre primii pe lista ei, dar ocupam un loc respectabil.

Chiar și azi, Coral are mulți prieteni. Ea este centrul cercului ei social și este foarte interesată să-și suplimenteze cariera de regizor de documentare aflată în ascensiune.

La unsprezece ani după absolvirea liceului au dat unul peste celălalt la o nuntă. Jed învățase să-și ascundă timiditatea prin satiră, iar Coral era atrasă de receptivitatea și simțul lui extravagant al umorului. Să nu mai punem că se transformase într-un tip cu adevărat frumos. Ea s-a asigurat că pleacă de la petrecere cu numărul lui de telefon fiindcă știa că primul pas avea să depindă de ea. Au început să iasă și au fost împreună timp de șase ani.

Jed și Coral sunt extraordinar de compatibili în majoritatea sferelor vieții lor, dar din punct de vedere sexual au sensibilități foarte diferite.

— Nu înțeleg de unde vin motivele lui, spune ea. Nu am mai întâlnit asta până acum și am fost cu destul de mulți bărbați și sunt o mulțime de lucruri perverse care mă excită. Dar asta nu o înțeleg — poate pentru că am crescut în această lume foarte feministă a corectitudinii politice și a respectului pentru femei. Într-un fel mă simt nerespectată. E un lucru ieftin, strigător la cer și mă face să mă simt ca...

— Ca o stricată? întreb eu.

— Nu, nu cred că e ceva greșit în a fi stricată. Am fost o stricată mult timp. Doar că mă face să mă simt mai puțin dorită. Nu simt că mă implică. Nu are nimic de-a face cu mine și de

aceea nu mă simt atrasă sau motivată sau interesată de asta. Are vreo logică?

— Da, are logică, răspunde Jed, dar eu, eu nu o văd ca pe o uitare a ta, o uitare a identității tale. Eu o văd ca pe o onoare pe care ți-o fac prin faptul că sunt gata să îmi scot complet armura de apărare și să spun: Ei bine, am destulă încredere în tine ca să îți arăt asta.

Pentru a merge mai departe, Jed și Coral au nevoie fiecare să știe mai bine de unde vine celălalt. Facem un exercițiu în care împart o foaie de hârtie printr-o linie verticală pe mijloc, apoi scriu separat asocierile imediate ale cuvântului „dragoste" în partea stângă. Le dau exemple: „Când mă gândesc la dragoste, mă gândesc la..." „Când iubesc, mă simt..." „Când sunt iubit/ă, mă simt..." „În dragoste, caut..." Imediat ce termină, scriu răspunsurile la următorul set de exemple în partea dreaptă: „Când mă gândesc la sex, mă gândesc la..." „Când doresc, (mă) simt..." „Când sunt dorit/ă, mă simt..." „Când fac dragoste, caut..."

Acest exercițiu, deși simplu, este deosebit de edificator. În primul rând, pentru că expune felul în care dragostea și dorința sunt analizate în mintea fiecărui partener — cât de separate și cât de îmbinate sunt. În al doilea rând, îmi permite mie să observ congruența aranjamentelor dintre acești parteneri. Așa cum bănuiam, Jed și Coral experimentează sexul în moduri opuse și caută lucruri diferite în sex. Coral caută o legătură intimă prin sex și dragostea îi sporește dorința. Ea asociază dragostea cu căldură și siguranță. Dacă e iubită, acest lucru o face să se simtă în siguranță. Dacă e dorită, la fel. Pentru ea, sexul este sangvin, sănătos, este un lux.

— M-am simțit atașată de toate persoanele cu care am făcut sex. Chiar și după aventurile de o noapte plecam zâmbitoare, crezând că sunt îndrăgostită. A trebuit să învăț că dragostea și

sexul nu sunt întotdeauna acelaşi lucru, că nu trebuia să vreau să mă mărit cu fiecare bărbat cu care mă culcam.

Pentru Jed, legătura intimă îşi face apariţia după fapt, iar dragostea şi sexul nu se îmbină aproape la fel de bine cum se întâmplă la Coral. Dragostea îl face să se simtă în siguranţă, dar şi limitat. Este legată de conflict.

— Mă simt de parcă ar trebui să-mi limitez acţiunile şi cuvintele pentru a evita să o rănesc. Mă simt vulnerabil, expus şi dezorientat. Este dureros. Cred că e posibil să nu o merit fiindcă nu simt că o merit. Încă îmi este greu uneori să văd ceea ce inspiră dragostea ei pentru mine. Sunt îngrijorat.

Dar când vine vorba de sex, el îl experimentează într-un mod cu totul diferit.

— Sexul m-a fascinat întotdeauna. Este singurul loc unde pot să fiu eu însumi, unde îmi pot exprima toate sentimentele pe care de obicei le ţin ascunse. Sexul este profund împletit cu puterea; ele nu sunt complet distincte pentru mine.

Agresivitatea este o parte intrinsecă a sexualităţii lui. Îl încurajează. Nu trebuie să se subordoneze nevoilor sau sentimentelor femeii; şi nici nu se pierde în acestea.

— Am nevoie de putere pentru că m-am simţit lipsit de aceasta pentru foarte mult timp în viaţa mea. Trebuie să compensez.

— Când legătura afectivă este prea intensă, aceasta împiedică sexul fiindcă începi să te închizi. Aceeaşi limitare pe care o descriai în coloana „iubirii" am sugerat eu.

— Dacă îmi pasă prea mult de ea, nu pot risca să-mi expun agresivitatea. Îmi pasă de ceea ce crede ea despre mine, înţelegi? Persoana în cauză nu trebuie să-mi fie prea apropiată, altfel mă simt ameninţat. Am nevoie de distanţă ca să mă aprind.

Jed încearcă să schițeze structura sexualității lui cu Coral. Agresivitatea este motivatorul inițial, dar autonomia reprezintă încărcătura sexuală pe care i-o permite agresivitatea.

— Manierele nu mai contează. Ceea ce cred alții nu mai contează. Demnitatea nu mai contează. Tot ceea ce rămâne este nevoia, dorința animalică. Libertatea pentru care m-am luptat toată viața.

Să fim sinceri: Jed și Coral nu reprezintă o potrivire ideală din punct de vedere sexual. Și este posibil ca această parte a relației lor să nu devină *Nouă săptămâni și jumătate*. Totuși, de fiecare dată când au intenționat să se despartă și-au dat seama că ar putea găsi un partener de sex mai bun, dar nu și un partener de viață mai bun.

Iată direcția pe care am urmat-o. Dată fiind abilitatea lui Jed de a se simți autoritar în mare măsură în dominația sexuală, am susținut cerința lui Coral de a experimenta afirmarea lui Jed în afara dormitorului. „Ceea ce face ca situația să fie ciudată pentru mine este că Jed este incredibil de pasiv în oricare alt aspect al vieții noastre. Contrastul este foarte supărător. Aș vrea să fi fost mai ferm și mai puțin respectuos în general." Îl încurajez pe Jed să înceapă să se afirme și în afara arenei sexuale. Este un novice la acest fel de afirmare. Alegerea unui restaurant sau a unui film este dificilă pentru el; să-i spună lui Coral că vrea să stea la New York de Ziua Recunoștinței (și să nu se vadă cu toată familia ei mare, așa cum fac în fiecare an) e aproape imposibil. Eu nu i-am sugerat niciodată lui Jed să-și reconfigureze sexualitatea. Dar într-adevăr îl îndemn să învețe să-și folosească puterea și în alte zone ale vieții. Este important pentru Jed să afle că dorințele lui vor fi onorate și în afara ritualurilor sado-masochiste.

Prin urmare, nu l-ar deranja dacă ea ar transfera puțin din curajul directorial de la editură în baldachinul lor. Jed arată că și

Coral ar putea aduce puţină afirmare în viaţa lor sexuală. „Când termini de spălat pe dinţi şi de pus pijamaua pe tine, şi apoi mă întrebi dacă vom face sex în seara asta în felul acesta direct, care îţi atrage atenţia, nu mă ajută cu absolut nimic. Am nevoie de ceva mai multă încărcătură erotică. Spune-mi că mă vrei, desfă-mi fermoarul la pantaloni, mergi goală prin cameră. Ceva, orice, în afară de: «Facem sex în seara asta?» Eu o fac pentru tine. Aprind lumânările, creez atmosfera care îţi place, fac dragoste cu tine încet. Fac ce e mai bun pentru tine. Eu încerc, tu nu."

În ceea ce o priveşte pe Coral, s-ar putea să nu-i placă niciodată perversiunile sexuale ale lui Jed, dar o încurajez să fie deschisă ca să le înţeleagă. Criticându-l, judecându-l şi neizbutind să-i înţeleagă gusturile cu pătrăţel roşu, ea este condamnată să se simtă înjosită. În mod trist, ea nu izbuteşte să vadă că Jed îşi asumă de fapt un mare risc având încredere în ea să intre în mlaştina primară a identităţii sale sexuale.

Reechilibrarea culturii „dominante"

Majoritatea împătimiţilor de sex pervers, cel puţin cei pe care i-am întâlnit, sunt atraşi de erotica puterii şi nu, cum i s-ar părea unuia care priveşte din afară, de violenţă sau durere. De fapt, contractele negociate cu grijă, care specifică ce se poate şi ce nu se poate face, de către cine, cui şi pentru cât timp, sunt menite să garanteze atât plăcerea, cât şi siguranţa. Te supui numai atât cât doreşti; domini numai atât cât ţi se permite.

În universul paralel al sexului, licitaţiile de putere devin o joacă, un experiment, un mod de a experimenta temporar relaţii pe care nu suntem dispuşi să le avem în viaţa reală. Dacă, în viaţa noastră obişnuită, ocolim dependenţa, în viaţa erotică aceasta ar putea fi binevenită. Dacă agresivitatea este cea care ne face să tresăltăm de nemulţumire, actele sexuale ne pot permite o

experimentare în siguranță a puterii. Dacă aversiunea din viața reală se îndreaptă către supunere, cum se întâmplă la Elizabeth, sau către autonomie, cum se întâmplă la Jed, actul sexual ne poate oferi catharsis.

Timp de ani întregi S-M-ul și D-S-ul (dominație și supunere) au fost comportamente marginale care rătăceau la periferia sexualității convenționale. Erau inițial o practică a homosexualilor, care tindeau să aibă mai mult succes decât heterosexualii la izolarea agresiunii sexuale în scopul plăcerii (după cum notează sociologul Anthony Giddens). În ultimii ani, aceste practici marginale s-au transferat în curentul principal. La începutul secolului XXI, un număr crescând de cetățeni — homo și heterosexuali, bărbați și femei, de stânga sau de dreapta, de la oraș sau din suburbii — își obțin plăcerile sexuale din primitul și datul ordinelor. Sunt mult prea multe persoane de acest fel pentru a se potrivi unui profil psihologic minoritar.

Criticul social Camille Paglia vede această creștere a dominației și supunerii ca pe o fantezie colectivă care repară ușor punctele slabe ale culturii noastre egalitare. Mie mi se pare că ritualurile de dominare și supunere sunt un mod subversiv de a pune pe cineva deasupra unei societăți care glorifică controlul, minimalizează dependența și pretinde egalitate. În țări unde aceste valori se bucură de mare trecere — America, de exemplu — găsim din ce în ce mai mulți oameni care caută să renunțe la control, să savureze din plin dependența și să recunoască chiar inechitățile despre care nu vrea nimeni să vorbească. Văzute în această lumină, cluburile de sex sunt adăposturi aprobatoare ale lucrurilor refuzate de societate. Acest schimb explicit de putere, care se transferă liber și consimțit dintr-o parte în alta, este un strigăt îndepărtat al rigidei distribuții de putere care ne străbate societatea. În viața reală, puterea se negociază mult mai greu și e

aproape imposibil fie să se obţină, fie să se renunţe la ea. Nicio femeie nu vrea să renunţe la bucata ei de plăcintă.

Sunt deosebit de conştientă de diferenţele de putere care ne străbat societatea şi nu trece o zi în care să nu fiu martoră a consecinţelor violenţei intime. Dar de asemenea ştiu că agresivitatea, ca emoţie umană, nu poate fi eliminată din interacţiunile umane, în special dintre aceia care se iubesc. Este de asemenea o componentă intrinsecă a sexualităţii şi nu poate fi niciodată extirpată pe deplin din relaţiile sexuale.

În colaborarea mea cu perechile, ţintesc să descopăr dinamica puterii. Încerc să o fac clară, să examinez tensiunile şi să redresez inegalităţile. Analizez de asemenea şi dezechilibrele armonioase unice pentru fiecare cuplu. Nu toate inegalităţile sunt o sursă de griji. Uneori acestea formează baza de armonie a unui cuplu. Nu caut numai să neutralizez puterea; caut şi s-o valorific. Împreună, căutăm modalităţi de a o exprima sigur, creativ, fără teamă şi în zona sexuală.

5
BA POŢI!

Etica muncii protestante este responsabilă pentru degradarea dorinţei

Energia şi perseverenţa cuceresc totul.

Benjamin Franklin

În ceea ce priveşte dragostea, la fel ca în multe alte sfere, America este o societate orientată spre obiective. Preferăm sensurile explicite, candoarea şi cuvintele simple în loc de factori imprevizibili, ambiguitate şi aluzie. Ne bazăm mai degrabă pe concreteţea cuvintelor pentru a ne transmite sentimentele şi nevoile decât pe căile subtile spre apropiere. „Treci la subiect." „Spune tot." „Nu bate câmpii." America a inventat cultivarea caracterului hotărât. Această înclinaţie spre claritate şi directitudine neprefăcută este încurajată şi de mulţi terapeuţi: „Dacă vrei să faci dragoste cu partenerul tău, de ce nu o spui clar? Şi spune-i exact ceea ce vrei."

Credem că dacă avem un obiectiv bine definit, un plan bun, aptitudini organizatorice solide şi muncim asiduu, orice este posibil. Aceasta este ideea din spatele optimismului american. Cu efortul corect şi o determinare fermă, nu există obstacol pe care să nu-l poţi depăşi. Munca asiduă este răsplătită prin succes. Invers, dacă nu reuşeşti, probabil eşti leneş, nemotivat, delăsător şi nu eşti dornic să încerci cu adevărat să obţii ceea ce vrei. Îţi

lipseşte „vioiciunea" şi numai tu eşti de vină. Şi nu există motiv pentru care această interpretare uşor amplificatoare, esenţial antreprenorială să nu se extindă şi la vreo încurcătură existenţială sau romantică. Aplicaţi acest model de afacere în iubire şi veţi obţine cărţi de genul *Cum mi-am găsit un soţ după vârsta de 35 de ani aplicând ceea ce am învăţat la Şcoala de Afaceri de la Harvard*, de Rachel Greenwald; *Încă 5 Minute până la orgasm de fiecare dată când faci dragoste*, de Claire D. Hutchins; şi *Cum să îmbunătăţeşti sexul în şapte săptămâni*, de Domeena Renshaw. Americanii preţuiesc capacitatea de a defini ceea ce vrem şi apoi aceea de a învinge: dacă ştii ceea ce vrei în relaţia ta, treci la fapte. Stabilirea acestui lucru într-un număr de paşi, nu mai mult de zece, îţi promite intrarea în grădina plăcerilor lumeşti fără a pierde nici măcar un minut.

Ca european, am admirat întotdeauna optimismul americanilor. Este opusul fatalismului şi resemnării care străbat multe alte culturi mai tradiţionale şi exprimă un simţ sănătos al îndreptăţirii. Oamenilor de aici nu le place să spună: „Asta e, aşa se întâmplă, nu o poţi schimba."

Dar această atitudine „ba poţi" ne încurajează să presupunem că diminuarea dorinţei este o problemă operaţională ce poate fi reparată. De la articole din reviste la cărţi de autoajutorare, suntem încurajaţi să vedem lipsa de sex din relaţia noastră ca pe o chestiune de programare, care cere o mai bună stabilire a priorităţilor şi o mai bună administrare a timpului sau ca pe o consecinţă a slabei comunicări. Dacă problema este deficienţa de testosteron, putem obţine o reţetă — o soluţie tehnică excelentă. Pentru indispoziţia sexuală care nu poate fi uşor tratată, remediile abundă: cărţi, filme şi articole de îmbrăcăminte sexuale sunt disponibile să te ajute nu numai cu materialul de bază, ci să te aducă la niveluri neimaginate ale extazului. În cartea *Against Love (Împotriva dragostei)*, Laura Kipnis scrie:

Întregi sectoare noi ale economiei au fost dezvoltate, o serie de industrii și piețe ajutătoare au fost cultivate și au fost întreprinse investiții sociale masive în noi tehnologii, de la Viagra până la pornografie cu perechi: Greutăți ale capitalismului târziu pentru căsniciile pe ducă. La fel ca doctorii dedicați care mențin corpurile în viață prin aparate uimitoare pentru plămâni și inimă, și organe artificiale, la fel și cuplurile, înarmate cu tehnologiile lor super-complicate, se pot opune pieirii pasiunii.

Această abordare pragmatică caracterizează modul în care țara renumită pentru destinul ei manifest caută să-și rezolve problemele. Împarți problema în părțile ei componente, o studiezi pe fiecare în parte și vii cu un plan progresiv asupra căruia poți lucra, o soluție care promite rezultate calculabile. Totuși, aplicați asta la problemele sexuale și veți obține un model care se concentrează mai mult pe activitatea sexuală, decât pe sentimentul sexual. Terapeutul sexual Leonore Tiefer ne atrage atenția că în această paradigmă, corpul este împărțit într-o colecție de părți nerelaționate între ele, iar satisfacția este văzută ca fiind rezultatul funcționării lor perfecte.

Acest accent pe împlinirea fizică, mai degrabă decât pe dorință și plăcere, merge mână în mână cu accentul pe organele genitale și întărește orientarea masculină dominantă. Penisul este noul pacient ce îl înlocuiește pe posesorul lui uman, iar abilitatea de a obține și menține o erecție de oțel umbrește oricare altă competență sexuală. Cu Viagra, sexul este prea ușor redus la erecții. (Și căutarea continuă pentru a găsi o Viagra pentru femei — veşti bune pentru toți soții care în prezent ajută la treburile casnice pentru a obține sex în schimb, dar veşti proaste pentru soțiile care consideră că lipsa lor de dorință are de-a face mai mult cu dragostea decât cu turgescența.)

Experienţa subiectivă a plăcerii sexuale este înlocuită de o listă obiectivă de criterii care e uşor indexată, dar teribil de redusă: erecţie, raport sexual, orgasm.

Sexualitatea este asediată de măsurarea cantitativă care furnizează statistici cu care ne putem compara relaţiile pentru a vedea dacă ne încadrăm. Revista *Newsweek* ne spune că, în prezent, experţii definesc căsnicia fără sex ca o căsnicie în care cuplurile fac sex nu mai mult de zece ori pe an. Cei care fac sex de unsprezece ori într-o perioadă de douăsprezece luni pot răsufla uşuraţi. Ceilalţi trebuie să se numere printre cele 15–20% din cupluri care, normativ, nu fac sex. Am devenit exagerat de preocupaţi de frecvenţa activităţii sexuale şi numărul de orgasme. Cât de mult sex? Cât de intens este sexul? Care e nivelul performanţei? Aspectele cele mai difuze şi nepalpabile ale exprimării sexuale — iubirea, intimitatea, puterea, cedarea, senzualitatea şi emoţia — rar ajung pe prima pagină a unui ziar sau pe coperta unei reviste. Erotismul, ca o calitate nemăsurabilă a vitalităţii şi imaginaţiei, este redus la ceea ce scriitorul francez Jean-Claude Guillebaud numeşte *une arithmétique physiologique* — o aritmetică fiziologică.

Dar când reducem sexul la o funcţie, invocăm de asemenea şi ideea de disfuncţie. Nu mai vorbim despre arta de a face sex; vorbim mai degrabă despre mecanica sexului; şi ştiinţa este un arbitru mai teribil. Medicina ştie cum să-i sperie încă şi pe aceia care batjocoresc religia. Ce e un simplu păcat în comparaţie cu un diagnostic? Obişnuiam să moralizăm; azi normalizăm, şi neliniştea performanţei este versiunea seculară a vinei noastre religioase.

Din experienţa mea, un tratament care pune preţ pe performanţă şi funcţionare exacerbează adesea chiar problemele pe care intenţionează să le rezolve. „Industria perfecţiunii performanţei sexuale" generează inhibiţiile şi neliniştile ei

proprii. De cele mai multe ori, frumusețea și decurgerea unui act sexual se desfășoară într-o atmosferă de siguranță, non-competitivă și neorientată spre rezultat. Senzualitatea nu cade pradă rigorilor ținerii scorului.

Prin aceasta nu vreau să spun că sfaturile practice și soluțiile experților nu sunt niciodată utile sau necesare. Dacă aveți o comunicare deficitară, desigur că trebuie să munciți la acest lucru; dacă ești prea ocupat pentru a face sex, atunci ești prea ocupat. Dacă îți lipsesc cunoștințele, informează-te. Dacă ai o condiție fizică problematică — vârsta, dereglări hormonale, diabet, cancer la prostată, histerectomie — găsește un doctor care îți poate oferi sprijin medical. Există multe cărți care oferă ajutor solid în acest domeniu. Dar în timp ce modelul de rezolvare a problemelor se adresează aspectelor importante ale contratimpilor noștri sexuali, acesta nu izbutește să ia în considerare chestiunile imaginare și fundamental esențiale ale erotismului uman care sunt departe de oricare reparație tehnică clară.

Când nu mai merge treaba...

Suntem într-adevăr un popor care se mândrește cu eficiența. Dar iată problema: erotismul este ineficient. Îi place să irosească timp și resurse. Cum scrie Adam Phillips într-un mod confuz: „În viața noastră erotică treaba nu funcționează... încercarea înseamnă a încerca prea mult." Erotismul este un act imaginar și nu se poate măsura. Slăvim eficiența și nu izbutim să recunoaștem că spațiul erotic este un interludiu strălucitor pe care îl gustăm din plin, indiferenți la cererile de productivitate; plăcerea este singurul obiectiv. Octavio Paz scrie: „Momentul contopirii este o ruptură în timp, un balsam împotriva rănilor

cauzate de minutele și orele timpului. Un moment în întregime etern pe cât este și efemer." Este un salt într-o lume de dincolo.

Acest salt atrage după sine o pierdere a controlului de care am fost învățați să ne apărăm încă de la o vârstă fragedă. Suntem pregătiți să ne îmblânzim latura primitivă: impulsurile necontrolate, solicitările sexuale și apetiturile lacome. Ordinea socială este construită pe această constrângere și de aceea lipsa ei amenință să creeze haos. Deoarece pierderea controlului este văzută aproape exclusiv într-o lumină negativă, nici măcar nu mai nutrim ideea că cedarea poate fi edificatoare din punct de vedere emoțional sau spiritual. Dar experimentarea unei suspendări temporare a identității noastre perceptibile este adesea eliberatoare și expansivă. Am văzut mulți oameni care se împiedică atunci când pur și simplu nu pot să abordeze problema erosului și să o rezolve. Sunt tulburați și speriați de controlul lor slăbit. Eu îi ajut să învețe cum să renunțe la control intenționat ca un mijloc de dezvoltare și de descoperire proprie.

Ryan și Christine fac terapie de un an. Mă văd cu ei împreună și individual fiindcă luptă să treacă de la a fi un cuplu îmbinat sexual la a fi părinții a trei copii mici. În urma nașterii fiicelor lor gemene, inspirația erotică a îndrăgostiților a început să piară. În timp ce unele cupluri acceptă scăderea intensității cu o resemnare elegantă, stabilindu-se într-o întovărășire afectuoasă, Ryan și Christine nu vor să renunțe. Amintirea a ceea ce aveau ei odată le este încă dragă. Ei fac o distincție clară între a face sex și a face dragoste, iar ei nu au făcut dragoste de ceva vreme. Și-au închiriat filme, au făcut băi împreună și sunt loiali întâlnirii lor săptămânale. Au încercat multe lucruri, unele cu rezultate satisfăcătoare, altele fiind o pierdere totală de timp. Problema lor adevărată nu constă în a face sex pur și simplu. Desigur că ar vrea să o facă mai des, dar preocuparea lor e legată mai mult de intensitate decât de frecvență. Nu diminuarea cantitativă a

sexului este ceea ce îi supără, ci caracterul plictisitor crescând al acestuia. Le place să fie proactivi și își caută metode noi.

Mă pot gândi la câteva lucruri pe care aș putea să le sugerez acestui cuplu, alăturându-mă lor în abordarea practică a dorinței diminuante. Dar pun la îndoială abordarea rațională în ceea ce privește inima. Cred că provocarea de a menține erosul într-o relație stabilă de-a lungul timpului este de o altă natură. Nu întotdeauna ne știm scopurile dinainte. Dorințele noastre nu sunt scutite de conflict; și nici pasiunile nu ne sunt lipsite de contradicții. Nicio cantitate de dorință sau rațiune nu ne poate dicta visurile de iubire. Rațiunea nu cunoaște sursa visurilor noastre; și nu cunoaște nici nevoile misterioase ale inimii. Nu putem utiliza întotdeauna legile profitului și pierderii în viețile noastre romantice și erotice. Aplicarea etosului muncii este complicată. Nici chiar cea mai logică abordare nu poate neutraliza ambivalența iubirii.

Le spun lui Ryan și Christine:

— Nu am nimic să vă ofer din capitolul „cum să...". V-ați dat întâlniri, ați ars lumânări parfumate, v-ați făcut astrograma și asta v-a condus la o dietă constantă de sex satisfăcător fără a fi cu adevărat satisfăcător. Înțeleg bine?

— Da, înțelegi, dar ce spui? Că asta e tot? Cum e cântecul: „Asta e tot?" întreabă Christine.

— Nu e nicio logică în asta. Pasiunea este imprevizibilă; nu urmează ordinea cauzei și efectului. Ce funcționează lunea, s-ar putea să nu funcționeze joia. Soluția este adesea o surpriză și nu rezultatul genului de muncă pe care ai făcut-o până acum. Așa că să nu vorbim despre muncă. În schimb, să vorbim despre libertate. Despre joacă.

— Ce?

— Încercați ceva cu mine, le sugerez eu. Poate părea în afara potecii bătute; dar din moment ce poteca voastră a devenit o

fundătură, ați putea foarte bine să încercați. Ceea ce rigidizează dorința este captivitatea. Aș vrea să vă gândiți la opusul ei: libertatea. Vorbiți despre ea în linii mari. Când vă simțiți cel mai liberi în relația voastră? În ce fel vă face faptul că sunteți căsătoriți să fiți mai liberi și în ce fel vă face mai puțini liberi? Cât de multă libertate sunteți dispuși să vă acordați unul altuia? Să vă acordați vouă înșivă?

Încep conversația în biroul meu în speranța că o vor continua ei după aceea.

Îmi place să dau sugestii care i-ar putea zdruncina pe oameni din complacerea lor sau cel puțin să le aducă un mod diferit de gândire. Încerc să creez puțin disconfort cu *status quo*-ul. Deși Ryan și Christine sunt nemulțumiți de situația lor, nu am siguranța că sunt îndeajuns de nemulțumiți pentru a înfrunta schimbarea. La terapie vin cu tot felul de idei, neștiind niciodată unde vor sfârși sau dacă vor prinde rădăcini. Las ideea libertății să plutească pentru o vreme, ca să văd dacă încolțește.

Câteva luni mai târziu, Ryan începe o ședință prin a mă anunța:

— Bine, vrei să auzi o poveste de la jumătatea vieții? Vei obține una. Prietena cea mai bună din liceu a soției mele a venit să ne viziteze recent. Știi că lucrez acasă, așa că am luat cina împreună de câteva ori cu bona și copiii — în mod clar nu e o scenă de agățat.

Barbara este o muncitoare umanitară de patruzeci și cinci de ani care desfășoară programe în situații de criză în toată lumea. Fără copii, o monogamă în serie, independentă, ea este devotată cauzei, dar este puțin obosită de stilul ei de viață. El continuă:

— Este și frumoasă, am mai spus asta? Duce viața pe care eu nu am dus-o. Mă simt bătrân și simt că am un statut social diferit de al ei. Nimic rău în asta, vei spune, dar adrenalina ei este contagioasă. Atinge cu adevărat un nerv în mine și mă excită. Am

făcut o pasiune uimitoare pentru ea. Știi cum am vorbit despre acel sentiment de sfârșeală, de scădere a energiei, corpul devenindu-mi mai greu? E ca și cum m-aș fi stins atunci când m-am așezat la casa mea. Ei bine, energia ei m-a trezit. Vreau să o sărut. Mi-e frică să o fac și mi-e frică să nu o fac. Mă simt ca un prost, vinovat, dar nu pot să nu mă mai gândesc la ea. Știi, am vorbit serios când mi-am făcut jurămintele. Sunt îndrăgostit de soția mea; asta nu are nicio legătură cu ea. E vorba de ceva ce am pierdut și pe care mă tem că nu-l voi putea recupera.

Când Ryan s-a căsătorit cu Christine, a pus capăt croazierelor. Și-a lăsat cariera de actor plină de eforturi, și-a transformat slujba cu jumătate de normă de executor judecătoresc într-o slujbă cu normă întreagă și s-a înscris la Drept. Acum e consultant juridic pentru organizații de mediu. Pe măsură ce îl ascult, părând tulburat de dragostea lui, observ o deșteptare a simțurilor sale adormite. Nu descurajez dorințele „imature" ale lui Ryan și nu îi țin o prelegere. Și nici nu încerc să-i induc rațiunea sau să explorez dinamica afectivă din spatele acestei posibile îndrăgostiri „adolescentine". Eu doar îi evaluez experiența. El se uită la ceva frumos; visând la Barbara este o modalitate de a trăi viața pe care nu și-a ales-o. Mă minunez împreună cu el de farmecul vrăjii, în timp ce îi spun pe numele ei adevărat: o fantezie. Întrebarea pe care i-o pun este cum poate savura această experiență fără a permite euforiei momentane să-i pericliteze mariajul.

— Cât de frumos și cât de patetic, spun eu. E important să știi că poți reveni la viață în felul acesta. Și știi că nu poți compara niciodată această stare de intoxicare cu viața de acasă, fiindcă acasă e vorba de altceva. Acasă ești în siguranță. Aici, tremuri; ești pe un teren instabil. Îți place, dar îți este și teamă că te poate duce prea departe. Cred că probabil tu nu-i îngădui soției să trezească în tine un astfel de tremur. Antropologul evoluționist, Helen Fisher, explică faptul că dorința arzătoare este scumpă din

punct de vedere metabolic. Aceasta se menține greu după răsplata evolutivă: copiii. Devii atât de concentrat asupra cerințelor neîncetate ale vieții cotidiene încât scurt-circuitezi orice încărcătură electrică ar exista între voi.

La următoarea noastră ședință, Ryan știe exact de unde vrea să înceapă. Cu câteva zile în urmă, Christine și Barbara își făcuseră planuri să iasă la cină în oraș. Simțindu-se vinovată, așa cum se simte de obicei pentru că iese fără el, Christine l-a invitat și pe Ryan să meargă cu ele. Apoi a continuat să îl ignore pentru tot restul serii. Numai că, de data aceasta, nu l-a deranjat să ocupe un loc mai în spate în timp ce le privea pe femei povestindu-și amintiri. După facultate petrecuseră amândouă un an în Togo, cu Corpurile de Pace. Christine s-a întors acasă; Barbara nu s-a mai întors. Cum se întâmpla des în conversațiile lor, fiecare își exprima invidia și admirația pentru viața celeilalte.

— Abia terminaserăm o sticlă mare de Shiraz Australian, a spus Ryan, eram destul de amețiți, când Christine m-a șocat complet când i-au scăpat către Barbara cuvintele: „Mă uit la tine și mă întreb dacă merită. Sincer, nu cred că sunt făcută pentru asta — copiii, casa, jobul. Uneori mă întreb dacă am făcut-o numai ca să demonstrez că pot." Apoi a spus: „Mi se pare totul atât de apăsător." Se întreba dacă a meritat — i se pare apăsător? Eram uluit.

Ryan a repetat aceste cuvinte cu o voce uluită de parcă încă nu putea să creadă că le-a auzit. La îndemnul meu, mi-a povestit toate celelalte remarci făcute de soția lui — că simțea că a făcut mereu numai ce așteptau alții de la ea să facă, că în felul acesta era mai ușor decât să-și rezolve problemele de una singură. El continua pe un ton în același timp desfidător și admirativ în timp ce își imita priceput soția.

„Știu că nu e bine să te plângi atunci când nu-ți lipsește nimic, spune ea. Unde e mulțumirea mea? Sunt binecuvântată cu

copiii, cu Ryan, rămășițele unei cariere decente, prieteni buni. Când nu le ai — familia, căsnicia — îți imaginezi o întreagă poveste frumoasă. Cel puțin așa am făcut eu. Dar atunci când le ai, te simți prins în capcană. Am momentele mele fericite, dar de cele mai multe ori sunt afundată în muncă neplăcută."

Ryan nu a spus nimic în acel moment, dar era șocat.

— De unde era să știu cum se simte? Întotdeauna mi s-a părut că e destul de fericită. Am crezut că are ceea ce și-a dorit. Am crezut că sunt singurul care se simte neliniștit.

Acum, el avea păreri împărțite. Pe de o parte era supărat pentru că ea nu fusese la înălțimea așteptărilor lui; pe de alta, era nerăbdător să afle ce spunea polemica ei despre ea.

— După părerea mea, ea este cea stabilă și eu sunt cel care ezită. A trebuit să muncesc din greu să fiu cine credeam eu că voia să fiu, creând viața aceasta împreună. M-am simțit redus la tăcere. Dacă ea se simte prinsă în capcană, afundată în munci neplăcute, ce spune acest lucru despre mine?

— Ai nevoie ca ea să-ți recunoască munca depusă? am întrebat eu.

— Cred că da. Îndoielile ei au diminuat oarecum valoarea eforturilor mele. Dar apoi, s-a întâmplat lucrul acesta ciudat.

A făcut o pauză înainte să vorbească din nou.

— A început să îmi placă.

— Explică-mi, am spus eu.

— E ca și cum am făcut o întoarcere la 180 de grade. Nu am putut-o întrerupe, ceea ce probabil aș fi făcut dacă eram singuri — nu că mi-ar fi spus vreodată lucrurile acestea, oricum. În plus, eram intrigat. Simțea exact ceea ce simțeam și eu; spunea exact lucrurile pe care nu am îndrăznit să le spun eu. Voia mai mult. Era și ea flămândă. Îi lipsea libertatea. A continuat să devină din ce în ce mai interesantă, mai străină pentru mine. Vinul chiar îi dăduse drumul la gură.

— Ce altceva a mai zis? eram şi eu curioasă. Actorul din el nu a rezistat tentaţiei de a juca rolul ei.

— Mă simt de parcă ne-am fi blocat împreună, a spus el din nou, imitându-i vocea. Câteodată visez la alte vieţi, la alţi bărbaţi. Nu la un bărbat anume — îmi imaginez doar un bărbat cu dosar curat, fără obligaţii, fără trecut, fără probleme. Cineva cu care aş putea fi diferită. Devin atât de nemulţumită pentru că am rămas blocată în această casă, în această familie, în corpul meu. Tot ce vreau să spun e lasă-mă în pace, nu mă mai deranja.

Ryan mi-a împărtăşit deznodământul neaşteptat al serii.

— La început am fost şocat, apoi defensiv şi apoi furios. Dar, în mod ciudat, pe măsură ce continua, o doream şi mai mult. Era aprinsă. La început gândeam, of, încetează cuvântarea asta; dar apoi am fost captivat de ea, mă identificam cu ea şi, în mod straniu, mă simţeam mai apropiat de ea şi stârnit cum nu mai fusesem de multă vreme. Fascinaţia mea pentru Barbara a dispărut. Şi ştiam că dacă m-aş însura cu Barbara, mi-aş dori-o pe Christine.

— Şi nu a trebuit să munceşti pentru asta, am spus eu. Nu te-aş fi putut trimite acasă cu o sarcină care să aibă un asemenea rezultat.

Îi explic că dorinţa lui reaprinsă venea din reafirmarea deosebirii şi visurilor ei. Când ea şi-a expus dorinţele neîmplinite, i-a dat permisiunea lui Ryan să şi le elibereze pe ale lui.

Uneori totul este foarte nepractic. La un alt cuplu, acelaşi scenariu ar fi putut atrage teama de abandon care ar fi cauzat cearta anului. Nimeni nu poate plănui să se întâmple asta; aceasta este problema. Dorinţa este o enigmă; este nesubordonată şi se intensifică în faţa impunerilor. În acea seară, Ryan a fost receptiv la spusele lui Christine. În nevinovăţia ei, el a redescoperit-o. Chiar mai important, a ales-o din nou şi actul de a alege, libertatea implicată în alegere sunt cele care menţin o relaţie în viaţă.

Flambéul pe care l-au savurat Ryan și Christine în acea seară nu a avut nicio eficiență sau avantaj în legătură cu acest lucru. Nu era o sarcină pe care să o poată incorpora în rutina lor săptămânală. Christine l-a enervat, iar Ryan a fost îndepărtat. Își reclama individualitatea, iar rezultatul final a fost crearea unei intimități mai profunde. Dorința a apărut dintr-un paradox: recunoașterea reciprocă a limitelor intimității vieții conjugale a creat o legătură strânsă între ei; recunoașterea celuilalt le-a inspirat apropierea.

Nu există nicio cale de a „institui" sau crea o politică personală maritală pentru acest cuplu, care să asigure cumva faptul că vor avea mereu sau nu vor mai avea niciodată această experiență. Ca terapeut, recunosc că stabilirea unui gen de program de consolidare pentru a-i ajuta să-și mențină noua flacără îmi depășește atribuțiunile. Dar, deși n-o pot transforma într-o sarcină sau într-un exercițiu, faptul că s-a întâmplat îi poate trezi la o nouă realitate. Speranța mea este că acest lucru va schimba modul în care se privesc pe sine și unul pe celălalt.

„Un paradox de acceptat, nu o problemă de rezolvat"

Ceea ce face ca menținerea dorinței în timp să fie atât de dificilă este faptul că necesită reconcilierea a două forțe opuse: libertatea și angajamentul. Deci, nu e numai o problemă psihologică sau practică, ci și una sistemică. Acest lucru face ca ea să fie mai greu de rezolvat. Face parte din categoria dilemelor existențiale care sunt pe cât de nerezolvabile pe atât de inevitabile. În mod ironic, chiar și lumea afacerilor, în care totul se reduce la pragmatism și eficiență, recunoaște că unele probleme nu au soluții clare.

În oricare sistem găsim aceleaşi polarităţi: stabilitate şi schimbare, pasiune şi raţiune, interes personal şi bunăstare colectivă, acţiune şi reflecţie (ca să numim numai câteva dintre ele). Aceste tensiuni se manifestă la indivizi, la cupluri şi la organizaţiile mari. Ele exprimă dinamicile care fac parte chiar din natura realităţii. Barry Johnson, un expert în conducere care este autorul cărţii *Polarity Management: Identifying and Managing Unsolvable Problems* descrie polarităţile ca seturi de elemente contrarii interdependente care aparţin aceluiaşi întreg — nu poţi alege unul în defavoarea celuilalt; sistemul are nevoie de ambele pentru a supravieţui.

Ben, spre exemplu, are câte o prietenă nouă la fiecare şase luni şi, de fiecare dată, el e convins că a găsit-o pe cea sortită. Dar când intensitatea erotică slăbeşte chiar şi numai cu puţin, intră în panică şi se retrage rapid, gândindu-se: „De aici e numai declin. Cred că nu a fost dragoste până la urmă". Vorbeşte mult despre dorinţa de a avea o relaţie stabilă — vrea angajament, e gata să-şi găsească perechea — dar toleranţa lui pentru plictisul sexual este zero. În experienţa lui Ben, angajamentul şi excitarea se exclud reciproc.

Dar în fantezia lui există, undeva acolo, o femeie omnipotentă care le poate face pe acestea să se întrunească. Puterile ei încântătoare vor asigura menţinerea sexului în stare vibrantă — semnul cel mai clar de dăinuire a iubirii. Va fi o femeie atât de extraordinară, atât de uluitoare, încât simpla ei perfecţiune îl va convinge să se aşeze la casa lui (ca şi cum acest lucru nu are nimic de-a face cu el). În mod invariabil, indisponibilitatea ei este singura trăsătură care îl atrage cel mai mult. Continuă să spună acelaşi lucru de câţiva ani: „Nu am găsit încă persoana potrivită. Am întâlnit o mulţime de femei. Numai că nu am întâlnit-o pe cea potrivită, pe aceea cu care chiar aş putea să stau. Îi întreb pe prietenii mei cu cine m-ar vedea ei şi nici ei nu se pot gândi la

nimeni. Deci, înțelegi?" Ben este într-o căutare continuă a femeii ideale. Desigur, a căutat foarte mult: chiar și cea mai idealizată creatură se dovedește a fi în cele din urmă pur și simplu umană și, de aceea, plină de defecte.

La începutul fiecărei întâlniri îl ia valul și se eliberează de tulburările lăuntrice. În mod invariabil, când ascensiunea inițială încetează, închipuirile lui reapar, astfel încât nici cea mai frumoasă prințesă nu l-ar putea scăpa de sine însuși sau de provocările iubirii. Oricât de extraordinară ar fi ea, nu-l poate proteja de plictiseala care vine odată cu timpul și de deziluziile lui. După fiecare relație eșuată, el cade în ceea ce numea Octavio Paz „o mlaștină de concupiscență" — ceea ce numim noi în mod obișnuit abuz de sex. Aceste întâlniri multiple îi oferă plăceri dumnezeiești pe timpul nopții, dar numai dialog la nivelul zero în dimineața următoare. Deci, fiecare întâlnire începe rapid să fie resimțită ca un gol, iar apoi el se regăsește din nou tânjind după fantezia legăturii cu un partener stabil. Înfometat după luni de sex ocazional, el se apropie de noua cucerire cu aceeași panică. De fiecare dată când Ben se îndrăgostește, el sare de la zero la 100 dintr-un singur salt. Nu poate ține pasul cu el însuși. Nu se poate sătura. El incorporează femeia și nu numai din punct de vedere sexual. Este balansarea opusă a pendulului — complet simetrică și la fel de intensă.

Oamenii ca Ben sunt discreditați cu ușurință pentru reacțiile lor extreme, dar sunt de asemenea și un subiect fascinant de conversație. Ben este genul de om despre care lumii îi place să bârfească cu un amestec de milă (în principal din partea femeilor) și invidie (în special din partea bărbaților). El este versiunea vie a conflictului pe care mulți dintre noi îl experimentăm în tăcere sau într-o manieră mai atenuată.

Cunoscând natura romantică a lui Ben, ezit să prescriu intervenții sexuale concrete menite să-i reîncarce libidoul. Lui

Ben nu-i plac sfaturile; soluţiile pragmatice nu funcţionează pentru el deoarece impasul lui constă mai puţin într-o problemă ce necesită rezolvare decât într-o chestiune pe care trebuie să o recunoască. Păstrând acest lucru în minte, am împrumutat un exerciţiu de la Barry Johnson. Îi spun lui Ben: „Vreau să inspiri şi să ţii aerul înăuntru cât de mult poţi". Oxigenul proaspăt se transformă inevitabil în dioxid de carbon sufocant, care îl forţează să expire. La început, eliberarea este extraordinară, dar câteva clipe mai târziu râvneşte din nou după oxigen proaspăt. Îi explic: „Nu poţi alege între a inspira şi a expira; trebuie să le faci pe amândouă. La fel e şi cu intimitatea şi pasiunea." Îi explic lui Ben că tensiunea dintre siguranţă şi aventură este un paradox ce trebuie acceptat, nu o problemă ce trebuie rezolvată. Este un joc de puzzle. „Poţi fi conştient de fiecare polaritate? Ai nevoie de fiecare la momente diferite, dar nu le poţi avea pe amândouă în acelaşi timp. Poţi accepta lucrul acesta? Nu e o situaţie sau-sau, ci una în care obţii avantajele fiecăreia şi recunoşti limitele fiecăreia. Este un flux-reflux." Dragostea şi pasiunea sunt forţe cadenţate, deşi conflictuale, care se află mereu în stare de flux şi mereu în căutarea unui punct de echilibru.

Ben a ieşit cu Adair în ultimele opt luni — un record pentru el — şi se întâmplă ceva diferit.

— Cred că sunt îndrăgostit de această femeie, spune el. Bine, cred că sunt îndrăgostit de fiecare femeie, dar aceasta este diferită. Bine, toate sunt diferite, dar aceasta este într-adevăr diferită. Mă pune la pământ. Pot să intru în panică dintr-o cauză oarecare — ştii cum devin uneori — şi ea nu reacţionează. Nu pentru că nu-i pasă sau nu e receptivă, dar nu intră în starea aceea şi nu intră în panică odată cu mine. E de un calm admirabil, ştii, iar eu sunt orice altceva numai calm nu. Cred că acum ar putea funcţiona. Îmi place să fiu cu ea. Şi sexul este încă destul de bun...

— Aștept un „dar"... îi spun eu.

— Dar simt că se schimbă. Devin nervos, neliniștit. Chiar nu vreau să stric acest lucru. Am patruzeci și trei de ani, pentru Dumnezeu. Vreau să am un copil, dar mi-e teamă că nu o să rămân pe aproape.

Nu am întâlnit-o niciodată pe Adair, dar e ceva în felul în care îl manipulează pe Ben care mă face să fiu optimistă. Fără știrea lui, el are un termen de comparație pentru (să îndrăznesc să-i spun?) teama lui de intimitate. În trecut, prietenele lui erau bucuroase să se contopească cu el; dar Adair este capabilă să se stăpânească — pare să aibă un adevărat simț al individualității care există independent de el. Chiar și după opt luni, ea este deosebit de discretă cu privire la viața ei personală. Iradiază o tăcută stăpânire de sine, o inteligență sobră și ageră. Este asistentă la o unitate de oncologie pediatrică și lucrează în prezența amenințătoare a morții. Ben o face să râdă; aduce lumină în lumea ei. Setea lui de viață o însuflețește. Ardoarea lui erotică este opusul morbidului. Ei îi place contrastul.

Ben participă cu siguranță cu o întreagă istorie emoțională la situația lui dificilă și are o mulțime de lucruri care trebuie rezolvate. Dar dificultatea reconcilierii siguranței și emoției nu este numai rezultatul problemelor lui personale. Ea reprezintă provocarea idealului modern de iubire. Ținând minte acest lucru, examinăm ce înseamnă sexualitatea pentru Ben.

Majoritatea dintre noi deplângem ofilirea pasiunii erotice prin melancolie, acord tacit sau agitații serioase; dar menținerea vitalității erotice nu devine principiul organizator al vieții noastre. Nu și pentru Ben. Sexul este sfera în care simte el că trăiește. Deține o putere recreatoare care îi permite să revină în lume simțindu-se îmbogățit și reînnoit. Când face dragoste, simte o conexiune și o hrănire emoțională pe care nu le simte nicăieri în altă parte. Este în același timp vulnerabil și poruncitor, expus

şi încrezător. Ben este un bărbat cu creier activ. Supus impulsurilor octanice ale libidoului, el este în special condus cu viteză mare de acestea. Devine frenetic şi dezorganizat, deşi hiperactivitatea i-a servit foarte mult în conducerea companiei proprii de curierat. Pentru Ben, sexul este experienţa reglatoare finală care îi potoleşte energia nebună: tensiunea extremă este urmată de eliberare totală. Nicicând nu se simte la fel de calm ca atunci când atinge apogeul hedonist. Acesta este un moment de armonie perfectă între el şi lume. Şi în timp ce lui Adair îi place sexul, Ben are nevoie de el. Sexul este sprijinul vieţii lui — deconectaţi-l şi va crede că va muri. Nu-i de mirare că intră în panică la gândul că sexul intră în declin.

Ben este, prin excelenţă, un bărbat modern. Este condus de acţiune şi de aceea răspunsul lui tipic la neliniştea sexuală constă în a pune capăt relaţiei, în a începe să iasă din nou, în a face sex fierbinte cu altcineva şi în a începe o nouă relaţie care, speră el, va fi ferită de decesul erotic. Îi atrag atenţia lui Ben că acţiunea nu este întotdeauna cea mai bună soluţie, contrar credinţelor populare.

„Primul lucru pe care trebuie să-l faci e să nu reacţionezi imediat la panică şi să o înlături pe Adair, ca modalitate de a scăpa de nelinişte, îi spun eu. Mai puţin sex nu înseamnă neapărat şi mai puţină dragoste." Îi ofer neliniştii lui stârnite un adăpost lipsit de primejdii şi-l încurajez ca mai degrabă să reconsidere contradicţiile dorinţei decât să le exprime prin gesturi. Acest lucru îl scoate pe Ben din modul lui obişnuit de gândire. Îi cer să-şi recunoască dilema şi să o privească cu compasiune şi luciditate. Rezolvarea unui conflict nu e totuna cu eliminarea lui. Supravieţuirea dorinţei rezidă în recunoaşterea şi administrarea dualităţii.

Pentru Ben, exprimarea sexuală este o soluţie de scurtă durată. Aceasta asigură un remediu temporar neliniştii lui, permiţându-i să ascundă întrebările mai grele: Ce ar însemna pentru el să se simtă excitat şi sigur în cadrul aceleiaşi relaţii? De

ce euforia și jocul sunt despărțite de iubire și angajament în mintea lui? Cum poate el păstra un sentiment de libertate în cadrul unei relații intime?

Reinterpretez neliniștea lui Ben, sugerându-i că îi poate servi ca sistem de avertizare din timp împotriva complacerii. „În trecut, reacționai la anxietatea ta prin fugă. Vreau să te gândești la ea în schimb ca la o unealtă. Neliniștea este aliatul tău, un barometru al nevoii tale de a-ți asuma anumite riscuri. Când începi să te simți nervos, este timpul pentru ceva — nu pentru cineva — nou." Îi dau următorul citat din Frank Jude Boccio, autor al cărții *Mindfulness Yoga*, la care să se gândească după ce pleacă de la ședință: „Ne plângem de dificultățile noastre de-a lungul suprafeței pietruite a cărării noastre, blestemăm fiecare piatră ascuțită de sub noi, până ce, la un moment dat în maturizarea noastră, privim în cele din urmă în jos ca să ne dăm seama că sunt diamante."

Trăim în vremuri în care rapiditatea mai mare este mai bună și în care controlul înseamnă putere, unde realizarea este mai valoroasă decât procesul și riscul este calculat matematic. În viețile noastre supra-devotate există tentația de a ne simplifica complexitatea existențială. Pur și simplu nu mai avem timp și răbdare pentru reflectarea deschisă. În schimb, preferăm să fim proactivi și prin aceasta să ne reafirmăm simțul controlului. În experiența mea profesională am întâlnit cupluri care se plângeau de felul în care rutina vieții lor i-a făcut să se simtă amorțiți. Dar atunci când investim încontinuu în genul de soluții pragmatice pentru „a face sex" care promit regularitate — o medie considerabilă — ne asumăm riscul de a exacerba plictiseala pe care ne luptăm să o remediem. Erotismul ne provoacă să căutăm un alt gen de soluționare, să ne lăsăm pradă necunoscutului și inaccesibilului și să încălcăm limitele lumii raționale.

6
Sexul este murdar, practică-l cu persoana iubită
Când puritanismul şi hedonismul intră în conflict

Sexul fără păcat este ca oul fără sare.

Luis Buñuel

Regret să spun că noi, cei din FBI, nu putem acţiona în cazuri de intimitate oral-genitală, în afară de cazul în care acestea au împiedicat în vreun fel comerţul interstatal.

J. Edgar Hoover

De ce devin alienate atât de multe cupluri din punct de vedere sexual? Lista de factori care contribuie la scăderea intensităţii excitării este lungă şi factorul cel mai invocat de obicei este stresul. „De îndată ce mă aşez, văd rufele care încă trebuie împachetate, corespondenţa nedeschisă, jucăriile împrăştiate şi asta îmi răpeşte toată dorinţa sexuală." „Prinsă între noile noastre slujbe, părinţii noştri bătrâni şi copiii tineri, sunt distrusă. Nu sunt eu din principiu atrasă de sex, dar acum nu mi-l doresc deloc. Nu o lua ca pe ceva personal." Dar când pacienţii mei amintesc prea-realele stresuri ale vieţii moderne pentru a explica de ce le-a scăzut romantismul, le sugerez că s-ar putea să fie mai mult de atât. La urma urmei, stresul era o trăsătură de bază a vieţii lor dinainte de a se întâlni şi nu i-a împiedicat să cadă unul în braţele celuilalt.

În următoarea înşiruire de justificări, ei ating problemele cele mai adânci ale relaţiei: certurile aprinse şi divergenţele care nu duceau nicăieri, lipsa de încredere, vechile dezamăgiri,

ciclurile de învinuiri. „Sex? Cred că glumești. După tot ce mi-ai spus?" „Când a fost ultima dată când te-ai arătat interesată?" „Crezi că poți depune puțin efort ca să te faci atrăgătoare?" „Aș fi vrut să închizi blestematul de televizor; mă face să mă simt ca o bucată de carne moartă."

În ciuda acestei ploi de nemulțumiri, cred că mai există un strat suplimentar ce contribuie la decesul libidoului care are de-a face cu ambivalența profundă a culturii noastre cu privire la sexualitate. În timp ce recunoaștem importanța sexului, totuși oscilăm între extremele autorizării exagerate și ale tacticilor represive: „Nu o face până când nu te măriți." „Fă-o când ai chef." „Nu e mare brânză." „E foarte important." „Ai nevoie de iubire." „Ce are de-a face iubirea cu sexul?" Este o abordare de tip totul sau nimic a sexului. Site-urile porno proliferează pe Internet, deși continuăm să dezbatem dacă să asigurăm sau nu educația sexuală în școli și, dacă facem asta, dacă ar trebui s-o numim „Educație sexuală" sau să optăm pentru mai puțin elocventul „Educația sănătății".

În ciuda faptului că în America trăim într-o libertate sexuală fără precedent, practica politizării sexualității a continuat neîncetat încă de pe vremea puritanilor. Intervenția statului ne face pe unii dintre noi să răsuflăm ușurați în timp ce pe alții îi lasă copleșiți de teroare. Promovăm abstinența prin tactici bazate pe frică, îi amenințăm pe politicienii rătăcitori cu aducerea în fața tribunalului, luptăm împotriva căsătoriilor dintre homosexuali și ne frământă legile fragile referitoare la avort. Deși virginitatea pare o rămășiță a unei perioade apuse, în fiecare zi oficialii noștri aleși adaugă gravitate morală legislației sexualității. Avortul, homosexualitatea, adulterul și „valorile familiale" au fost puncte active în agenda politică națională pentru mai mult de treizeci de ani. Acest conservatorism sexual își are rădăcinile în tradiția puritană, cu profunda suspiciune de plăcere și atitudinea

moralizatoare față de orice se abate de la heterosexual, monogam, marital, sexualitate reproductivă.

Între timp, producătorii de televiziune ne invită să-i contactăm telefonic dacă am avut mai mult de 100 de parteneri sexuali. Până acum, sexul nu a fost niciodată atât de expus în public, un bruiaj neîncetat de imagini explicite oriunde ne-am arunca privirea. Sexul, veșnic prezent în reclame, a devenit o marfă în sine. Schimbați canalul pe oricare talk-show din timpul zilei ca să auziți despre mame care se culcă cu prietenii fiicelor lor, bărbați cărora le place să privească și prostituate casnice care sunt descoperite de către soții lor nebănuitori. Sexul este pretutindeni, în toate permutările lui, așa cum este descris exhaustiv de Lillian Rubin: „pornografie, impotență, sex premarital, sex conjugal, sex extramarital, sex în grup, schimb de parteneri, sado-masochism și multe alte variații ale comportamentului sexual la care se poate gândi producătorul lor, fie sex obișnuit, fie sex bizar".

Politica și economia sexuală și atitudinile diametral opuse la care suntem zilnic martori penetrează în dormitorul american și se strecoară în cutele intimității noastre. Cuplurile pe care le văd eu trăiesc la intersecția acestei ambivalențe și trebuie să negocieze între aceste sisteme de valori competitive. Moștenirea puritanismului, care plasează familia în centrul societății, are așteptarea ca mariajul să fie rezonabil, sobru și productiv. Muncești, pui deoparte și plănuiești. Îți iei angajamentele în serios. Dar pe lângă această noțiune americană de responsabilitate individuală și de moderație se află și noțiunea egală de libertate individuală. Credem în împlinirea personală: în viață, în libertate și în căutarea fericirii. Savurăm libertatea pentru a ne satisface spontan dorințele și trăim într-o economie a consumatorului condus de piață care se asigură ca acele dorințe să nu se oprească niciodată. Cultura sexuală ne spune ce este

atrăgător și ce ar trebui să ne dorim (de parcă am fi incapabili să descoperim singuri pe cine să dorim și ceea ce ne stârnește). O întreagă industrie de hedonism planează pe marginea căsniciei, un memento constant a tot ceea ce am sacrificat în schimbul sexualității reciproce a iubirii conjugale.

Pot fi vreodată relațiile noastre moderne suficient de puternice încât să se opună cântecului de sirenă al plăcerii nelimitate? Când suntem constant îndemnați să înlocuim ce e vechi cu ceva nou, când imaginile sexuale zugrăvesc mereu tinerețea și frumusețea (de vreme ce numai tu îmbătrânești), când sexul online se ocupă de fanteziile tale particulare, ne putem aștepta în mod just să rămânem mulțumiți de aceeași persoană timp de cincizeci de ani? Juriul încă mai dezbate. Ne este promisă împlinirea imediată și se află acolo pentru toți, numai pentru noi nu. Și toate acestea consolidează profunda dezbinare dintre ceea ce suntem încurajați să ne dorim și ceea ce ne este permis să avem. Puritanismul și hedonismul intră în conflict.

„Nu eu, nu acum"
versus „Sex protejat sau deloc"

Să nu ne lăsăm păcăliți și să credem că această saturație reflectă atitudini sexuale culte. Marketingul ostentativ al imaginilor sexuale poate fi mai mult excesiv decât progresiv și își are la rădăcinile lui mai degrabă profitul și libertatea pieței decât libertatea de gândire. Pe scurt, e vorba mai mult despre a-ți deschide portofelul decât despre a-ți deschide mintea. Poate de aceea, moralitatea fundamentală legată de „orașul de pe deal" a culturii noastre rămâne nepătată de toate imaginile grafice care pâlpâie pe ecranele noastre: ideea centrală, că sexul este murdar, rămâne incontestabilă.

Nicăieri altundeva nu este mai vizibil disconfortul profund legat de sex decât în modul în care abordăm sexualitatea adolescentină. Un grup considerabil de americani crede că dacă limităm accesul la măsuri contraceptive şi la educaţia sexuală acest lucru va îndepărta tinerii de tentaţiile cărnii. Campanii de genul „Nu eu, nu acum" încurajează abstinenţa ca modalitate de a evita sarcina la vârsta adolescenţei şi bolile cu transmitere sexuală, iar politicile noastre de sănătate publică reflectă ideea că sexualitatea adolescentină este un comportament deviat ce trebuie împiedicat. Oricât de liberă ar părea mass-media, sexualitatea este considerată de mulţi americani foarte periculoasă — un factor de risc.

Europenii, în schimb, văd sexualitatea adolescentină ca pe o etapă de dezvoltare normală spre sexualitatea sănătoasă adultă. Sexul nu este o problemă; problema este să fii responsabil în ceea ce priveşte sexul. De aici contra-sloganul european pentru „Nu eu, nu acum" este „Sex protejat sau deloc". Merită notat că, în Europa, adolescenţii îşi încep activitatea sexuală în medie la doi ani după corespondenţii lor americani, iar vârsta la care nasc adolescentele este în mod cutremurător cu opt procente mai mică. Cum se face că societatea americană, cu o prejudecată clară împotriva sexului la vârsta adolescenţei, produce o asemenea statistică jenantă?

Sexualitatea condusă de tabuuri şi sexualitatea condusă de exces converg într-o manieră tulburătoare. Ambele ne fac să vrem să ne disociem psihic de actul sexual fizic. O societate care vede sexul ca fiind murdar nu face ca acesta să dispară. În schimb, acest gen de atmosferă de nelinişte dă naştere culpabilităţii şi ruşinii, în versiunea ei extremă, sau la un disconfort generalizat în aspectul lui cel mai ubicuu. Sexul este divorţat de continuitatea afectivă şi socială. Ceea ce lipseşte este o sexualitate integrată, unde plăcerea sporeşte în contextul înrudirii. Nu

vorbesc numai despre dragostea profundă; vorbesc de asemenea și despre grija fundamentală și aprecierea față de altă persoană.

Vrei să ne combinăm în seara asta?

Ratu este o studentă de douăzeci și doi de ani, de la o universitate din Ivy League. Este fiica unui doctor și a unui programator, amândoi imigranți indieni, ai căror ani de muncă asiduă s-au amortizat într-un stil de viață superior. Ratu și-a petrecut doisprezece ani în școlile deosebit de competitive din New York, iar acum speră să o urmeze pe mama ei, dând la medicină. Am întâlnit-o pe mama lui Ratu la o petrecere de rămas-bun a unei colege. Când i-am povestit despre subiectul cărții mele, m-a îndemnat să o intervievez pe fiica ei. „Ce aud de la fiica mea? Este incredibil. E atât de deprimant felul în care se tratează copiii aceștia. Chiar vrei să știi ce se întâmplă? Ar trebui să vorbești cu ea. Eu nu pot să înțeleg."

Am știut că trebuia să o întâlnesc pe Ratu și așa am făcut. Strălucitoare și francă, ea era ca un purtător de cuvânt pentru una dintre generațiile acelea care au atașată câte o literă la ele — X sau Y sau cum o vor mai numi acum. Mi-a făcut o descriere edificatoare a scenei sexuale din campus.

„Nu prea avem timp de întâlniri. Așa că soluția rapidă este combinația de vineri sau sâmbătă seara. Te duci la o petrecere sau mergi într-un bar; toată lumea se îmbată, se îmbată foarte tare și toată lumea se împerechează. Totul e gata și se consumă deja până luni, după ce lumea și-a împărtășit povestea cu agățatul, la masa de prânz. Combinarea este un fel de termen cuprinzător ce acoperă totul de la a te prosti, până la sex oral sau sex total."

„Relația studențească ideală este scenariul «prietenii cu avantaje». Ai un prieten apropiat cu care te distrezi foarte mult și alături de care ai parte de puțină tensiune sexuală. Începe într-o

noapte când sunteți amândoi beți și dați unul peste celălalt la un bar sau altundeva. Mergeți împreună acasă, faceți sex (extraordinar sau nu chiar, nu contează) și apoi pretinzi că nu s-a întâmplat. Următoarea săptămână se repetă același lucru cu aceeași persoană, și așa mai departe, până ce simți că nu trebuie să mai existe pretextul ieșirii și îmbătării. În schimb, îl poți suna pur și simplu când simți nevoia să te combini sau dacă ești doar plictisită."

Acesta este lucrul de care Ratu și prietenii ei vorbesc fără regrete: cererea de a face sex. Există o latură inferioară emoțională, chiar și la această formă de cuplare uimitor de abreviată. „Vine un moment, spune Ratu, când unul se implică mai mult decât celălalt și atunci e timpul pentru discuția incomodă. Se stabilesc regulile de bază: acesta este numai un scenariu «prieteni cu avantaje», nimic mai mult, nimic mai puțin; și dacă nu-i convine asta, atunci s-a terminat. Și apoi treci la un alt prieten. Încercăm foarte tare să nu ne lăsăm emoțiile să ne stea în cale", spune Ratu fără nicio urmă de ironie.

Ce e interesant pentru mine din descrierea lui Ratu este că nu există niciun resort în această poveste — nicio intrigă, nicio desfășurare, niciun punct culminant, niciun deznodământ. De fapt, nu există nicio *poveste* a poveștii. Sexul este separat de povestea care l-a făcut să se întâmple. „Există încercarea deliberată de a-și ține emoțiile departe de sex și nu numai la băieți", dezvoltă Ratu. „Fetele, la fel ca și băieții, vorbesc despre dragoste pe de o parte și de sex pe de alta, ca și cum nu au nimic de-a face una cu cealaltă." Face o pauză. „Deși bănuiesc că multe dintre prietenele mele ar prefera o relație, chiar dacă vor sau nu să o recunoască."

Departe de mine intenția de a discredita exprimarea eliberatoare a sexului ocazional sau recreator. O întâlnire erotică poate traversa o varietate de intensități interpersonale fără ca

aceasta să fie dezafiliată. Dar acest tip de activitate sexuală în sine pare că e mai puțin o expresie a eliberării decât exprimarea gestuală a unei anxietăți ascunse. Spre surprinderea mea, Ratu a fost complet de acord cu această idee.

— Băutura și sexul, desigur, merg împreună. Amândouă sunt lucruri pe care știm că nu ar trebui să le facem.

În timp ce o ascultam pe Ratu, mă întrebam cum s-ar manifesta această nouă sociologie sexuală mai târziu, în relațiile lor stabile.

— Cum rămâne cu dragostea și căsnicia? am întrebat-o eu. Se pune vreodată problema aceasta?

— Vedem angajamentul ca pe o sentință pe viață. Știu că, în special pentru mulți dintre prietenii mei băieți, acesta este un gând terifiant. Nu-și pot imagina să aibă același partener sexual pentru mai mult de o săptămână, să nu mai vorbim de zece ani.

Apoi Ratu spune pe un ton mai serios:

— Pentru femei e altfel. Ele pot vedea farmecul. Unele chiar par să-și dorească, deși multe dintre noi preluăm frica stereotipică masculină și vedem monogamia ca pe o restricție. Angajamentul înseamnă sacrificarea idealurilor și ambițiilor proprii pentru ceva ce nu poți controla și pentru o sferă unde poți eșua. Cel puțin așa gândim acum. Relațiile înseamnă pierderea independenței. Când lași să intre o altă persoană în viața ta amoroasă, îți lași mai puțin spațiu pentru tine.

— Deci relațiile se referă la ceea ce pierzi, nu la ceea ce câștigi? întreb eu.

— Exact.

— Și dragostea?

— Ah. În liceu nu a existat. Puținele cupluri de aici de la facultate ies în evidență ca fiind cel puțin ciudate, ca și cum sunt căsătoriți sau ceva de genul acesta.

Sunt intrigată de descrierea relațiilor, elaborată de Ratu. Întotdeauna mi s-a părut că împerecherea (sau cel puțin ideea de romantism) ne lărgește orizonturile și e legată de ceea ce poți descoperi alături de cineva. Cel puțin, așa eram convinsă la vârsta ei. Ratu și prietenii ei par să găsească mai multă siguranță într-un masterat decât în puterea unei legături susținute de iubire. De ce simt ei așa?

Un motiv ar putea fi acela că, deoarece au îmbrățișat mandatul cultural de încredere în sine, sunt neliniștiți din cauza relațiilor.

— Dacă adaugi dragoste pe lângă sex te faci extrem de vulnerabil, îmi spune ea. Cred că aceasta ar putea fi esența problemei pentru întreaga mea generație, lipsa aceasta de încredere. Am fost învățați să ne bazăm pe noi înșine, să nu depindem de alții.

Este o atitudine prozaică, dar poate una înțeleaptă, dată fiind nesiguranța căsniciei moderne. Egalitatea dintre sexe se manifestă în toată ironia ei: atât bărbații, cât și femeile au acum dreptul să le fie teamă de angajament. Mai bine se angajează în partide de sex riscant decât să cedeze riscurilor inimii.

Nimic nu e mai inutil decât să-i prezici viitorul cuiva care nu e interesat să asculte; dar, uneori, nu mă pot abține, așa că m-am aventurat să o înțeleg pe Ratu.

— Mă faci să cred că poate din această cauză atât de multe dintre cuplurile cu care mă văd nu reușesc să facă sex fierbinte cu persoana iubită. Nu e vorba numai de generația ta. Această întreagă cultură este profund incomodată de vulnerabilitate și dependență. Sexul intim de calitate le necesită pe amândouă.

— Poate, spune Ratu. Dar cine spune că sexul de calitate trebuie să fie intim? Dacă „de calitate" înseamnă lovește-mă de zid, violează-mă și pleacă înainte să mă trezesc de dimineață? Spontaneitatea este ceea ce iubesc eu. Este emoția care vine

odată cu spontaneitatea și partenerii multipli și întâlnirile de vis unde nimic nu merge prost fiindcă, după gustarea din ziua următoare, îi spui la revedere și nu stai prin preajmă suficient de mult pentru a-i vedea defectele. Trec prin perioade în care sunt dependentă de acea emoție, dar am perioade când recunosc cât de superficial este totul și îmi doresc o legătură mai strânsă cu cineva. Am avut iubiți, și e plăcut, deși devine un pic plictisitor. Să sperăm că undeva voi găsi un echilibru sănătos — dacă nu m-am răsfățat deja până la punctul nemulțumirii față de relațiile de lungă durată.

Departe de a fi ultimul cuvânt referitor la dragostea liberă, toată această bravadă dezminte o neliniște ascunsă. Mă întreb în ce măsură acest sex de genul atinge-și-fugi este într-adevăr o apărare împotriva disconfortului sexual, în aproape aceeași măsură în care evitarea condusă de tabu este o apărare. Este reversul medaliei: aceeași anxietate, răspuns diferit. Ei se îmbată, fac sex, apoi *se prefac că nu s-a întâmplat niciodată nimic.* E un fel de a o face fără a te implica. Totul se întâmplă pur și simplu; nimeni nu trebuie să recunoască. Poate că acești libertini prefăcuți nu sunt atât de departe de moștenirea puritană pe cât ne-ar face să credem zbenguielile lor de sâmbătă noaptea. Întâlnirile lor pe furiș nu sunt chiar o celebrare a plăcerilor cărnii. Dacă nu ar exista cel puțin o fărâmă de disonanță morală în dorința lor de sex, ar putea deveni inutil să se îmbete pentru a obține acest lucru. Dacă s-ar simți mai liniștiți în privința sexului, s-ar plasa de fapt în centrul acestuia și și-ar dori să și-l amintească.

Pentru Ratu, emoția născută din spontaneitate este asigurată atâta timp cât își schimbă partenerii destul de frecvent. Dar ce i se va întâmpla când va rămâne numai cu unul? S-ar putea să nu o mai întâlnesc pe Ratu niciodată, dar mulți dintre oamenii care vin la mine îmi amintesc de ea. Au descoperit că istoria lor de nomadism sexual nu e de niciun ajutor în a duce la capăt

provocarea de a menține în timp vitalitatea sexuală alături de o singură persoană. Ei văd sexul premarital și pe cel post-marital ca fiind realități întru totul diferite. Nu se presupune că sexul din perioada celibatului trebuie să te pregătească pentru sexul conjugal. Dacă e văzut cumva, este văzut ca ultimele urale dinaintea declinului sexual al întregii vieți.

Totuși, cât de important este sexul?

Un simț sănătos al îndreptățirii erotice se construiește pe baza unei atitudini relaxate, generoase și nestânjenite față de plăcerile corpului — un lucru cu care continuă să se lupte cultura noastră puritană. Sunt martoră la decăderea acestei ambivalențe în munca mea de zi cu zi. O mare parte din munca mea alături de cupluri implică referirea la rușinea și anxietatea care înconjoară sexualitatea oamenilor, făcându-i să-și dorească să se retragă de lângă iubiții lor, de teama de a nu fi judecați sau respinși. Acord permisiunea, reduc anxietatea, normalizez fanteziile și dorințele și pun sub semnul întrebării distorsiunile imaginii corporale proaste. Împreună dezgropăm secretele și tăcerea care le însoțeau educația sexuală și confruntăm mesajele culturale și familiale care împiedică exprimarea erotică. Terapia este un proces de extindere a sexualității prin lepădarea inhibițiilor, încurajarea apropierii fizice și negocierea limitelor. Cuplurile învață să danseze pas cu pas și le ia atât timp cât este necesar.

Am întâlnit-o pe Maria când abia primise o lovitură groaznică. Își petrecuse doi ani pe coasta de vest cu un bărbat cu care credea că o să se mărite și s-a întors acasă o epavă deziluzionată. Prietenii ei au hotărât că era timpul ca ea să întâlnească un bărbat drăguț, un binefăcător. Destul cu acești fustangii (pentru aceia care sunt nefamiliarizați cu acest termen, aceștia sunt niște

prostituate masculine căutați de femeile de succes). Prietenii au organizat o petrecere la cină cu o misiune precisă: o acoperire plăcută pentru prima întâlnire. A funcționat.

Pentru Maria, întâlnirea cu Nico a însemnat reeducarea în arta iubirii, o desfășurare lentă ce era total lipsită de griji. Nu s-a îndrăgostit; a început să-l iubească. Dar la un an după ce l-a întâlnit, iat-o în biroul meu întrebându-se:

— Totuși, cât de important este sexul? Mă tot duc înainte și înapoi. Știu că nu poți clădi o viață din pasiune. Am încercat asta. Bunica mea obișnuia să spună: „Cu ce vei trăi, cu dragoste? Ha! Ai multe de învățat". Nici mama nu sare mai departe. Replica ei e: „Drăguțo, pasiunea este blestemată. Crede-mă pe cuvânt, ceea ce îți trebuie ție este să găsești pe cineva cu care să poți trăi. Cineva care e ca tine, care are aceleași principii ca și tine. Știi, nici banii nu strică". Îl iubesc pe Nico. Nu m-am simțit niciodată atât de protejată, atât de încrezătoare. Și, după ani întregi de întâlniri cu mai mulți ticăloși decât trebuia, sunt în sfârșit liberă să mă gândesc la alte lucruri din viața mea. Dar nu știu. Nu cred că ne potrivim din punct de vedere sexual. Este o problemă. Sau oare e o problemă? Toată lumea spune că sexul dispare oricum, indiferent de cât de aburind e la început, deci cât de important e cu adevărat?

— Tu să-mi spui mie, o îndemn eu.

— Știi ce îmi spun? „Fetițo, te-ai distrat destul. E timpul să te maturizezi. El e un tip grozav. Revino-ți!"

La trei ani după ce Maria mi-a adresat întrebarea: „Totuși, cât de important este sexul?", ea a revenit. Evident, nu găsise răspunsul. La început era atât de captivată de emoția siguranței, încât era capabilă să amâne să se ocupe de lipsa de sensibilitate sexuală față de Nico. A persistat în speranța că problema se va rezolva de la sine, că într-o bună zi obstacolul se va ridica și totul va reveni la normal. Cât despre Nico, el este un bărbat răbdător.

Nu avea de gând să forțeze lucrurile, chiar dacă este evident mai puțin mulțumit de viața lor sexuală anemică. Modul lui de a împiedica să fie respins este să nu forțeze lucrurile. În ședințele noastre, Maria a afișat mereu o atitudine de abordare-evitare a subiectului sex. În puținele ocazii când a adus direct vorba, a făcut-o mereu la sfârșitul ședinței, când nu mai aveam timp să discutăm. Într-o săptămână m-am hotărât să pun piciorul în prag și să grăbesc conversația.

— Sexul este dificil, nu-i așa? am întrebat-o eu.

— Ce vrei să spui? E dificil de vorbit despre el sau dificil de practicat? mi-a răspuns ea tot printr-o întrebare.

— Dificil să-l stăpânești, am replicat eu.

— E mai ușor pentru mine să fac sex decât să vorbesc despre el.

— Și cu Nico?

— Cu Nico este mai ușor să nu fac sex decât să vorbesc despre asta.

— Povestește-mi!

— Sexul *este* dificil. Nu vreau să fac sex majoritatea timpului, ceea ce e ciudat pentru că întotdeauna m-am considerat o persoană sexuală. Citesc despre femei cu o dorință scăzută și nu mă identific cu ele, chiar dacă se pare că la fel sunt și eu în ultima vreme.

— A fost mai ușor cu alți bărbați?

— O, Doamne, nu — dar în trecut nu trebuia să vorbesc despre asta. Nu a fost niciodată ceva la care trebuia să muncesc. Fie apărea natural și ne potriveam, fie relația nu avea să dureze oricum, așa că de ce să mă mai deranjez? Acum sunt cu un bărbat pe care-l iubesc. Cred că este frumos, mă tratează ca pe o regină și nu vreau să fac sex cu el. Devine frustrat când îl resping zi de zi și nu îmi place faptul că sunt indiferentă față de sex. Mi-ar plăcea să cred că asta s-a întâmplat atunci când am rămas însărcinată cu fiica noastră, dar să fiu sinceră eram oarecum

ușurată să am o scuză. „Sunt însărcinată" s-a transformat în „tocmai am născut" care s-a transformat în „alăptez" care a devenit „am nevoie de somn". Să fim realiști, așa cum știi, a fost o problemă de la început.

— Să ne avântăm?

— M-am săturat să tot evit, să aștept să se schimbe ceva. Nu-l pot schimba pe Nico cu un nou model. O fac să meargă cu el sau îmbătrânesc.

Maria a crescut într-o familie din clasa muncitoare, fiica unui polițist și a unei profesoare suplinitoare. Religia era esențială, iar ea a frecventat toate școlile catolice de fete și la fel și liceul.

— Noi nu vorbeam niciodată despre sex acasă. Bunica mea a avut zece copii și nu a știut niciodată că femeile pot avea orgasm. Îți poți imagina? Nu am mai văzut-o pe mama goală de când aveam trei ani. Pe tata nu l-am văzut niciodată gol. Sunt cea mai mică dintre cinci frați și fiecare dintre noi s-a răzvrătit în felul lui — deși frații mei nu au trebuit să se confrunte cu poruncile rezervate fetelor.

Maria revarsă lumină asupra universalei culturi sexuale de gen totul-sau-nimic, abundență-sau-lipsă din America.

— Aveam șaptesprezece ani când mi-am pierdut virginitatea; și pentru fetele catolice, dacă te-ai culcat cu o persoană, însemna că te puteai culca cu întreg orașul — și, sincer, majoritatea dintre noi o făceau, îmi spune ea. Știu că sună demodat, dar chiar așa se întâmpla acolo unde am crescut eu. Staten Island este ca o rezervație naturală pentru catolici pe cale de dispariție. Mesajul era clar: sexul este un păcat, în afară de cazul când ești căsătorit.

— Corect. Ca vechea zicală: „Sexul este murdar; practică-l cu persoana iubită" am spus eu.

Maria s-a mutat, a mers la facultate, a devenit agent de casting, iar astăzi trăiește într-o lume foarte diferită de aceea a copilăriei ei. Însă toată dezvoltarea ei intelectuală nu a reușit să

demoleze interdicţiile: dorinţa carnală constituie un păcat, în mod special pentru femei. În ciuda a douăzeci de ani de întâlniri scurte, relaţii sezoniere şi prieteni stabili, mesajele care rămân aderă la izvoarele de energie ale corpului ei cu o tenacitate subcutanată. Când era încă singură, Maria îşi putea înşela disconfortul sexual latent. Era mai uşor să fie dezinhibată când era mai puţin implicată emoţional. Dar odată ce şi-a ales să trăiască în cadrul limitelor geografice ale unei familii, murmurul trecutului ei a început să aibă ecou.

— O dată la aproape şase luni îi aduc vorba lui Nico despre aceasta. Îi spun: Nico, viaţa noastră sexuală e la pământ. Trebuie să facem ceva în privinţa aceasta. Vreau să citeşti cartea aceasta. Dar nu vrea să citească cărţi. Urăşte cărţile acelea. El spune: „Nu este genul meu. Hai să ne facem doar timp să stăm împreună. Cu cât faci mai mult sex, cu atât faci mai mult sex, corect?" Acesta este răspunsul lui la toate.

— Ţi-am mai recomandat cărţi înainte, dar în acest moment sună de parcă le foloseşti să te ascunzi în spatele lor. De ce îţi este aşa de greu să vorbeşti despre tine? Să-ţi fii propriul avocat? Ce s-ar întâmpla dacă ai spune: „Nico, vreau să-ţi povestesc despre mine — ce cred eu şi simt în legătură cu sexul, despre mine din punct de vedere sexual?"

— Întregul subiect este atât de copleşitor din punct de vedere afectiv încât mă adoarme.

Maria a fost învăţată că nimic nu e gratis; totul trebuie dobândit. Privilegiul este menit acelora care n-au trebuit să muncească asiduu şi acest lucru este suspect din punct de vedere moral. Convingerea era că te sacrifici pentru binele familiei. Ezitarea ei să iasă în relief este puternică mai ales în domeniul sexual.

— Pare în regulă să ceri ceea ce îți trebuie cu adevărat, îi explic eu, dar să ceri ceva numai pentru că vrei tu sau îți place ție, este un lucru egoist. Plăcerea în sine, în afară de cazul când e câștigată, este suspectă. Se ridică de asemenea întrebarea cât de mult simți tu că meriți și cât de vrednică ești pentru a primi — numai pentru că tu ești cine ești. Dar erotismul înseamnă chiar asta: înseamnă plăcere de dragul plăcerii, oferită ție în mod gratuit de către Nico.

Împreună, Maria și cu mine, lucrăm la cultivarea unui simțământ sănătos de merit care se extinde de la a sta jos dimineața când își bea cafeaua, a citi ziarul în timp ce bucătăria este încă murdară, până la a ieși cu prietenele ei chiar dacă asta presupune ca Nico să petreacă două nopți la rând având grijă de copil. Trebuie să ia o pauză de la ideea că trebuie să plătești pentru plăcere în avans prin realizarea îndatoririlor. Ne limităm la sistemul complex de corectitudine și merit, unde totul trebuie să fie perfect echitabil pentru a neutraliza egoismul.

Maria a pus stăpânire pe această idee.

— Cred că dorința mea scăzută este legată, mai mult decât de orice altceva, de lipsa de stăpânire sexuală și de conflictul meu cu plăcerea, în special plăcerea alături de soțul meu. Nu pot să explic de ce mi-e atât de incomod să mă deschid în fața lui Nico din punct de vedere erotic. Ceea ce știu este că familia nu se află niciodată acolo unde am fost eu să obțin ceva în plus.

— Adevărat. Pentru tine, familia se referă la sacrificiul propriu, nu la plăcere. Dar un simț sănătos de îndreptățire este premisa obligatorie pentru intimitatea erotică.

Numai atunci când Maria începe să privească cu ce participă ea la impasul erotic devine aparentă și contribuția lui Nico. Îi pun câteva dintre întrebările pe care le-am discutat în amănunt la ședințele noastre: „Ce înseamnă sexul pentru tine? Cum era tratată problema sexului în familia ta? Care sunt evenimentele

importante care ţi-au conturat sexualitatea? Ce ai vrea să experimentezi cel mai mult cu mine din punct de vedere sexual şi de ce te temi cel mai tare?" Ele dau naştere la conversaţii provocatoare şi pline de inspiraţie care se concentrează asupra posibilităţilor mai degrabă, decât asupra problemelor.

Maria află că, pentru Nico, sexul deopotrivă eliberează şi creează legături, un semn elocvent de iubire. Când ea îl respinge, el se simte neiubit. Nico nu vorbeşte mult. În schimb, îşi exprimă grija prin fapte: spală vasele, îi curăţă pantofii, ţine întotdeauna ciocolata în frigider. Se asigură că ies la fiecare sfârşit de săptămână, fără a se simţi vinovaţi (deşi Mariei îi vine greu), şi nu se lasă prinşi de treburi casnice interminabile. Este generos cu afecţiunea lui, deopotrivă cu Maria şi cu fiica lor. Dar mângâierile iau sfârşit când încep să facă sex. Deşi îi place să facă sex, e mai puţin în elementul lui când e vorba de seducţie.

— E atât de nerăbdător să ajungă la partea cu *sex*, unde ştie ce face, încât tinde să ascundă scopul şi dragostea. Jocurile, ştii tu. Sunt stârnită şi în acelaşi timp simt că mă grăbeşte. Lui Nico îi ia cam două minute ca să treacă de la privitul la televizor la a fi pregătit complet din punct de vedere fizic şi afectiv pentru un raport sexual. Eu am nevoie de o clădire lentă. Şi în felul meu tipic de a încerca să am grijă de el, nu vreau să-l fac să se simtă prost, aşa că încerc să mă aprind repede. E un fiasco total.

Pentru Nico sexul este o piesă formată dintr-un singur act. Pentru Maria este un continuum de plăceri, o desfăşurare succesivă. Problema se ridică atunci când devin captivi într-o concentrare lineară, orientată spre obiectiv, asupra raportului sexual şi a orgasmului, care nu vizează erotismul. Astfel stând lucrurile, ea se luptă cu ideea că a zăbovi înseamnă implicit să fii egoist şi ruşinos de dornic. Lipsa ei de privilegiu şi lipsa de afirmare proprie se întâlnesc cu graba lui Nico, care îi consolidează mai mult ideea că nu e demnă de atenţie. Desigur,

nu și-ar face griji că îi ia prea mult timp, dacă ar crede că el e interesat. Dar încetineala îi inspiră lui Nico un altfel de anxietate, o teamă că nu va presta destul de bine.

Îi sugerez Mariei, ca ea și Nico, să se elibereze de acest model de sexualitate orientat spre îndatorire, cu cerințele lui rigide de orgasm reciproc. Este o abordare de gen admis-respins care aduce a seriozitate și face ca sexul să devină mai puțin distractiv.

— Îți amintești când vă sărutați? o întreb eu. Când ați făcut asta ultima dată?

— Sunt ani de atunci. Știi, îmi amintesc că la început am petrecut o seară întreagă sărutându-ne franțuzește pe pontonul din Coney Island. A fost minunat. Acum nu mai facem asta.

— Bine, atunci, asta e.

Complicațiile dinamicii dintre Maria și Nico sunt subtile, iar acest lucru este valabil pentru majoritatea cuplurilor pe care le întâlnesc. Nu e niciodată vorba numai de un lucru sau de un partener. Maria spune că vrea să fie sedusă, deși refuză să-l vadă pe Nico ca fiind seducătorul.

— Relația stă în calea atracției mele față de el. Uneori mă uit la el, de exemplu când iese de la duș sau se întoarce acasă de la sală, și gândesc: „Doamne, cât de atrăgător este." De ce este așa de atrăgător numai până în momentul în care îmi amintesc că este soțul meu?

Îi explic Mariei că este înfricoșător să fii deopotrivă expus erotic și intim din punct de vedere emoțional cu aceeași persoană, mai ales atunci când crezi că sexul este ceva rușinos.

— E o întreagă parte din tine care încă nu a intrat în relația voastră. De fapt, energia psihică implicată în menținerea acestei laturi ascunse este destulă încât să te facă să te simți extenuată. Nu-i de mirare că preferi să mergi la culcare decât să faci dragoste cu soțul tău.

Ca mulţi dintre noi, Maria a crescut fiind învăţată să-şi ascundă fanteziile erotice şi visele cu ochii deschişi. Tăinuirea plăcerilor este o componentă centrală a socializării noastre sexuale. Maria îşi aminteşte de ruşinea suferită când a fost surprinsă, copil fiind, într-un moment delicios de explorare erotică şi de dezgustul ce se citea pe chipul mamei când spunea: „Opreşte-te chiar acum!" Chiar şi aceia dintre noi destul de norocoşi să avem părinţi care au recunoscut că jocul sexual te face să te simţi bine, probabil îşi amintesc cu înfrigurare de acest sfat: „Să nu spui nimănui." Este greu să aduci la suprafaţă ceea ce ai încercat ani de-a rândul să ascunzi.

Nu în mod surprinzător, Maria încearcă din răsputeri să aducă în relaţia ei fanteziile erotice pe care a fost învăţată să le înăbuşe de la o vârstă fragedă şi să se apere împotriva acestora. Presimţind receptivitatea lui Nico, este exact ceea ce o încurajez să facă — să-şi asume dorinţa şi să considere că merită să fie giugiulită. În acelaşi timp, o încurajez să-i trezească o nouă curiozitate lui Nico.

— E prea uşor să-l încadrezi în rolul de soţ, cu toate calităţile domestice ce-l însoţesc şi apoi să te plângi de lipsa dorinţei. El are o nouă înfăţişare interioară, în timp ce tu ai rămas cu aceeaşi veche înfăţişare.

Aceasta este provocarea intimităţii sexuale, aceea de a introduce eroticul în cămin. Este intimitatea cea mai de temut deoarece este atotcuprinzătoare. Ajunge în cele mai adânci locuri lăuntrice şi implică dezvăluirea unor aspecte care sunt strâns legate de ruşine şi vină. Este înfiorător, un cu totul nou gen de goliciune, mult mai dezvăluitoare decât privirea corpurilor noastre goale. Când ne exprimăm dorinţele erotice riscăm umilirea şi respingerea, care sunt la fel de devastatoare. Am fost martora unei scene dureroase când preferinţele unei persoane

au fost condamnate și etichetate de către partener drept perverse, deviate și dezgustătoare. Nu e de mirare că majoritatea dintre noi preferăm siguranța sexului realist ca scut împotriva acestui scenariu jignitor. Ne-am putea afla departe de pasiune, dar cel puțin ne simțim normali. Per ansamblu, nu este un compromis rău. Dar sunt și cei care își doresc să fie cunoscuți altfel, să cadă pradă și riscă să treacă pragul. Ei își adună curajul pentru a se confrunta cu interdicțiile culturale asupra sexului — sexului debordant — în cămin. Își doresc cu ardoare exprimarea completă în domeniul eroticului și se împotrivesc îndemnului de a se abține. Pentru ei, comuniunea sexuală este departe de a fi murdară, ci este mai degrabă o fuziune sacră ce ne pune în legătură cu divinul.

Intimitatea erotică este revelația amintirilor, dorințelor, temerilor, așteptărilor și încercărilor noastre din cadrul unei relații sexuale. Când ne sunt dezvăluite dorințele cele mai lăuntrice și sunt întâmpinate de persoana iubită cu acceptare și validare, rușinea se evaporă. Este o experiență de profundă împuternicire și afirmare de sine pentru inimă, corp și suflet. Atunci când putem fi prezenți deopotrivă pentru dragoste și sex, transcendem câmpul de bătălie dintre puritanism și hedonism.

7
Profiluri erotice

Spune-mi cum ai fost iubit(ă) şi-ţi voi spune cum faci dragoste

Adulţii nu înţeleg niciodată nimic singuri şi este obositor pentru copii să le explice mereu unele lucruri.

Antoine de Saint-Exupéry, *Micul prinţ*

Aşadar, ca un foc uitat, copilăria poate izbucni din nou înăuntrul nostru.

Gaston Bachelard

O mulţime de instituţii se îngrijesc de interesul nostru cel mai mare. Religia, guvernarea, medicina, educaţia, mass-media şi cultura pop muncesc toate neîncetat ca să definească şi să regleze parametrii bunăstării noastre sexuale. Imboldurile şi interdicţiile pe marginea voluptăţii corpului sunt alimentul de bază al societăţii. Mare parte din ceea ce învăţăm despre sex vine de pe stradă, din filme, de la televizor şi din şcoală. Dar înainte ca oricare dintre acestea să ajungă la noi, familia este cea pe care o accesăm mai întâi. Suntem membrii unei societăţi, dar suntem de asemenea copiii părinţilor noştri. (Aceasta include bunicii, părinţii vitregi, tutorii, părinţii adoptivi şi oricare alte persoane sunt încredinţate cu bunăstarea noastră încă de mici.) Nicio istorie nu are un efect mai îndelungat asupra iubirilor noastre ca adult decât aceea pe care o scriem cu primii noştri îngrijitori.

Istoria dorinţei

Psihologia dorinţei noastre zace deseori îngropată în detaliile copilăriei, iar pătrunderea în istoria timpurie a vieţilor

noastre îi dezvăluie morfologia. Putem urmări de unde am învățat să iubim și în ce fel. Am învățat noi să experimentăm plăcerea sau nu, să ne încredem în alții sau nu, să primim sau să fim respinși? Părinții noștri ne monitorizau nevoile sau se așteptau ca noi să le monitorizăm pe ale lor? Ne-am întors la ei pentru protecție sau am fugit de ei ca să ne protejăm? Am fost respinși? Umiliți? Abandonați? Am fost opriți? Încurajați? Alinați? Am învățat să nu avem așteptări prea mari, să ascundem când suntem supărați, să îi privim în ochi pe ceilalți? În familie, simțim când e în regulă să prosperăm și când alții ar putea fi răniți de entuziasmul nostru. Învățăm ce să simțim față de corpul, sexul și sexualitatea noastră. Și învățăm o mulțime de alte lecții despre cine și cum să fim: să fim deschiși sau să ne închidem în sine, să cântăm sau să vorbim în șoaptă, să plângem sau să ne ascundem lacrimile, să îndrăznim sau să ne fie teamă.

Toate aceste experiențe ne conturează convingerile de sine și așteptările față de alții. Ele fac parte din această înzestrare, pe care fiecare bărbat și femeie o aduce cu sine în relația de dragoste ca adult. O parte din acest formular de participare emoțională este evidentă și clară, dar mare parte din ea este tainică, ascunsă chiar și de noi înșine.

Preferințele sexuale se nasc din emoțiile puternice, provocările și conflictele de la începutul vieții noastre. Legătura pe care o au acestea cu punctul de plecare al apropierii și al plăcerii constituie obiectul săpăturilor noastre. Ce te stârnește și ce te stinge? Ce te atrage? Ce te lasă rece? De ce? Cât de multă apropiere suporți să simți? Poți tolera plăcerea cu persoana iubită?

Când tata lui Steven a părăsit-o pe mama acestuia, ea și-a adunat puterile, s-a devotat creșterii copiilor și a jurat că nu va mai lăsa niciodată pe nimeni să o rănească în acest fel. Infirmieră la urgențe, astăzi ea deține propria casă și a ținut trei copii la

facultate. Steven este plin de admirație și respect pentru mama lui și și-a petrecut mare parte din viață păzindu-se să nu ajungă ceea ce el numește „acel ticălos". La șase ani după căsătoria lui cu Rita, se recunoaște că evită demersurile ei și evită acuzațiile ei referitoare la pasivitatea lui sexuală. În spatele scuzelor, Steven este nedumerit în ceea ce privește lipsa lui de interes — și erecțiile lui inconstante.

Cu cât își iubește și respectă mai mult soția, cu atât îi este mai greu să o *reguleze*. În mintea lui Steven, siguranța afectivă necesită monitorizarea constantă a oricăror înclinații egoiste sau agresive. Această convingere, care s-a dezvoltat din dragostea față de mama lui, a devenit parte din sexualitatea sa. Cu cât o iubește pe Rita mai mult și cu cât depinde de ea mai mult, cu atât este mai mare nevoia lui de prudență și cu atât îi este mai inhibată sexualitatea. El nu știe cum să experimenteze terenul vast al dorinței aprinse în contextul grijii afective. Subconștientul lui este fidel trecutului.

Pentru Dylan, manager de retail la douăzeci de ani, siguranța afectivă este absolut imposibilă, în prezența sau lipsa excitării sexuale. Mama lui, care a murit când el avea doisprezece ani, era axul central afectiv al familiei lor. Când ochii îi erau plini de lacrimi la înmormântarea mamei, tatăl lui i-a zis: „Sper că nu te vei îndepărta de mine". Pentru a rămâne apropiat de tatăl său a trebuit să-și taxeze întreaga viață emoțională. El explică: „Orice fel de sentiment era un semn de slăbiciune în căminul nostru". Când Dylan are sentimente față de cineva vorbește cu dezgust față de sine, sperând să-și controleze vulnerabilitatea insuportabilă. Soluția lui? De două ori pe săptămână merge în cluburi să agațe bărbați pe care nu-i va cunoaște niciodată și care — mai important — nu-l vor cunoaște nici ei. În sexul anonim nu există sentimente, iar Dylan se află la adăpost să nu mai repete umilințele din copilărie. În același timp, el ajunge să

experimenteze emoția încântătoare de a fi dorit, de a fi ales de mai multe persoane simultan.

Un aspect al profilului erotic care ilustrează iraționalitatea dorinței noastre constă în faptul că, de cele mai multe ori, ceea ce ne excită ia naștere din rănile și frustrările copilăriei. Terapeutul sexual Jack Morin lămurește că imaginația erotică este ingenioasă în distrugerea, transformarea și repararea traumelor trecutului. Cu alte cuvinte, experiențele care ne-au cauzat cea mai mare parte din durerea copilăriei uneori devin mai târziu cele mai mari surse de plăcere și emoție.

Să ne uităm la Melinda. Tatăl ei este un donjuan. Și în timp ce înțelege disperarea mamei, ea nu vrea totodată să fie ca aceasta: dărâmată, tristă, părăsită. În schimb, a devenit seducătoare, opusul femeii părăsite. Melinda îi combate pe bărbați cu propriile lor arme. Dorința este zgândărită de indisponibilitate în mintea Melindei și odată ce a sedus un bărbat acesta devine imediat mai puțin atrăgător. Pentru a-și reconfirma propria putere, ea trebuie să pună ochii pe următorul bărbat, apoi pe următorul și iar următorul. Dacă nu există niciun obstacol de înlăturat, ea nu are nicio modalitate să-și măsoare valoarea. Aproape nimic altceva nu este mai emoționant decât să cucerească un bărbat puternic, distant; dar emoția finală constă în a-l părăsi — o dovadă sigură că și-a răzbunat trecutul. În alungarea nemiloasă a acestor bărbați, Melinda caută să-și confirme faptul că, spre deosebire de mama ei, ea este puternică și independentă, e cea care dă ordine, care ia deciziile, care agață și renunță la bărbați după bunul plac. Desigur, scăpând de vulnerabilitatea din viața ei, ea sfârșește prin a fi la fel de singură și neiubită ca mama ei.

Agentul principal al erotismului este imaginația umană dar, pentru mulți, proiectul sexual de descoperire proprie este împiedicat de mesaje părintești ce provoacă teama, vina și

neîncrederea. Ceva ce ar trebui să protejeze copiii se dovedește adesea a fi o sursă de anxietate majoră în relațiile sexuale ca adulți. Lena a fost educată printr-o listă de lucruri la care o femeie demnă poate sau nu visa, asupra cărora poate acționa și de care se poate debarasa. Fiica mai mare dintr-o familie conservatoare, credincioasă, Lena a învățat că femeile decente, reduse la standarde stricte ale comportamentului feminin, nu au fost niciodată agresive sau insistente și întotdeauna au pus nevoile altora înaintea nevoilor proprii. La fel ca mama ei (generații întregi de femei înaintea ei), Lena și-a derivat părerea bună și confirmarea de sine din faptul că este o persoană generoasă și nu una avară. Făcându-se indispensabilă, ea a sperat să contracareze inconstanța iubirii. Dar caracterul drăguț al Lenei este exact ceea ce strică cheful soțului ei. Felul ei sfios de a face dragoste și lipsa ei de afirmare sexuală îl inhibă.

În ultimele luni, Lena a început să se întrebe cum ar fi mariajul lor dacă ar fi mai puțin grijulie. Cochetează cu ideea că ar putea să fie plăcută pentru ceea ce e, nu numai pentru ce dăruiește. Împreună am deconstruit anxietatea, vina și negarea de sine care constituie moștenirea unei fete drăguțe. Lenei i-ar plăcea foarte mult să devină suficient de curajoasă încât să cunoască nu numai ceea ce îi place, dar să fie și capabilă să ceară acest lucru. Poate nu pare mare lucru să-și cumpere lenjerie de la Victoria's Secret împreună cu soțul ei, dar pentru Lena a fost ceva la fel de înălțător ca un sutien minune.

Tensiunile interne care trosnesc în sexualitatea lui Steven, Dylan, Melinda și Lena sunt rezultatul conflictelor din copilărie. Detaliile înclinațiilor și neliniștilor noastre erotice sunt șlefuite de-a lungul vieții, însă adesea își au originea în experiențele copilăriei noastre, totodată bune și nu prea. Uneori este necesară puțină muncă psihologică de detectiv pentru ca toate acestea să

aibă o logică, dar foarte puțin din imaginația erotică a unei persoane este o pură întâmplare.

„Eu" în contextul de cuplu

Dependența noastră fizică și afectivă față de părinți o depășește pe cea a oricărei specii vii, atât în mărime, cât și în durată. Aceasta este completă — și nevoia noastră de a ne simți protejați este atât de profundă — încât am face orice să nu le pierdem. Ne suprimăm dorințele și ne învăluim agresivitatea în secret. Ne asumăm vina pentru abuz, ne supunem controlului, devenim încrezători în sine, iar în alte privințe renunțăm la nevoile proprii. Pe scurt, aplicăm o gamă largă de tactici de conservare de sine, toate cu scopul de a ne menține legătura primară.

Lucrurile se complică atunci când te gândești că una dintre nevoile noastre cele mai mari, din punct de vedere evolutiv, este autonomia. Din momentul în care putem merge de-a bușilea, navigăm pe căile înșelătoare ale separării în încercarea de a stabili un echilibru între impulsul fundamental de stabilire a unei conexiuni și impulsul de a ne încerca liberul-arbitru. Avem nevoie ca părinții noștri să ne îngrijească, dar avem de asemenea nevoie ca ei să ne lase destul spațiu să ne stabilim libertatea. Vrem ca ei să ne rețină și vrem ca ei să ne lase să plecăm.

De-a lungul vieții, ne luptăm cu această interacțiune dintre dependență și independență. Cât de priceput reconciliem aceste nevoi la maturitate depinde foarte mult de modul în care părinții au reacționat la dualitatea încăpățânată a personalităților noastre de copii. E important să subliniem că atitudinea părinților noștri, ce fac ei de fapt, reprezintă doar o parte a acestei situații. O altă parte o reprezintă interpretarea pe care o dăm noi acțiunilor lor. Fiecare copil vine cu un optimism individual în loteria vieții.

Ceea ce i s-ar putea părea bine cuiva, i s-ar putea părea copleşitor altcuiva. Unii dintre noi poate îşi doresc ca părinţii noştri să se fi implicat mai mult, în timp ce alţii se ruşinează amintindu-şi investigaţiile şi amestecul părinţilor. Fiecare familie are răspunsurile ei preferate la expresii ale dependenţei şi autonomiei — când sunt răsplătite şi când li se pun beţe în roate. În procesul de ofertă-şi-primire cu părinţii noştri hotărâm de câtă libertate ne putem bucura în siguranţă şi cât de mult vor necesita legăturile noastre subjugarea nevoilor. La final, ne creăm propriul sistem de convingeri, temeri şi aşteptări — câteva conştient, multe în mod inconştient — în ceea ce priveşte modul de funcţionare a relaţiilor. Le învelim pe acestea într-un pachet îngrijit şi îl înmânăm persoanei iubite. Este un schimb cinstit.

Nu prin coincidenţă, această întreagă istorie emoţională se manifestă în sexul fizic. Corpul este unealta cea mai pură, fundamentală pe care o avem pentru a comunica. Aşa cum a scris Roland Barthes: „Ceea ce ascunde limbajul este exprimat de corp. Corpul meu este un copil încăpăţânat; limbajul meu este un adult foarte civilizat." Corpul este limba noastră maternă — mediatorul nostru cu lumea, dinainte de a rosti primele cuvinte. Din momentul în care ne naştem, dragostea se revarsă de la adult la copil în mod senzorial — şi îndrăznesc să spun că şi în mod erotic.

Senzaţiile trupeşti domină prima noastră conştientizare a mediului înconjurător şi interacţiunile noastre timpurii cu protectorii noştri. Corpul este o bancă de amintiri pentru plăcerile senzoriale ale pielii. Aud foarte des bărbaţi şi femei în biroul meu implorându-se unul pe celălalt: „Poţi să mă ţii în braţe?" Puterile mângâietoare ale unei îmbrăţişări funcţionează la patruzeci de ani la fel cum funcţionează şi la cinci ani. Corpul este de asemenea o facilitate de depozitare a nefericirii şi frustrării pe care le-am îndurat şi a durerii pe care am suferit-o.

În mod inteligent, corpurile noastre își amintesc ceea ce mințile noastre au ales să dea uitării, bune și rele deopotrivă. Poate acesta este motivul pentru care temerile noastre cele mai mari și năzuințele cele mai persistente apar în contactul sexual intim: infinitatea lipsurilor, teama de a nu fi părăsiți, teroarea de a nu fi înghițiți, tânjirea după omnipotență.

Intimitatea erotică este un act de generozitate și egocentrism, de oferire și de primire. Trebuie să fim capabili să intrăm în corpul sau spațiul erotic al altei persoane, fără a ne teme că vom fi înghițiți și ne vom pierde. În același timp, trebuie să fim în stare să pătrundem înăuntrul nostru, să ne lăsăm absorbiți de sine în prezența celuilalt, crezând că acesta va fi încă acolo când ne vom întoarce, că el sau ea nu se va simți respins(ă) de absența noastră momentană. Trebuie să putem stabili o conexiune fără a ne teme de îndepărtare și trebuie să putem experimenta distincția noastră fără a ne teme că vom fi părăsiți.

Egoismul plăcerilor intime

Întotdeauna m-au interesat oamenii care sunt capabili să obțină un echilibru la nivel emoțional între ei înșiși și ceilalți, dar care eșuează în mod repetat să obțină acest echilibru la nivel fizic. Amenințarea contopirii în actul sexual fizic și pierderea de sine ce decurge de aici este atât de intensă pentru acești oameni încât ei se apără de aceasta fie prin potolirea poftelor sexuale, fie orientându-și dorința către altceva. Psihanalistul Jessica Benjamin scrie: „Lupta copilului pentru autonomie are loc în sfera corpului și a plăcerilor acestuia." La fel se întâmplă și la adult.

Prima dată când a intrat James în biroul meu, s-a așezat și a spus: „Stella și cu mine avem un mariaj bun, dar sexul a fost întotdeauna o problemă." James se simte inhibat sexual alături de Stella, iar nepotrivirea lor erotică îl umple de încordare.

Atunci când Stella se apropie de el, orice emoție inițială ar simți se transformă invariabil într-o preocupare față de prestația lui. Voi fi dur? Voi termina prea devreme? Va avea Stella orgasm? Sexul devine o întrecere până la linia de sosire — poate el să ajungă acolo înainte să-și piardă erecția? Abilitatea lui de a se bucura este retezată masiv de concentrarea lui limitată. Nu poate fi jucăuș, nu poate încerca lucruri noi deoarece orice lucru care se abate de la rutină i-ar putea pune în pericol capacitatea de a-și duce îndatorirea până la capăt. Aceste neliniști au întotdeauna un efect-ecou, iar inhibițiile lui James au stins-o și pe Stella. Ea îi simte absența, deplânge lipsa lui de atenție și s-a plâns de ea amarnic de-a lungul anilor.

— Vorbește-mi despre mama ta! îi spun eu lui James.

— Despre mama? Nu pierzi niciun minut, nu-i așa? Acum câțiva ani am fost la un terapeut și la fel a vrut și ea să vorbesc despre mama. Nu s-a schimbat nimic. Soția mea nu seamănă deloc cu mama.

— Cu seriozitatea cuvenită, mereu mă întorc la sursă. Îți promit că nu-ți voi spune că te-ai însurat cu mama ta. Dar primul loc unde învățăm despre dragoste și relații este în prima noastră familie. Niciunul dintre ceilalți — prieteni, cei cu care flirtăm, profesori, amanți — nu poate avea o astfel de rezonanță afectivă. Așadar, spune-mi despre mama ta!

Ceea ce se reiese din conversația noastră este că James era deosebit de obișnuit cu supărările mamei, iar aceasta era adesea singură și tristă. Nu-i plăcea zgomotul, nu-i plăcea dezordinea și devenea agitată când el și sora lui erau prea gălăgioși. Era o mamă bună, dar foarte obositoare.

— Mereu mi-a fost greu să mă descurc cu nevoile ei. Îi trebuiau o mie și una de lucruri aliniate ca să fie mulțumită.

Mama lui James se baza pe el pentru sprijin, companie și conversație. (Făcea referire la tatăl lui spunându-i, pur și simplu, *Cecul de plată.*)

— Când eram mai mare și voiam să fac diverse lucruri cu prietenii mei, știam că e dezamăgită. Îmi spunea: „Distracție plăcută" într-un mod care mă făcea să-mi fie greu să mă distrez.

James a crescut fiind sfâșiat între dorința de a nu o nemulțumi pe mama lui și nevoia de a-și duce propria viață.

— Obținerea unei burse la Stanford, chiar în cealaltă parte a țării, a fost cel mai bun lucru care mi se putea întâmpla. Nu mi-a putut refuza oportunitatea. Am plecat, dar am luat cu mine un sentiment mare de vină.

Prima dată când James a pus ochii pe Stella, ea era o închipuire. „Totul la ea era grațios, vibrant, plin de culoare. Era o femeie care nu se temea să iasă în evidență. Era toată numai lumină." Stella era antiteza mamei lui și, pentru prima dată, el a fost în stare să iubească o femeie și să nu se simtă împovărat de responsabilitate și vină. De fapt, Stella îi respingea în mod regulat încercările de a fi prea grijuliu, explicându-i că o face să se simtă sufocată. El râde când își amintește cât de neliniștit obișnuia să se simtă când voia să facă ceva ce nu o includea și pe ea — îi era mereu teamă să nu o dezamăgească. Avea un fel de-a întreba: „Te superi?" care o scotea din sărite. În cele din urmă ea a bufnit: „Uite ce e, eu nu sunt mama ta. Nu trebuie să-mi ceri voie." Stella l-a învățat pe James, în mare măsură prin exemplu, că poți fi apropiat de cineva — intim, grijuliu, protejat — fără a te simți sacrificat în același timp. Prin afirmarea independenței ei, Stella i-a comunicat iar și iar că ea nu este fragilă și că bunăstarea ei nu depinde exclusiv de el. Prețul iubirii nu trebuie să fie uitarea de sine.

Din multe puncte de vedere, James și Stella au un mariaj de invidiat. Ei se bucură unul de celălalt. El încă o mai face să râdă

în hohote, iar ea este cel mai aprig, dar cel mai de încredere critic al muncii lui de designer grafician şi, aşa cum ar adăuga el, „totodată, al tuturor lucrurilor". Stella, fermă pe poziţia ei, spune: „Chiar şi atunci când îi uram curajul, nu mă plictiseam niciodată. În momentul în care mă plictisesc am plecat de aici." În cei treizeci şi unu de ani petrecuţi împreună au crescut patru copii, au renovat două case, au suferit pierderea celor patru părinţi, au supravieţuit cancerului la sân al Stellei şi au toastat la naşterea primului lor nepot. Aceasta este partea frumoasă a poveştii.

Dar la mijlocul acestui peisaj idilic se află câmpul minat al sexului, unde îşi fac apariţia cele mai rele certuri ale lor. Ea îl doreşte; el nu. Ea vrea să vorbească despre asta; el nu. Ea se înfurie. El devine defensiv. Se ciocnesc şi apoi aşteaptă să se aşeze praful. Această situaţie este cronică şi necruţătoare, iar recent s-a înrăutăţit.

Ani de-a rândul, Stella nu a putut suferi să fie custodele vieţii lor sexuale. „Eu sunt cea care se gândeşte la asta, care şi-o doreşte, care o face să se întâmple şi care se plânge atunci când nu se întâmplă. Dacă aş lăsa totul în seama lui James, viaţa noastră erotică ar fi un deşert." În particular, James recunoaşte că are iniţiativa numai atunci când este destul de sigur că ea nu va accepta; în felul acesta, el pare să se menţină pe poziţie. Stella urăşte să fie singura care „face totul", dar nu îndrăzneşte să se oprească de teamă că nu va mai fi nimic, un gol insuportabil. Mai bine să bănuiască lipsa lui de interes decât să-i fie confirmată.

De când Stella a intrat la menopauză energia ei sexuală s-a dus la fund, iar temerile ei cele mai mari s-au confirmat, într-adevăr. Lipsa de iniţiativă sexuală a lui James, odinioară ascunsă de ardoarea ei, este acum orbitoare. Se simte înnebunită de perspectiva stingerii sexuale care se conturează ameninţător în faţa ei. „Suntem ca nişte colegi de cameră. De data asta chiar am

nevoie ca el să facă efortul, dar nu îl va face." Îi clarific Stellei faptul că, deşi pare că nu o va face, este mai probabil ca el să nu ştie cum. Întreruperea cauzată de menopauză provoacă un model ce a fost fixat de la începutul relaţiei lor. Vor descoperi în curând că acesta deschide şi noi posibilităţi.

James se grăbeşte să se concentreze asupra chestiunilor legate de prestaţia lui, pentru a-şi justifica lipsa de dorinţă. El prevede eşecul sexual, iar neliniştea lui face ca această profeţie să se îndeplinească. Se simte slăbit şi laş de fiecare dată când eşuează, iar frica lui de impotenţă îl face să vrea să se oprească chiar înainte de a începe. Ironia neintenţionată a acestei situaţii este că James devine atât de obsedat de a o face cum trebuie, de a se menţine tare pentru Stella, încât pe ea o pierde din vedere complet. Aşa că, în timp ce el crede că se concentrează complet asupra ei, ea simte că e cu totul absent. Acesta a fost un punct de dispută între ei. Îi atrag atenţia lui James că plasarea lupei direct pe actul sexual fizic — sexul ca reprezentaţie — este categoric o abordare lipsită de erotism. Este un unghi mult prea îngust. Mi se pare că James este copleşit de întreaga perspectivă de a avea intenţii sexuale cu soţia sa: să pretindă dorinţa, să o erotizeze, să se simtă liber, să exprime obscenitatea dorinţei lui aprinse faţă de ea.

Când îl întreb pe James dacă el face vreodată sex fără să aibă nelinişti, el răspunde: „Numai când mă masturbez." Acest lucru e important, deoarece îmi confirmă faptul că nu are nicio disfuncţie organică şi că, din punctul de vedere al organelor genitale, poate acţiona destul de bine. Când se masturbează, James se poate ocupa de el însuşi fără presiunea cerinţelor altcuiva. Femeile care îi populează lumea fanteziilor sunt lascive, atrăgătoare din punct de vedere sexual şi deloc vulnerabile. El nu trebuie să se teamă că egoismul lui le-ar putea răni şi se poate desfăta în emoţia lui, fără să se simtă vinovat. Aceasta este o libertate pe care nu o dobândeşte niciodată alături de soţia lui,

iar această conştientizare ne conduce la cauza blocajului său erotic.

James nu ştie cum să se simtă bine din punct de vedere sexual în prezenţa femeii iubite. Incapabil să ajungă la o reconciliere între a-şi face pe plac şi a-i face Stellei pe plac în acelaşi timp, el sfârşeşte prin a nu face niciunuia pe plac. Deşi din punct de vedere emoţional şi intelectual este capabil să menţină o conştiinţă puternică de sine în preajma soţiei sale — urăşte gustul ei în ceea ce priveşte muzica, refuză să poarte costume italieneşti şi a sfidat-o într-un an votându-i pe Republicani — această stăpânire de sine este distrusă în actul sexual. Îi e teamă că dacă cedează propriei senzualităţi şi uită de Stella, chiar şi pentru o clipă, ea va fi impardonabil rănită.

Deşi James nu este conştient de acest lucru, profilul lui erotic este perforat de urme lăsate de relaţia cu nefericita lui mamă. Când vine timpul să facă sex cu Stella, el se află exact în acelaşi decor din copilărie: trebuie să facă alegerea imposibilă între a se ocupa de el însuşi şi a asigura apropierea. Vina pe care a simţit-o de copil pentru că era egoist s-a transformat în inhibiţie sexuală. Poate că din acest motiv James resimte dorinţa soţiei lui mai degrabă ca pe o cerinţă decât ca pe o invitaţie, este o obligaţie, nu o seducţie. Erotismul s-a transformat într-o sferă a datoriei şi este împovărat de presiune, vină şi grijă — toate acestea fiind anti-afrodiziace dovedite.

Reaprinderea dorinţei

James şi Stella se află la ananghie. Problema lor sexuală a fost pusă pe seama atracţiei slabe, iar ei cred că e la fel de permanentă şi ireversibilă ca un picior amputat. De ani buni, James a rămas blocat în povestea unui neajutorat care sună cam aşa: „Problema noastră trebuie să vină de undeva; trebuie să fie

vina cuiva și dacă nu e vina mea, atunci a cui e? Trebuie să fie a Stellei. Hai să dăm vina pe ea." Reinterpretând lipsa dorinței lui James, o localizez categoric în reverberațiile copilăriei lui. Începe să simtă puțină milă față de el însuși. În același timp, îl provoc să-și asume responsabilitatea pentru acest lucru în prezent. Împreună, clarificăm învinuirea de sine și responsabilitatea și trasăm strategii de acțiune. Acest lucru îi aduce o mare ușurare. Pentru Stella, acest șir de atribuții este un pas mic către redobândirea sentimentului de respect față de sine.

Încerc să stabilesc cu James un sentiment liniștitor de distincție sexuală, asigurându-mă că lămuresc faptul că distincția nu înseamnă indiferență. În loc să se concentreze constant asupra Stellei, îi cer să facă inimaginabilul și să se limiteze la el. Ținând minte acest lucru, îi sugerez câteva lucruri. „În primul rând, uită de dormitor. Sunt prea multe asocieri nefericite. Dă-l naiba de pat — scrie «eșec» pe toată suprafața lui. Patul acționează ca un rezervor de privare sentimentală. Descoperiți alte suprafețe din casă. Apoi, aș vrea ca tu să te masturbezi alături de Stella, să experimentezi posibilitatea de a-ți provoca plăcerea în prezența ei. Ia seama de tensiune și de vină. Mai bine să fii conștient de ele decât să încerci să le eviți."

Am ales masturbarea pentru câteva motive. În primul rând, este singura zonă a sexualității lui James unde el se poate desfășura în libertate. În al doilea rând, îl invită să fie complet egocentric și îl eliberează de responsabilitatea de a o satisface pe soția lui. În al treilea rând, sper că îi va confirma faptul că, dacă se ocupă de el, nu trebuie să o rănească pe ea. Faptul că va fi privit va veni în ajutorul abilității lui de a se lăsa în voia individualității sale erotice fără să se simtă vinovat. În ultimul rând, va face ca neliniștea lui legată de prestație să devină atractivă. Actul de masturbare în prezența ei reprezintă în sine o mare realizare, având-o pe Stella ca unic spectator. Pentru prima

oară, poate lua în considerare faptul că ei chiar i-ar putea face plăcere să-i privească desfătarea. Faptul că o lasă să-l privească rătăcind liber pe teritoriul său erotic constituie în sine un cadou intim.

Fiecare dintre aceste straturi ajută la crearea unei realităţi cu totul diferite de aceea pe care a trăit-o alături de mama sa. La urma urmei, nu ne masturbăm în faţa părinţilor, dar putem face acest lucru cu persoana iubită.

Desigur, când i-am sugerat acest lucru, am luat în considerare şi situaţia Stellei. Când James încearcă să o atingă, aşteptând ca ea să-i acorde permisiunea, ea este plină de indignare. Aşa cum se dovedeşte, grija atentă a lui James acţionează ca un extinctor. Respectul lui o face să se simtă împovărată; concentrarea lui încăpăţânată asupra ei îi provoacă durere. Mai devreme în conversaţia noastră, James mi-a spus deliberat că Stella este irascibilă. „În timp ce acest lucru poate fi adevărat confirm eu, dacă ai fi făcut dragoste cu ea mai des ai fi avut o soţie cu un alt fel de temperament, fiindcă frustrarea pe care o pot simţi oamenii atunci când corpul nu le este atins, mângâiat, ţinut în braţe şi nu i se face plăcerea îi înnebuneşte pe aceştia. Ceea ce obţii în acest caz este excitare transformată în furie."

Îi spun Stellei ce le-am spus multor persoane care sunt soţi preţuiţi, dar iubiţi flămânzi: „Ştii că te iubeşte; nu te-ai îndoit niciodată de acest lucru; şi de aceea ai stat cu el atâţia ani. Ceea ce doare aşa de tare este că tu nu te-ai simţit niciodată dorită de el. Simţi că o lasă pe seama ta să faci lucrurile să se întâmple şi chiar aşa se şi întâmplă. Ţi-ai pierdut complicitatea senzuală pentru siguranţa emoţională. E o tranzacţie nemiloasă." Ca un gheţar care se topeşte brusc, lacrimile se preling pe chipul Stellei. Acestea spuneau multe despre dorinţa ei înfocată şi respingerea lui cu care a trăit atât de mult timp. Este realmente imposibil să

nu pui la suflet o astfel de negare repetată, să nu o vezi ca pe o dovadă că cineva este nedorit și să nu cazi în îndoiala de sine.

Lui James îi spun: „Dragostea și dorința nu sunt același lucru. Confortabil nu e același lucru cu sexy. Soția ta știe că o iubești. Ceea ce vrea ea este să se simtă dorită de tine. Vrea să-ți cunoască pofta, să guste din aromele delicate ale dorinței tale fierbinți și să o vadă pe aceasta ca pe o potrivire cu dorința ei. Neputința ta de a te elibera, de a te lăsa pradă proiectelor tale hedoniste, o scoate din fire. Pasivitatea ta este enervantă, iar caracterul atent este opusul fanteziei sale de extaz lipsit de constrângeri. Vigoarea ta ar constitui un sprijin evident pentru ardoarea ei. E greu să te relaxezi alături de cineva care nu se relaxează."

Experimentul cu masturbarea a fost numai un succes parțial — a decurs așa și așa, așa cum merg uneori aceste lucruri, dar nu a fost nicio schimbare dramatică. Conștiința de sine a lui James a scos ce era mai bun din el. El a făcut întotdeauna ca masturbarea să fie o plăcere personală și nu a vrut să o împartă cu nimeni. Dar ceea ce s-a întâmplat, câteva zile mai târziu, a fost un adevărat moment decisiv. James și Stella s-au certat. Ea era supărată, convinsă că lucrurile nu se vor schimba. Primul lui impuls a fost să o ia în brațe, dar i-a fost teamă că nu era ceea ce își dorea ea. Părea foarte supărată pe el. Dar a trecut peste stânjeneală și a luat-o în brațe oricum. Deși nu a fost receptivă la început, ea a rămas în brațele lui. În trecut, James se retrăsese mereu, concentrându-se exclusiv pe semnele ei de consimțire. Ea îl organiza. De data aceasta, a făcut alegerea lui, și-a pretins dreptul la sentimentele lui și a fost surprinzător de excitat. A mângâiat-o pe spate, iar ea a început să se calmeze. Știa că e prezent și că el o poate stăpâni. S-a putut opune intensității ei. Emoțiile veneau una după cealaltă, iar acest lucru a condus la ceea ce amândoi mi-au relatat, separat, ca fiind „o partidă de sex uimitoare". Nu a fost o realizare extaziată, ci s-au

desfătat într-o pasiune liniştită, simpla înţelegere a două corpuri reunite în urma unei lungi absenţe.

E nevoie de doi oameni pentru a crea un tipar, dar numai de unul pentru a schimba acest tipar. Într-o şedinţă ulterioară, James s-a descris bucuros ca fiind „curajos şi insistent" şi a fost uimit de felul în care sentimentul că deţine controlul a dat naştere la o tensiune erotică pur şi simplu. Preluând controlul, el a fost capabil, în sfârşit, să-şi piardă controlul. Închisoarea sexuală pe care el şi Stella au construit-o cu grijă începuse să se deschidă. Eliberarea de atitudinea lui cronic reactivă, chiar şi pentru moment, l-a umplut de speranţă şi şi-a făcut o idee despre posibilităţile erotice care-i stau înainte. Pentru prima dată după mulţi ani s-a surprins având fantezii cu soţia lui — cu ce ar putea face împreună, unde ar putea-o face. Şi-a recuperat o parte din sine care fusese complet pierdută în griji.

Merită accentuat faptul că, la această întâlnire (şi la următoarele), James nu a avut nicio problemă legată de ejacularea prea timpurie şi nici nu şi-a făcut griji că i s-ar putea întâmpla acest lucru. Când sexul este resimţit ca o obligaţie este foarte eficient să termini repede — pune rapid capăt disconfortului. Când iubiţii se angajează în actul sexual ca agenţi liberi, transformând cedarea în afirmare de sine, nu e nevoie să treacă prin asta. Precipitarea marelui final nu este într-atât scopul cât este savurarea încrederii reciproce şi a intimităţii de pe parcurs.

Ejacularea prematură este un termen impropriu. Nu este o chestiune de sincronizare; are de-a face cu lipsa de concentrare. Ar putea fi descrisă mai bine ca „ejaculare involuntară". Odată ce James şi-a controlat dorinţa, şi-a controlat şi ejacularea.

Într-o turnură interesantă a poveştii, James mi-a spus de asemenea că, de când începuse terapia, de fiecare dată când el şi Stella făceau dragoste se întâmpla după o ceartă.

— Sunt puțin deranjat de lucrul acesta, mi-a mărturisit el. Mi-ar plăcea să fim în stare să facem dragoste fără ca acest fapt să fie precedat de ceva.

— Mânia și excitarea sunt într-o relație complicată, îi explic eu. Din punct de vedere fiziologic, mânia și excitarea au multe în comun. La fel și din punct de vedere psihologic. În cazul tău, cred că mânia te încurajează. Te despovărează de ascultare și îți dă un sentiment mai mare de îndreptățire. Mânia scoate la lumină distincția și este un contrapunct al dependenței; de aceea ea poate zgândări atât de puternic dorința. Îți oferă distanța de care ai nevoie. Ca obișnuință poate deveni problematică, dar nu trebuie să negăm faptul că este un stimulent puternic.

De-a lungul anilor am întâlnit mai multe persoane ca James și Stella, cupluri ale căror relații de altfel interesante se află la marginea gravității senzuale. Împreună investigăm substraturile emoționale ale stagnării lor erotice. Descoperim originea blocajelor, precum și dinamica relațională care-i ține împreună. Li se pare util să înceapă în acest fel și se simt mai liniștiți să afle că înțelegerea trecutului îi poate ajuta să schimbe prezentul.

Despre importanța de a fi neîndurător

Cu toții credem că, cu cât ne simțim mai apropiați de cineva, cu atât ne va fi mai ușor să scăpăm de inhibiții. Dar aceasta este numai o jumătate a poveștii. Intimitatea hrănește într-adevăr dorința, dar plăcerea sexuală necesită de asemenea distincție. Excitarea erotică ne cere să fim capabili să păsim pentru o clipă în afara legăturii intime, să privim către noi înșine și să ne concentrăm asupra senzațiilor proprii crescânde. Trebuie să fim egoiști pentru o clipă pentru a fi conectați erotic.

Abilitatea de a ne îndepărta de cei iubiți în timp ce ne încredem în constanța lor se dezvoltă în siguranța oferită de

legăturile din copilărie. Cu cât avem o încredere mai mare, cu atât ne vom aventura mai departe. Când copilaşii se joacă de-a bau-bau, distanţa pe care ei o pot suporta este numai cât lungimea degetelor lor întinse. Ceea ce îi dă jocului importanţă este conştientizarea că, şi atunci când nu te văd, tu continui să exişti. Copiii mai mari se joacă de-a v-aţi ascunselea, siguri pe ei, ştiind că cineva va veni în cele din urmă să-i caute. Emoţia puternică cauzată de ascundere este urmată de uşurarea că ai fost găsit. Intimitatea erotică este o versiune adultă a jocului de-a v-aţi ascunselea. Ca atunci când eram copii, cu cât e mai puternică conexiunea cu atât avem mai mult curaj să o extindem. Ştim că persoana iubită ne va aştepta întoarcerea, nu ne va pedepsi preocupările egoiste şi, de fapt, s-ar putea chiar să le aplaude.

În cartea numită *Arousal*, Michael Bader leagă ideea de egoism de conceptul de neîndurare sexuală, pe care el îl defineşte ca „dorinţa de calitate care îi permite unei persoane să se lase pradă puterii complete a ritmurilor proprii de plăcere şi excitare fără vină, griji sau ruşine de orice fel. Explicaţia lui Bader evidenţiază importanţa diferenţierii — capacitatea de a te ocupa de propria persoană în prezenţa alteia. Fără această abilitate, devenim ca James, care nu poate să şi-o scoată din minte pe Stella îndeajuns pentru a-şi experimenta propria înflăcărare.

Dorinţa noastră neprelucrată poate fi percepută ca fiind maliţioasă, animalică, chiar lipsită de iubire. Erosul poate fi resimţit ca pe o înhăţare prădalnică, devoratoare. Orice gen de vină ne-am asuma — orice ruşine simţim cu privire la nestăvilirea, pasiunea şi indecenţa noastră — este intensificată în vulnerabilitatea iniţială a sexului. La întâlnirile noastre intime şi erotice aducem o viaţă întreagă de interziceri ale egoismului în contextul iubirii, ale căror caracteristici sunt detaliate în profilul nostru erotic. Pe lângă moştenirea de familie, avem de asemenea şi o moştenire culturală. Suntem introduşi în societate pentru a

ne controla, pentru a ne stăpâni impulsurile, pentru a domestici animalul din noi. Deci, ca cetățeni și soți ascultători, ne expunem publicului, ne mascăm apetitul lacom și ascundem nevoia trecătoare de a reduce persoana iubită la un obiect.

Pentru mulți, interdicțiile cruzimii în contextul unei relații de dragoste sunt mult prea mari pentru a le permite abandonul erotic. Captivarea sinelui, proprie excitării sexuale, șterge orice urmă a existenței celuilalt într-un mod care intră în conflict cu idealul de intimitate. Acești oameni descoperă că pot fi senzuali și neînfrânați în siguranță numai în prezența unor persoane pe care nu le cunosc atât de bine sau la care nu țin atât de mult. Sexul recreativ, pornografia și sexul virtual au în comun un element de distanță, chiar de anonimitate care evită povara intimității și face posibilă excitarea sexuală. Evident, aceste situații lipsite de obligații sunt mai des întâlnite în afara căminului, unde nevoia de diferențiere este mai puțin intensă. Faptul că ești cu un partener indisponibil îți oferă o limită protectoare — dacă nu te poți apropia îndeajuns de o persoană, nu trebuie să-ți fie teamă că vei fi prins în capcană sau că te vei pierde.

După părerea mea, cultivarea unui sentiment de cruzime în relațiile noastre intime este o soluție intrigantă a problemelor legate de dorință. În timp ce la prima vedere poate părea detașată și chiar nepăsătoare, este de fapt înrădăcinată în dragostea și siguranța conexiunii noastre. Este o experiență rară de încredere să fii capabil să te relaxezi complet fără a te simți vinovat sau iritat, știind că relația noastră este destul de lungă încât să reziste tuturor. Obținem o intimitate unică în actul erotic. Aceasta transcende civilizația legăturii afective și cuprinde impulsurile noastre neascultătoare și apetitul primar. Scânteia corpurilor aflate în fricțiune emană o căldură ce nu poate fi ușor obținută prin expresii îmblânzitoare de dragoste. În mod

paradoxal, cruzimea este o modalitate de a obține apropierea. Intimitatea erotică ne invită într-o stare de nelimitare unde ne desfătăm într-o dulce libertate. Ne luăm o pauză temporară de la identitatea noastră — moștenirile din copilărie, obiceiurile relației noastre și constrângerile culturilor noastre.

Dilema esențială a intimității constă în a iubi pe altcineva fără a te lăsa absorbit. Abilitatea noastră de negociere a nevoii duble de conexiune și autonomie rezultă din ceea ce am învățat în copilărie, iar uneori avem nevoie de o viață întreagă de practică. Ea nu afectează numai felul în care iubim, ci și felul în care facem dragoste. Intimitatea erotică reprezintă promisiunea dublă de a te regăsi și de a te pierde. Este un act de contopire și de captivare a sinelui, de reciprocitate și egoism. Să fii înăuntrul celuilalt și înăuntrul tău în același timp este o poziție dublă ce se plasează la marginea misticului. Unitatea momentană pe care o simțim alături de persoana iubită se dezvoltă din abilitatea noastră de a ne recunoaște diferențierea indisolubilă. Pentru ca amândoi să fim unul, trebuie mai întâi să existe două persoane.

8

Statutul de părinte

Când doi sunt ameninţaţi de al treilea

Dacă cineva contează pe copii pentru a le aduce liniştea sufletească, încrederea în sine sau un sentiment constant de fericire, acesta va avea un şoc teribil. Ceea ce fac copiii este complicat, amestecat, oferă intrigă poveştii, culoare imaginii, întunecă totul, provoacă o teamă fără precedent, sugerează perfecţiunea, explică ferocitatea minţii umane, distruge sau reface o parte din trecut în timp ce aruncă o umbră asupra viitorului. Nu mai există plictiseală cu copiii în casă. Riscurile sunt mari. Tensiunea izbucneşte.

Anne Roiphe, *Married*

Sexul dă naştere la copii. Aşa că este ironic faptul că pruncul, întruchiparea iubirii cuplului, ameninţă atât de des romantismul care a dus la venirea lui pe lume. Sexul, care le pune pe toate celelalte în mişcare, este deseori abandonat atunci când copiii intră în cadru. Chiar şi atunci când aceştia vin pe o altă cale, impactul lor asupra vieţii sexuale a cuplului nu e deloc mai puţin dramatic. Multe dintre cuplurile pe care le văd descoperă originea încetării vieţii lor sexuale în sosirea primului copil. De ce statutul de părinte transmite atât de des o lovitură fatală?

Trecerea de la doi la trei este una dintre cele mai profunde provocări cu care se confruntă vreodată un cuplu. Ne ia timp — timp măsurat în ani, nu săptămâni — pentru a ne da seama unde ne situăm în această minunată lume nouă. Naşterea unui copil este o revoluţie psihologică care ne schimbă relaţia cu aproape toţi şi toate, de la sentimentul de sine şi identitate până la relaţiile cu partenerii, prietenii, părinţii şi socrii noştri. Corpurile noastre

se schimbă. La fel şi veniturile noastre şi cariera. Priorităţile se schimbă, rolurile sunt redefinite, iar echilibrul dintre libertate şi responsabilitate suferă revizuiri masive. Ne îndrăgostim pur şi simplu de copiii noştri şi, aşa cum înţelegeam să fie odată cu perechea noastră, faptul că ne îndrăgostim este o chestiune atotconsumatoare care lasă totul deoparte. Întemeierea unei familii necesită o redistribuire a resurselor şi, pentru o vreme, acestea par să fie mai puţine pentru cuplu: mai puţin timp, mai puţină comunicare, mai puţin somn, mai puţini bani, mai puţină libertate, mai puţine atingeri, mai puţină intimitate, mai puţină singurătate. Deşi cuplurile vorbesc despre cât de fericiţi sunt ei, ca familie în curs de dezvoltare, şi despre cât de împliniţi sunt fiecare în parte, ei totuşi descriu aceste schimbări ca o taxare a relaţiei lor.

În cele din urmă, majoritatea ajungem să ne recunoaştem din nou în contextul familiei. În cel mai bun caz, devenim experţi în aptitudinile fundamentale de îngrijire. Stabilim sprijinul de care avem nevoie. Stabilim o diviziune a muncii, din punct de vedere domestic şi profesional, cu care toată lumea să fie de acord. Aranjăm să stea cineva cu copiii; stabilim o legătură cu alţi părinţi; răpim timpul bucată cu bucată şi ne luăm câte o pauză scurtă numai pentru noi. Cu puţin noroc, dormim toată noaptea. Începem să mergem din nou la sală, terminăm de citit o revistă înainte ca noul număr să sosească prin corespondenţă şi reuşim să creăm un spaţiu în care ne putem conecta între noi ca adulţi.

Pentru unii dintre noi, acesta este timpul când romantismul începe să revină în celula de bază a vieţii noastre. Ne amintim că sexul este distractiv; ne face să ne simţim bine şi ne face să ne simţim mai apropiaţi. La fel cum spunea prietena mea, Clara: „Este uşor să uităm că, înainte să fim părinţi, am fost iubiţi. Sexul ne reconfirmă acest lucru. Îmi aminteşte că l-am ales pe Meyer

pentru că-l iubesc; l-aș alege din nou și azi. Pentru mine, asta este romantic."

Dar în timp ce în unele cupluri partenerii sunt atrași din nou unul de celălalt, în alte cupluri aceștia rătăcesc pe o cărare de înstrăinare reciprocă. Recuperarea intimității erotice nu e întotdeauna un lucru ușor. Se întâmplă des ca părinții americani din ziua de azi, indiferent de clasa socială, să fie extenuați și copleșiți. În consecință, ne programăm efectiv sexul în afara vieților noastre, ținându-l într-o permanentă așteptare în timp ce ne ocupăm mai mult de chestiunile mai urgente. Viața de familie poate fi simțită ca un triaj continuu: ce anume necesită atenția mea imediată și ce pot amâna până mai târziu? Alegem în mod constant cerințele conflictuale în funcție de pozițiile lor ierarhice corespunzătoare: ce e *crucial*, ce e *important*, la ce *aspirăm*, ce *trebuie*, ce e *neglijabil*, *irelevant*, *indiferent*, *neînsemnat*, ce voi face „Poate într-o zi", ce „Nu voi face niciodată". Sexul rămâne adesea la sfârșitul listei de lucruri ce trebuie făcute, fără a-și ceda niciodată ultimul loc altor sarcini mai lumești.

Dar de ce ajunge să fie atât de degradată legătura erotică cu partenerul nostru? Chiar are vreo importanță dacă vasele nu au fost încă spălate sau mai este altceva în spatele dorinței noastre misterioase de a renunța la sex? Poate că este ceva specific culturii americane moderne care consolidează reducerea la tăcerea erotică a mamelor și taților. Sau poate că erotismul în contextul familiei este pur și simplu prea greu de adoptat pentru oricine.

Corporația Părinții

Siguranța și stabilitatea dobândesc un sens cu totul nou atunci când este vorba de copii. Citiți orice carte pentru părinți despre copii mici și sugari și ceea ce veți găsi în mod repetat este

accentul pe rutină, predictibilitate și regularitate. Pentru ca cei mici să se simtă suficient de încrezători să pornească în viață și să exploreze de unii singuri, ei au nevoie de o bază sigură. Statutul de părinte ne cere să devenim stabili, demni de încredere și responsabili. Ne ancorăm bine cu picioarele în pământ pentru ca micuții noștri să învețe să zboare. Chiar și înainte de a veni un copil, ne revizuim polițele de asigurare, ne cumpărăm o mașină cu air-bag și ne mutăm în cel mai bun (adică cel mai sigur) cartier pe care ni-l putem permite. Mai reducem băutura, în cele din urmă renunțăm la fumat și începem să ținem ceva în frigider în afară de un bax de băutură și condimente.

Facem toate acestea pentru copiii noștri, dar o facem și pentru noi. Confruntându-ne cu marele necunoscut ce înconjoară statutul de părinte, încercăm să instaurăm o siguranță cât se poate de mare. Căutăm să controlăm imprevizibilul prin crearea unei structuri. Organizăm; ne stabilim priorități; devenim serioși. Pe parcurs, renunțăm la ceea ce este frivol, imatur, iresponsabil, necugetat, excesiv și neproductiv, fiindcă astfel de lucruri intră în conflict cu îndatorirea iminentă: clădirea unei familii. „Am scăpat de motocicletă atunci când s-a născut Jimmy. Nu-mi mai permit să mor într-un accident de motocicletă." „Sunt sculptor, dar am obținut această slujbă făcând prezentări în PowerPoint pentru o mare firmă de investiții deoarece plata și beneficiile sunt mari și voi fi asigurat după cinci ani, așadar nu mai trebuie să-mi fac griji despre pensionare și îmi pot pune plata suplimentară în fondul pentru facultate al lui Becky" (toate acestea fiind spuse fără ca vorbitorul să respire). „Gata cu petrecerile până la cinci dimineața pentru mine, nu acum când trebuie să mă trezesc la cinci și jumătate — șase și un sfert, când copilul este generos." „Totul era spontan pentru noi înainte de sosirea copiilor. Hotăram să plecăm cu cortul, aruncam cortul în mașină și plecam imediat. Puteam s-o sun pe Dawn la birou la

cinci și un sfert să-i spun că la nouă cântă o trupă în oraș și apoi ne întâlneam mereu acolo. Acum cumpărăm bilete de sezon, dar sfârșim prin a da jumătate din ele altcuiva, pe degeaba."

Viața de familie prosperă într-o atmosferă de confort și consecvență. Totuși erotismul ține de impredictibil, spontaneitate și risc. Erosul este o forță căreia nu-i place să fie constrânsă. Când erosul se stabilește în repetare, obicei sau reguli, își găsește pieirea. Apoi se transformă în plictiseală și uneori, mai intens, în repulsie. Sexul, un indicator al pierderii controlului, este încărcat de nesiguranță și vulnerabilitate. Dar când apar copiii în cadru, toleranța noastră față de aceste emoții destabilizatoare se năruie. Poate din acest motiv sunt ele atât de des exilate la marginile vieții de familie. Viața de familie se apără împotriva a ceea ce face să prospere erotismul.

Mulți dintre noi devenim atât de afundați în rolul nostru ca părinți încât devenim incapabili de eliberare, chiar și atunci când am putea. „Știam că avem probleme atunci când nici nu mă gândeam să fac sex înainte de a strânge toate jucăriile", recunoaște ezitant pacienta mea Stephanie. „Și apoi mai sunt vasele, rufele, facturile, câinele. Lista nu se termină niciodată. Sarcinile par întotdeauna să iasă învingătoare, iar intimitatea dintre mine și Warren se pierde pe parcurs. Dacă m-ar întreba cineva: «Ce ai prefera să faci, să dai cu mopul pe podeaua din bucătărie sau să faci dragoste cu soțul tău?», sigur că aș alege sexul. Dar în realitate? Îl împing pe Warren deoparte și pun mâna pe mop."

E ușor să discreditățm mopul. La fel ca multe mame (da, mame), Stephanie urăște să facă curățenie, chiar și în timp ce se simtă obligată să facă curățenie în casă ca simbol al maternității încununate de succes. Consideră că este irezistibil de atrasă de curățenie, de parcă ordinea exterioară poate aduce liniște în interior. Și, într-o oarecare măsură, așa se întâmplă. Pe cât de detestabilă ar fi lista de lucruri pe care trebuie să le facă, există

ceva legat de a avea toate lucrurile terminate care îi dă un sentiment de control şi eficienţă. Sun destui Cheerios şi Goldfish pentru gustarea pe trei săptămâni. Dulapuri curate. Pantofii puşi pe mărimi undeva sus. Acestea sunt activităţi cu rezultate imediate şi măsurabile, mult mai acceptabile decât teroarea şi perioada nelimitată destinată creşterii copiilor.

Copiii sunt o binecuvântare, o încântare, o minune. Dar şi un cataclism minor. Aceşti intruşi iubiţi ne umplu cu un sentiment profund de vulnerabilitate şi lipsă de control. Ne e groază la gândul că li s-ar putea întâmpla ceva teribil sau mai rău, că i-am putea pierde. Ei ne ţin prizonieri într-o nelinişte permanentă. Îi iubim foarte mult şi vrem să-i protejăm cu orice preţ. Putem fi indiferenţi la aceste gânduri înfricoşătoare sau putem fi obsedaţi de ele, dar în orice caz vrem să facem ce e bine. Sunt ele în regulă? Cum îţi dai seama? M-am descurcat bine acum sau ar trebui să începem să economisim bani pentru terapie ca şi pentru facultate? În faţa acestor întrebări descurajante, Stephanie fuge după mop, chiar şi atunci când nu este nevoie, deoarece îi asigură un minimum de control într-un mediu de altfel haotic din punct de vedere emoţional.

De fapt, Stephanie era cam nepricepută. „Înainte de a avea un copil nu mă vedeai niciodată curăţând suportul de ouă din frigider. Eram dezordonată. Cărţi peste tot, hârtii peste tot şi niciodată nu o vedeam ca pe o lipsă de control. Mi se părea comod. Dar acum simt nevoia aceasta de a depune un efort pentru a-mi schimba mediul. Sunt eu împotriva dezordinii, este lupta mea personală împotriva forţelor haosului care ştiu că vor prelua controlul de îndată ce-mi voi întoarce spatele să mă uit la televizor sau, Doamne fereşte, să devin intimă cu soţul meu."

Înainte să se nască Jack, Stephanie lucra ca director al unei firme maritime internaţionale. Mereu îşi făcea planuri să se întoarcă la lucru după concediul de maternitate, dar venirea pe

lume a lui Jack a schimbat acest lucru. Nu putea suporta gândul de a-l părăsi; și, după ce și-a făcut calculul, și-a dat seama că majoritatea salariului ei s-ar duce oricum pe bonă. Au trecut cinci ani și a venit și Sophia.

— Cu un copil de cinci ani și unul de doi ani, sunt pe post de mamă douăzeci și patru de ore din douăzeci și patru. Dacă îmi mai rămâne timp, îl vreau numai pentru mine. Când Warren se apropie de mine, simt că mai e încă o persoană care vrea ceva de la mine. Știu că nu asta e intenția lui, dar așa simt. Nu mai am nimic de dat.

— Când a devenit intimitatea sexuală numai nevoia lui? Nu ți-e și ție dor de conexiune? o întreb eu.

Ea dă din umeri.

— Nu prea. Mă tot gândesc că se va întoarce, dar nu pot să spun că mi-e dor.

În timp ce dorința lui Stephanie a stagnat, frustrarea lui Warren a crescut.

— Am încercat totul, îmi spune el. Îmi cere ajutorul; o ajut. Spăl vasele; o las să doarmă până târziu în weekend; merg cu copiii afară ca să aibă timp pentru ea. Dar, știi, și eu muncesc. Am mereu termene limită. Nu e ca și cum aș merge la picnic. Ea crede că tot ce vreau eu este să fac sex, dar nu e așa. Uneori vreau să vin acasă și să stau cu soția mea. Dar tot ce obțin este o femeie care a devenit mamă complet. Totul se rezumă la copii. Tot ce trebuie să planificăm, ce trebuie să facem, ceea ce trebuie să cumpărăm. Nu putem să luăm o pauză din când în când?

— Ai văzut filmul *Înainte de amurg*? îl întreb eu. La un moment dat personajul principal, Jesse, spune că se simte de parcă ar conduce o grădiniță cu persoana cu care obișnuia să-și dea întâlniri.

— Exact! izbucnește Warren.

— Voi vă distrați vreodată? întreb eu.

— Aaa, ne distrăm. Facem multe lucruri împreună ca familie şi iubesc acest lucru. Weekendul trecut am fost la cules de mere. Mergem pe bicicletă, mergem în parc, genul acesta de activităţi. Copiii sunt minunaţi; râdem foarte mult. Stephanie este o mamă formidabilă. Întotdeauna caută să facem lucruri noi împreună.

— Împreună amândoi sau împreună voi toţi?

— Noi toţi, mormăie el.

Redirecţionarea erosului

Stephanie este foarte creativă: proiecte de artă, plimbări în natură, excursii la muzee şi remize de pompieri, teatre de păpuşi, tăiat de prăjituri, copt de prăjituri, petreceri cu prăjituri. Abia dacă trece o zi fără ca ea să se gândească la ceva distractiv şi nou de făcut cu copiii. Dragostea părintească vibrează de vitalitate. Văzând-o pe Stephanie interacţionând cu familia ei, ar părea că energia ei jucăuşă nu a dispărut atunci când a devenit mamă. Viaţa ei e plină de noutate şi aventură, dar toate au loc în legătură cu copiii, lăsându-l pe Warren plin de năzuinţă. Acum copiii sunt aventura.

Dacă ne gândim la erotism nu ca la sex în sine, ci ca fiind o energie vibrantă, creatoare, este lesne de observat că pulsul erotic al lui Stephanie este energic şi bun. Dar erotismul ei nu mai gravitează în jurul soţului. În schimb, acesta a fost canalizat către copiii ei. Are întâlniri de joacă regulate cu Jake, dar numai trei zile pentru Stephanie şi Warren: două zile de naştere, a ei şi a lui, şi o aniversare. Sophia poartă haine după ultima modă a copiilor, dar Stephanie poartă numai pulovere pe care le purta şi în facultate. Închiriază douăzeci de filme de audienţă generală pentru fiecare film interzis minorilor. Oferă îmbrăţişări languroase copiilor în timp ce adulţii trebuie să supravieţuiască unei diete de săruturi pe fugă.

Acest lucru mă conduce spre un alt punct. Stephanie obține o plăcere fizică fantastică din partea copiilor ei. Dați-mi voie să fiu foarte clară aici: ea știe care e diferența dintre sexualitatea adultului și senzualitatea presupusă de îngrijirea copiilor mici. Ea, la fel ca majoritatea mamelor, nu s-ar gândi niciodată să caute să obțină satisfacerea sexuală din partea copiilor. Dar, într-un fel, a apărut o oarecare substituire. Senzualitatea pe care o resimt femeile alături de copiii lor este, în unele privințe, mult mai potrivită sexualității feminine în general. Pentru femei, mai mult decât pentru bărbați, sexualitatea există împreună cu ceea ce istoricul italian Francesco Alberoni numește „un principiu de continuitate". Erotismul feminin este difuz, nu este localizat în organele genitale, ci este distribuit de-a lungul întregului corp, al minții și al simțurilor. Este tactil și auditiv, legat de miros, piele și atingere; excitarea este adesea mai mult subiectivă decât fizică, iar dorința ia naștere dintr-o serie de emoții.

În relația fizică dintre mamă și copil se află o mulțime de experiențe senzuale. Le mângâiem pielea mătăsoasă, îi sărutăm, îi ținem în brațe, îi legănăm. Îi mușcăm de degetele de la picioare, ei ne ating chipul, le lingem degețelele, îi lăsăm să ne muște atunci când le dau dinții. Suntem captivați de ei și ne putem uita la ei ore întregi. Când ne devorează cu acei ochi mari, suntem înnebuniți și la fel sunt și ei. Această fuziune fericită se aseamănă izbitor cu legătura fizică dintre iubiți. De fapt, când Stephanie descrie extazul inițial al relației cu Warren — priviri îndelungate, sfârșituri de săptămână în pat, conversații puerile, mușcatul degetelor de la picioare — ecourile sunt evidente. Când spune: „La sfârșitul zilei, nu mai am nimic de oferit", eu o cred. Dar, de asemenea, am ajuns să cred că la sfârșitul zilei, s-ar putea să nu mai fie nimic de care să aibă nevoie.

Toată această activitate de joacă și implicare profundă în creșterea copiilor ei, această conexiune carnală, i-a capturat

influența erotică lui Stephanie în detrimentul intimității și sexualității cuplului. Aceasta este redirecționarea erosului. Energia ei idealizată este transferată asupra copiilor, care devin elementul central al satisfacției ei afective.

Idolatrizarea

Plăcerea senzorială oferită de îngrijirea copiilor mici este ceva natural și universal. Este de asemenea prevăzătoare din punct de vedere evolutiv — legătura mamei cu copilul ei este un puternic răspuns fiziologic care asigură supraviețuirea copilașului. În orice caz, aș vrea să fac o distincție între legătura părinte-copil, pe de o parte, și cultura recentă de creștere a copiilor care a adus această legătură la niveluri remarcabile, pe de altă parte.

Concentrarea atentă a lui Stephanie asupra copiilor ei nu este o simplă particularitate — nu este numai stilul ei personal. De fapt, acest gen de îngrijire exagerat de zeloasă este o modă destul de recentă care, sperăm, că a ajuns la apogeul nebuniei. Copilăria este într-adevăr o etapă fundamentală care, inevitabil, îi va forma copilului viitorul. Dar ultimele decenii au inaugurat evidențierea fericirii copilului care i-ar face pe bunicii noștri să se cutremure. Copilăria a fost atât de sanctificată încât unei femei adulte nu i se mai pare ridicol să se sacrifice complet pentru a supraveghea dezvoltarea perfectă și lipsită de durere a vlăstarului ei — o fabrică de creștere a copilului condusă fără încetare de către o singură persoană. Acest lucru este foarte diferit de zilele (nu de mult în America și încă prezent în multe părți ale lumii) când copiii erau considerați în special ca bunuri economice colective, iar femeile dădeau viață unui număr mare de copii în speranța de a păstra numai câțiva. Nu mai obținem o slujbă de la copiii noștri; astăzi obținem un sens.

Între timp, individualismul american, cu accentul lui pe autonomie și responsabilitate personală, ne-a lăsat într-o situație dificilă în ceea ce privește viața de familie. Pe de o parte, ne investim copiii cu idealizare sentimentală și avem o cultură de creștere a copilului care necesită resurse afective și materiale considerabile. Pe de altă parte, societății noastre îi lipsește cu desăvârșire sprijinul public necesar pentru a duce la bun sfârșit acest proiect fundamental. Serviciile esențiale pentru copiii noștri — medicina, grădinița și educația — sunt inaccesibile multor familii din clasa de mijloc. În cultura noastră individualistă, tindem să „privatizăm" defectele politicii publice considerându-le eșecuri personale. Rămânem cu factori domestici izolați: părinți epuizați lipsiți de familii extinse, rețele de rudenie și asistență instituțională reală. Cu bunica la 4 500 de kilometri depărtare și îngrijirea de înaltă calitate a copilului care costă aproximativ 30 000$ pe an în unele locuri (și costul este în creștere), cuplurile sunt în căutare de aer, spațiu, timp și bani.

Importanța creșterii copilului odată cu lipsa de resurse o afectează pe mamă în special, care poartă aproape toată povara cuplurilor heterosexuale. Și problema nu se termină aici; statutul acesta central fără precedent al copilului se dezvoltă în ciuda circumstanțelor romantismului ce caracterizează căsnicia modernă. Nu numai că vrem să fim părinți perfecți și să le dăm copiilor noștri totul dar, de asemenea, vrem ca relațiile noastre conjugale să fie fericite, împlinite, stârnitoare din punct de vedere sexual și intime din punct de vedere afectiv. Într-adevăr, în cultura noastră, supraviețuirea familiei depinde de fericirea cuplului. Însă cultivarea unei relații ideale necesită grijă și atenție, iar acest lucru concurează direct cu slujba de părinte de „contact deplin" pe care mulți dintre noi o îmbrățișează. Romantismul utopic este distrus de realitățile vieții de familie. Stephanie se simte copleșită pentru că, într-adevăr, așa și este.

Warren îşi vrea soţia înapoi

Stephanie şi Warren reprezintă configuraţia conjugală obişnuită: ea este ocupată până peste cap cu copiii, extenuată şi neinteresată de sex; el este frustrat şi singur. Ea urăşte faptul că tot ceea ce are legătură cu copiii şi casa cade direct pe umerii ei şi pretinde că dacă el ar ajuta-o mai mult ar avea şi ea o înclinaţie mai mare spre sex. Ea îşi doreşte ca uneori să se atingă fără a fi nevoie să treacă direct la sex şi se plânge că cerinţele lui sunt o dovadă de insensibilitate. Alternează între resemnare şi învinuire.

Warren se simte înlocuit şi susţine că i-au fost aduse o mulţime de scuze de ani de zile. „La început era prea ameţită, apoi era prea obosită, apoi era prea mare. După ce s-a născut Jake, a fost episiotomia, alăptatul, sfârcurile dureroase. «Nu acum, trebuie să-l alăptez pe Jake mai târziu.» Apoi a fost prea grasă, prea ieşită din formă. Am reuşit s-o facem scurt atunci când încercam să o concepem pe Sophia, dar acum ne-am întors de unde am plecat." Când au venit să mă vadă, ei au fost închişi într-un tipar. El ia iniţiativa; ea îl refuză; el se simte respins şi se retrage; ea se simte lipsită de afecţiune şi are mai puţină încredere în motivaţiile lui sexuale. „Nu ne înţelegem nici măcar îndeajuns pentru a putea măcar încerca", se plânge ea. Se învinovăţesc unul pe altul pentru nefericirea vieţii lor sexuale şi fiecare îl face pe celălalt responsabil de îmbunătăţirea acesteia.

Sunt îngrijorată pentru ei şi le fac cunoscut acest lucru. Asta nu pentru că eu cred că un cuplu nu poate avea o relaţie viabilă fără sex — absenţa dorinţei sexuale, când e reciprocă, nu este neapărat un indicator al insatisfacţiei. Există multe feluri de a fi fericit într-o relaţie şi nu toate implică sexul. Totuşi, dacă unui partener îi lipseşte cu adevărat sexul şi nu-l poate antrena şi pe celălalt, se pune în mişcare un declin fatal. Pentru aceşti

parteneri dezamăgiți continuu, absența intimității sexuale creează un pustiu sentimental. Mai devreme sau mai târziu, lucrurile se vor agrava. Ei se răzvrătesc și găsesc sex în altă parte: online, flirturi, înșelări sau aventuri. Fie pleacă, chiar dacă asta înseamnă să aștepte până ce cresc copiii. Fie rămân, dar devin atât de înverșunați și iritați, încât ți-ai dori să plece. Warren și Stephanie par să se îndrepte într-o direcție îngrijorătoare.

Ceea ce Stephanie nu reușește să vadă este că în spatele insistenței sâcâitoare a lui Warren se află dorința arzătoare de intimitate cu soția sa. Pentru el, sexul este un preludiu al intimității, o cărare spre vulnerabilitatea emoțională. Ea îi răspunde de parcă el ar fi încă un copil care are nevoie de ceva. Nu-și dă seama că acest lucru nu este numai pentru el, ci și pentru ea. Ca multe femei, odată intrată în faza de îngrijire a copiilor, îi e foarte greu să iasă din ea. Este atât de organizată mental în ceea ce face pentru toți ceilalți încât nu mai este capabilă să recunoască atunci când i se oferă ceva.

Ce găsește Warren intolerabil este că abordarea lui are efectul opus intenției lui. E disperat după o văpaie de dorință din partea lui Stephanie, dar el vrea doar să fie acolo, spontană și în totalitatea ei, așa cum se întâmplă și cu el. Îi explic că dacă așteptăm ca partenerul nostru să aibă dispoziția necesară numai pentru că și noi o avem, acest fapt reprezintă o prezicere a dezamăgirii. Luăm lipsa de dorință drept respingere personală și uităm că unul dintre elixirele puternice ale pasiunii este anticiparea. Nu poți forța dorința, dar poți crea atmosfera în care ea să-și poată face apariția. Poți asculta, poți invita, poți tachina, poți săruta. Poți să tentezi, să complimentezi, poți fi romantic și poți seduce. Toate aceste tactici ajută la formarea unui substrat erotic, în care partenerul tău poate fi mult mai ușor atras.

Chiar înainte ca Stephanie să aibă copii, sexualitatea ei era mereu mai mult receptivă decât inițiatoare și rar i se întâmpla să

aibă dorință spontană. Pe atunci, rolul lui Warren era peste măsură de complementar: timiditatea ei era împrăștiată de afirmarea lui. Nu numai că o făcea să se simtă dorită și dezirabilă, ci și dornică. O ispitea lent, trezindu-i treptat simțurile, iar ea răspundea cu înflăcărare. Această sensibilitate, atât de evidentă când își făceau curte la început, i-a mascat temporar lipsa ei caracteristică de preluare a responsabilității acțiunilor sexuale (o trăsătură întâlnită la multe femei).

Îi atrag atenția lui Warren că ea ar putea fi mai receptivă acum, dacă ar acorda atenție cultivării dorinței și nu monitorizării pur și simplu. La Stephanie, dragostea și dorința sunt inseparabile. Trebuie să se simtă intimă înainte să-și permită vulnerabilitatea sexului; altfel, ea se simte ca un obiect. „Uneori simt că vrea numai să se elibereze. Nu are nicio legătură cu mine, spune ea. Nu e deloc incitant."

„Stephanie are nevoie ca tu să preiei conducerea, dar nu-i poți numai cumpăra biletul, ci trebuie să-i trezești interesul pentru călătorie", îi spun lui Warren. „Tu joci un rol important în întreținerea flăcării. În acest moment, tot ceea ce simte ea este presiunea exercitată asupra ei. Percepe aluziile tale ca fiind bruște și supărătoare. Ea crede că tot ce vrei tu este sex. Dovedește-i că nu e așa!"

Căutând-o pe Stephanie

Mi-a fost mai greu să mă înțeleg cu Stephanie deoarece nu ne puteam separa ușor de presiunile ideologice care stăteau la suprafața conversației noastre. Ne putem imagina cu ușurință că o confirmare a nevoilor soțului ar reprezenta negarea nevoilor ei. Cum să inviți o femeie să se reconecteze cu trupul și sexualitatea ei, separat de copii, atunci când ea e complet dezinteresată de ambele sau când se simte nemeritată sau prea exploatată? Cum să

evite capcana oscilării între nevoile copiilor și cele ale soțului, neocupându-se niciodată de propriile nevoi? Nu am vrut să impun o prejudecată despre sex care să-i dea situației mai multă presiune.

Ei i-am spus așa: „Nu mă vei auzi spunând că ar trebui să te forțezi. Nimic nu scade dorința erotică mai mult decât sexul la cerere. Dar cred cu adevărat că sexul contează: pentru tine, pentru căsnicie și pentru copiii tăi. Mă miră dorința ta de a renunța la o parte așa de importantă din tine. Cum a ajuns să fie așa, pe lista vastă de lucruri de care au nevoie copiii tăi, părinții care fac sex nu-l reprezintă pe unul dintre ele?"

Multe femei se luptă să reunească sexualitatea și maternitatea. Cultura noastră pune semnul egal între devotament matern și altruism: sacrificiu de sine, renunțare la propria persoană, negare de sine. Stephanie și-a pus ani de-a rândul copiii pe primul loc și a uitat cu totul de sine. Și-a abandonat libertatea și independența — ambele fiind stâlpi de bază ai dorinței — și s-a lepădat de drepturile ei ca persoană. Reconectarea cu latura sa erotică, separarea de identitatea maternă, este crucială. Împreună sondăm neputința de a pune bază pe responsabilitatea acțiunilor ei sexuale. Îi explorăm trecutul sexual: cum a fost exprimată sexualitatea în familia ei de-a lungul copilăriei și cum au fost primele ei experiențe. Îmi povestește cât de jenată era mama ei să vorbească despre sex, niciodată nu vorbea sincer, dar făcea numai câteva referințe ascunse la moralitate și păcat. Stephanie nu a considerat-o niciodată pe mama ei ca fiind o ființă sexuală și, aparent, acea poveste s-ar putea repeta.

Discutăm despre felul în care s-a schimbat identitatea ei sexuală ca rezultat al sarcinii, al nașterii, alăptatului și al maternității. Plasându-i experiențele personale într-un context cultural mai larg, discutăm despre modul în care politica maternității, mitul castității și plasarea sarcinii și a nașterii într-un context medical, toate conspiră la privarea maternității de

elementele sexuale. Îi recomand o carte prețioasă: *Sexy Mamas (Mame Sexy)* de Cathy Winks și Anne Semans, care discută sexualitatea și maternitatea într-un mod accesibil, practic și pozitiv. Îi sugerez să o lase cât mai la vedere pe noptiera sa.

Aceste conversații au reprezentat o încercare de a reintroduce sexul în peisajul psihic al lui Stephanie și de a o ajuta să se perceapă ca ființă sexuală. Ani de-a rândul, ea a lăsat dorința pe seama lui Warren, care a fost criticat pentru întreținerea relației erotice (și pentru cauciucurile de iarnă, pentru gazon și pentru gunoi). Știu că suntem pe cale să descoperim ceva atunci când ei îi scapă următoarea afirmație: „Toată viața nu am știut să mă afirm sexual și nu-l sufăr pe Warren pentru faptul că se simte îndreptățit să facă ceva ce eu nu-mi voi permite niciodată!"

Împreună transferăm accentul de pe negarea de sine pe conștientizarea de sine. Studiem modul în care ea și-ar putea reclama dreptul la plăcere, împreună cu amenințarea ei caracteristică cu egoismul, într-o manieră care să n-o facă să simtă că nu e o mamă bună. O consecință a acestor discuții este că Stephanie face ceva radical (pentru ea) — pleacă într-un weekend cu sora ei, lăsându-l pe Warren și pe copii cu planurile lor. Am muncit mult pentru a ajunge în acest punct, dar simt că înainte de a fi deschisă față de sex, trebuie să-și extindă domeniul general al plăcerii personale. Devenind mai generoasă cu ea însăși, ar putea fi — sper eu — mai receptivă față de soțul ei.

Nu dau teme mari la terapie, mai ales când lista sarcinilor domestice este deja nelimitată. În același timp, acțiunea este o premisă a schimbării. Așa că, la sfârșitul unei ședințe, le cer lui Warren și Stephanie să facă câte un lucru diferit în următoarele săptămâni. Nu trebuie să vorbească despre acest lucru, deoarece efortul lor va fi măsurat nu de succesul acestuia, ci de intenția lui. „Vreau să te extinzi, să faci ceva, orice, care să te ducă cu un pas mai înainte decât de obicei." Lui Warren îi spun: „Tindem să

facem pentru alții ce ne-ar plăcea să facă ei pentru noi, dar nu e neapărat ceea ce și-ar dori. O parte din asta se referă la rezolvarea și onorarea diferențelor dintre voi. La un moment dat o urmăreai pe Stephanie cu multă creativitate, dar acum nu mai faci acest lucru. Se presupune — și nu ești singurul — că trebuie să urmărim să obținem ceva ce nu deținem deja. Problema este că pentru a ne menține partenerul interesat din punct de vedere erotic trebuie să devenim mai seducători, nu mai puțin seducători."

În acest moment, sexul a fost îndrumat către ceea ce își dorește Warren și ceea ce-i lipsește lui. Stephanie a trecut de la recepționare la reacționare. Este o atitudine pasivă în care principala ei putere este aceea de a refuza. Ei îi sugerez: „Ține minte că un refuz absolut ne restrânge. Ceea ce-l doare pe el este respingerea categorică. S-ar putea să descoperi o libertate mai mare prin «Poate» sau «Hai să ne sărutăm» sau chiar «Convinge-mă». Warren, mai mult decât oricine altcineva, te poate ajuta să te reconectezi cu femeia dinăuntrul mamei. Îți poți imagina că mai degrabă i-o poți lua înainte decât să-l respingi? Invită-l să te invite și vezi ce se întâmplă."

Stephanie, epuizată de maternitate, s-a grăbit să discrediteze valoarea inerentă a insistenței lui Warren. După cum înțeleg eu, Warren îi amintește constant că intimitatea erotică este importantă. Cu el și prin el, ea ar putea începe să se elibereze din legătura cu copiii ei și să-și redea o parte din energie ei și relației cu Warren. Când tatăl întinde mâna spre mamă, iar mama îl acceptă, redirecționându-și atenția, acest lucru ajută la reechilibrarea întregii familii. Se trasează frontiere și se instaurează noi reguli zonale, delimitând zone destinate numai adulților. Timpul, resursele, joaca și distracția sunt redistribuite, iar libidoul este salvat de la pensionarea silită.

Munca mea alături de cupluri homosexuale și de lesbiene m-a făcut să recunosc că aceste dinamici se repetă de fiecare dată

când un părinte, indiferent de sex, se ocupă singur de copii. Din moment ce cuplurile formate din persoane de același sex nu sunt constrânse de o diviziune tradițională a muncii — femeile acasă, bărbații la muncă — acestea oferă o bază utilă de comparație. Ceea ce observ tot mereu este că persoana care preia rolul de îngrijitor principal suferă aproape întotdeauna schimbări asemănătoare cu cele ale lui Stephanie: o implicare completă în viețile și ritmul copiilor, o pierdere de sine și o dificultate mai mare în îndeplinirea sarcinilor (o constrângere care este simultan frustrantă și restrictivă).

Rolul părintelui autonom este de a-l ajuta pe îngrijitorul principal să se desprindă de copii și să realoce energie cuplului. „Lasă jucăriile acum, n-o să-ți dea nimeni o medalie, du-te și trage un pui de somn." „Nu trebuie să faci atât de multe, ai făcut destul pentru azi." „Doica este aici, hai să ne așezăm zece minute și să bem un pahar de vin înainte să plece." Este o abordare diferită față de cea tradițională a diviziunii muncii, una care pune accent pe responsabilități comune și reciprocitate și prețuiește acțiunile interdependente ale ambilor parteneri.

Când Warren întreabă: „Vrei?", iar Stephanie în cele din urmă îi răspunde „Convinge-mă", dinamica lor începe să se schimbe. Acest lucru pune capăt antagonismului dureros și introduce o reciprocitate întârziată. Faptul că îi cere să o ajute este în sine o expresie a afirmării sexuale. Iar Warren, în sfârșit scăpat de rolul de implorator, poate porni să-și recapete soția. Rolul lui de întreținere a flăcării primește un nou sens.

Ridicarea embargoului erotic

Warren și Stephanie se îndreaptă în direcția bună, dar forțele erosului nu sunt încă aliniate. Ritualurile de seducție cele mai elaborate ale lui Warren sunt contracarate în mod repetat și

compătimitor de viața de familie inacceptabilă. Măsura în care viețile lor gravitează în jurul copiilor este absurdă: weekenduri de baseball Pee Wee și petreceri de zile de naștere; copii care merg la culcare numai cu o jumătate de oră înaintea părinților; o politică cu ușa-deschisă a patului matrimonial. În șase ani, Warren și Stephanie nu și-au petrecut niciun sfârșit de săptămână împreună, departe de copii. Au încetat să-și mai calculeze și nevoile proprii în bugetul familiei și doica este mai degrabă considerată un lux rar decât o necesitate urgentă. Pe scurt, ei nu și-au alocat niciodată timpul și spațiul de care au nevoie pentru a se relaxa și reculege, fie ca indivizi sau cuplu. Nemaifiind concentrați unul asupra celuilalt, ei s-au îndreptat către copiii lor pentru a-și compensa lipsurile.

De-a lungul anilor, am observat că gravitarea în jurul copiilor nu este numai un stil de viață; uneori este și o configurație sentimentală. Copiii sunt într-adevăr o sursă de alimentare pentru adulți. Dragostea lor necondiționată și devotamentul total oferă vieții un înțeles sporit. Problema apare atunci când ne îndreptăm către ei pentru ceea ce nu mai obținem unul de la celălalt: sentimentul că suntem speciali, că și noi contăm, că nu suntem singuri. Când transferăm aceste nevoi sentimentale adulte la copiii noștri, plasăm o povară prea mare pe umerii lor. Pentru a se simți în siguranță, copiii trebuie să știe că puterile lor sunt limitate și la fel de limitat este și ceea ce li se cere pe ascuns. Ei au nevoie ca noi să avem relațiile noastre de dragoste, orice formă ar lua acestea. Când suntem satisfăcuți din punct de vedere emoțional și sexual (cel puțin în mod rezonabil este așa; să nu ne lăsăm duși de val), le permitem copiilor noștri să experimenteze propria independență prin libertate și sprijin.

Dacă Warren și Stephanie vor reveni pe făgașul cel bun, trebuie să se elibereze, atât din punct de vedere emoțional, cât și practic, de concentrarea disproporționată asupra copiilor.

Spontaneitatea e dezirabilă, dar realitatea vieții de familie are nevoie de planificare. Cuplurile fără copii pot începe să facă dragoste după poftă, dar părinții trebuie să fie mai practici. Fie o noapte de întâlniri regulate, fie un weekend departe o dată la câteva luni sau o jumătate de oră în plus în mașină, ceea ce contează este că perechile își delimitează teritoriul erotic. Când Warren și Stephanie protestează la ideea sexului premeditat, le răspund: „Planificarea poate părea prozaică, dar de fapt implică intenționalitate, iar intenționalitatea conferă valoare. Când plănuiți să faceți sex, ce faceți voi de fapt este afirmarea legăturii erotice. E ceea ce ați făcut și când vă dădeați întâlniri. Gândiți-vă la asta ca la un preludiu prelungit — de la douăzeci de minute până la două zile."

Planificarea s-a dovedit a fi foarte utilă pentru Stephanie. Ea dezvoltă: „Ceea ce consideră Warren o întâlnire este aceasta: mă abordează pentru sex marți la unsprezece și când îl refuz, îmi spune: «Putem avea o întâlnire mâine seară?» A trebuit să-i explic că, mie nu mi se pare că actul sexual planificat este o întâlnire. Trebuie să ies. Vreau mâncare gătită de o altă persoană în vase pe care le va spăla altcineva. Când ieșim, vorbim, ne sărutăm, glumim. Putem termina o propoziție fără a fi întrerupți. El îmi acordă atenție și mă face să mă simt sexy."

Rendez-vous-ul nu numai că îi ajută să mențină legătura emoțională atât de critică pentru Stephanie, ci o ajută să facă trecerea de la mamă cu normă întreagă la iubită. „Pentru mult timp, gândul meu la sex se rezuma la cum să-l evit. În schimb, știind că Warren și eu ne-am dat întâlnire m-a ajutat să anticipez sexul. Mă răsfăț. Fac un duș, mă epilez, mă machiez. Fac un efort special pentru a opri negativismul și pentru a-mi permite să mă gândesc la sex."

Povestea lui Stephanie și Warren reprezintă efectul tipic al statutului de părinte asupra erotismului, dar acesta este numai

unul din cele multe. Este povestea unui cuplu heterosexual de albi din clasa de mijloc, căsătoriți legal, ale căror idealuri egalitare și aspirații romantice au fost nimicite cu cruzime în tranziția de la doi la trei. Colaborarea mea cu ei nu s-a terminat. Lucrurile s-au îmbunătățit categoric, dar pentru acest cuplu și pentru această femeie, îngrijirea copiilor mici nu este în acord cu erotismul. Bănuiesc că atunci când vor ajunge în noua etapă a vieții lor — când copiii vor fi la școală toată ziua și Stephanie se va întoarce la serviciu, așa cum plănuiește — va fi eliberată o nouă energie. Între timp, gândindu-se la aceasta ca la o singură etapă dintr-o relație pe viață îi ajută să rămână răbdători și plini de speranță.

Mamele sexy chiar există

Astăzi, ajungem la vârsta când devenim părinți cu o identitate sexuală care adesea e complet înflorită. Toți am avut beneficii atunci când sexualitatea a devenit independentă de reproducere. Ca utilizatoare obișnuite ale contraceptivelor, ne-a fost acordat privilegiul zburdălniciei lipsite de risc ce poate continua ani de-a rândul. Savurăm dorința cu impunitate, cel puțin o vreme, și ne așteptăm să găsim împlinirea sexuală în relațiile noastre stabile. Pentru părinții și bunicii noștri, actul sexual după nașterea unui copil nu era foarte diferit de cel de dinainte de a face copii — sarcina și responsabilitatea mare care venea o dată cu aceasta, reprezenta mereu o posibilitate amenințătoare. Dar pentru cei de după anii '50 și cei care au urmat, statutul de părinte a adus o durere în stilul nostru de viață liberal, auto-satisfăcător. „Conflictul legat de copii" este cu atât mai supărător deoarece avem ceva cu care să-l comparăm. „Înainte îți plăcea să faci sex", „Făceam dragoste cu orele" și „Odată știam cum să te stârnesc" sunt lamentații pe care le aud

frecvent. Suntem pe atât de uluiți pe cât de nemulțumiți atunci când statutul de părinte pune zgomotos capăt distracției noastre.

Atât femeile, cât și bărbații se confruntă cu aceste schimbări, însă nu în același fel și în mod cert nu într-o măsură egală. Liberalizarea care a sprijinit sexualitatea feminină trebuie totuși să treacă de pragul maternității care nu și-a pierdut aura de moralitate și chiar de sanctitate pe care a avut-o întotdeauna. Privarea maternității de sexualitate este un sprijin de nădejde al culturilor tradiționale patriarhale care fac ca invizibilitatea sexuală a mamelor moderne din vest să pară deosebit de pronunțată. Poate că moștenirea noastră puritană este cea care dezbracă maternitatea de componentele ei sexuale; poate că suntem convinși că senzualitatea se află în conflict cu datoria maternă.

Desigur, nu există doar America, iar diferențele culturale abundă în cadrul acestei țări vaste. Prietena mea, June, se grăbește să-mi amintească că nu toți americanii au sosit aici cu *Mayflower*. „Noi, negrii, cu siguranță, nu suntem scutiți de porția noastră de probleme sexuale, dar cu siguranță suntem mai puțin îngrijorați decât voi, albii, spune ea. Sexul este o parte firească a vieții, nu un mare secret murdar. Copiii mei știu că fac sex; eu știam că părinții mei fac sex. Își puneau Marvin Gaye, închideau ușa de la dormitor și ne spuneau că ar fi mai bine dacă nu am bate la ușă." Prietena mea argentiniană glumește despre felul în care soțul ei o strigă „mamita" în pat — ce altă cale mai bună de a coopta tabuul? Colega mea de origine spaniolă, Susanna, îmi spune că, în Madrid, bunul ei sexual îl reprezintă fiul ei frumos, în vârstă de trei anișori. „La New York îl reprezintă accentul, părul, picioarele mele, dar cu siguranță nu fiul meu." Stacey, pacienta mea americancă, o femeie albă care locuiește în Brooklyn împreună cu fiica ei, își cunoaște demografia. „Singurii bărbați care flirtează cu mine sunt pediatrul din India de Vest,

stomatologul rus, brutarul italian și băcanul din Puerto Rico. Tipii albi? N-are importanță. Dacă sunt cu copilul, se uită pe lângă mine." Un bărbat care trage un copil după el are parte de un cu totul alt răspuns. Nu e numai puterea unui afrodiziac. Un tip care merge pe stradă ținând un sugar pe umeri te duce cu gândul la stabilitate, angajament și educație. Pentru majoritatea femeilor (și unii bărbați homosexuali) acest lucru este sexy.

În cartea *Paris to the Moon*, Adam Gopnik contrastează modelul asexual american de reproducere cu perspectiva mai senzuală franceză: „Toate cărțile americane despre așteptări încep cu testul de sarcină, nu cu actul sexual." El continuă: „La Paris, [sarcina] este ceva ce s-a întâmplat din cauza sexului, care, prin ajutor și consiliere, se poate sfârși prin a fi liber să faci mai mult sex. La New York, sarcina este o secție în cadrul instituției medicinii. La Paris, este un capitol în educația sentimentală, o consecință bizară a plăcerilor corpului."

În ciuda caracterului atotpătrunzător al mentalității americane, există o mulțime de femei care organizează răzvrătiri zilnice împotriva negării erosului. Pentru ele, maternitatea anunță o încredere sexuală și o feminitate nou descoperită și chiar refacerea unui corp rănit. Într-o zi, am ținut ședințe spate-în-spate, întâi cu Stephanie și apoi cu Amber. Realitatea vieților lor cotidiene se asemăna în mod nefiresc de mult, dar trăirile lor erau total diferite. Amber mi-a spus: „Era lucrul de la sine înțeles să refuz să fac sex. Cine știe de ce? Negarea oricărei dorințe, chiar și a senzației de foame, mi-a fost oferită drept model de mama mea care avea 51 de kilograme. Înainte să am copii, de fiecare dată când soțul meu mă întreba dacă vreau să mănânc, spuneam de asemenea nu. Refuzam din obișnuință, înainte chiar de a fi lansată întrebarea."

„Acum am mai multe motive profunde de a refuza să fac sex: oboseala teribilă a noului statut de mamă; furia mea aparent infi-

nită față de copilul meu de doi ani și jumătate pentru că și-a trezit fratele sugar; amărăciunea sentimentului de neajutorare, un cal de bătaie pentru casa și copiii noștri. Și totuși, eu sunt cea care are poftă să facă dragoste, care cere acest lucru sau care e indispusă fiindcă nu-l primește. Petrec toată ziua oferind în moduri fizice: alăptez, gătesc, mă aplec să ridic jucării, am grijă de copii, schimb scutece. După câteva zile de sandvișuri cu unt de arahide și cd-uri cu Wiggles, când pătrund în lumea copiilor mei spre eliminarea lumii mele, îmi doresc paharul meu de sherry, muzica mea și bărbatul meu. Mi-e dor să fiu extrasă din părul murdar, cămașa plină de salivă, jeanșii acoperiți de o crustă de macaroane cu brânză la care mă gândesc ca fiind «corpul matern». Cât pot de des, trimit acel corp la culcare odată cu copiii."

O altă pacientă, Charlene, îi are ca meditatori pe propriii copii. „Copiii mei m-au învățat să fiu lacomă. Copilașul meu de cincisprezece luni poate să sugă de la mine timp de jumătate de oră, să plece să se joace și apoi să se întoarcă să mai sugă câteva minute. Dă din cap în semn de refuz când îi ofer lapte într-o ceașcă sau într-o sticlă, îmi ridică bluza și țipă până ce îmi desfac sutienul. Când îmi vede sfârcul, zâmbește, gângurește și se afundă în el. Cel de trei ani vrea în poala mea, vrea timpul meu, atenția mea ori de câte ori o poate fura de la fratele lui. Îmi spune cum să mă așez pe podea, cum să împing exact camionul și nu simte nicio vină sau rușine când declară cu care părinte vrea să se joace sau care să-l ducă la culcare. Desigur că nu obțin mereu ceea ce vor, dar sunt impresionată de transmiterea fluidă a dorinței dintre corp și minte. Ei se simt cumva cum eu am uitat să mă simt sau într-un fel de care am fost învățată să mă îndepărtez; și, pe măsură ce-i privesc, devin conștientă de corpul meu și îmi amintesc de propria dorință."

Lui Renee sarcina i-a inaugurat un sentiment de acceptare proprie pe care nu l-a mai avut niciodată. „Sarcina a fost o

experiență tămăduitoare. Am fost abuzată sexual când eram mică și am disprețuit întotdeauna orice semn de feminitate al corpului meu. Am purtat un război cu coapsele mele timp de douăzeci și cinci de ani. Am fost internată pentru un deranjament stomacal cu un an înainte de a rămâne însărcinată. De fapt, eram atât de slăbuță că nici nu-mi închipuiam că pot rămâne însărcinată. Nu avusesem o menstruație regulată de foarte mulți ani. Dar în clipa în care am văzut semnul plus în zona de citire a testului de sarcină totul s-a schimbat. Era prima dată în viața mea când mâncarea era decontaminată. Mă încânta să-mi privesc corpul dezvoltându-se. Pentru prima oară în viața mea sânii îmi erau rotunzi natural și eram foarte mândră de ei. Majoritatea prietenelor mele se plângeau de disconfort și de câștigarea kilogramelor în plus. Dar eu, eu simțeam în sfârșit că este în regulă să arăți ca o femeie. Am născut normal; a fost o experiență puternică. Eram uimită de ceea ce poate face corpul meu și de ceea ce poate îndura. Eram în stare de mult mai mult decât credeam. De atunci, când fac dragoste, urmăresc acea intensitate."

Lui Julie, mamă a trei copii, maternitatea i-a adus o nouă identitate pozitivă. „Pe la douăzeci de ani mă îmbrăcam ca un băiat: pulovere mari, jeanși, adidași mărimea patruzeci. Era o negare totală a feminității și o lipsă de încredere în motivele feminității. Confundam aprecierea cu transformarea în obiecte sexuale și nu credeam că un bărbat poate fi interesat de mine în afara disponibilității mele ca obiect sexual. Acum pantalonii mei sunt stilați, mulați și veseli; bluzele au decolteu. În sfârșit, sunt genul de femeie pe care tatăl meu italian l-ar recunoaște și care ar face-o pe mama să înroșească — lacomă, sexy și îndreptățită. De ce? Mă simt protejată acum. Nu trebuie să atrag atenția nimănui. Sunt deja cucerită, prinsă în mrejele nevoilor și dorințelor altora (patru bărbați după câte se pare). Și îmi găsesc libertatea în locul acesta unde nu e niciun joc de putere. Nu

trebuie să răspund nimănui altcuiva în afara celui pe care l-am ales. Ca mamă, nu mi-e teamă să fac sex, să fiu senzuală, să-mi afirm dorința."

Când tata fredonează cântecul pentru copii

Pentru fiecare bărbat ca Warren, care se simte abandonat sexual când soția lui devine mamă, există un bărbat ca Leo, al cărui libido își ia o pauză pe drumul spre casă de la sala de naștere. Scăderea dorinței sexuale la mame este, într-un fel, ceva cunoscut. S-ar putea să nu ne placă, dar putem cel puțin înțelege ceva din asta. Dar ce înțelegem de la tatăl care nu o mai percepe pe mama copiilor lui ca fiind erotică? Această poveste, deși la fel de cunoscută, este mai puțin recunoscută.

Când Carla și Leo au venit să mă vadă, ea nu știa ce să mai facă. Erau împreună de șaptesprezece ani: primii șase o frenezie carnală, următorii patru haosul copiilor, ultimii șapte un pustiu sexual. A trecut de la discuții la insistențe, la țipete, apoi la compensări. A avut câteva aventuri și apoi o relație serioasă. El a aflat, ea a amenințat că bagă divorț, el a sugerat terapia și iată-i aici.

Ea spune: „Sunt atât de sătulă de scuze. Munca lui, stresul lui, tatăl lui care e pe moarte, faptul că trebuie să se trezească devreme, nu a mai fost la sală și nu mai are energia necesară, îl doare spatele, respirația mea e de vină, greutatea lui, greutatea mea. Am luat-o personal mult timp, dar acum gata. Îl iubesc, sunt pregătită să rămân cu el, dar nu pot trăi așa."

El spune: „Întotdeauna m-am considerat foarte competent din punct de vedere sexual. Glumim pe seama faptului că rupeam mobila când am început să ne întâlnim; era foarte multă pasiune. Nu am privit niciodată copiii ca fiind un moment decisiv în viața mea sexuală, dar evident că ceva s-a schimbat undeva înăuntru."

Aflu că Leo a început să se retragă fizic atunci când Carla a rămas însărcinată cu primul lor fiu, iar ei nu au avut deloc contact sexual în ultimul trimestru. Leo venea acasă tot mai târziu de la serviciu. Carla știa că se întâmplă ceva, deși nu discutaseră deschis această problemă.

— Ce s-a schimbat pentru tine când a devenit mamă? întreb eu.

— Însemnătatea ei, îmi răspunde el. Întreaga ei ființă s-a transformat din iubita, partenera și soția mea în mama fiului meu. Și apoi mama celuilalt fiu al meu. O vreme aveau nevoie de ea totalmente, iar acest lucru era în regulă pentru mine. Credeam că e cel mai minunat lucru din lume când dormeau copiii alături de noi, pentru ca ea să-i alăpteze pe timpul nopții. Nu eram deloc gelos. Și eu sunt un tată iubitor și grijuliu.

— Cum era să sugi pieptul unei femei care a alăptat un copil? îl întreb eu.

— Era ciudat, a răspuns el. Toată chestiunea legată de fizic a fost un pic ciudată. Am văzut-o dând naștere, de două ori, și trebuie să spun că nu a făcut bine vieții noastre sexuale.

— Știu că ar trebui să fie un moment magic, miracolul vieții și lucruri de genul acesta, dar nimeni nu pare să recunoască factorul dezgustător, îl liniștesc eu. Nu e corect ca un bărbat să recunoască faptul că poate fi scârbos să-ți privești soția născând. Este un personaj într-una din cărțile lui Alice Walker, cred că domnul Hal, care își privește partenera dând naștere și apoi nu o mai poate atinge pe ea — sau pe oricare altă femeie — pentru tot restul vieții. Spune că nu vrea să mai facă pe cineva să treacă prin așa ceva vreodată.

— E un pic exagerat, dar așa e. Sunt altfel cu ea, mai atent, nu atât de liber. Bănuiesc că m-a împiedicat să fiu agresiv sau pasional sau să o doresc în felul acesta — oferindu-mă cu adevărat, sau să o am așa, când în mod normal așa eram împreună. A fost categoric o schimbare.

— Nu ai putut să-i faci asta mamei copiilor tăi? întreb eu.

— Se pare că nu, răspunde el.

— Să vorbim despre chestiunea aceasta legată de Madonna/stricata, continuu eu. Are rădăcini psihologice adânci. Multor bărbați le vine greu să o erotizeze pe mama copiilor lor. E prea degradant, prea incestuos, prea oedipal. Ce trebuie să-ți amintești este că ea este mama lor, nu a ta. În acest moment, îți recomand orice ar putea introduce puțină desconsiderare sănătoasă. Orice ar putea-o distinge de „mama".

Carla fusese tăcută aproape toată ședința, dar în săptămâna ce a urmat nu m-am mai îndoit de faptul că fusese atentă. Râzând, mi-a povestit.

— Chiar voiam să mă relaxez cu Leo. Voiam să-i ofer sex oral antrenant, prelungit, intens. Nu numai capul obligatoriu, nu numai capul politicos. Dar știam că e problema asta cu soția, „mama". M-ar lăsa? Așa că am început acest joc și am spus: „Știi, poți face câteva feluri de sex și le poți numi cum vrei, dar dacă vrei ca acest sex oral să continue te va costa." Am spus: „O sută de dolari dacă vrei să mă ocup de capul acesta. O sută de dolari." Credeam că va fi distractiv cu banii, dar chiar voiam să văd dacă Leo o putea scoate din rol pe acea mamă. Ei bine, nu o plătești pe mama copiilor tăi pentru sex oral, nu-i așa? Nu o plătești pe soția ta pentru sex oral. A fost un experiment drăguț, asta e tot ce o să vă spun.

— Poate ai putea începe să accepți cărți de credit. Să ținem un bancomat lângă pat, glumește Leo.

Intervenția erotică jucăușă a Carlei mi-a rămas în minte mulți ani. Într-un singur gest a cuprins și subminat întreaga problemă: cum să-ți recuperezi iubita din rolul de mamă. Lui Leo i-a fost teamă să-și exprime cruzimea dorinței lui față de mama copiilor lui, o femeie vrednică de dragoste și respect. Carla a riscat, a zguduit tiparul și l-a invitat la o complicitate erotică. Și-a

dezvăluit reprimarea și a devenit provocatoare sexual, o femeie murdară care a cerut să fie plătită. În toiul acestei explicite aprobări, înscenate de sexualitate ostentativă, senzualitatea lui Leo a fost în cele din urmă dezlănțuită.

Evadarea din asediul vieții de familie

Una dintre cele mai mari aspirații ale noastre este să avem copii. Ne reproducem cumva, fie biologic sau prin celelalte căi formăm o familie, astfel încât să nu murim. Ne facem un loc în ciclul vieții și ne înscriem în cursul istoriei. Ne extindem dincolo de moralitate, lăsând ceva sau pe cineva în urmă: un reprezentant al uniunii noastre. În felul acesta, faptul că avem un copil vorbește despre dorință. Este un act pur, de afirmare a vieții. Cât de chinuitor este să vezi că erodează forța care i-a dat viață.

Nu există nicio îndoială că micuții fac ca legătura erotică să fie mai dificil de menținut. Sunt cerințele de rutină fără de care viața de familie nu poate funcționa, dar care subminează spontaneitatea sexuală. Este și stresul incontestabil cu privire la resursele cuplului: mai puțin timp, mai puțini bani și mai puțină energie de consumat unul cu celălalt. Este invizibilitatea sexuală a mamei americance, adânc înrădăcinată în psihicul nostru, ideea că bărbații, la fel ca și femeile, conspiră la negarea sexualității materne. Există o mulțime de modalități în care ne decuplăm din punct de vedere sexual în cadrul familiei, acționând pe baza ipotezei că trebuie să le ascundem copiilor noștri faptul că facem sex pentru a-i proteja.

Multor părinți, ideea unei grădini secrete le inspiră tot felul de lucruri care variază de la vină și neliniște acută până la gradația mai blândă a stânjenelii. Ne temem că sexualitatea adultă dăunează copiilor, că este inadecvată sau periculoasă. Dar pe cine protejăm? Copiii care își văd protectorii lor inițiali

exprimându-şi afecţiunea (discret, în limite corespunzătoare) e mai probabil ca aceştia să îmbrăţişeze sexualitatea cu combinaţia sănătoasă de respect, responsabilitate şi curiozitatea pe care o merită. Cenzurându-ne sexualitatea, stăpânindu-ne dorinţa sau renunţând la ambele, ne transmitem inhibiţiile intacte generaţiei următoare.

Sunt atât de multe motive pentru care am putea renunţa la sex, încât aceia care nu renunţă sunt de-a dreptul campioni. Cuplurile curajoase şi hotărâte care menţin o conexiune erotică sunt, mai presus de toate, cuplurile care o preţuiesc. Când simt că dorinţa este în criză, cuplurile devin silitoare şi fac încercări voite şi sârguincioase de a o readuce la viaţă. Ele ştiu că nu copiii sunt aceia care sting flacăra dorinţei; ci adulţii nu reuşesc să menţină scânteia aprinsă.

9

Despre realitate şi fantezie

În sanctuarul gândirii erotice găsim o cale directă spre plăcere

Întreaga faună a fanteziilor umane, vegetaţia lor marină, este purtată de curent şi savurează zonele întunecate ale activităţii umane, ca şi cum împleteşte cozi groase de întuneric. Aici, apar, de asemenea, farurile minţii cu asemănarea lor exterioară cu simboluri mai puţin pure. Poarta către mister se deschide la atingerea unei sensibilităţi umane şi am intrat în domeniul întunericului. Un pas greşit, o silabă omisă, ambele dezvăluie gândurile unui om.

Louis Aragon

Când Catherine a ajuns la pubertate avea cu douăzeci şi cinci de kilograme mai mult decât era normal să aibă. Invizibilă din punct de vedere sexual, respinsă în mod repetat, ea era „asistenta urâtă" lăsată să păzească uşa, în timp ce prietenele ei se sărutau de partea cealaltă a ei. Astăzi, este o femeie frumoasă, căsătorită de aproape cincisprezece ani. Ea şi soţul ei pun în practică o fantezie în care ea este o prostituată de lux. Bărbaţii plătesc bani mulţi pentru plăcerea de a o avea în companie — o doresc atât de mult, încât sunt dispuşi să plătească o mică avere şi să-şi riste locurile de muncă şi căsniciile pentru puţin din timpul ei. Cu cât mai scandaloase sunt infracţiunile lor, cu atât e mai mare valoarea ei. Umilinţele din trecut ale lui Catherine sunt răzbunate de bărbaţii care acum nu pot trece pe lângă ea fără să se minuneze. În teatrul imaginarului pretinde cu succes răzbunarea suferinţelor şi frustrărilor adolescenţei.

Soţia lui Daryl se plânge: „El nu poate nici măcar să aleagă un restaurant şi vrea să mă lege de pat? Despre ce e vorba?"

Dificultatea pe care o simte Daryl în a se afirma în viața cotidiană este remediată în mod spectaculos în fanteziile lui de dominație. În coregrafia foarte ritualică și consimțită a conexiunii și dominației, agresivitatea lui Daryl își găsește în siguranță exprimarea. Dorințele lui sunt onorate, teama lui de a merge prea departe este stăpânită, iar puterea lui masculină le provoacă altora mai degrabă plăcerea decât durerea.

Lucas, un homosexual mândru, crescut într-un orășel din sudul statului Illinois, a petrecut mulți ani pretinzând că e heterosexual, îngrozit că va fi descoperit. A jucat fotbal în liceu și chiar a făcut dragoste cu o majoretă fiindcă îl abordase în mulțime și el știa că dacă ar refuza-o ar ridica suspiciuni cu privire la sexualitatea lui. Acum, la cei treizeci de ani, el spune: „Am plecat naiba din orașul acela ca să pot fi homosexual pe față, fără ca acest lucru să-mi amenințe viața. Iar acum, iată-mă mergând pe plaja de nudiști din Aquinnah pretinzând că sunt hetero, pentru ca vreun tip să poată încerca să mă convertească. Voi fi heterosexual, dar după termenii stabiliți de mine. Astăzi pretind că sunt hetero numai atunci când cred că voi avea parte de sex. Din fericire pentru mine, sunt foarte mulți homosexuali care sunt stârniți de faptul că transformă un tip hetero, încât fac sex tot timpul."

Emir este bărbatul unei singure femei și așa a fost toată viața. „Am avut mereu prietene, prietene adevărate, femei pe care le-am iubit și cu care am stat ani de zile. Acesta sunt eu. Sunt cu Althea de cinci ani. Aveam o viață sexuală grozavă dar, de când am făcut un copil acum șase luni, ea nu mai vrea să facem sex la fel de mult cum obișnuia. Trebuie să-mi pun la bătaie tot arsenalul meu de seducător ca s-o conving, iar uneori nici măcar asta nu funcționează. Majoritatea timpului am singur grijă de mine." Fantezia preferată a lui Emir este să facă sex cu două femei în același timp. „Îmi place ideea de a primi atât de multă atenție."

Foarte mulți bărbați heterosexuali au fantezii ce reprezintă variațiuni pe tema femeii omni-sexuale. Nu trebuie să fie curtată sau convinsă să facă sex. Nu trebuie să-și facă dispoziția necesară, deoarece ea o are întotdeauna. Ea nu spune: „Cum poți să te gândești la sex acum când avem atâtea de făcut?" Ea spune: „Mai mult, mai mult, mai mult." Nu-l face să se simtă prost pentru că vrea să facă sex, deoarece și ea își dorește la fel de mult. Când două servitoare franțuzoaice te invită în patul lor, poți fi sigur că niciuna dintre ele nu va spune: „Nu în seara asta, dulceață, sunt prea obosită."

Pâinea omului sărac

Până nu de mult, fantezia erotică a primit o critică nefavorabilă. Ceea ce vedea creștinismul ca pe un păcat a devenit mai târziu, în ochii psihologiei moderne, o perversiune limitată la cei nesatisfăcuți și cei imaturi. Chiar și astăzi, mulți oameni cred că fantezia nu e nimic mai mult decât o compensare slabă pentru frustrarea legată de libido și lipsa de ocazie datorată căderii nervoase, dezvoltării oprite sau a unei burți mari. Ei cred că fanteziile sexuale reprezintă ceea ce vrem să se întâmple în realitate. „Dacă soțul meu ar fi cu adevărat atras de mine nu ar mai trebui să se uite la poze cu sâni mari", se plânge o soție. „Când visez că mă violează alți bărbați, mă simt de parcă îmi trădez prietenul", spune o altă clientă. „Ce fel de femeie vrea să fie violată?"

Și eu obișnuiam să adopt viziunea îngustă că fantezia este pâinea omului sărac — alimentul celor săraci din punct de vedere senzual. Fusesem învățată să privesc fanteziile ca pe un simptom al nevrozei sau al imaturității sau ca pe idealizări romantice captivante din punct de vedere erotic care te orbesc și nu te lasă să vezi adevărata identitate a partenerului și subminează relațiile din lumea adevărată. Eram blocată la

marginea dintre imaginar și real, distrasă de la cercetarea complexității minții erotice. Din fericire, am fost destul de curioasă să îmi întreb pacienții despre lumea fanteziilor lor. Dar odată ce mi-au spus, tot nu știam ce să fac cu informația. Era ca și cum mă uitam la un foarte bun film rusesc, fără subtitrare; nu aveam nicio idee despre ce era vorba, deși puteam aprecia frumusețea cinematografiei.

De-a lungul anilor, gândirea în domeniu s-a dezvoltat, așa că acum privim fantezia ca pe o componentă normală a sexualității sănătoase adulte. De la o concentrare aproape exclusivă asupra fanteziilor ca vicii tainice (sau dorințe perverse ale unei minorități nesatisfăcute), viziunea s-a extins. Munca colectivă a filozofilor și clinicienilor ca Michel Foucault, Georges Bataille, Ethel Spector Person, Robert Stoller, Jack Morin, Michael Bader și mulți alții a adus o schimbare totală în a înțelege profunzimea și bogăția imaginației erotice: ceea ce este ea și ce poate să facă.

În practica mea, am ajuns să văd fantezia ca pe o resursă imaginară valoroasă, fie ea cultivată individual sau în comun de către cupluri. Abilitatea de a ajunge oriunde prin intermediul imaginației este o expresie pură a libertății individuale. Este o forță creativă care ne poate ajuta să transcendem realitatea. Oferindu-ne o escapadă ocazională din relație, ne servește ca antidot puternic pentru lipsa de libido dintr-o relație. Mai simplu spus, dragostea și tandrețea sunt sporite de condimentul imaginației.

Fanteziile — sexuale și de alt gen — au și puteri aproape magice de vindecare și de reînnoire. Ele ne înapoiază sânii confiscați prin mastectomie sau ne permit să mergem așa cum o făceam și înaintea accidentului care ne-a cauzat paralizia. Ele întorc timpul, făcându-ne din nou tineri și ne permit, pentru puțin timp, să fim așa cum nu mai suntem și poate nu am fost niciodată: perfecți, puternici, frumoși. Ne plasează în prezența iubitului care a murit sau ne amintesc de felul pasional în care

făceam dragoste cu partenerul pe care acum ne străduim să-l erotizăm. Prin intermediul fanteziei reparăm, compensăm și transformăm. Pentru câteva momente ne ridicăm deasupra realității vieții și, ulterior, deasupra realității morții.

Cu cât ascult și cercetez mai mult, cu atât apreciez mai mult perspicacitatea fanteziei — energia ei, eficiența ei imaginativă, calitățile ei tămăduitoare și forța ei psihologică. Fanteziile noastre combină unicitatea trecutului personal cu extinsa străbatere a imaginației colective. Fiecare cultură utilizează stimulenți și interdicții pentru a transmite ceea ce este sexy (*Idolul American!!* Monica Lewinsky!) și ceea ce este interzis (acoliți! Monica Lewinsky!). Zborul minții reprezintă o punte între ceea ce e posibil și ceea ce e permis. Fantezia este alchimia care transformă amestecul acesta de ingrediente psihice în aurul pur al excitației sexuale.

În munca mea alături de cupluri, fantezia sexuală asigură de asemenea un izvor de informații despre viața interioară a indivizilor și dinamica relațională a cuplului. Fanteziile sunt un mod ingenios în care mintea noastră creativă depășește toate tipurile de conflicte legate de dorință și intimitate. Psihanalistul Michael Bader în a cărui carte incisivă *Arousal* se discută despre curentele ascunse ale fanteziei) explică faptul că în sanctuarul minții erotice găsim un spațiu psihologic sigur pentru a distruge inhibițiile și temerile care ne tulbură pe dinăuntru. Fanteziile ne permit să negăm și să nimicim limitele care ne sunt impuse de conștiința, cultura și imaginea pe care o avem față de noi.

Dacă ne simțim nesiguri și neatrăgători, în fanteziile noastre suntem irezistibili. Dacă prevedem că o femeie este reținută, în fantezie este lacomă. Dacă ne temem de propria agresivitate, în reveriile noastre lăuntrice ne putem simți puternici fără a ne face griji că am putea răni pe cineva. Dacă nu îndrăznim să cerem, în închipuirile noastre erotice celălalt ne cunoaște nevoile înainte

de a ni le cunoaște noi. Dacă simțim că nu ar trebui să facem sex, în teatrul nostru intim ne putem lăsa pradă unei persoane desfrânate fără a trebui să fim responsabili — am făcut ce am vrut, nu am fost noi. Fantezia exprimă problema și furnizează și soluția. Este un spațiu fierbinte, unde teama noastră inhibatoare este transformată în nerușinare. Ce ușurare să descoperim că rușinea noastră este acum curiozitate, timiditatea este acum afirmare, iar neputința este acum suveranitate.

Totuși, fantezia nu ia întotdeauna forma unor scenarii elaborate, scrise. Mulți oameni cred că dacă nu au fantezii cu subiecte alese cu grijă și personaje bine conturate, atunci înseamnă că nu au fantezii deloc. Acest lucru este în mod special valabil pentru femei, cărora pare să le fie mai greu să-și recunoască gândurile erotice în general. Pacienta mea, Claudia, îmi descria odată, cu multe detalii, cum i-ar plăcea să fie abordată de soțul ei. Și-a imaginat un dans lent de seducție, care se desfășoară treptat de-a lungul zilei, cu conversații atâtătoare, sărutări ușoare pe ceafă, atingeri ușoare, zâmbete călduroase și priviri piezișe.

— Vreau să-mi atingă brațul fără să-mi atingă sânii. Vreau să mă hărțuiască, să intervină puțin din punct de vedere sexual și apoi să se retragă, să mă facă să vreau. Vreau să-l rog eu să-mi atingă sânii, explică ea.

— Și dacă ar face lucrurile acestea? întreb eu.

— Am avea o cu totul altă relație sexuală, răspunde ea.

După douăzeci de minute, când o întreb despre fanteziile ei, ea mă asigură:

— Nu am fantezii. Jim are, dar eu nu am. Îi plac chestiile în trei.

Sunt uluită. Îi spun:

— Glumești? Întreaga ta descriere a preludiului și anticipării este o fantezie. În mod sigur nu e realitate, nu-i așa?

După părerea mea, fantezia sexuală include orice activitate mentală care generează dorință și intensifică entuziasmul. Aceste gânduri nu trebuie să fie schematice sau bine definite. Deseori sunt nedesluşite, mai mult sentimente decât imagini, mai mult senzuale decât sexuale. În principiu, orice își poate croi drum în imaginația noastră erotică. Amintiri, mirosuri, sunete, cuvinte, anumite ore din zi, materiale — toate pot fi considerate fantezii atâta timp cât pun în mișcare resortul dorinței.

În cartea *Men in Love*, Nancy Friday scrie:

> *O fantezie este o hartă a dorinței, a puterii, a evadării și a necunoscutului; calea navigabilă pe care o inventăm pentru a ne conduce printre recifurile și bancurile de neliniște, vină și inhibiție. Este o muncă a conștiinței, dar ca reacție la presiuni inconștiente. Ceea ce e fascinant nu este numai cât de bizare sunt fanteziile, ci și cât de comprehensibile; fiecare dintre ele ne oferă o imagine coerentă și logică a personalității — subconștientul — persoanei care a inventat-o, deși ar putea-o considera pofta întâmplătoare a acelui moment.*

Liniște, vă rog!

Paradoxurile simbolice și iraționalitatea minții erotice furnizează cea mai fascinantă și mai revelatoare pătrundere în adâncurile noastre. Fanteziile exprimă adevăruri despre noi înșine care, altfel, sunt greu de descoperit. Ne dezvăluie în toată goliciunea noastră și în felul lor misterios transmit dorințele noastre cele mai profunde.

Totuși, când vine vorba să discutăm despre gândurile noastre lăuntrice, majoritatea dintre noi avem în mod uimitor buzele pecetluite, chiar și cu partenerii noștri (poate mai ales cu

partenerii noștri). Într-o vreme în care intimitatea este organizată în jurul dezvăluirii de adevăruri personale stânjenitoare, tăcerea erotică rămâne la fel de menținută. Deși ne simțim bine să vorbim despre ceea ce facem, puțini dintre noi suntem dornici să dezvăluim ceea ce gândim în timp ce facem dragoste.

La nivelul cel mai de bază, neplăcerea se naște din simpla stânjeneală. Majoritatea dintre noi am fost învățați la o vârstă foarte fragedă să ne păstrăm gândurile pentru noi și mâinile departe de corpul nostru. Câtorva dintre noi ni s-a transmis un mesaj mai strict care ne-a transformat curiozitatea inocentă în rușine dăinuitoare. Instruiți în tăcere, moștenitorii unei lipse incontestabile de încredere în sex, nu e de mirare că ne simțim jenați de perspectiva transmiterii gândurilor noastre cele mai ascunse. Destăinuindu-ne altei persoane, riscăm să se facă haz pe seama noastră și să fim judecați. Pacienta mea, Zoya, a rezumat acest lucru foarte bine: „În felul în care am crescut eu, nu aveai cum să-ți placă sexul, să nu mai vorbim de discutat despre acesta. Oamenii care fac sex din plăcere sunt toți murdari și perverși, care orbesc și cărora le crește păr în palmă. Îți dai seama că-mi țineam gura închisă."

Dacă nu vorbim noi, nu vorbește nimeni. Mulți dintre noi ne experimentăm fanteziile sexuale în izolare (în ciuda omniprezenței sexului). Din moment ce nu știm ce gândesc și fac alții, nu avem cu cine să ne comparăm, nicio modalitate de a determina dacă suntem sau nu normali. Ne temem să nu fim diferiți și, de aceea, deviați.

Aceasta ar constitui mai puțin o problemă dacă imaginația noastră erotică s-ar comporta mai bine, în conformitate cu persoana noastră publică. În geografia noastră erotică internă toți avem locuri care ne sunt dragi. Șansele sunt ca cel puțin câteva dintre ele să fie locuri în care trebuie să ne furișăm, ferindu-ne de paznicul conștiinței noastre. Bărbatul căruia îi face

plăcere să facă dragoste delicat cu soția sa nu are nevoie de mascare — la fel pentru femeia care visează la o duzină de trandafiri din partea iubitului împrăștiați pe patul ei. Nimic din ceea ce e legat de aspirațiile lor romantice nu este cauza disconfortului sau a învinuirii. Ar trebui să fim toți așa de norocoși. O imaginație populată de domnișoare și domni, delicați și politicoși, ar fi trecută ușor cu vederea de către departamentul nostru intern de etică. Dar gândirea erotică rar este atât de blândă.

Ceea ce ne stârnește este deseori în conflict cu imaginea noastră preferată despre sine sau cu convingerile noastre morale și ideologice. De aceea, vedem feminista care năzuiește să fie dominată; supraviețuitoarea abuzului sexual care îmbină erotismul personal cu experiențele traumatizante; soțul care visează la o împerechere (cu stripteuza, maseuza, starul porno) pentru a-i spori plăcerea alături de soția sa; mama care găsește senzual contactul epidermic cu copilul ei și, da, erotic; soția care se masturbează gândindu-se la imagini de sex fierbinte cu prietenul psihopat cu care știa că nu se va mărita niciodată; iubita care trebuie să se gândească la bărbatul atrăgător pe care a pus ochii la sală pentru a se culca cu prietenul ei.

Credem că trebuie să fie ceva în neregulă cu noi pentru că avem astfel de gânduri lascive — că tipul acesta de fantezie nu face parte din viața erotică a femeii măritate și fericite, că dominația și închipuirea nu-și au locul justificat în mintea unui soț și tată integru.

Cu cât e mai mare stânjeneala noastră față de imaginația erotică, cu atât ne simțim mai vinovați și rușinați și cu atât mai puternici sunt cenzorii noștri interni. Ralph trăiește cu Sharon de cincisprezece ani. Din toate punctele de vedere, sunt o pereche foarte fericită. Dar la scurt timp după ce s-au împrietenit, Ralph se surprindea că are fantezii de fiecare dată când făceau dragoste:

iubita lui, Sharon, era tot mereu înlocuită de o vulpiţă de şaptesprezece ani, într-un cinematograf întunecat. Pentru Ralph, viaţa lui lăuntrică este asemenea unui război tribal: dragostea delicată de o parte şi orbecăitorul lasciv de cealaltă parte. Într-o zi s-a destăinuit: „Asta nu-mi stă în fire. Nu aş atinge niciodată o fată de şaptesprezece ani. Mă consider o persoană decentă şi nu pot face legătura. În niciun caz nu pot să recunosc acest lucru în faţa lui Sharon. Abia dacă o pot recunoaşte faţă de mine."

De fapt, imaginaţia erotică este stimulată de o mulţime de sentimente care sunt departe de a fi adecvate: agresivitate, dorinţă brutală, nevoie infantilă, putere, răzbunare, egoism şi gelozie (ca să enumerăm numai câteva dintre ele). Aceste sentimente, care sunt toate rezidenţi permanenţi ai relaţiei noastre intime, ne pot ameninţa stabilitatea conexiunii şi ne pot face dragostea mizerabilă. Este mult mai uşor şi adesea mai înţelept să le exilăm la marginea imaginaţiei, unde nu ne pot face niciun rău. În anticamerele minţii erotice, regulile de bună-cuviinţă sunt răsturnate cu capul în jos, deseori invitate numai cu singurul scop de a fi călcate în picioare. Frontierele interzise sunt încălcate, rolurile sexelor sunt inversate, modestia este viciată, iar dezechilibrele de putere sunt în mod senzual scoase la vedere, toate acestea de dragul excitării. În fantezie, punem în practică ceea ce nu am îndrăzni să facem în realitate.

Joni şi Ray

Joni se plânge cam în felul acesta:

— Ray crede că nu-mi place să fac sex. Dar îmi place, sau cel puţin îmi plăcea, numai că nu-mi place atât de mult cu el. Nu mă atrage din punct de vedere sexual şi se pare că nici eu nu-i pot dezvălui acest lucru. Sunt deznădăjduită. Am numai douăzeci şi nouă de ani. Sunt prea tânără ca să nu mai fac dragoste.

— Există o vârstă anume la care încetezi să faci sex? o întreb eu. Mai târziu, poate putem alege o dată. Pentru moment, aș vrea să știu ce vrei tu de la Ray și nu obții.

— Vreau să fie mai bărbat și nu-mi vine să cred că o spun cu voce tare, spune ea, dând din cap. Nici măcar nu știu ce vrea să însemne. De parcă aș vrea să fie un fel de Neanderthal din 1950. Dar eu nu vreau asta. Mama mea a avut parte de așa ceva. Nu cred ca tata să o fi întrebat vreodată ce-i place, în dormitor sau în afara acestuia. Ray este o persoană admirabilă. Este un adevărat domn, mă respectă și mă lasă să fiu eu. Îmi place cât de ușoară e relația noastră, dar nu mă ajută în privința sexului.

— Ce lipsește? mă interesez eu.

Brusc, ea se apleacă și mă apucă de încheietură, nu brutal, ci cu convingere.

— Asta vreau, spune ea. Apoi, într-o doară, ușor, îmi freacă antebrațul și adaugă: Asta e ceea ce primesc.

— Deci e pasiv?

— Nu tocmai. El ia întotdeauna inițiativa atunci când facem sex, dar felul în care o face mă scoate din sărite. E ca și cum ridică doar sprâncenele și zice: „Hmmm?" E ca și cum m-ar întreba: „O să am parte de ceva acțiune în seara asta?" de parcă eu trebuie să preiau conducerea din acel moment.

— Are un fel de a te aborda care nu spune „Te vreau" precum spune „Mă vrei?" Asta e problema?

— Da! strigă Joni.

Îi explic că dacă voi înțelege ce așteptări are ea de la Ray, mai întâi trebuie să înțeleg ce așteptări are ea de la sex.

— Dacă sexul este o căutare a aventurii, o întreb eu, atunci care e scopul ei?

Joni este destul de generoasă în dezvăluirea trecutului ei sexual: experiențele cele mai fericite, cele mai proaste și ce le-a făcut să fie așa. Îmi oferă o mulțime de informații despre

atmosfera în care a crescut, despre primii ei stimulatori, vârsta la care a început să se masturbeze și vârsta la care a înțeles ce este masturbarea. Dar când o întreb:

— Ce înseamnă sexul pentru tine? Care sunt sentimentele care îți însoțesc dorința? Ce cauți să găsești prin sex? Ce vrei să simți? Să exprimi? Unde te oprești? mă privește dezorientată.

— Nu am nicio idee, recunoaște ea. Nu m-a mai întrebat nimeni până acum.

Toți investim în întâlnirile noastre erotice un set complex de nevoi și de așteptări. Căutăm să găsim dragoste, plăcere și acceptare. Unii dintre noi găsesc în sex locul perfect de întâlnire pentru rebeliune și evadare. Alții, ajung la transcendență și extaz, chiar și comuniune spirituală. Ce am primit de la Joni a fost o poveste a experienței ei. Ceea ce căutam era o înțelegere a dorințelor și conflictelor pe care le-a adus cu ea în aceste experiențe.

— Pot să te întreb despre fanteziile tale? întreb eu.

Joni se face albă ca varul.

— O, Doamne. E atât de personal. Ce fac sau ce am făcut nu pare aproape deloc la fel de stânjenitor ca ceea ce îmi trece prin minte.

— Dar chiar aici vreau să ajung. Cred că dacă vorbim despre fanteziile tale am putea ajunge la esența a ceea ce stă între tine și Ray.

Cu timpul, și după multe încercări de a o convinge, Joni dezvăluie o colecție fantastică de tablouri erotice neînfrânate, seducătoare și enorm de detaliate, pe care și le-a imaginat încă de la începutul adolescenței. Văcari, pirați, regi și concubini defilează în configurații nesfârșite de putere exercitată cu grijă și un act de predare foarte delicat. De-a lungul anilor, scenariile s-au schimbat, dar esența nu. Fragmentul cel mai recent are loc la ferma „soțului", unde ea este prezentată în mod ritualic angajaților săi, ca pe o ofertă sexuală. În seara în care sosesc la fermă i

se spune să se îmbrace pentru cina la care ea va cunoaște personalul. Soțul ei (care în mod cert nu este Ray în caracterizarea ei) îi alege îmbrăcămintea, o rochie elegantă cum nu se poate mai dezvăluitoare și alte bijuterii extraordinare asortate — cercei de sticlă, un pandantiv din diamant atârnând între sânii ei, tocuri înalte. El este atent la fiecare detaliu al înfățișării ei. După masă, îi cere să se dezbrace pentru ca ei să-i poată aprecia frumusețea. Ea se supune; deși este stânjenită și chiar umilită, toate acestea sunt, în mod bizar, emoționante. Se află în totalitate la mila lor și nu face nicio încercare de a scăpa. Bărbaților le este dată și lor o provocare — să-i anticipeze fiecare dorință și să o aducă pe culmile extazului sexual necunoscut de ea până atunci.

— Vrei să știi de ce mă tem? Mă tem că sunt o masochistă, la fel ca mama, îmi spune ea.

— Cum ești tu o masochistă în povestea aceasta? mă interesez eu.

— Mă supun. Sunt pasivă, lipsită de voință proprie. Fac ce mi se spune și îmi place să mi se spună ce să fac. Ce caut eu acolo, primind ordine de la bărbați? Urăsc să primesc ordine de la oricine ar veni ele. Nu suport autoritatea, dar mă înfierbântă supunerea față de un grup de văcari? Nu are niciun pic de logică.

— De fapt, mie mi se pare că are destul de multă logică, îi spun eu.

— Atunci, te-ar supăra să ne luminezi și pe noi, doctore?

Îi explic că fantezia sexuală nu funcționează ca celelalte fantezii. Dacă oamenii îmi spun că visează la o vacanță în Tahiti, eu cred că ei vor o vacanță în Tahiti. Legătura dintre fanteziile lor și ceea ce vor cu adevărat este liniștitor de necomplicată. Însă fanteziile sexuale nu reflectă realitatea în același fel. Problema e că fantezia sexuală implică prefacerea. Este o simulare, o reprezentație — nu ceva real și nu neapărat o râvnire la ceva real. La fel ca visele și operele de artă, fanteziile sunt mult mai mult decât

par ele să fie la suprafață. Sunt creații psihice complexe al căror conținut simbolic nu trebuie luat drept intenție literală.

— Gândește în versuri, nu în proză, îi spun eu.

Din tot ce mi-a spus Joni despre relația ei cu Ray, nu credeam că trebuie să-și facă griji despre faptul că este masochistă sau chiar pasivă. Poate că este controlată de văcari, dar în cele din urmă ea este cea care îi controlează pe aceștia. Ea este autorul, producătorul, agentul de casting, regizorul și actorul spectacolului. Întreaga chestiune este o producție pusă în scenă de ea cu scopul plăcerii, nu al durerii. Aceștia sunt admiratori, nu sadici. Dacă era într-adevăr silită, nu s-ar mai simți atât de bine. Chiar dacă calea este controlul, experiența sa este una de atenție. Subiectele încâlcite sunt numai o cale sigură către plăcere.

Când îi explic lui Joni că fantezia ei pare să fie legată mai mult de atenție și vulnerabilitate decât de masochism, ușurarea ei este vizibilă. Este o alcoolică ce se tratează, iar ideea că are probleme de dependență nu-i stârnește mirarea. Toată viața a negat nevoia ei de sprijin, chiar în timp ce râvnea în secret ca cineva să aibă grijă de ea. Singurul lucru în privința căruia a simțit că e destul de în siguranță să fie dependentă de el a fost alcoolul, un prieten solid și de încredere. Mai precis, alcoolul nu i-a cerut niciodată nimic în schimb.

La treisprezece ani, Joni s-a înscris la o școală cu internat din proprie inițiativă, a fost acceptată și a plecat pentru totdeauna de acasă. La momentul acela se credea o fată ambițioasă. Privind înapoi, își dă seama că aceasta a fost o încercare de a scăpa de problematica distribuire a nevoilor și resurselor care au condus economia afectivă a familiei. De-a lungul anilor și-a dezvoltat o rețea de prietenii solide care au ajutat-o în multe privințe. Dar la final, nici școala cu internat, nici cariera, nici alcoolul, nici măcar prietenii ei nu au apărat-o împotriva dependenței inevitabile sau

de încurcătura de vulnerabilități pe care le atrage după sine dragostea intimă.

Actul II: Intră Ray. După cum spune și el, Ray este un bărbat ca sarea în bucate. El este produsul fericit al socializării masculine încununate de succes: independent, încrezător în sine și capabil să-și rezolve singur problemele. Nu era ca ceilalți tipi cu care se întâlnea Joni — luptători, plini de ei, independenți din punct de vedere afectiv, artiști alcoolici care scăpau de relații spunând lucruri de genul: „Hai să nu încercăm să definim asta; chiar nu putem vedea unde duce?" și „Din cauză că te plac, nu pot fi cu tine." Ray, pe de altă parte, a spus clar că e interesat. A sunat când a spus că o să sune, nu a întârziat niciodată și a depus mult efort în plănuirea întâlnirilor lor. „Chiar era atent la ceea ce spuneam. Îmi punea întrebări despre mine și își amintea răspunsurile. Eram obișnuită cu o scenă în care faci sex cu cineva timp de șase luni și nici măcar nu deschizi subiectul legat de ce ar putea însemna sau unde ar putea duce. Ray nu a jucat acest joc. Îi plăcea de mine și nu-i era teamă s-o spună."

Sinceritatea lui Ray, consecvența și generozitatea lui afectivă i-au adus lui Joni un sentiment de liniște și siguranță pe care nu-l mai avusese într-o relație de dragoste. Ea i-a descoperit abilitatea de a-i intui nevoile pozitiv încântătoare, iar faptul că el părea să aibă atât de puține nevoi constituia de asemenea un plus.

— Ce ispitire irezistibilă, să ai un bărbat care îți poate anticipa nevoile, am spus eu. Spune-mi, cât a durat?

— Nu suficient de mult. Simt că acum trebuie constant să-l rog pe Ray pentru orice; uneori trebuie să-i cer de două ori. Nu suport asta, răspunde ea.

— Ah, văcarii vin să te salveze. Nu trebuie nici măcar să-i rogi.

Pe parcursul terapiei, sunt în mod repetat izbită de forța aversiunii lui Joni față de oricare exprimare a nevoii. Se simte

extrem de umilită şi subjugată de nevoia de atenţie şi pot să-mi dau seama cum fanteziile ei cu văcari pătrund în această problemă emoţională esenţială. În poveştile ei erotice variate, este capabilă să se afle la mila altora cu niciuna dintre neputinţele epuizante de care se teme ea. Chiar acest scenariu (şi într-adevăr fiecare dintre celelalte fantezii ale ei) îi permite să se sustragă pericolelor dependenţei: neputinţa, furia, umilinţele. Mai mult decât atât — şi acest lucru este important — ea este dorită chiar pentru calităţile pe care în realitate le dispreţuieşte la ea. În refugiul minţii, transformă pasivitatea în plăcere erotică; puterea devine o expresie a atenţiei, iar riscul este reunit cu siguranţa.

Joni este copleşită de consecinţele dependenţei ei pe toate fronturile: caracterul ei nevoiaş este abject, iar nevoile afective ale altora sunt la fel de copleşitoare. Ea rezolvă acest lucru prin popularea fanteziilor ei cu caricaturi ale machismului. Aceştia sunt bărbaţi puternici care nu au slăbiciuni şi nu au nevoie de îngrijire. Aceşti bărbaţi nu cer; ei îşi iau. Joni se eliberează astfel de imperativul social al îngrijirii feminine, iar lăcomia ei sexuală lipsită de griji se dezlănţuie.

În spatele măştii de văcar

Fanteziile erotice au o abilitate stranie de a rezolva mai mult decât o problemă în acelaşi timp. În timp ce fanteziile lui Joni îi confirmă în mod cert conflictele individuale, ele pot de asemenea fi răspunsul la un tabu cultural împotriva sexualităţii femeilor în general. De-a lungul istoriei, s-au făcut investiţii masive pentru a asigura menţinerea sub control a dorinţei feminine. Spre meritul lor, femeile s-au descurcat cu succes în învingerea acestui tabu. Cu fiecare nouă dispoziţie, imaginaţia lor a devenit mai rezistentă. În mod conştient, Joni se identifică cu femeile din poveştile ei. Dar tot ea e cea care a creat şi bărbaţii

și a aranjat fiecare detaliu. De fapt, ea joacă toate rolurile. Ea știe ce înseamnă să fii un acaparator sexual: cunoaște dorința aprinsă și cruzimea. Indirect, prin intermediul văcarilor, ea ajunge să simtă agresivitatea, egoismul și puterea — toate atributele atât de ascunse sub masca masculinității în mintea ei, încât pot fi exprimate numai prin personaje masculine.

Pentru multe femei, simularea seducției silite asigură o eliminare sigură a agresivității sexuale. Agresivitatea sexuală la femei contrazice atât de mult noțiunile noastre culturale despre feminitate, încât o putem dezlănțui numai în aceste transpuneri imaginare. Lasă-l pe el, atacatorul inventat, să exprime agresivitatea pe care atât de multe femei ezită să o exprime ele însele.

Răspânditul abuz sexual al femeilor este un context înfricoșător al fanteziei neinspirate de a fi violată, dar în aceste subiecte imaginare atacul nu este real. Puține femei incorporează în fanteziile lor erotice un ochi negru sau o buză umflată. Terapeutul sexual Jack Morin accentuează faptul că violatorii din fantezii sunt remarcabil de non-violenți. În fantezii, violența este subminată de blândețe. Prin intermediul bărbatului blând, femeile se pot bucura în siguranță de plăcerile „dominației sănătoase și cedării puternice.

Între timp, la fermă...

În practica mea, urmăresc să creez un spațiu propice discuției despre sex, lipsit de judecată și morală, unde oamenii pot vorbi în siguranță despre sexualitatea lor. Numai dacă fac acest lucru — și adesea nu e atât de ușor — poate avea un efect profund. Sexul devine deopotrivă o cale de elucidare a conflictelor legate de intimitate și dorință și o modalitate de a începe să vindecăm aceste rupturi destructive. Împreună, eu și cu Joni, folosim textul fanteziilor ei pentru a ne ocupa de proble-

mele critice dintre ea și Ray. Dependența și pasivitatea, agresivitatea și controlul erau toate sentimente pe care ea le-a negat ani de-a rândul, ele fuseseră îngăduite numai în intimitatea minții ei. Recuperându-le prin intermediul terapiei, ea se afla cu un pas mai aproape de a le elibera și în cămin.

Odată ce Joni nu a mai fost prizoniera rușinii fanteziilor ei, a devenit mai relaxată și s-a acceptat mai mult așa cum era. Spre surprinderea ei, a fost capabilă să-l abordeze pe Ryan prin tot felul de cerințe și numai cu o cantitate modestă de îngrijorare. Au urmat conversații în care obstacolele extraordinare s-au dovedit a fi numai neînțelegeri jenante care, fiind neglijate, scăpaseră de sub control.

Ani de-a rândul, Ray a presupus că abordarea lui blândă era ceea ce-și dorea Joni. De fapt, el credea că asta e tot ce își doresc femeile și nu-și dădea seama de ce întrebarea: „Ce pot face pentru tine?" garanta un răspuns atât de iritat: „Nimic!" El nu avea cum să știe că, pentru Joni, să fie protejată din punct de vedere sexual însemna să abdice de la oricare responsabilitate și să savureze din plin dependența pasivă, lipsită de vină. Dinamica lor devenise absurdă cu refuzul ei care atrăgea după sine preocuparea lui, care, la rândul ei, atrăgea mai mult refuz.

Când Joni l-a invitat pe Ray să se afirme mai mult și să fie mai preocupat de sine, acest lucru a fost la fel de eliberator pentru el cum a fost și pentru ea. Pentru prima oară, el simțea că are spațiu pentru o gamă întreagă de sentimente, nu numai sentimente tandre. Joni a fost surprinsă de răspunsul pozitiv al lui Ray la noua ei afirmare. Chiar și afirmarea faptului că dorința ei este pasivă a fost o dovadă de acțiune fără precedent din partea ei. Ca multe femei, își interiorizase mesajul puternic că exprimarea neînfricată a sexualității feminine este desfrânată, neatrăgătoare, egoistă și în mod cert nu face parte din dragostea intimă. „Mi-era

teamă că dacă îi spun lui Ray: «Fă asta, nu face asta, mai încet, încă un pic, uite așa și așa, și așa», acest lucru i-ar fi tăiat cheful."

Ținând cont de părerea lui Ray în toate privințele legat de sex, căutând expertiza lui și ignorând-o pe a ei, Joni îndeplinise misiunea feminină, veche de când lumea, de a conserva mândria bărbatului și de a-i salva masculinitatea. Sau așa credea ea. Dar presupunerile ei s-au dovedit a fi greșite — fiindcă pe Ray îl excită apetitul și chiar cerințele ei. Pentru el, faptul de a avea lângă el o femeie, care să-l considere ca pe un egal din punct de vedere sexual, îi lua toată povara presupunerilor și nesiguranței persistente legate de faptul că nu e niciodată sigur dacă o face cum trebuie. Când ea este mai bine dispusă, el nu trebuie să-și facă griji pentru ea și nu se mai simte diminuat de răspunsul ei împăciuitor, cald. Exuberanța ei îi permite să aibă și el propriile cerințe și să se abandoneze fără restricții în prezența femeii pe care o iubește.

Joni nu i-a povestit niciodată lui Ray conținutul specific al fanteziilor ei, dar dezgroparea înțelesului lor a adus totuși schimbări în relația lor sexuală și afectivă. Odată ce Joni a aflat ce anume caută să obțină ea de la sex și odată ce a înțeles barierele personale și sociale care îi stăteau în calea plăcerii, a fost capabilă să-l abordeze și să-i răspundă lui Ray cu totul altfel. Către mine a zis: „Acum că mi-e mai clar ce înseamnă sexul pentru mine și cum vreau să mă simt când fac sex, pot vorbi cu Ray despre asta fără să-mi explic fantezia. Deși, nici asta nu mi se mai pare atât de înfricoșător acum — nu mai e nimic de care să-mi fie rușine sau nimic cu care să-mi fie teamă să mă confrunt."

Să-i spun sau să nu-i spun?

Unele cupluri se încarcă erotic dacă își împărtășesc fanteziile prin cuvinte sau prin practică. Catherine și soțul ei sunt complici

indecenţi atunci când plănuiesc detaliile actelor lor lascive. Este distractiv, este inedit şi le permite să fie (şi să fie împreună cu) altcineva fără a trebui să caute în altă parte. Se creează multiplicitate din monogamie.

Dar nu toată lumea vrea bilet la acest teatru al seducţiei. Destăinuirea nu este o parte necesară în lămurirea fanteziilor. Nu susţin o abordare de genul spune-tot; nu toată lumea ar alege să trăiască într-o atmosferă de *Destăinuiri adevărate.* Poate vrem să ne păstrăm închipuirile pentru noi, nu din ruşine, ci dintr-o conştientizare incipientă a faptului că expunerea lor la lumină le va veşteji din capul locului. În schimb, putem fi înţelepţi să visăm singuri deoarece s-ar putea să nu ne aflăm pe aceeaşi lungime de undă erotică cu persoana iubită.

Să-i luăm ca exemplu pe Nat şi prietena lui, Amanda. Lumea fanteziilor lui Nat nu este stabilită clar în adâncul minţii lui; acest lucru este evident în casetele puse la vedere de pe raftul de casete video: *Gang Bang 1, Gang Bang 2, Gang Bang 17, Gang Bang 50.* Gustul lui pentru pornografie este evident. Nu a simţit niciodată nevoia să ascundă acest lucru, dar nici nu a simţit dorinţa de a-l împărtăşi. „E un fel de fetiş pentru mine. Nu cred că oamenii îşi înţeleg întotdeauna fetişurile. De ce unora le plac pantofii? Nu am nicio idee. Am încercat să înţeleg acest lucru, dar nu pot. Nu sunt ruşinos. Este un lucru de durată la mine, chiar de când eram adolescent, indiferent de viaţa mea sexuală reală."

Nat ar fi putut pluti confortabil în rătăcirile lui intime, dacă Amanda nu ar fi fost deranjată de casete. (Totuşi, el trebuia să fi bănuit că, lăsându-le la vedere, se va isca şi această problemă.) „Nu înţeleg violenţa. Mă sperie. Îmi încalcă vulnerabilitatea mea ca femeie", spune ea. „Vreau să spun că e un lucru bolnav, nu-i aşa?" Amanda vede bărbaţi desfrânaţi cu o putere absolută, care profită de femei lipsite de apărare. Dar Nat se uită la un cu totul alt film. Când îl întreb, „Cine deţine puterea aici?" el e grăbit

să-mi răspundă, „Femeia, fără îndoială." Pentru Nat, stimulentul este reprezentat de femeia nesătulă, femeia puternică din punct de vedere sexual care incorporează câțiva bărbați în același timp. Cu această plăcere nu este asociată nici forța, nici rănirea. „Ea și-o dorește și îi place. Dacă nu-i plăcea, m-aș fi oprit de tot."

Explicațiile lui Nat constituie o ușurare pentru Amanda în sensul că acestea fac filmele să pară mai puțin înfiorătoare, dar ea încă se simte rănită de faptul că femeile de pe ecran nu sunt deloc ca ea. „Nu pot concura cu aceste femei. Dacă asta e ce-i place lui, atunci cum ar putea fi satisfăcut cu mine?" întreabă ea. Când Amanda se uită la filme, ea se gândește numai la ceea ce implică acele femei în legătură cu ea, nu la ceea ce transmit ele despre Nat, și se simte respinsă.

„Găsesc într-adevăr că sunt sexy aceste femei, recunoaște el. Văd o fată plimbându-se pe stradă într-o bustieră și o fustă scurtă de piele și cizme de genul vino-să-mă-iei și, da, asta mă excită. Dar vreau eu să-mi petrec restul vieții cu acea persoană? Nu. Vreau eu să-mi pun în pericol relația cu tine ducându-mă să fac sex cu acea persoană? Nu. Am mai fost eu atras de asemenea persoane în trecut, am mai făcut eu sex cu asemenea persoane? Da. Am mai avut eu vreo relație de lungă durată cu vreuna dintre acele persoane? Nu. Cred că pot face diferența între ceva care mă stârnește și persoana pe care chiar o iubesc. Cred că sunt suficient de matur să știu ce înseamnă asta. Sentimentele mele pentru tine sunt total diferite."

O invit pe Amanda să se gândească că ceea ce îl excită pe Nat este exact faptul că femeile din fanteziile lui nu sunt reale. Chiar absența complexității psihologice este cea care îi alimentează excitația. Fiindcă, dacă aceste femei ar fi reale — dacă ar avea sentimente, nevoi, nesiguranțe, opinii — nu ar fi suficient un dulap întreg de cizme. În aceste fantezii, personalitățile complexe sunt reduse considerabil pentru a obține ceea ce vrea

el de la ele. Femeile din filmele lui porno trebuie să fie suficient de nule (adică văzute ca obiecte) pentru a absorbi proiecțiile lui imaginare și a-i satisface nevoile.

Nat invocă imagini ale unei diavolițe lacome. Pentru Joni, sunt văcarii, nici ei prea complecși. Pentru Daryl este trecătoarea lascivă de pe plajă. Pentru Catherine, este soțul ei în rolul de client. Fanteziile ne sunt adesea populate de aceste personificări ale sexualității nestăpânite. Cu ele putem experimenta simpla plăcere sau dorința nestăpânită, eliberată de emoțiile încurcate ale intimității adulte. Acești străini bineveniți ne ajută să evităm ambiguitățile dorinței și neprevăzutul dragostei. Deși trăiesc laolaltă cu iubirea, ele nu sunt un substitut al experienței reale.

Pornografia heterosexuală, în mod predominant produsă de și pentru bărbați, se ocupă aproape exclusiv cu ceea ce sociologul Anthony Giddens numește „emoție scăzută, sex de mare intensitate". Parțial, întrunește nevoile multor bărbați de a-și compartimenta viețile lor sexuale și afective și de a-și separa relațiile sigure de impulsurile lor nesăbuite. Dar aceasta mai servește unui scop care nu e imediat vizibil. În timp ce oponenții pornografiei se concentrează în principal asupra agresivității și violenței sexualității masculine, Giddens clarifică faptul că potența masculină etalată în aceste povești este o reasigurare clară împotriva nesiguranței masculine — sexuale și de alt gen. Personajele feminine din majoritatea pornografiei (ele însele vulnerabile) neutralizează vulnerabilitatea masculină, fiindcă sunt întotdeauna complet receptive și complet satisfăcute. Bărbatul nu suferă niciodată de nepotrivire, deoarece femeia este într-o stare de fericire extaziată care constituie pe de-a întregul meritul lui. Ea îi confirmă virilitatea.

În timp ce Nat îmi asculta rudimentara deconstruire a pornografiei, am simțit că și-ar fi dorit să se afle oriunde în altă parte. Nu a primit bucuros ideea că *Gang Bang 47* vorbește chiar

despre nesiguranța sexuală masculină. Dar și-a identificat într-adevăr nevoia de un spațiu lipsit de sentimente, unde sexul să fie nestânjenit și sălbatic, și unde toate vulnerabilitățile, nepotrivirile și dependențele — ale lui și ale ei — pot fi suspendate temporar.

Dacă nu ar fi fost casetele, poate că nu aș fi inițiat discuția la acest nivel despre obiceiurile vizuale ale lui Nat. În primul rând, Nat și Amanda nu erau împreună de mult timp; ei încă își ancorau viața lor împreună, negociind multe aspecte ale relației lor. Am simțit că nesiguranța, prejudecățile și diferențele estetice ale Amandei vor face să-i fie greu să asculte despre fanteziile lui intime fără ca ea să nu se simtă amenințată.

Cât despre el, Nat nu a fost în mod special receptiv la sensibilitățile Amandei. Nat era mândru de efectul pe care-l aveau aceste casete asupra ei și (contrar obiecțiilor lui) era un pic rușinat pentru că nu înțelegea ce vor să însemne toate acestea. Argumentul lui, că o iubea prea mult pentru a putea fi în stare să o erotizeze în felul acela, era prea superficial. Pentru a-ți expune viața erotică intimă este nevoie de mai multă sensibilitate și tact decât a dovedit Nat. În același fel, pentru a pătrunde în lumea fanteziilor partenerului e nevoie de un simț al distincției mai mare decât a putut dovedi Amanda.

Pe unii oameni îi stârnește aruncatul cu privirea în spatele cortinei închipuirilor secrete ale partenerului; pentru alții, este un dezastru. Acest lucru nu numai că nu reușește să le sporească complicitatea erotică, ci, practic, le-o rănește. Este riscant să invităm pe cineva în străfundurile gândirii noastre erotice. Dacă fantezia nu e bine primită poate avea un efect devastator. Dar când e primită într-un fel care ne face să ne simțim recunoscuți, acceptați, poate fi un act extrem de consolidant. În timp ce fantezia în sine ar putea să nu fie un scenariu intim, dezvăluirea ei exprimă și cultivă dragostea și încrederea profundă.

În același timp, pentru a pătrunde în gândirea erotică a altcuiva e nevoie de un efort de înțelegere și de un grad considerabil de conștientizare a distincției afective. S-ar putea să nu ne placă ce auzim; s-ar putea să nu considerăm că e sexy. Acest nivel de obiectivitate compătimitoare nu este ușor de atins, mai ales când e vorba de dorință. Dacă pe partenerul nostru îl excită ceva străin nouă, altceva, suntem mai întâi tentați să judecăm și apoi să punem întrebări, dacă mai punem. Ceea ce începe ca o anchetă deschisă poate degenera rapid într-o retragere reciproc defensivă. Când mintea erotică percepe critică, ea începe să se ascundă. Nemaifiind intimă, devine secretă.

Eu sunt o partizană a intimității și prefer o abordare precaută în ceea ce privește destăinuirea sexuală. Explorarea erotismului unei persoane nu este sinonimă cu afirmarea ei în public; iar recunoașterea nu trebuie să implice o destăinuire detaliată. Există multe modalități de a ne aduce identitatea erotică în relațiile noastre intime; nu toate necesită cuvinte sau exposéuri precise. Modul de abordare al acestei probleme va depinde de relația respectivă și de compatibilitatea dintre parteneri.

Tabuurile noastre culturale legate de fantezia erotică sunt atât de puternice, încât multora, numai ideea de a discuta despre ea, le creează neliniște și rușine. Totuși, fanteziile sunt hărți ale preocupărilor noastre psihologice și culturale; explorarea lor poate conduce la o conștientizare de sine sporită, un pas esențial în realizarea schimbării. Când ne ținem la distanță interiorul erotic, rămânem cu mai puțin sex, lipsit de vibrație și nu neapărat intim. Ceea ce nu reușesc oamenii să înțeleagă este că relațiile sexuale necondimentate, plictisitoare sunt adesea rezultatul încetării procesului de imaginație chiar în acest mod.

Imaginația erotică este o expresie debordantă a vioiciunii noastre și una dintre cele mai puternice unelte pe care le deținem pentru a menține dorința aprinsă. Dând glas fanteziilor noastre ne putem elibera de multiplele obstacole personale și sociale care stau în calea plăcerii. Să înțelegem ce fac fanteziile pentru noi ne va ajuta să înțelegem ceea ce căutăm să găsim, din punct de vedere sexual și afectiv. În reveriile erotice, găsim energia care ne ține înflăcărat de treji față de sexualitatea noastră.

10
Umbra celui de-al treilea
Regândirea fidelității

Î: Care e secretul unei relații de lungă durată?
R: Infidelitatea. Nu actul în sine, ci amenințarea cu infidelitatea. Pentru Proust, o injecție a geloziei este singurul lucru capabil să salveze o relație ruinată de obișnuință.
Alain de Botton, *How Proust can change your life*

Cătușele căsniciei sunt atât de grele încât e nevoie de doi să le care, uneori chiar de trei.
Alexandre Dumas

Talmudul, imensa compilație a tradițiilor rabinice, povestește următoarea pildă. În fiecare seară, Rabinul Bar Ashi îngenunchea în fața Dumnezeului milostiv și se ruga să fie salvat de îndemnurile rele. Soția sa, auzindu-l, se gândea, „Sunt câțiva ani de când s-a retras de lângă mine. Ce-l face să spună asta?" Așa că într-o zi, în timp ce studia în grădină, ea se îmbracă precum Haruta și se duce la el. (Haruta era numele de bază al prostituatei din Babilonul antic. Cuvântul înseamnă „libertate" în ebraică.)

— Cine ești tu? întreabă el.

— Sunt Haruta, răspunde ea.

— Te vreau, poruncește el.

— Adu-mi rodia de pe craca cea mai înaltă, îi cere ea în schimb.

El îi aduce rodia și o are.

La întoarcerea acasă, soția lui avea grijă de foc. El se ridică și încearcă să se arunce în foc. Ea îl întreabă:

— De ce faci asta?

— Pentru că s-a întâmplat asta și asta, mărturisește el.

— Dar eu am fost, răspunde ea.
— Eu, oricum, intenționam să fac ce e interzis.

Monogamia monolitică

În clipa în care doi oameni devin un cuplu, aceștia încep să aibă de-a face cu limite — ce le e permis și ce nu. Îl alegi pe unul dintre toți ceilalți, apoi trasezi linia în jurul fericitei voastre uniuni. Acum încep întrebările. Ce sunt liber să fac de unul singur și ce trebuie să împărtășesc? Mergem la culcare în același timp? Vei fi alături de familia mea în fiecare Zi a Recunoștinței? Uneori, negociem aceste aranjamente în mod explicit, însă mai frecvent le negociem prin încercări și greșeli. Îți dai seama cu cât poți scăpa înainte de a cădea în capcana sensibilităților. De ce nu mi-ai spus să vin cu tine? Am crezut că vom călători împreună. O privire, un comentariu, o rupere a tăcerii — acestea sunt dovezile ce trebuie interpretate. Intuim cât de des să ne vedem, cât de des să vorbim și cât de multe se așteaptă de la noi să împărtășim. Ne selectăm prieteniile și hotărâm ce importanță au ceilalți, acum când ne avem unul pe celălalt. Ne rezolvăm problemele cu foștii iubiți — îi cunoaștem, vorbim despre ei, ne vedem cu ei? Fățiș sau pe ascuns, ne delimităm zonele de intimitate, precum și zonele cuplului.

Mama tuturor limitelor, regina domnitoare, este fidelitatea deoarece ea ne confirmă uniunea mai mult ca oricare alta. În mod tradițional, monogamia era văzută ca un singur partener sexual pe viață, asemănător lebedelor și lupilor. Astăzi, a ajuns să însemne să ai un partener sexual la un moment dat. (După câte se pare, numai lebedele și lupii par să fie monogami.) Femeia care se căsătorește, divorțează, este singură pentru o vreme, are câțiva iubiți, se recăsătorește, divorțează, apoi se căsătorește pentru a treia oară, poate de asemenea îndeplini criteriul

monogamiei cu condiția să rămână exclusivă din punct de vedere sexual în cadrul fiecărei relații. Totuși, un bărbat care este devotat aceleiași femei timp de cincizeci de ani, dar își permite o aventură de o noapte în al cincizecilea an, este repede expediat ca făcând parte din categoria infidelilor. Dacă ai înșelat, ai înșelat.

Așa cum cânta și Bob Dylan „Timpurile se cam schimbă". În ultimii cincizeci de ani ne-am expus unei abundențe de noi configurații conjugale și familiale. Pot exista căsătorii între heterosexuali, între homosexuali sau între aceste genuri. Pot exista parteneriate domestice. Putem fi părinți singuri, părinți vitregi, părinți adoptivi sau putem să nu avem copii. Căsătoriile succesive și familiile amestecate sunt ceva obișnuit. Putem coabita fără să ne căsătorim niciodată sau putem avea o căsnicie de navetiști numai cu momente scurte petrecute sub același acoperiș. Deprinși în mod delicat cu fragilitatea căsătoriei, acum avem contracte prenupțiale și divorțuri fără vinovați. Toate aceste aranjamente ne-au redefinit limitele atât în cadrul cuplului, cât și pe cele dintre cuplu și lumea de dinafară. Totuși, oricât de flexibile ne sunt atitudinile față de căsnicie, rămânem neabătuți de la insistența noastră asupra monogamiei. Cu puține excepții — staruri de cinema, hipioți îmbătrâniți, cei care sar din floare în floare — limitele pe care le trasăm în jurul exclusivității sexuale rămân rigide.

Aventura noastră cu monogamia are, după cum se vede, un anumit preț. Terapeuta de familie, brazilianca Michele Scheinkman, spune: „Cultura americană prezintă o toleranță mare față de divorț — în care se realizează o întrerupere totală a legăturii de loialitate și unde se manifestă efecte dureroase pentru întreaga familie — dar este o cultură lipsită de toleranță față de infidelitatea sexuală." Preferăm să distrugem o relație decât să îi punem structura la îndoială.

Credința noastră în monogamie este atât de întărită, încât majoritatea cuplurilor, în special cele de heterosexuali, rar abordează deschis subiectul. Nu e nevoie să discute ceea ce e dat. Chiar și aceia care altfel sunt dornici să sondeze sexualitatea în toate permutările ei ezită adesea să negocieze atitudinile stricte față de exclusivitate. Monogamia are o calitate absolută. Conform acestui mod de gândire, nu poți fi în mare parte monogam sau 98% monogam sau monogam din când în când. Discutarea fidelității implică faptul că aceasta este deschisă la discuții și că nu mai este un imperativ. Perspectiva înșelării este prea întunecoasă, așadar, evităm subiectul printr-o negare practică. Ne temem că cea mai mică crăpătură din armura noastră va face loc Sodomei și Gomorei.

În ciuda ratei de divorț de 50% pentru prima căsătorie și de 60% pentru cei aflați la cea de-a doua căsătorie, în ciuda frecvenței uluitoare a aventurilor, în ciuda faptului că monogamia este un vas ce se scufundă mai înainte ca cineva să-l salveze, continuăm să stăm agățați de epavă cu o încredere absolută în trăinicia ei structurală.

Găsirea persoanei potrivite

Pe plan istoric, monogamia a fost un sistem de control al reproducerii femeilor impus din afară. „Care copil e al meu? Cine primește vacile după ce mor eu?" Fidelitatea, ca sprijin de nădejde al societății patriarhale, se referea la descendență și proprietate; nu avea nimic de-a face cu dragostea. Acum, mai ales în Vest, aceasta are de-a face numai cu dragostea. Când căsnicia a trecut de la a fi un aranjament contractual la o chestiune ce implică suflet, fidelitatea a devenit o expresie mutuală de dragoste și devotament. Altădată o interdicție socială menită

femeilor, fidelitatea este acum o alegere personală pentru ambele sexe. Convingerea a înlocuit convenţia.

În ziua de azi suntem propriii peţitori. Dacă nu mai suntem obligaţi să ne căsătorim cu cineva impus, pornim cu un nou ideal legat de ceea ce vrem, şi noi vrem multe. Dezideratul nostru încă include tot ceea ce se presupunea că trebuie să asigure familia tradiţională — siguranţă, copii, proprietate, respect — dar acum ne dorim şi ca Joe al nostru să ne iubească, să ne dorească, să fie interesat de noi. Ar trebui să fim confidenţi, cei mai buni prieteni şi iubiţi pasionali. Căsnicia modernă ne promite că există o persoană undeva acolo, cu care toate acestea sunt posibile, numai să o găsim. Susţinem cu atât de multă îndârjire ideea că mariajul este pentru toate, încât cei treziţi la realitate optează pentru divorţ sau aventuri nu pentru că pun la îndoială instituţia, ci din cauza convingerii că au ales persoana greşită cu care să ajungă la această nirvana. Data viitoare vor face o alegere mai bună. Accentul cade mereu pe obiectul iubirii noastre, nu pe capacitatea noastră de a iubi. De aceea, psihologul Erich Fromm clarifică faptul că noi credem că este uşor să iubim, dar e greu să găsim persoana potrivită. Odată ce ne-am găsit „alesul", nu vom mai avea nevoie de nimeni altcineva.

Exclusivitatea pe care o căutăm în monogamie îşi are rădăcinile în primele noastre experienţe de intimitate cu primii noştri protectori. Psihanalista feministă, Nancy Chodorow, scrie: „Tendinţa aceasta primară: voi fi iubit pentru totdeauna, peste tot, în toate felurile, cu întregul meu corp, cu întreaga mea fiinţă — fără nicio critică, fără cel mai mic efort din partea mea — este scopul final al tuturor eforturilor erotice." În dragostea matură căutăm să regăsim unitatea primordială pe care am simţit-o alături de mama. Copilaşul nu face nicio distincţie între el şi mamă. Odată, era o persoană al cărei unic rol era să fie acolo pentru noi. În comuniunea îmbucurătoare dintre mamă şi copil

nu există nici un gol. Mama reprezintă totul pentru nou-născut, toate lucrurile la un loc, inseparabile, nelimitate: pielea ei, sânul, glasul, zâmbetul ei, sunt totul pentru el. Când eram niște bebeluși cu fundulețul roz eram fericiți și împliniți și undeva în adâncul sufletului nostru nu am uitat niciodată acel paradis. Aceia dintre noi care nu cunosc starea aceasta idilică — aceia ale căror mame au fost indisponibile, neconsecvente, absente sau egoiste — au adesea o determinare mai mare să-și găsească partenerul perfect.

Întrebarea rămâne: unitatea pe care încercăm s-o regăsim nu este în sine o fantezie? Pentru copil, mama este cea mai importantă persoană din viața lui, dar mama a cunoscut întotdeauna și alți oameni. Ea are chiar și un iubit gelos, pe tata. După cum reiese, mama nu a fost niciodată complet fidelă — nici măcar o dată, ca în povești.

Așadar, fantoma înșelării se află acolo încă de la început. Ne maturizăm odată cu ea. Condițiile izolatoare ale vieții moderne nu fac decât să amplifice nesiguranța nimicitoare care zace în spatele posesivității romantice. Teama de a nu pierde și teama de a nu fi abandonați ne întărește autoritatea asupra fidelității. Într-o cultură în care totul este de unică folosință și restructurabil, și acest fapt ne confirmă cât de înlocuibili suntem de fapt, nevoia noastră de a ne simți în siguranță în relația esențială este cu atât mai mare. Cu cât ne simțim mai mici pe lume, cu atât este mai mare nevoia noastră de a străluci în ochii partenerului. Vrem să știm că noi contăm și că, cel puțin pentru o persoană, suntem neînlocuibili. Năzuim să ne simțim întregiți, să ne ridicăm deasupra închisorii singurătății noastre.

Poate că din acest motiv este absolută insistența noastră asupra exclusivității sexuale. Pentru că dragostea sexuală adultă repune în scenă, pentru moment, cea mai primitivă formă de fuziune prematură — contopirea trupurilor noastre, sfârcul care

ne umple complet gura și ne lasă total sătuli — gândul că persoana iubită este cu altcineva este dezastruos. Simțim că sexul este trădarea absolută.

Rezultă că monogamia este vaca sacră a idealului romantic, deoarece ea este indicatorul caracterului nostru special: am fost ales și a renunțat la ceilalți. Când întorci spatele altor iubiri, îmi confirmi unicitatea; când mâna sau mintea ta rătăcește, importanța mea este distrusă. Invers, dacă eu nu mă mai simt special, mâinile și mintea mea tremură de curiozitate. Cei deziluzionați sunt predispuși la cutreierat. Ar putea altcineva să-mi restituie semnificația?

Jackpotul conjugal

Doug a întâlnit-o pe prima lui soție în facultate. Erau prieteni buni, dar viața lor sexuală nu a fost niciodată, în mod special, interesantă. În cele din urmă, aceasta și căsnicia lor au luat sfârșit. El a continuat să aibă câteva relații pasionale care i-au oferit noi puteri din punct de vedere sexual, dar l-au epuizat din punct de vedere afectiv. Apoi a întâlnit-o pe Zoë, o artistă de CGI energică și veselă care avea ceea ce el numește „coeficient nevrotic scăzut". El continuă: „Era unică. Cu picioarele pe pământ, practică și sălbatică în pat. Credeam că am nimerit jackpotul conjugal."

După câțiva ani de căsnicie, ea a încetat să-i mai răspundă cu atât de mult entuziasm. Încă mai are multă energie, dar mare parte din ea este canalizată spre altceva. Copiii îi necesită atenția. Animația îi stoarce creativitatea. Iar familia ei de mărime XL — părinții, cele cinci surori și copiii lor — este centrul vieții ei sociale. Doug se simte neremarcat. Fără sexul care să-l distingă de distribuția de personaje din viața ocupată a soției lui, el se simte din ce în ce mai neînsemnat, ca a cincea roată la căruță.

În anii ce-au urmat, iritabilitatea crescândă a lui Doug a fost întreruptă din când în când de scurte licăriri de instigare ispititoare. O duce pe Zoë în weekenduri romantice, selectează cu grijă DVD-urile săptămânale, îi cumpără cercei fiindcă ei îi plac fleacurile care atârnă. De obicei, Zoë este dornică. Dar cu cât Doug caută să o aibă mai mult, cu atât mai mult își dă și el seama cât de esențial este efortul lui, iar acest lucru îl deprimă. În ciuda aprinderii, el nu reușește niciodată să aprindă flacăra vie de care are el nevoie. Cu cât încearcă mai mult să umple golul, cu atât se simte el mai gol. Ochii lui încep să rătăcească și, în cele din urmă, se fixează, dar nu pe Zoë, ci pe Naomi.

Această remarcabilă cumpărătoare roșcată nu este delicată în exprimarea atracției sale față de Doug. Găsește pretexte să meargă în biroul lui și, odată intrată, zăbovește mult timp. Este impresionată de cât de bine s-a descurcat el cu șeful lor; îi place costumul lui; ți-ai luat ochelari noi? Un sandviș se transformă în ceva de băut, care apoi se transformă într-o aventură lungă de cinci ani. Sexul este pătimaș, dar aventura lor nu se rezumă la acest lucru. Se referă la atenția nemărginită și euforia provocată de lucruri nepermise. Alături de Naomi, căreia nu-i lipsește atenția bărbaților, Doug se simte irezistibil. Îi lipsește în weekenduri; e geloasă pentru cealaltă viață a lui. Și în timp ce posesivitatea ei îl secătuiește și uneori devine supărătoare, îi confirmă de asemenea cât de important este el mai exact.

Când Doug vine să mă vadă, abia dacă poate face față contradicțiilor din viața sa. Căsnicia lui, care se presupune că trebuie să fie monogamă, nu este așa. Aventura lui, care de fapt este non-monogamă, tocmai a luat sfârșit deoarece nu a putut îndeplini cerința de fidelitate a lui Naomi.

— Toată treaba asta este o nebunie, îmi spune el. Naomi voia să încetez să mai fac sex cu Zoë, lucru care i-am spus că nu-l pot face. Așa că a început să se vadă și cu altcineva, iar acum vorbesc

despre căsătorie. Refuză să facă sex cu mine şi e foarte secretoasă în privinţa relaţiei ei cu Evan. Sunt atât de gelos, încât sunt obsedat. Gândul că ea e în braţele altuia mă înnebuneşte.

— Sper că nu ţi-a pierit simţul ironiei, îi spun eu. Pretinzi fidelitate exact în locul caracterizat de infidelitate.

— Da, dar este infidelitatea ei, nu a mea, răspunde el.

— Ah, da. Am uitat că există un standard dublu. Ea şi Zoë ar trebui să-ţi rămână amândouă fidele în timp ce tu nu rămâi fidel niciuneia?

— Ceva de genul acesta, da. Nu e un aranjament prea cinstit, ştiu. Crede-mă că nu sunt mândru.

— Atunci de ce nu ai părăsit-o pe Zoë? întreb eu. Dacă aveai parte de toate astea alături de Naomi, de ce nu ai urmat tufişul arzător, focul care nu se stinge niciodată?

— O iubesc pe Zoë, spune Doug, şocat de implicaţiile a ceea ce terminasem de spus. Nu am vrut niciodată să-mi stric căsnicia. Am o relaţie bună cu Zoë şi nu vreau să trăiesc departe de copiii mei. Oricum, Naomi şi eu să ne căsătorim? Ar fi un dezastru.

— Deci aceasta nu a fost o aventură — evadare din căsnicie. Poate a fost mai mult un stabilizator, unde cea de-a treia persoană îi ajută pe ceilalţi doi să stea împreună?

— Nu ştiu. Poate. Problema e că nu am gândit. Am făcut-o pur şi simplu. Mi-am urmat pofta şi acum mă simt ca naiba.

Dezvăluirea aventurii

Într-o oarecare măsură, cred că lui Doug i-ar plăcea să-i confirm faptul că, într-adevăr, a făcut ceva total greşit. Şi-a trădat jurămintele, o jignire morală negru pe alb. Dar şi condamnarea în masă ne distrage cu uşurinţă atenţia de la adevăratele probleme din spatele comportamentului lui. Prefer o atitudine neutră din punct de vedere moral, care mai degrabă ne permite

să explorăm semnificația aventurii decât etica ei. Odată ce Doug va înțelege motivele care l-au împins în brațele lui Naomi, el va fi capabil să-și tragă propriile concluzii, atât cu privire la ceea ce-a făcut, cât și la ceea ce vrea să facă de acum încolo.

Oamenii se abat din multe motive — dragoste alterată, răzbunare, năzuințe neîmplinite, simpla dorință veche. Uneori, aventura este o căutare a intensității sau o răzvrătire împotriva delimitărilor căsniciei. Încălcarea este un afrodiziac, iar uneori secretele sunt o sursă de autonomie sau o reacție întârziată împotriva lipsei de intimitate. Ce ar putea fi mai excitant decât o convorbire telefonică purtată în șoaptă în baie? În sfârșit, mama necăjită se poate simți femeie din nou; iubitul ei nu știe nimic despre setul de Lego stricat sau despre instalatorul care, pentru a doua oară, nu și-a făcut apariția.

O legătură interzisă poate fi catastrofală, dar poate fi de asemenea o eliberare, o sursă de putere, o vindecare. Adesea, face cât toate acestea la un loc. Când nu mai avem intimitate, când nu mai vorbim, când nu am mai fost atinși de ani întregi, suntem mai vulnerabili la generozitatea străinilor. Când copiii sunt mici și nevoiași, aprecierea extraconjugală poate fi resimțită ca un tonic. Când sunt mai mari și plecați de acasă, cei care părăsesc cuibul pot căuta împlinirea în altă parte. Dacă ne lasă sănătatea sau dacă moartea tocmai ne-a făcut o vizită, ne putem confrunta cu explozii de nemulțumire, cu un strigăt după ceva mai bun. Unele aventuri reprezintă acte de rezistență; altele se întâmplă când nu opunem rezistență deloc. Abaterea poate constitui un semn de alarmă pentru căsnicie, semnalând nevoia urgentă de a-i acorda atenție. Sau poate constitui prevestirea morții ce urmează suflului celui din urmă al relației.

Eu pun la îndoială viziunea răspândită că infidelitatea este întotdeauna un simptom al unor probleme mai profunde ale relației. Aventurile sunt motivate de o mulțime de forțe; nu toate

sunt în mod direct relaţionate cu defectele căsniciei. După cum se vede, o mulţime de soţi adulteri sunt destul de mulţumiţi de relaţia lor. Aşa era şi Doug. Dar el voia mai mult. Nu putea exprima exact ce anume voia, ci numai că avea legătură cu o frecvenţă mai mare a actului sexual.

Împreună, eu şi cu Doug explorăm anatomia pasiunii lui, iar eu ajung să înţeleg care anume nevoi îi sunt satisfăcute în relaţia tumultuoasă cu Naomi. Pentru el, sexul este locul hrănirii sentimentale şi un sanctuar. Este dragostea în sine. Prin intermediul actului sexual el atinge o uitare de sine care îl face să se simtă una cu lumea. Pasiunea îi garantează lui Doug eliberarea cea din urmă de singurătatea insuportabilă a fiinţei. „E ca şi cum aş fi murit; pasiunea ia totul cu sine. Concentrarea aceea absolută, atenţia totală, mă eliberează cumva de mine. Încetez să mai gândesc, senzaţia îmi spală şira spinării, creierul şi apoi iese. Dar nu-mi dau seama ce se petrece." Actul sexual este atotcuprinzător. Cu Naomi, Doug este capabil să menţină acest sex transcendent, de o cifră octanică foarte mare. Parţial, se întâmplă astfel pentru că, din punct de vedere erotic, sunt făcuţi din acelaşi material. Dar, mai important, chiar structura aventurii lor şi a tuturor aventurilor se lasă în voia pasiunii.

Aventurile sunt riscante, periculoase şi labile, iar toate aceste elemente alimentează excitarea. În universul desăvârşit al iubirii adultere eşti izolat de restul lumii, iar legătura dintre voi este întărită de secretul care o înconjoară. Nefiind niciodată expusă la lumina zilei, vraja celuilalt se păstrează. Nu trebuie să-ţi faci griji că prietenii tăi nu-l vor plăcea, din moment ce nimeni nu ştie de existenţa lui. Aventurile se desfăşoară la marginile vieţilor noastre şi, în mod senzual, sunt scutite de programările la stomatolog, de taxe şi de facturi.

Apoi sunt nişte obstacole de depăşit. Ca să vă vedeţi, trebuie să faceţi un efort, uneori unul imens. Trebuie să treci prin cercuri

de foc, să manevrezi programul, să te asiguri de locație, să inventezi scuze. Și tot acest zel necontenit afirmă în mod repetat importanța pe care o au iubiții unul pentru celălalt. Văzut în această lumină, pasul strâmb al lui Doug a fost o încercare de a regăsi ceea ce avusese odată alături de soția sa și fără de care nu putea trăi: un sentiment de importanță, o eliberare de singurătate și un sentiment de vigoare.

Te poți duce din nou acasă

Până ce aventura să ia sfârșit, căsnicia lui Doug s-a dus pe apa sâmbetei. Doug și Zoë sunt cordiali, se respectă, uneori sunt afectuoși dar, din punct de vedere emoțional, sunt pe linia de plutire. S-au obișnuit cu caracterul neclar al absențelor lui repetate. Propunerile lui sunt puține și rare și este cu mintea în altă parte. Îi e teamă să nu dezvăluie ceva neintenționat, să nu-l scape gura; discreția lui capătă din ce în ce mai mult teren în căsnicia lui, lăsându-i puține subiecte de discutat cu Zoë: copiii, președintele și vremea.

Pe măsură ce clarificăm ce anume a stârnit aventura lui Doug cu Naomi, îmi este tot mai clar de ce a ales să nu lupte pentru ea și, în schimb, să rămână cu soția lui. Zoë constituie un teren stabil. În același timp, abilitatea ei de a nu vedea ce e mai rău îi acordă o oarecare alinare; ei nu-i este greu să doarmă toată noaptea sau să se trezească dimineața. Zoë nu caută pasiunea. Rareori o ia valul. Alături de Naomi, Doug se poate să-și fi găsit piesa lipsă, dar cu Zoë are restul puzzle-lui.

Doug și eu discutăm împreună despre faptul că idealul său de căsnicie nu se potrivește cu realitatea propriei sale uniuni. El caută pasiune și căldură în același loc. Vrea ca masa din bucătărie să fie un altar al contopirii carnale pe timpul nopții și un colț însorit pentru micul dejun unde să facă clătite cu copiii în

dimineaţa următoare. Dar Doug probabil că nu va experimenta niciodată cu Zoë aceeaşi intensitate pe care a resimţit-o alături de Naomi. Aventurile îşi au şi ele marca lor de pasiune. Tăinuirea, suferinţa, vina, păcatul, pericolul, riscul şi gelozia sunt foarte inflamabile, un cocktail Molotov, o explozie erotică mult prea ameninţătoare într-o casă cu copii.

Pe măsură ce Doug capătă claritate în exprimarea aşteptărilor lui rezonabile de la căsnicie, se ridică un nou set de întrebări. Care sunt opţiunile lui acum că a ales să rămână? Îşi poate recunoaşte dorinţele fără a mai trebui să acţioneze în privinţa îndeplinirii lor? Va continua el să negocieze monogamia în particular, fără ştirea lui Zoë, aşa cum e tipic aventurilor, sau ar putea el opta pentru o discuţie mai deschisă a frontierelor sexuale din jurul căsniciei lor? Trebuie să-şi dezvăluie aventura pentru a-şi restabili legătura cu soţia? Ce poate face cu vina?

Răspunsurile se schimbă în fiecare zi. Cu o săptămână în urmă, părea că nu va mai fi capabil să o privească în ochi dacă nu mărturiseşte. Acum, se pare că cel mai tandru lucru pe care-l poate face este să-şi ţină necazul pentru el. „Să-i distrug sufletul numai pentru a-mi elibera conştiinţa? Uneori, cred că a ştiut tot timpul şi singurul motiv pentru care nu m-a părăsit a fost că mi-am ţinut gura închisă. Cel puţin, în felul acesta îşi poate păstra demnitatea."

Majoritatea terapeuţilor de cuplu americani sunt de părere că aventurile trebuie mărturisite pentru a reclădi intimitatea. Această idee merge mână în mână cu modelul nostru de dragoste intimă, care celebrează transparenţa — să nu avem secrete, să nu spunem minciuni, să împărţim totul. De fapt, unii oameni condamnă mai mult minciuna decât faptul că ai călcat strâmb: „Nu mă deranjează că m-ai înşelat, ci faptul că m-ai mint!" După modul de gândire american, respectul are o legătură strânsă cu sinceritatea, iar sinceritatea este esenţială în responsabilitatea

personală. Ascunderea, prefăcătoria și alte forme de înșelătorie echivalează cu lipsa de respect. Îi minți numai pe cei inferiori ție — copii, alegători, angajați.

În alte culturi, este mai probabil ca respectul să fie exprimat prin neadevăruri delicate care au drept scop păstrarea onoarei partenerului. Este preferabilă opacitatea protectoare decât dezvăluirea unor adevăruri care ar putea avea ca rezultat umilirea. De aceea, tăinuirea nu numai că menține armonia conjugală, ci este de asemenea și un semn de respect. Inspirându-mă din propriile influențe culturale, îi respect hotărârea lui Doug de a păstra tăcerea și, în același timp, îl încurajez să caute alte căi de restabilire a legăturii cu soția sa. Căsnicia lui era pe *pause* de mult timp; acum, el trebuie să apese butonul *play*.

Doug reinvestește în relația lui cu Zoë. Având mai mult timp la dispoziție și fiind în general mai disponibil, el începe să-și redirecționeze resursele îmbelșugate către soție. Ea simulează surpriza la întoarcerea neașteptată a Odiseu-lui ei, dar în spatele atitudinii ei glumețe de „Bună, străine!", Doug știe că ea se simte ușurată. Îl încurajez să se implice mai mult în treburile copiilor, ale casei și în calendarul social, sperând că, ușurând-o pe Zoë de câteva poveri domestice, acest lucru o va face să fie mai deschisă către erotism.

În încercările sale de a fi mai prevenitor, Doug chiar o întreabă pe Zoë dacă se simte vreodată atrasă de alți bărbați. Răspunsul ei este evaziv, „Poate că da. Poate că nu. Ce contează pentru tine?" Acest lucru îl lasă ușor zgâlțâit. „Când cineva este atât de învăluit în secrete cum ai fost tu, îi fac eu observație, e ușor să-ți imaginezi că tu ești cel misterios, rebelul, iar ea e Penelopa care stă la războiul ei de țesut, așteptând să vii acasă. Așadar, poate are și ea câteva secrete ale ei, fantezii cu bărbați care-i pot oferi ceea ce tu nu poți."

Căsnicia este imperfectă. Pornim cu dorința de a fi unul, iar apoi ne descoperim diferențele. Temerile noastre sunt trezite de perspectiva tuturor lucrurilor pe care nu le vom avea niciodată. Ne certăm. Ne retragem. Ne învinuim partenerii pentru că nu reușesc să ne facă să ne simțim împliniți. Căutăm în altă parte. Din nefericire, mulți dintre noi rămân blocați în această etapă până când chelesc sau le albește părul. Alții deplâng pierderea idealului, apoi se împacă cu alegerea făcută. Dragostea este ancorată în acceptare. Când Doug ajunge să se cunoască și s-o recunoască pe Zoë pentru cine e ea, el poate, în sfârșit, transforma diferențele dintre ei în bogății.

Umbra celui de-al treilea

La hotarul fiecărui cuplu locuiește cel de-al treilea. Acesta poate fi iubita din liceu ale cărei mâini încă ți le mai amintești, casierița simpatică, învățătorul chipeș de la clasa a patra cu care flirtezi când îți iei fiul de la școală. Cel de-al treilea este străinul zâmbitor de la metrou. La fel este și stripperul, starul porno și prostituata, fie ei atinși sau neatinși. El este cel la care visează ea atunci când face sex cu soțul. Din ce în ce mai mult, ea poate fi găsită pe Internet. Real sau imaginar, întruchipat sau nu, cel de-al treilea este punctul de sprijin deasupra căruia un cuplu își găsește echilibrul. Cel de-al treilea constituie manifestarea dorinței noastre față de ceea ce se află dincolo de gard. Cel de-al treilea reprezintă ceea ce ne este interzis.

Aventura este cel de-al treilea, dar la fel este și soția de acasă. Naomi este umbra ascunsă din căsnicia lui Doug, dar Zoë trăiește în centrul aventurii. Gelozia amanților depinde de prezența soțului/soției. Fără cei logodiți, toată posesivitatea, pasiunea și nebunia amanților febrili ar șchiopăta pur și simplu. Poate de aceea, foarte puține aventuri durează numai până în momentul

în care căsniciile care le-au inspirat se dizolvă. Adevăratul test de iubire într-o aventură începe numai după ce a fost îndepărtat obstacolul.

Toate relațiile se dezvoltă în umbra celui de-al treilea, deoarece acesta este cel care ne sudează diada. În cartea *Monogamy*, Adam Phillips scrie: „Cuplul reprezintă o rezistență împotriva intruziunii celui de-al treilea, dar pentru ca acesta să dureze este indispensabil să aibă inamici. De aceea, cuplul monogam nu poate trăi fără ei. Când suntem doi, suntem împreună. Pentru a forma un cuplu, trebuie să fim trei."

Așadar, ce-ar trebui să facă un cuplu? Mulți dintre pacienții cu care mă văd refuză, pur și simplu, să recunoască „prezența" celui de-al treilea. Sunt atrași de farmecul unității, care susține ideea că nu este necesară prezența altora. Dragostea perfectă este suficientă sieși. Această contopire este atât de fragilă, încât prezența altei persoane, chiar și în fantezii, este suficient de puternică să o distrugă.

Acest lucru este ilustrat în mod subtil în filmul lui Stanley Kubrick, *Cu ochii larg închiși*. Bill și Alice tocmai s-au întors de la o impresionantă petrecere de Crăciun, cu cravate roșii, care a stârnit o conversație despre sex. Bill a presupus întotdeauna că Alice, la fel ca și el, este incapabilă de infidelitate. „Ești soția mea și mama copiilor mei și sunt sigur de tine. Nu mi-ai fi niciodată necredincioasă. Sunt sigur de tine." Alice, șocată de presupunerea lui și încurajată de o țigară cu marijuana pe care tocmai o fumaseră, se hotărăște să-i deschidă ochii. Ea descrie în amănunte chinuitoare cât de puternică poate fi prezența celuilalt, chiar și atunci când aceasta nu e mai mult decât un miraj. Îi povestește despre fantezia ei febrilă cu un ofițer de marină pe care-l dorea de la distanță. Ei nu s-au întâlnit niciodată; cu toate acestea, stăpânirea pe care el a pus-o imediat asupra ei a fost atât de puternică, încât ea ar fi renunțat la tot,

dacă el i-ar fi cerut-o. De asemenea, spune că acest lucru s-a întâmplat într-o zi în care ea şi Bill abia făcuseră dragoste şi Bill nu-i fusese nicicând mai drag.

Bill este devastat de revelaţia soţiei lui şi petrece tot restul filmului încercând să răzbune trădarea şi să restabilească ordinea în lumea sa. Ceea ce m-a frapat este faptul că, lui Bill, o fantezie i-a putut genera aceeaşi senzaţie de violare, ca o aventură reală.

Bill se aseamănă multora dintre partenerii pe care-i întâlnesc. Siguranţa lui nu se bazează numai pe ceea ce face Alice, ci şi pe ceea ce gândeşte ea. Fanteziile ei sunt o dovadă a libertăţii şi a caracterului ei distinct, iar acest lucru îl sperie. Cel de-al treilea îi atrage atenţia asupra altor posibilităţi, alegeri pe care nu le-am făcut, şi, în acest fel, acesta are o legătură strânsă cu libertatea noastră. Laura Kipnis spune: „Ce e mai neliniştitor decât libertatea partenerului, care ar putea însemna libertatea de a nu te iubi sau de a înceta să te iubească sau de a iubi pe altcineva sau de a deveni o persoană diferită de aceea care odată promitea să te iubească pentru totdeauna şi acum... poate că nu te mai iubeşte?" Dacă ea se poate gândi la altcineva, ar putea iubi pe altcineva, iar acest lucru este intolerabil.

Fortăreaţa iubirii

Ameninţarea celui de-al treilea este intrinsecă trăirilor de iubire şi nici chiar cea mai controlatoare căsnicie nu ar putea fi capabilă să ne potolească neliniştile. Totuşi, mulţi dintre noi chiar încearcă. „Ai stat cu tipul acela pentru o vreme. Despre ce vorbeaţi?" „Îţi petreci mult timp la calculator. Munceşti tot timpul?" „Unde ai fost?" „Cine mai era acolo?" „Ţi-a fost dor de mine?" Multe dintre cercetările noastre planează la limita dintre intimitate şi lipsa bunului-simţ. Vrem să ştim, dar nu vrem ca

acest lucru să fie prea evident. Spunem că întrebăm din cauză că ne pasă, însă uneori o facem din cauză că ne temem.

Așadar, stabilim reguli și sperăm ca partenerii noștri să le respecte, iar în acest fel ne asigurăm preventiv fidelitatea prin menținerea strânsă a lesei. Dorința este nesubordonată; acțiunile sunt sensibile la rațiune și, astfel, sunt mai ușor de controlat. Nu-ți este permis să ai prieteni apropiați de sex opus. Nu te poți duce la film cu nu-știu-cine decât dacă mai sunt și alți oameni prin preajmă. Nu există filme pe care să nu le putem vedea împreună. Fără cluburi de striptease, cu excepția petrecerilor de burlaci. Fără bărbați dansatori. Rochia aceea e prea decoltată. Nu-ți poți aduce aminte cu afecțiune despre foștii iubiți și în mod cert nu poți să te întâlnești singur(ă) cu ei când sunt în trecere prin oraș. Când neliniștea devine insuportabilă, recurgem la metode de control mai primitive: spionăm. Verificăm extrase de cont, butonul *back* al browserului la calculator, rezervorul mașinii, telefonul mobil, în căutare de informații. Dar aceste strategii eșuează în mod inevitabil. Interogările, ordinele și chiar dovezile legale nu reușesc să ne potolească teama de libertatea partenerului nostru. Persoana iubită ar putea dori pe altcineva.

Probleme apar atunci când monogamia nu mai este o expresie liberă a loialității, ci o formă impusă de ascultare. Monitorizarea excesivă poate pregăti terenul pentru ceea ce Stephen Mitchell numește „acte de sfidare excesivă". Când cel de-al treilea este negat, unii hotărăsc să negocieze acest lucru în secret. Aventurile, întâlnirile online, cluburile de striptease și partidele de sex din călătoriile de afaceri sunt păcate obișnuite care stabilesc distanța psihologică față de o relație autoritară. Când cel de-al treilea este exilat, permis numai în afara căsniciei, acolo va fi și căutat.

Noi doi, invincibilii

În principiu, înţelegem că fiecare dintre noi merită intimitate, deşi în practică această chestiune este puţin mai complicată. Psihologul Janet Reibstein notează că tovărăşia noastră, un model romantic de căsnicie, care pune accentul pe relaţia strânsă dintre două persoane şi pe sinceritate, „se pricepe mai mult la exprimarea criteriilor de intimatate decât la cele de autonomie". Accentul cade pe crearea unei apropieri, nu pe susţinerea individualităţii. Pacienţii mei, care aderă cu grijă la acest etos al intimităţii, se relaxează la gândul că aspiraţiile lor individuale sau cele ale partenerului lor nu mai sunt îndreptăţite. Plăpândul „eu" este înlocuit de invincibilul „noi".

Niv era frustrat din cauza orei de culcare timpurie a prietenei lui. „Este dansatoare şi se duce la culcare la nouă seara. Eu nu pot să adorm de la ora aceea, aşa că stau întins pur şi simplu." Când îl întreb dacă iese vreodată cu prietenii, după ce prietena lui a plecat să se culce, el este surprins. „Pot face asta?" Ideea de a face acest lucru — sau măcar de a-şi pune problema — nu-i trecuse niciodată prin minte. Leila şi Mario sunt parteneri de dans stabili, de pe vremea când era la modă muzica rave. Însă atunci când ea începe să se întâlnească cu Angela, care are două picioare stângi şi nu poate suporta muzica tare, se simte stingherită de întâlnirea ei săptămânală cu Mario. Nu vrea s-o rănească pe Angela.

Înarmaţi cu o ideologie a iubirii care pledează pentru o relaţie strânsă în doi, suntem jenaţi să căutăm autonomia. Acest lucru este în mod special valabil pentru individualitatea dorinţei noastre. Chiar şi cuplurile care îşi îngăduie un spaţiu considerabil în altă parte — vacanţe separate, ieşiri seara în oraş, prieteni apropiaţi de sex opus — se luptă cu ideea că ar putea avea o viaţă erotică independentă de a celuilalt. Nu mă refer la

legăturile sexuale extraconjugale. Mă refer la o individualitate sexuală discretă, care își generează propriile imagini, răspunde altora și e încântată atunci când este stârnită în mod neașteptat. Toate aceste contingențe ale dorinței le aduc pentru a mă referi la munca mea alături de cupluri.

Căsnicia monogamă într-o societate promiscuă

În general, rolul terapeuților este să provoace status quo-ul cultural. Ne încurajăm pacienții în mod regulat să-și analizeze ipotezele referitoare la ceea ce e normal, acceptabil și previzibil. Totuși, frontierele sexuale fac parte dintre puținele zone pe care terapeuții le consideră că reflectă cultura dominantă. Monogamia este standardul, iar fidelitatea sexuală este considerată a fi matură, devotată și realistă. Non-monogamia, chiar și non-monogamia consimțită, este suspectă. Dă dovadă de lipsă de devotament sau de teamă de intimitate. Aceasta subminează cuplul.

După cum susținea ferm unul dintre colegii mei, „căsnicia deschisă nu funcționează. Să crezi că o poți face este o naivitate totală. Am încercat acest lucru în anii șaptezeci și a fost un dezastru". „Așa o fi, dar căsnicia închisă nu e deloc o garanție împotriva dezastrului", l-am avertizat eu. „Iar idealul monogamiei, la înălțimea căruia nu se ridică majoritatea celor căsătoriți, poate fi la fel de naiv. Dacă face ceva, atunci acest ideal pare să invite păcatul care e extrem de dureros." Colegul meu, un excelent terapeut de familie, adopta totuși o abordare de gen totul-sau-nimic a fidelității. Din această perspectivă, devotamentul emoțional necesită exclusivitate sexuală și nu acceptă trepte succesive.

Totuşi, trăim într-o lume care ne ajută prea puţin să fim stabili şi să ne mulţumim cu ceea ce avem. În cultura noastră de consumatori, întotdeauna ne dorim ce e mai bun: ce e mai recent, ce e mai nou, ce e mai tânăr. Dacă nu reuşim să obţinem aceste lucruri, vrem, cel puţin, mai mult: mai multă intensitate, mai multă varietate, mai multă stimulare. Căutăm satisfacţie imediată şi suntem din ce în ce mai intoleranţi faţă de orice frustrare. Nicăieri nu suntem încurajaţi să ne mulţumim cu ce avem, să gândim: „Ce am eu e bun. Este suficient." Sexul este parte şi bucată din această economie — unii oameni ar putea spune chiar că sexul este cel care o stimulează. Rochia aceea, maşina, pantofii, loţiunea aceasta, un tatuaj nou, cocuri fixe, toate acestea poartă promisiunea unei vieţi mai împlinite din punct de vedere sexual. Suntem convinşi că satisfacţia sexuală şi fericirea personală sunt acelaşi lucru. Plăcerile lumeşti sunt peste tot, un adevărat ospăţ şi ne simţim îndreptăţiţi să ne alăturăm desfătării. Nu-i de mirare că, adesea, oamenii se simt neliniştiţi în căsnicie. Fantezia unei varietăţi infinite este contracarată prin devotament.

Aceasta nu este o justificare a infidelităţii sau o susţinere a ei. Tentaţii au existat încă de când Eva a muşcat din măr, dar la fel au existat şi dispoziţii împotriva acestora. Biserica Catolică este expertă nu numai în evitarea tentaţiei, ci şi în acordarea de pedepse celor care nu i-au rezistat. Ceea ce este diferit astăzi nu sunt dorinţele în sine şi faptul că ne simţim obligaţi să le urmăm pe acestea — cel puţin până atunci când ne punem pirostriile, când se aşteaptă de la noi ca, brusc, să renunţăm la tot ceea ce am fost încurajaţi să ne dorim. Monogamia este neajutorată, la fel ca băieţelul danez care stă cu degetul în canal, încercând să oprească un potop de imoralităţi neînfrânate.

Invitație umbrei

Unele cupluri aleg să nu ignore ademenirea lucrurilor interzise. În schimb, ei le subminează puterea făcându-le o invitație în relația lor. „Nu aș vrea să-mi fie niciodată infidel, dar faptul că știu că acest lucru este posibil îmi păstrează interesul sexual față de el." „Dacă pretind că nu există bărbați atrăgători în lume, acest lucru nu-mi face relația mai sigură și, în mod cert, nu o face mai sinceră." „Prietena mea este frumoasă. Bărbații îi fac mereu avansuri. Felul în care scapă de acestea, râzând, mă face să mă simt extraordinar; ea continuă să mă aleagă pe mine." Cuplurile acestea au în comun fantezii, citesc împreună despre erotism sau își povestesc amintiri din trecut. Ei recunosc că, da, bărbatul de la livrări era foarte atrăgător. La fel era și tehnicianul informatician, vânzătorul de la Barney's, neurologul tău, soția vecinului.

Selena și Max au dreptul să flirteze, dar trag linia numai atunci când își dau seama de posibilități. „Amândoi suntem lacomi după atenție. Crește inima în mine când cineva se dă la mine, mai ales acum când am un copil. Și când se dă cineva la Max? N-are importanță. Mă simt de parcă merg acasă cu regele balului." Lui Max și Selenei le place să se joace cu posesivitatea, dar amândoi sunt absolut siguri de regulile jocului.

Când Elsa se întoarce de la o conferință, Gerard este întotdeauna curios cu cine s-a întâlnit. „A fost cineva interesant? I-ai povestit despre fantasticul tău soț? Și flirtai în timp ce te lăudai cu mine?"

Wendy a știut mereu că George are o slăbiciune pentru blonde. Așadar, joia trecută s-a hotărât să fie blondă pentru o zi. Și-a pus o perucă blondă platinată și un trenci și și-a făcut apariția la șantierul lui pentru a-l lua la masă. El spune: „Grozav. Băieții or

să creadă că am o aventură." Wendy nu pierde nicio ocazie: „Lasă-i să fie geloși."

Aceste cupluri, în felurile lor proprii, au ales să recunoască posibilitatea existenței celui de-al treilea: recunoașterea că partenerul nostru are sexualitatea proprie, plină de fantezii și dorințe, care nu ne iau neapărat în calcul. Când ne confirmăm libertatea unul altuia în cadrul relației, înclinăm mai puțin să o căutăm altundeva. În acest sens, invitarea celui de-al treilea se apropie de controlarea inconstanței lui, să nu mai vorbim de farmecul lui. Acesta nu mai este o umbră, ci o prezență, un subiect de discuție deschisă, de glumit pe seama lui, un subiect de joacă. Când putem spune adevărul în siguranță înclinăm mai puțin să ținem secrete.

Recunoașterea celui de-al treilea are, mai degrabă, tendința de a condimenta sexualitatea unui cuplu decât să o inhibe, chiar deloc, pentru că ne amintește de faptul că nu suntem stăpânii partenerilor noștri. Nu trebuie să fim siguri de acest lucru. În incertitudine zace sămânța dorinței. În plus, când stabilim distanța psihologică, și noi ne putem uita pe furiș la partenerul nostru cu privirile admiratoare ale unui străin, observând încă o dată care obicei ne-a împiedicat să vedem. În cele din urmă, faptul că renunțăm la alții reafirmă alegerea noastră. El este cel pe care îl doresc. Ne recunoaștem dorințele rătăcitoare și totuși le respingem. Flirtăm cu ele, ținându-le tot timpul la o distanță sigură. Poate că aceasta este o altă modalitate de a privi maturitatea: nu ca dragoste pasională, ci ca dragoste care știe de existența altor pasiuni nealese.

Invitându-l pe al treilea

Există multe moduri de a lansa o invitație celui de-al treilea într-o relație care nu include sex extraconjugal și în câteva relații

care îl includ. Pentru majoritatea, menționarea relațiilor sexuale deschise le aprinde un bec roșu de semnalizare. Puține subiecte care au de-a face cu dragostea devotată dau naștere unei reacții atât de viscerale. Și dacă se îndrăgostește de el? Și dacă el nu se mai întoarce niciodată? Ideea că poți iubi o persoană și poți face dragoste cu o alta fără niciun pericol, ne face să ne cutremurăm. Ne temem că încălcarea unei limite poate conduce la potențiala încălcare a tuturor limitelor. Construim în minte imagini ale haosului: promiscuitate, orgii, depravare. Singura baricadă împotriva acestei decadențe este să fim un cuplu. Ne protejează de impulsurile noastre. Este apărarea cea mai bună împotriva animalității nestăpânite.

Adam Phillips lămurește faptul că „monogamia este un fel de legătură morală, o gaură a cheii prin care ne putem spiona preocupările". În discutarea non-monogamiei consimțite se ridică un număr de întrebări spinoase. Devotamentul afectiv este întotdeauna legat de exclusivitatea sexuală? Putem iubi mai multe persoane în același timp? Este sexul întotdeauna „numai sex"? Bărbații sunt mai predispuși să rătăcească decât femeile? Poate că aceste întrebări se află în capul listei, dar mai sunt și altele. Este gelozia o expresie a iubirii sau un semn de nesiguranță? De ce suntem dornici să ne împărțim prietenii, dar cerem exclusivitate din partea persoanei iubite? Nu pretind că am un răspuns pentru aceste întrebări. Totuși cred că putem beneficia de pe urma domesticirii nostalgiei noastre romantice pentru a medita asupra acestora în mod serios.

Chiar și cele mai întărite convingeri despre sexualitate sunt susceptibile la revizuire. Altădată, evitam sexul premarital și homosexualitatea; acum acestea sunt mai mult sau mai puțin acceptate în toate cercurile. În ultimii ani, un grup mic de bărbați și femei a acceptat monogamia ca fiind următoarea luptă majoră din războiul personal pentru emanciparea sexuală.

Joan şi Hiro descriu că există două tipuri de sex: sex pentru dragoste şi sex ca distracţie. Pe acesta din urmă îl rezervă pentru excursia lor anuală la convenţia cuplurilor, care schimbă partenerii între ele, din Las Vegas. Îmi spun că aceasta a făcut minuni atât în ceea ce priveşte viaţa lor sexuală, cât şi intimitatea lor. În ciuda felului în care pot părea, Joan şi Hiro sunt campionii idealurilor conjugale pe care par să le sfideze. Ei nu pun la îndoială instituţia căsniciei. De fapt, ei caută s-o menţină. Ei pun preţ pe unitate, sinceritate şi împărtăşire. Chiar şi fidelitatea este susţinută în rânduiala lor. Joan şi Hiro au neutralizat efectiv ameninţarea infidelităţii, canalizând-o pe aceasta către relaţia lor. Şi aşa cum antropologul Katherine Frank scrie într-un mod amuzant: „Ce se întâmplă în Vegas, rămâne în Vegas." Zburatul din floare în floare este o formă de adulter consimţit. Acesta acordă, de asemenea, libertate egală ambilor parteneri.

Eric şi Jaxon sunt fani ai sexului recreativ şi în cei zece ani în care au fost împreună au făcut mereu distincţia între loialitate afectivă şi exclusivitate sexuală în cadrul angajamentului lor. „De la bun început am vorbit despre sex cu alţi bărbaţi. Sunt deschişi în privinţa asta. Pentru noi, adevăratul angajament este cel afectiv. Sexul în afara relaţiei nu este o încălcare a înţelegerii. Bănuiesc că ne-ai putea numi monogami din punct de vedere afectiv, promiscui din punct de vedere sexual."

Arlene, cu şaisprezece ani mai în vârstă decât Jenna, explică: „Ştiu că sexul contează, numai că pentru mine nu mai e atât de important. Şi cu cât înaintez în vârstă, cu atât îmi pasă mai puţin." Jenna simte că este în floarea vârstei şi nu este pregătită pentru o retragere prematură. Au căzut de acord ca atunci când Jenna merge pe teren pentru o filmare să-i fie permis să se distreze, cu condiţia să nu uite care îi sunt priorităţile. Când o întreb pe Arlene dacă nu se simte ameninţată de această înţelegere, ea răspunde: „Sigur că sunt. Dar în momentul acesta cred că dacă îi

cer Jennei să renunțe de tot la sex ar echivala cu o amenințare mai mare decât câteva companii în vederea întreținerii unui act sexual. Nu mă pot închipui spunându-i: «Corpul tău îmi aparține, fie de vrei, fie de nu.»" Fiind conștientă că esența erosului nu mai curge între ele, Arlene reface ideea de fidelitate. Monogamia stipulează păstrarea lucrurilor interzise în afara relației, însă rareori include prevederi pentru cuplu. În cele din urmă, dacă dorința slăbește, monogamia alunecă cu prea mare ușurință spre celibat. Când se întâmplă acest lucru, fidelitatea devine mai degrabă o slăbiciune decât o virtute.

În cei douăzeci și cinci de ani în care Marguerite și Ian au fost împreună, aceștia au avut perioade de exclusivitate totală și episoade de infidelitate chinuitoare. „Când am aflat de aventura lui Marguerite eram devastat, explică Ian. Mi-a luat luni întregi să-mi dau seama că și eu sunt gelos. Nu pe amantul ei, ci pe ea. Eu opusesem rezistență altor femei ani întregi. Când mi-a mărturisit, am analizat situația împreună. Am hotărât să rămânem împreună, dar să deschidem porțile." Marguerite adaugă: „Încercăm să inventăm ceva care să funcționeze pentru noi. Nu trebuie să fie o rețetă și pentru ceilalți." Când o întreb dacă mariajul lor deschis nu este dureros, ea răspunde: „Uneori da, uneori nu. Dar monogamia — pe care nu am negociat-o niciodată, apropo — era dureroasă și ea."

Scepticii iau în derâdere aceste rânduieli și pun la îndoială gradul de devotament din aceste relații. „Nu am văzut niciodată un mariaj deschis care să dureze." „Încercați o vreme și apoi veniți din nou la mine." „Este un act de egoism." „Este o complacere." „Când te joci cu focul, cineva se arde întotdeauna."

Totuși, știu din experiență că perechile care-și negociază frontierele sexuale, asemenea celor menționați mai sus, nu sunt mai puțin devotate decât cele care țin porțile închise. De fapt, dorința lor de-a face relația mai puternică este cea care îi face să

exploreze alte modele de dragoste pe termen lung. Decât să-l excludă pe cel de-al treilea din sfera conjugală, mai degrabă îi acordă o viză de turist.

Pentru aceste cupluri, fidelitatea nu este definită prin exclusivitatea sexuală, ci prin puterea angajamentului lor. Frontierele nu sunt fizice, ci afective. Primordialitatea cuplului rămâne supremă. Cuplurile pun accent pe monogamia afectivă ca fiind condiția *sine qua non*, iar de aici stabilesc tot felul de permisiuni sexuale. Dar departe de a fi o gratuitate hedonistă, aceste relații au contracte explicite care sunt renegociate periodic, după cum este necesar. Marguerite și Ian subliniază faptul că aranjamentul lor este atât clar, cât și flexibil. „Avem regulile noastre — nicio aventură care să continue, niciun amant în orașul în care locuim, nicio aventură cu prietenii comuni — și atâta timp cât le respectăm, lucrurile par să fie în regulă. Dacă e nevoie să renegociem, o vom face."

E interesant de remarcat că deși aceste cupluri dau un nou înțeles conceptului de fidelitate, ele sunt totuși sensibile la trădare. Încrederea este esențială în orice relație, iar acest lucru nu e diferit nici la cei care-l invită pe cel de-al treilea în spațiul lor intim. Infidelitatea constă în încălcări ale înțelegerii, în violări ale încrederii. Chiar dacă regulile în sine pot părea foarte diferite, ele sunt fragile, iar încălcarea lor are consecințe la fel de dureroase. Din această perspectivă, cuplurile deschise din punct de vedere sexual nu sunt deloc diferite de corespondentele lor monogame.

Confruntați cu complicațiile aventurilor, divorțului și ale recăsătoriei, câțiva dintre pacienții mei încearcă o altă cale. Persoanele non-monogame pun preț pe libertatea de exprimare sexuală și încearcă să reconcilieze permanența iubirii cu surprizele dorinței, sperând să reziste la oboseala care se

strecoară cu timpul. Ca să repet cuvintele spuse de Marguerite, aceasta nu este o rețetă pentru toată lumea.

Prezența celui de-al treilea este un fapt real din viață; modul în care tratăm această situație, depinde de noi. O putem aborda prin teamă, evitare și atac moral; sau îi putem adăuga o curiozitate puternică și un simț al intrigii. În aventura sa fiebinte, Doug îl curtează în secret pe cel de-al treilea. Devastarea lui Bill s-a născut dintr-o încercare disperată de a-l nega. Selena și Max îl invită în fanteziile lor, dar se rezumă doar la atât. Joan și Hiro îl escortează pe cel de-al treilea direct în dormitorul lor.

Căsnicia a devenit o chestiune de iubire; iubirea este o chestiune legată de alegere; iar alegerea implică renunțarea la alții. Dar acest lucru nu înseamnă că ceilalți au murit. Și nici nu înseamnă că trebuie să ne înăbușim simțurile pentru a ne proteja de ademenirea lor.

Recunoașterea prezenței celui de-al treilea are de-a face cu afirmarea distincției sexuale a partenerului nostru. Rezultă că sexualitatea partenerului nostru nu ne aparține. Nu este numai pentru noi și despre noi, și nu ar trebui să presupunem că ține în mod legitim de jurisdicția noastră. Nu este așa. Poate că este adevărat în practică, dar cu siguranță nu și în gândire. Cu cât ne restrângem mai mult libertatea unul celuilalt, cu atât îi este mai greu dorinței să respire în cadrul unei relații devotate.

Urmați logica și veți obține itinerariul unei călătorii de expansiune afectivă. E cam în felul următor: știu că te uiți la alții/altele, dar nu pot ști întru totul ceea ce vezi. Știu că alții/altele se uită la tine, dar nu știu cu adevărat pe cine văd ei. Deodată, nu-mi mai ești cunoscut. Nu mai ești o entitate cunoscută despre care nu mai trebuie să mă mai deranjez să fiu curios/oasă. De fapt, ești un mister total. Și sunt puțin speriat/ă. Cine ești? Te vreau.

Găzduirea celui de-al treilea deschide un orizont erotic în care erosul nu trebuie să fie preocupat de propria ofilire. În acel orizont, putem fi profund mișcați de deosebirea celuilalt și, curând după aceea, excitați de ea.

Aș vrea să sugerez că privim monogamia nu ca pe ceva dat, ci ca pe o alegere. Ca atare, devine o decizie negociată. Mai precis, dacă plănuim să ne petrecem cincizeci de ani cu un singur suflet — și ne dorim un jubileu fericit — ar putea fi înțelept să ne revizuim contractul în diferite momente de criză. Cât de ospitalier poate fi fiecare cuplu cu de cel de-al treilea variază de la caz la caz. Dar, cel puțin, o încuviințare este capabilă să mențină dorința cu unica noastră iubire de-a lungul întregului drum — și poate mai capabilă chiar să creeze o nouă „artă de a iubi" pentru cuplul secolului douăzeci și unu.

11
Să punem din nou accentul pe sex
Introducerea erotismului în cămin

Dragostea nu moare niciodată de moarte bună. Ea moare fiindcă noi nu ştim cum să-i realimentăm sursa.

Anaïs Nin

E nevoie de curaj să te străduieşti să ajungi în locuri unde nu ai mai fost niciodată... să-ţi testezi limitele... să rupi barierele. Şi a venit ziua când riscul pe care ţi l-ai asumat pentru a rămâne închis înăuntrul bobocului este mai dureros decât riscul pe care ţi l-ai asumat pentru a înflori.

Anaïs Nin

Sunt întotdeauna surprinsă de cât de mulţi oameni sunt dornici să încerce să aibă relaţii sexuale în afara relaţiei, deşi acasă sunt atât de blânzi şi de puritani cu partenerii lor. Mulţi dintre pacienţii mei au, după spusele lor, vieţi domestice lipsite de emoţie şi erotism, deşi ei sunt consumaţi şi stârniţi de o bogată viaţă sexuală imaginară în afara domesticităţii — aventuri, pornografie, sex virtual, vise febrile. Pentru ei, dragostea sexuală este compromisă în clădirea unei familii, chiar şi a unei familii formată din doi. Din punct de vedere erotic, aceştia se lasă rece unul pe celălalt. Apoi, fiindcă şi-au refuzat libertatea şi libertatea de imaginaţie în relaţiile lor, ei merg în afara acestora pentru a se reînchipui eliberaţi de constrângerile angajamentului. Siguranţă înăuntru, aventură şi pasiune în afară. Aşadar, atunci când în mass-media se anunţă nebuneşte (deşi regulat) că perechile nu mai fac sex, nu pot să nu mă gândesc că aceştia fac foarte mult sex, dar nu unul cu celălalt.

Pasiunea ar putea alimenta etapele inițiale ale unei relații sau poate nu. Oricare ar fi cazul, caracterul inconstant al erotismului pasional se așteaptă să se transforme într-o alternativă mai constantă, stabilă și mai flexibilă: dragoste matură. Chiar și biochimia pasiunii e cunoscută ca fiind de scurtă durată. Antropologul evoluționist Helen Fisher spune că este cunoscut faptul că cocktailul hormonal al iubirii (dopamină, norepineprină și feniletilamină) nu durează mai mult de câțiva ani, în cel mai bun caz. Oxitocina, hormonul dezmierdării, durează mai mult decât toate celelalte. Fructele acestei iubiri în curs de maturizare — tovărășie, respect profund, intimitate și grijă — sunt considerate de mulți ca fiind un schimb cinstit pentru fierbințeala erotică. Dacă atracția și dorința erau actorii principali în curtarea ta, acum ele se retrag în culise pentru a face loc actului principal: clădirea unei vieți împreună.

Erotismul este în mod vădit absent din ideea noastră de căsnicie. Desigur, acum se așteaptă ca perechile devotate să facă dragoste și chiar să le placă. Sexul numai de dragul reproducerii este, teoretic, de domeniul trecutului. Dar sexul și erotismul nu sunt același lucru, iar sexul lasciv, intim, pasional, necesar, frivol și erotic al iubiților devine rar după petrecerea de inaugurare a casei. În ciuda comunicațiilor de masă saturate din punct de vedere sexual care promit emoții dezlănțuite cu condiția să urmezi cei zece pași sugerați în numărul de săptămâna aceasta, mai există și anti-hedonism în jurul sexului domestic. Oare suntem asaltați de articole despre modul în care să facem sex fierbinte cu partenerul din cauză că de fapt nu credem că poate fi vorba de așa ceva alături de acesta? Mai precis, am putea crede în adâncul sufletului nostru că nu trebuie să se întâmple așa? Am putea crede că, indiferent de cât de liberi am fost din punct de vedere sexual înainte de a ne căsători, căsnicia nu este locul potrivit pentru imoralitatea dorinței aprinse?

Dacă mariajul se referă la dragoste, așa cum ne place nouă să credem, atunci sexul din timpul căsniciei trebuie să fie o declarație de dragoste. Trebuie să fie plin de înțeles. Dar terapeutul sexual, Dagmar O'Connor, spune:

> *Pentru ca sexul din timpul căsniciei să fie „semnificativ", trebuie să fie întotdeauna o expresie a iubirii — de preferat a iubirii pe durata vieții, trainice — de fiecare dată când ne urcăm în pat cu celălalt. Și ce povară incredibilă este aceasta! Elimină sexul stimulat de o întreagă gamă de alte emoții și senzații: sex jucăuș și sex supărat, sex rapid, lipsit de rațiune și sex indecent. Elimină, de fapt, aproape fiecare ocazie existentă de a face sex. La urma urmei, cine poate simți o „dragoste trainică" atât de des — mai ales la unsprezece noaptea?*

Căsnicia, ni s-a spus că are de-a face cu devotamentul, siguranța, confortul și cu familia. Este o treabă serioasă, o întreprindere responsabilă și plină de semnificație; este tot ceea ce ne trebuie și tot ceea ce trebuie să facem. Joaca și tovarășii ei de joacă (riscul, seducția, indecența, încălcarea limitelor) sunt lăsate să-și poarte singure de grijă în exteriorul arhitecturii solide a căminelor noastre.

Mulți oameni din domeniul meu cred că intensitatea care conturează primele etape ale iubirii este un fel de nebunie temporară, menită să fie vindecată de rigorile efortului îndelungat. Clinicienii interpretează adesea dorința arzătoare pentru aventură sexuală — variind de la un simplu flirt la dragoste nebună, de la menținerea legăturii cu foști iubiți la purtarea hainelor celuilalt, jocuri în trei și fetișuri — ca fiind o fantezie infantilă sau o teamă de angajament. Ei preferă un model de dragoste ca parteneriat de tovărășie, intim și de colaborare. Ceea ce ne rămâne este o relație care stă bine la capitolul cooperare și comunicare, dar care stă

prost la capitolul complicitate şi spirit jucăuş. Însă prietenia neinfluenţată de sentimente este o ecologie problematică pentru a cultiva erotismul.

În ziua în care am primit inelul...

Jacqueline şi Philip încearcă să reaprindă scânteia pe care o aveau altădată. Căsătoriţi de zece ani, ei ies la lumină în cele din urmă din întunericul creşterii de copii mici. În toamna aceasta, fiul lor cel mic a început grădiniţa şi noul lui program a readus puţină ordine în programul lor. În acelaşi timp, în ultimul an, prietenii lor trecuseră printr-o epidemie de divorţuri.

— Toate aceste cupluri cu care obişnuiam să ieşim, care s-au căsătorit cam în acelaşi timp cu noi, şi-au depus armele, îmi spune Philip. Te face să te gândeşti la ceea ce preţuieşti şi te pune faţă în faţă cu defectele fatale ale relaţiei tale.

— Şi care e defectul vostru fatal? îi întreb eu.

— Sexul, răspunde el.

— Înşelatul, spune ea.

Când s-au întâlnit, Jacqueline era premiul cel mare pentru Philip.

— Jackie era deşteaptă, frumoasă şi sexy. Nu-mi venea să cred că este interesată de mine. Eram cu adevărat fascinat de ea. Şi eram îndrăgostit până peste cap de ea. Am făcut dragoste intens o bună perioadă de timp. Exact până atunci când am întrebat-o dacă vrea să se mărite cu mine, îşi aminteşte el.

— Ce s-a întâmplat când a spus da? mă interesez eu.

— Nu s-a întâmplat nimic, dar ceva s-a schimbat într-adevăr atunci când am luat inelul. Nu făceam legătura la vremea aceea, dar acum văd lucrul acesta destul de limpede. Faptul că intram într-o familie m-a scos din priză rapid. Ei nu i-am spus despre asta. De fapt, chiar am încercat să nu recunosc că se schimbase

ceva. Dar destul de curând, nu mai puteam fi stârnit de ea. În cele din urmă, de fiecare dată când pleca din oraș sau chiar dacă era plecată doar pentru o noapte, căutam ceva prin baruri.

Au urmat opt ani de greșeli, unele descoperite, altele mărturisite, altele ținute cu îndurare în secret. Secvența devenise repetitivă, rezolvarea unui episod ducea la un nou val de încălcări ale limitelor. Rușinea lui Philip, cauzată de faptul că o înșela, era urmată întotdeauna de remușcări și regrete. Se simțea groaznic fiindcă o făcea pe Jackie să sufere și jura că se va schimba. Făcea mare caz din faptul că era un bărbat cinstit și un soț bun, iar ea îl ierta și îl primea înapoi. Apoi, el devenea neliniștit, după care urma mereu o întețire lascivă. În cursul acestor ani ei au avut doi fii, Jackie și-a terminat primul roman, Philip a obținut un post la o universitate și s-au mutat la New York. Toată această evoluție i-a ajutat să amâne rezolvarea acestei probleme. Dar ultima rundă i-a pus capac lui Jackie.

Pentru a-i înțelege sexualitatea lui Philip, am urmat legătura cu părinții lui, a căror căsnicie reprezenta în mod surprinzător diviziunea culturală dintre domesticitatea „sigură" și erotismul „periculos". În timp ce mama lui creștea cinci copii, tatăl lui se angaja într-o serie continuă de aventuri, nefăcând prea mari eforturi să le ascundă pe niciuna dintre ele. Bunicul lui Philip, după cum reiese, procedase la fel. „Tata, care era de fapt un om plăcut, continua să facă acest lucru fără să acorde prea multă atenție felului în care ne făcea să ne simțim noi, ceilalți — și cea mai puțină atenție dintre toți, mamei", mi-a povestit Philip. Mama lui, a cărei suferință era cumplită, era totuși o femeie realistă care nu a uitat niciodată că are cinci copii de hrănit. „Nu vorbea niciodată despre asta, dar noi toți știam că are nevoie de noi la fel de mult cum aveam și noi de ea."

Pentru a nu-i mai cauza și alte supărări, Philip a încercat să fie cât se poate de diferit de tatăl lui. A devenit ceea ce el numește un asexuat de succes. „Eram extrem de moralizator și de critic", a spus

Philip mâhnit. „La suprafață, eram tipul drăguț, sigur cu care fetele ieșeau fiindcă știau că pot avea încredere în mine să nu profit de ele; dar pe dinăuntru eram murdar și mă uram pentru acest lucru." Ca adolescent, Philip a dezvoltat un gust secret, fascinant pentru pornografie. Când a mai crescut și sexul a devenit chiar o opțiune, el căuta femei pe care să le poată agăța pe fugă pentru scurte aventuri de o noapte, lipsite de importanță. „Oarecum, acea morală rigidă mi-a alimentat obsesia de a încălca regulile." Pentru Philip, sfidarea decenței comune era cheia sistemului său intern de excitație. Sexul, reducerea femeilor la obiecte sexuale și încălcarea frontierelor au devenit același lucru. În mod ironic, izolându-și sexualitatea în afara limitelor relației cu Jackie, Philip speră să o protejeze pe aceasta de pericolele dorinței sale.

Nu mai e nevoie să spunem că Jackie era foarte deranjată de pierderea intensității din viața lor sexuală. Niciodată prea încrezătoare în atracția ei, și ea fusese uimită de atracția lui Philip față de ea. Când aceasta s-a diminuat, a presupus că el și-a pierdut interesul pur și simplu și că era de așteptat să se întâmple acest lucru. Crescând alături de un frate care intra și ieșea din instituții de psihiatrie, ea era obișnuită să-și satisfacă cât mai puțin nevoile. Învățase să nu se impună și, în schimb, să obțină ce se putea.

În timp ce Philip caută să se afirme în afara relației, afirmarea de sine a lui Jackie se bazează numai pe el și pe receptivitatea lui față de ea. Ea evidențiază modul comun în care femeile își comandă sexualitatea, în sensul că îl transformă pe el și dorința lui față de ea în centrul identității ei sexuale. La început, când Philip era îndrăgostit până peste cap de ea, Jackie era un boboc în floare. Nu exista nicio problemă. Se simțea deschisă, îndrăzneață, sexy și dorită. Astăzi, un bun elev al copilăriei sale, ea evită să iasă în evidență de teama de a nu fi respinsă. Când își face într-adevăr curaj să facă avansuri, Philip se simte silit să fie receptiv și să se ocupe de ea. „Ori de câte ori se dă Jackie la

mine, paralizez", mărturisește el. „Fapt care îi sporește nesiguranța lui Jackie", adaug eu.

După cum se poate demonstra, dorința masculină include toate posibilitățile dintre două extreme: aceia care pledează pentru ca partenerul lor să le facă avansuri, confirmându-le astfel dezirabilitatea, și aceia care se pierd atunci când partenerul lor ia inițiativa, temându-se că pasivitatea lor nu este suficient de masculină. Întotdeauna nesiguri de puterea lor, fiind protejații mamei, ploaia de avansuri din copilărie nu este foarte diferită de cea de la maturitate. În mod previzibil, Philip interpretează propunerile lui Jackie ca fiind mai degrabă niște cerințe insistente decât niște invitații tentante.

Philip se simte vinovat pentru că nu se poate implica mai mult din punct de vedere erotic în relația cu soția sa. Când îi cer să-mi descrie o imagine sexuală care o include și pe ea, el își construiește o imagine a lor sărutându-se romantic la apusul soarelui. Spune că îi este greu, acum, să și-o imagineze pe Jackie pasională, erotică. El îi spune deschis: „Pur și simplu nu te pot vedea în mintea mea ca femeie atrăgătoare din punct de vedere sexual și îmi pare rău, dar acesta este adevărul." Philip tânjește după ardoare în relația cu Jackie, dar crede că lupta decisivă dinăuntrul lui nu va permite acest lucru. Îi e teamă de tăișul ascuțit al dorinței lui, din interiorul sfintei căsătorii, și este jenat de nevoia lui de sex în care celălalt este redus la un obiect. După părerea lui, în dragoste nu e loc pentru aceste înclinații nebunești.

„Nu poți face asta cu soția ta"

Multora dintre pacienții mei le este teamă să-și exprime emoția sexuală intensă față de persoana pe care o iubesc și o respectă. Philip nu este singurul care își ascunde lipsa dorinței în spatele alibiului decenței. Câteva dintre aceste comentarii v-ar

putea fi cunoscute: „Nu mi-l pot imagina spunând lucrurile pe care vreau eu să le aud. S-ar întreba ce s-a întâmplat cu soţia lui." „Nici nu vreau măcar să mă gândesc, mai ales să vorbesc despre ce relaţii am avut înainte ca noi să ne întâlnim." „Nu pot face asta cu soţia mea." Erotismul domestic este învăluit într-un caracter de potrivire.

Când Philip îmi spune că Jackie nu ar opta niciodată pentru asemenea chestii, îl întreb, „Şi ce sunt chestiile acelea, mai exact?" Sunt pregătită să primesc o listă lungă de lucruri absolut perverse şi sunt surprinsă când el îmi dezvăluie meniul de bază al imaginaţiei lui sexuale.

— Nu mă omor după subtilităţi. Îmi plac lucrurile extravagante. Îmi plac jucăriile, lenjeria, pornografia, discuţiile pe viu. Sincer, îmi place sexul în toată regula.

— Lucruri de care tu şi Jackie v-aţi bucurat înainte de a vă căsători? întreb eu.

— Da.

Ridică din umeri.

— Iar acum Jackie nu le mai vrea? Sau nu mai vrei tu să faci asta cu ea? Nu mi se pare că s-a schimbat atât de mult. Dar mă întreb în ce măsură simţi tu că acestea sunt lucruri pe care nu le poţi face cu soţia. Pari a crede că este greşit să-ţi tratezi persoana iubită ca pe un obiect.

— Şi vrei să spui că nu este aşa? întreabă el.

— Spun că nu trebuie să fie aşa. Ştii, o mulţime de cupluri se joacă cu reducerea persoanei iubite la un obiect, ca modalitate de a suprapune diferenţa unui partener care a devenit prea familiar. Adesea, aceasta este respinsă din cauză că îi lipseşte intimitatea, dar cred că atunci când sunteţi amândoi interesaţi, este o altfel de apropiere. Trebuie să ai multă încredere în oameni pentru a-ţi putea permite să îi uiţi.

Ne izolăm dorinţa ardentă din motive psihologice, precum şi culturale. Orice experimentare a dragostei păstrează o măsură de

dependență în cadrul ei. De fapt, dependența este un ingredient esențial al relației. Însă este furnizorul unei neliniști teribile, deoarece implică faptul că persoana iubită exercită putere asupra noastră. Aceasta este puterea de a ne iubi, dar și cea de a ne abandona. Teama — de a nu fi judecați, de a nu fi respinși, de a nu pierde — este incorporată în dragostea romantică. Respingerea sexuală la îndemâna persoanei iubite este deosebit de dureroasă. De aceea, înclinăm mai puțin să fim aventuroși din punct de vedere erotic cu persoana de care depindem așa de mult și a cărei opinie este deosebit de importantă. Mai degrabă ne construim viața, menținând un scenariu strâns negociat, acceptabil și chiar plictisitor decât să riscăm să fim răniți. Nu este de mirare că unii dintre noi se pot angaja liber în pericolele și aventurile sexului numai atunci când miza emoțională este mai mică — când iubim mai puțin sau, mai important, atunci când ne este mai puțin teamă de a nu pierde dragostea. Stephen Mitchell scrie: „Dragostea nu pălește neapărat odată cu trecerea timpului, dar devine mai riscantă."

Jackie a ascultat cu atenție și își așteaptă răbdătoare rândul. „Aud toată discuția aceasta despre comportament provocator, începe ea, dar cu mine el este aproape aiurit, este mai mult un băiat de doisprezece ani decât un bărbat. E greu să-mi dezlănțui cu adevărat sexualitatea cu un adolescent. De ce crede el că trebuie să apeleze la ceva din afară pentru acest lucru? Poate ar trebui să-mi cumpăr o perucă și să mă apropii ușor de bară", glumește ea.

„Nu este o idee rea", îi răspund eu.

Corespondență cu propriul partener

Le atrag atenția că modul în care Philip și-a compartimentat sexualitatea, cu sex tandru acasă și sex pasional rezervat pentru

persoane străine, a interzis erotismul în relația lor. Repertoriul lor este limitat. Dar el nu este singurul vinovat. Jackie i-a transferat sentimentul de merit propriu din punct de vedere sexual și îi recomand să și-l redobândească. El nu ar trebui să pună monopol pe sexualitatea ei.

— Jackie, cât timp a trecut de când nu ai mai flirtat?, o întreb eu. Poți deveni disponibilă în ochii altor bărbați, astfel încât Philip să nu fie singura sursă a validării tale sexuale?

Philip începe să se foiască pe scaun.

— Stai un moment, spune el.

— Nu te îngrijora, nu sugerez abordarea dinte pentru dinte aici, îl reasigur eu. Dar soția ta este o femeie foarte atrăgătoare și dacă tu nu poți vedea acest lucru, de ce nu l-ar putea auzi de la altcineva?

După același model, sugerez de asemenea să-și creeze noi conturi de e-mail rezervate exclusiv pentru schimburi erotice între ei — gândurile lor, amintiri, fantezii și seducții. Le clarific faptul că această corespondență nu trebuie să se refere la problemele din relația lor, este menită să fie un spațiu de joacă. Vreau ca ei să utilizeze spațiul virtual pentru a le provoca curiozitatea, un simț al intrigii și un fel de anxietate utilă. Scrisul are mai multe avantaje decât vorbitul. Reușești să spui totul, să-ți modelezi răspunsul și să exprimi în scris unele lucruri pe care buzele tale nu ar îndrăzni să le pronunțe. Asigură o distanță incorporată și sper că îi va ajuta să-și demonteze inhibițiile.

Până la Ziua Sfântului Valentin Jackie a devenit mai liberă în arta seducției. Este jucăușă și îndrăzneață, nu numai în corespondența electronică cu Philip, ci și cu alți bărbați. Câteva luni mai târziu, ea îmi spune: „Îndemnul tău de a obține o conștiință de sine din partea altor bărbați în afară de Philip a fost foarte bun pentru mine." Ea a început să facă unele lucruri cu prietenii ei de sex masculin, să meargă la concerte și galerii de

artă, și, per ansamblu, a flirtat mai mult. „Nimic deosebit, știi tu, dar a fost distractiv să mă aflu din nou acolo, vorbind cu bărbați diferiți de soțul meu, știind că le place compania mea. Iar acum, fiecare cuvânt sau privire a lui Philip nu este cel mai important lucru din viața mea."

Noua mărturisire a lui Jackie l-a lăsat pe Philip ușor dezechilibrat și acesta se dovedește a fi un lucru bun. Este intrigat de felul în care îi scrie și este surprins să afle că în lexicul grafic despre sex, ea poate cu siguranță să aibă un stil aparte. În ochii lui, toate acestea o fac să pară mai erotică. Eliberat de previzibilitatea unui scenariu, el se uită de două ori. Pseudo-anonimitatea e-mailurilor lor i-au permis să o vadă ca pe un subiect cu propriile dorințe, transformând-o astfel în obiectul dorințelor sale. „Îi spun lucruri pe care nu credeam că i le-aș putea spune. Mă așteptam să o stârnească, dar nu a fost așa. Ea are nevoie de mult mai puțină grijă decât mi-am imaginat", recunoaște Philip. „Mi-am dat seama că i-am atribuit multe chestii care nu îi aparțin. Acestea îmi aparțin mie sau familiei mele."

„Nu înțeleg cum greșelile tale trebuiau să aibă grijă de mine, deși știu că în mintea ta are o logică", îi spune Jackie. „Nu e în regulă, dar înțeleg. Totuși, am fost întotdeauna surprinsă cât de ușor te lăsai prins. Ca și cum o cereai, ca să poți veni la mămica să te pedepsească. Nu sunt interesată să retrăiesc drama familiei tale. Te voi părăsi eu prima și tu știi asta." Către mine ea spune: „Faptul că am realizat că aveam puterea să plec m-a ajutat să aleg să rămân. Am mult mai multă libertate. Când fac primul pas spre sex acum, mă simt aproape nerușinată și îmi place. «Îți dorești asta, Philip? Servește-te singur.» Nu trebuie să fie romantic sau nici măcar foarte personal. Îmi plac o mulțime de lucruri diferite. Prefer dragostea tandră, dar uneori și cea lacomă este bună."

Am tot lucrat cu Jackie și Philip ani de-a rândul. Philip a încetat să se mai prefacă și, cu timpul, a căutat modalități de a-și distruge convingerea profund întipărită în minte că nu poți avea

parte de sex fierbinte şi acasă. Găsind modalităţi de a se simţi bărbat care are dorinţă sexuală şi care e totodată şi fidel, el a putut distruge tiparele familiale care erau vechi de cel puţin trei generaţii. În trecut, fascinaţia lui Philip pentru pornografie era un refugiu pentru el, o fantezie a promptitudinii în care momentul dorinţei şi cel al satisfacţiei se contopeau. Femeile de pe ecran nu opuneau nicio rezistenţă şi nu necesitau niciun efort din partea lui. Pornind de aici, tensiunea dintre a vrea şi a obţine era anulată, iar Philip nu trebuia niciodată să reconcilieze dorinţa în contextul iubirii. Treptat, el a permis părţilor dislocate ale sexualităţii sale să se reîntoarcă acasă şi a reuşit să rămână mai mult prezent alături de soţia sa.

Provocarea continuă pentru Jackie şi Philip este să continue să aducă erotismul în cămin — să depăşească unele limite minore, să facă eforturi nepermise şi să experimenteze idealizarea pasională în mijlocul vieţilor lor intime. Psihanalistul englez, Adam Phillips, subliniază acest aspect în cartea sa *Monogamy:*

> *Dacă ceea ce este interzis este excitant — dacă dorinţa este în esenţă culpabilă — atunci monogamii sunt asemenea celor foarte bogaţi. Aceştia trebuie să-şi găsească sărăcia. Trebuie să se înfometeze îndeajuns. Cu alte cuvinte, trebuie să muncească, chiar şi numai pentru a păstra ceea ce este mereu prea disponibil, suficient de interzis ca să fie interesant.*

Poţi dori ceea ce ai?

Oscar Wilde scria: „În această lume există numai două tragedii. Una constă în a obţine ceea ce-ţi doreşti şi cealaltă în a nu obţine acest lucru." Când nu ne sunt împlinite dorinţele, suntem

dezamăgiți. Este frustrant să ți se refuze o mărire de salariu, admiterea la o facultate, o audiență. Când obiectul dorinței noastre este o persoană, refuzul acesteia ne face să ne simțim singuri, nedemni și neiubiți sau — mai rău — de neiubit. Însă dorința împlinită poartă și ea marca unei pierderi. Faptul că obținem ceea ce ne dorim subminează emoția provocată de dorință. Gustul delicios al dorinței înfocate, strategiile elaborate ale căutării, fanteziile încărcate, pe scurt, toată activitatea și energia presupusă de dorință este înlocuită de sechestrul presupus de a avea. Gândiți-vă numai la ultimul lucru pe care îl doreați foarte tare până să-l aveți. Acum, că este al vostru, vă puteți bucura de el, îl puteți iubi, dar încă îl mai doriți? Vă mai amintiți măcar cât de mult îl doreați la început? Gail Godwin scria: „Acțiunea de a dori cu ardoare va fi întotdeauna mai intensă decât răsplata ei."

Este mai greu să dorești ceea ce ai deja? Legea beneficiilor reduse ne spune că frecvența sporită conduce la o satisfacție scăzută. Cu cât utilizezi mai mult un produs, cu atât mai puțin satisfăcătoare va fi fiecare utilizare ulterioară. Parisul, la a cincizecea vizită nu ți se mai pare la fel ca la prima. Din fericire, logica acestui argument este doborâtă atunci când este aplicat iubirii deoarece este bazată pe supoziția greșită că putem fi proprietarii unei persoane în același fel în care suntem proprietarii unui I-pod sau ai unei noi perechi de pantofi cu toc Prada. Când prietena mea, Jane, a zis: „Poate că îmi doresc numai ce nu pot avea", eu i-am răspuns: „Ce te face să crezi că îl ai pe soțul tău?"

Marea iluzie a iubirii împărtășite constă în faptul că noi credem că partenerii noștri ne aparțin. De fapt, diferența lor este incontestabilă, iar misterul lor este pentru totdeauna de neînțeles. De vreme ce putem începe să recunoaștem acest lucru, dorința susținută devine o posibilitate reală. Mi se pare remarcabil felul cum o amenințare subită a *status quo*-ului (o aventură, o pasiune nebună, o absență prelungită sau chiar o

bătaie zdravănă) poate aprinde dorința pe neașteptate. Nimic nu se compară cu teama de a nu pierde posibilitatea de a face acei pantofi vechi să pară noi din nou.

Contraargumentul legii beneficiilor reduse este principiul că acea investiție solidă duce la o satisfacție sporită. Cu cât faci un lucru mai mult și cu cât devii mai bun la a face acel lucru, cu atât mai mult îți va face plăcere să-l faci. Jucătoarea de tenis care exersează în fiecare săptămână și care continuă să-și îmbunătățească stilul ar pleda pentru efectele pozitive ale frecvenței. Pentru ea, Parisul devine din ce în ce mai frumos. Cu cât practică mai mult, cu atât mai puternice îi sunt abilitățile. Cu cât îi sunt mai puternice abilitățile, cu atât are mai multă încredere. Cu cât se simte mai încrezătoare, cu atât își asumă mai multe riscuri. Cu cât mai multe riscuri își asumă, cu atât mai captivant devine jocul. Desigur, tot acest antrenament necesită efort și disciplină. Nu este vorba numai de a avea dispoziția necesară; necesită răbdare și atenție susținută. Jucătoarea de tenis știe în mod intuitiv că evoluția este rareori lineară; ar putea trece prin suișuri și coborâșuri, dar răsplata merită efortul.

Din nefericire, mult prea des asociem efortul cu munca, iar disciplina cu durerea. Dar există un fel diferit de a ne gândi la muncă. Ea poate fi creativă și să confirme viața, dând naștere unui sentiment sporit de vitalitate mai degrabă, decât unei extenuări intrată în oase. Dacă vrem ca sexul să fie satisfăcător, atunci trebuie să aplicăm efortul chiar în această modalitate îndemânatică.

Mitul spontaneității

Există un puternic ideal referitor la sex ce operează în viziunea multor oameni — acela că este o potrivire instantă, o compatibilitate ce nu necesită niciun efort, care este perfectă de

la început. Sexul de calitate trebuie să fie ușor, lipsit de tensiuni și de inhibiții. Fie că-l practici, fie că nu. Această idee este adesea însoțită de bunul ei vecin, mitul spontaneității. Cuvântul „spontaneitate" apare ca o mantra de fiecare dată când bărbații și femeile din biroul meu discută despre ceea ce reprezintă pentru ei sexul excitant, emoționant, nerăbdător, cu adevărat erotic. E dificil să le exagerăm convingerea entuziastă că sexul cu adevărat sexy trebuie să fie spontan.

Ne place să credem că sexul decurge dintr-un impuls sau o înclinație naturală, spontană și neprelucrată. Vorbim despre a fi luați de val. „Nu am putut rezista... am simțit cum sângele îmi curgea mai repede prin vene... era mai puternic decât noi doi... am fost complet luat de val." Această nebunie cu teoria explozivă despre sex ne sugerează nerăbdarea cu seducția și erotismul jucăuș, care ne iau prea mult timp, necesită un efort prea mare și — cel mai important — cer o conștientizare deplină a ceea ce facem. Pentru mulți dintre noi, sexul premeditat este suspect. Ne amenință convingerea că sexul este supus numai intrigilor magiei și ale chimiei. Ideea că sexul trebuie să fie spontan ne menține cu un pas mai departe de necesitatea de a dori să facem sex, de a ne asuma dorința și de a o exprima intenționat. Atâta timp cât sexul este ceva care se întâmplă pur și simplu, nu trebuie să-l pretinzi. Este ironic faptul că într-o societate atât de dornică, evocarea sexului pare evidentă și crasă. Ne stinghereşte, de parcă am fi fost prinși făcând ceva inadecvat.

Când pacienții mei vorbesc cu nostalgie despre vremurile când sexul se aprindea rapid, le amintesc că, la început chiar, spontaneitatea era un mit. Orice avea loc „în momentul acela" era adesea rezultatul unor ore, dacă nu zile, de pregătire. Cu ce să te îmbraci, despre ce să vorbiți, la care restaurant să mergeți, ce muzică să asculți? Toată această plănuire — acea operă

deosebit de detaliată, imaginară — făcea parte din desfăşurarea acţiunii şi din deznodământ.

Pentru acest motiv, îmi îndemn pacienţii să nu fie spontani în ceea ce priveşte sexul. Spontaneitatea este o idee fabuloasă, dar într-o relaţie în curs de desfăşurare orice ar trebui „să se întâmple doar" deja s-a întâmplat. Acum trebuie s-o facă să se întâmple. Sexul într-o relaţie stabilă este sex intenţionat. „Nu m-am putut abţine" trebuie să devină „nu vreau să mă abţin". „Am căzut pur şi simplu unul în braţele celuilalt" trebuie să devină „Lasă-mă să te iau în braţe." „Ne iubim pur şi simplu" trebuie să devină „Ne putem iubi diseară?" Scopul meu este să ajut pacienţii să se obişnuiască cu sexualitatea ca fiind o parte a vieţilor lor, recunoscută conştient şi întâmpinată cu entuziasm — ceva care cere un angajament complet.

Ideea de a plănui este o barieră peste care trebuie să treacă multe cupluri. Ele asociază plănuirea cu programarea, programarea cu muncă şi munca cu obligaţie. Adesea, terapia este un proces de demolare a acestor convingeri.

Adăugând intenţionalitate sexului

Dominick şi Raoul se plâng de viaţa lor sexuală plictisitoare. Pe la începutul idilei lor, când Raoul încă locuia în Miami, distanţa împiedica rutina. Sfârşiturile de săptămână împreună erau majoritatea anticipate şi niciodată plictisitoare. Dar acum, locuind împreună, ei îşi petrec timpul mort făcând treburi casnice şi îndeplinind sarcini. Nu pot să nu observ discrepanţa dintre atenţia pe care o acordă acestor sarcini şi lipsa de atenţie cu privire la viaţa lor sexuală — de parcă sexul funcţionează după alt principiu.

— Rufele nu se spală singure, să ştii, spune Dominick în apărarea lui.

— Și sexul se practică singur? întreb eu.

Dominick pretinde că nu înțelege ce vreau să spun prin sex premeditat.

— Vrei să-l introduc în agenda mea electronică? Joi noaptea, la zece? Pare atât de patetic, spune el.

— Dacă nu vrei ca sexul să se afle pe lista ta de sarcini, atunci nu-l trata ca pe o sarcină, răspund eu. Nu spun că trebuie să programezi sexul, ci spun că trebuie să creezi un spațiu erotic, iar acest lucru îți ia timp. În acel spațiu se pot întâmpla o infinitate de lucruri, dar spațiul în sine este mărginit de intenționalitate. La fel ca acel *osso buco* pe care l-ai gătit pentru el weekendul trecut — nu s-a întâmplat pur și simplu."

Dominick este expert în arta culinară. Sâmbătă, i-a gătit lui Raoul o friptură clasică italiană. La început a fost doar un gând — că ar fi vrut să facă ceva frumos. A cochetat cu diferite idei până ce s-a hotărât asupra fripturii de vițel. Apoi a mers în Mica Italie după cea mai bună carne, la o brutărie în Sat după pâinea lui preferată *semolina* și la un magazin de specialități în SoHo după *cannoli cu ciocolată*. În cele din urmă, s-a târât cu ele până în centru după o sticlă perfectă de Montepulciano. Pregătirea mesei i-a luat mare parte din zi, dar la final a fost o încântare epicuriană, chiar o experiență erotică. Totul era planificat pentru plăcere.

— Da, este multă muncă, recunoaște Dominick, dar îmi face plăcere, așa că nu o simt ca pe o corvoadă.

— Cum se face că sexul a devenit o muncă pentru tine? Pari să eziți să aduci aceeași intenție pe care o aduci în gastronomie și în viața ta erotică, îi atrag eu atenția.

— Mi se pare atât de lipsit de spontaneitate când e vorba de sex, spune Dominick.

La fel ca Dominick și Raoul, destul de mulți dintre pacienții mei au respins ideea de planificare când e vorba de sex. Ei

consideră că aceste strategii sunt prea laborioase în drumul anevoios, crezând că ele nu ar trebui să mai fie necesare după cucerirea inițială. „Să-mi seduc partenerul? Încă mai trebuie să fac acest lucru?" Această ezitare este adesea o expresie modificată a unei dorințe infantile de a fi iubiți așa cum suntem, fără niciun fel de efort din partea noastră, pentru că suntem atât de speciali. Este grandiozitatea copilașului și noi toți o avem în noi. „Nu vreau! De ce ar trebui să fac acest lucru? Trebuie să mă iubești oricum." Terapeutul sexual Margaret Nichols observă că, deși partenerul încă s-ar putea să te mai iubească după ce te îngrași douăzeci și cinci de kilograme și te târăști în jurul casei în papuci cu iepurași și într-un tricou pătat, probabil că el nu va mai fi stârnit de tine (și tu nu te vei mai uda).

— Stârnirea seducției este singurul privilegiu al acelora care își dau întâlniri? îl întreb pe Dominick. Numai pentru faptul că locuiești cu cineva nu înseamnă neapărat că este și gata disponibil. În orice caz, el necesită mai multă atenție, nu mai puțină. Dacă vrei ca sexul să rămână umed, acesta este genul de atenție pe care trebuie să i-o acorzi. Nu, nu în fiecare zi, dar din când în când poți să faci ceva bun pentru Raoul?

Planificarea creează anticipare

Anticiparea implică faptul că așteptăm ceva cu nerăbdare. Este un ingredient important al dorinței, iar planificarea sexului ajută la generarea ei. Când Dominick pregătește *osso buco*, aproape că îl poate gusta în avans. Își imaginează surprinderea și plăcerea lui Raoul. El speră că îl va face pe prietenul lui să se simtă special și își închipuie mulțumirea lui Raoul. Fantezia este mojarul anticipării. Este o modalitate de a-ți imagina cum va fi ceva. Este un fel de preludiu care are loc în afara interacțiunii directe a cuplului. Anticiparea face parte din clădirea unui

scenariu; de aceea, romanele de dragoste și telenovelele sunt pline de așa ceva.

Eu cred că dorința aprinsă, așteptarea și dorul sunt elementele fundamentale ale dorinței care pot fi generate prin prevedere, chiar și în relațiile de lungă durată. Când Nile și Sarah ies sâmbăta în oraș, se întâmplă des să aibă plănuite câteva lucruri. Cină, muzică și — mai târziu — sex. În trecut, tot efortul de curtare al întregii seri era distrus în momentul în care Sarah trebuia să plătească bona. „Brusc, eram din nou mamă și toată tensiunea pe care munceam să o creăm dispărea pur și simplu. Acum, Nile se ocupă de bonă, iar eu mă duc direct în dormitor. Este un aranjament care îmi permite să rezist momentului." Sarah și Nile au trei copii care o țin pe fugă toată ziua, în fiecare zi. I-a spus foarte clar lui Nile că îi ia mult timp să iasă din rolul acela și foarte puțin pentru a și-l recăpăta. „Obișnuiam să cred că ținea de dispoziție, dar am scăpat de ideea aceea de multă vreme. Să aștepți după dispoziție e ca și cum ai aștepta A Doua Venire. Îmi place să planific. Îmi oferă un lucru pe care să-l aștept cu nerăbdare atunci când mă joc cu păpuși Barbie și când verific temele."

Ceea ce așteaptă Sarah cu nerăbdare este mai mult decât sex; este ritualul. Petrecând suficient timp împreună, femeie cu bărbat, ei scapă temporar din lanțurile realității. Preludiul lor durează ore întregi. Fac acest lucru de doisprezece ani și la fel ca o disciplină stăpânită, le lipsește atunci când sar peste el. Ei știu că sexul extraordinar necesită, în general, mai mult decât cincisprezece minute imediat după știrile de la ora unsprezece.

Dezvoltarea jocului

Când cuplurile se plâng că viața lor sexuală este letargică, eu știu că ele nu caută doar frecvență. S-ar putea ca ele să își

dorească mai mult sex, dar cu siguranță își doresc ca viața sexuală să fie mai bună. Din acest motiv, prefer să vorbesc mai degrabă despre viața lor erotică decât despre viața lor sexuală. Actul sexual fizic este un subiect prea restrâns care degenerează cu ușurință într-o conversație legată de numere. Natura umană detestă lipsa de intensitate. Oamenii tânjesc după strălucire. Ei vor să se simtă vii. Dacă li se dă o jumătate de șansă, partenerii de iubire pot umple golul de intensitate cu transcendență.

Animalele fac sex; erotismul este exclusiv uman. Este sexualitatea transformată prin imaginație. De fapt, nici măcar nu este nevoie de întregul act sexual pentru a avea o experiență erotică, deși sexul este adesea sugerat, întrevăzut. Erotismul este cultivarea excitării, o căutare ce are drept scop plăcerea. Octavio Paz face asemănarea dintre erotism și poezia trupului, mărturia simțurilor. La fel ca o poezie, el nu este linear; capătă o formă șerpuită și revine la forma inițială. Ne arată ceea ce nu vedem cu ochii noștri, ci cu ochii sufletului nostru. Erotismul ne dezvăluie o lume în interiorul acestei lumi. Simțurile devin sclave ale imaginației, permițându-ne să vedem invizibilul și să auzim inaudibilul.

Erotismul, așa împletit cum este cu imaginația, este o altă formă de joacă. Mă gândesc la joacă ca realitate alternativă la jumătatea drumului dintre real și imaginar, un spațiu sigur unde experimentăm, ne reinventăm și ne asumăm riscuri. Prin joacă suspendăm neîncrederea — pretindem că ceva este real chiar și atunci când știm foarte bine că nu e așa. Seriozitatea nu-și are locul aici.

Joaca, prin definiție, este lipsită de griji și inconștientă de sine. Marele teoretician al jocului, Johan Huizinga, susținea că o trăsătură fundamentală a acestuia este că nu servește la niciun alt scop. Lipsa de scop asociată cu joaca este greu de reconciliat cu propria cultură deosebit de eficientă și responsabilitatea

permanentă. Din ce în ce mai mult, considerăm joaca în funcție de beneficiile ei. Jucăm squash pentru condiția cardiovasculară; ne scoatem copiii la cină în oraș pentru a-și extinde gusturile; mergem în vacanță pentru a ne reîncărca bateriile. Totuși, dacă suntem chinuiți de conștiința de sine, obsedați de rezultate sau temători de a nu fi judecați, plăcerea noastră este inevitabil compromisă.

Când suntem copii, avem jocul în sânge, dar capacitatea noastră de joc scade pe măsură ce înaintăm în vârstă. Sexul rămâne adesea singura arenă de joacă pe care ne-o putem permite, o punte către copilărie. La mult timp după ce mintea ne-a fost umplută de ordine care ne cerea să fim serioși, corpul rămâne o zonă liberă, nestânjenită de rațiune sau judecată. Când facem dragoste, putem recupera mișcările complet lipsite de rezerve ale copilului care nu și-a dezvoltat conștiința de sine încă în fața privirilor critice ale altora.

Inteligența erotică

Din când în când, întâlnesc cupluri care înțeleg acest lucru, care păstrează între ei un simț al jocului înăuntrul și în afara dormitorului. Ei sunt vii din punct de vedere fizic și senzual — doi oameni a căror dorință unul față de celălalt nu a fost lăsată să lâncezească. Chiar și în cultura noastră de satisfacție imediată, ei sunt capabili să vadă seducția ca pe un scop în sine. Johanna continuă de zece ani să-l vrăjească pe prietenul ei stabilind rendez-vous-uri în moteluri dintr-o suburbie apropiată. Darnell și iubitul lui se prefac că nu se cunosc atunci când merg la o petrecere. Eric descrie cum face dragoste cu soția pe aleea blocului lor atunci când vin acasă noaptea târziu, o plăcere tainică pe care și-o permit înainte de-a verifica ce fac copiii. În fiecare an, Ivan și Rachel pleacă într-un weekend prelungit de

adulter consimțit cu alte cupluri amatoare de schimb de parteneri. „În loc să avem secrete unul față de celălalt, avem secrete față de lume." Jessica l-a salvat pe soțul ei de multele momente plictisitoare, când era pe drum, tachinându-l la Radioul Cetățeanului. În fiecare dimineață, Leo îi spune soției lui cât de norocos e el că s-a căsătorit cu ea și încă vorbește serios după mai mult de cincizeci de ani.

Pentru toate aceste cupluri, jocul ocupă un loc central în relația lor, iar erotismul se extinde mai departe de actul sexual. Actul lor de iubire poate fi ceremonios sau subit, plin de dragoste sau utilitar, obișnuit sau care încălcă anumite limite, călduț sau fierbinte. Ceea ce vreau să spun e că sexul este plăcut și ispititor, nu o obligație. Ele respectă eroticul și totuși le place ireverența lui. Le place sexul, le place în mod special să-l practice unul cu celălalt și își alocă timp pentru crearea unui spațiu erotic.

Ca toate cuplurile, ele trec prin perioade când dorința este latentă — când sunt înstrăinați unul de celălalt sau pur și simplu cufundați în proiectele și în viețile lor — dar nu intră în panică, îngroziți de faptul că ceva este esențialmente greșit la ei. Ei știu că intensitatea erotică crește și descrește, că dorința suferă eclipse periodice și dispariții intermitente. Dar oferindu-i atenție suficientă, ei pot readuce fiorul înapoi.

Pentru ei, dragostea este un potir care conține atât protecție, cât și aventură, iar angajamentul le oferă una dintre cele mai mari bogății ale vieții: timp. Căsătoria nu este sfârșitul idilei lor, este începutul. Ei știu că au ani la dispoziție să-și întărească relația, să experimenteze, să regreseze și chiar să eșueze. Ei văd relația lor ca pe ceva viu și continuu, nu ca pe un fapt împlinit. Este o poveste pe care o scriu împreună, una cu multe capitole și niciunul dintre parteneri nu știe cum se va termina. Există întotdeauna un loc pe care să nu-l fi vizitat, întotdeauna ceva de descoperit la celălalt.

Relațiile moderne sunt cazane de năzuințe contradictorii: siguranță și emoție, de a fi cu picioarele pe pământ și de a pluti în aer, confortul oferit de dragoste și căldura pasiunii. Le vrem pe toate și le vrem alături de o singură persoană. Reconcilierea domesticului cu eroticul este un act delicat de echilibrare pe care, în cel mai bun caz, îl obținem cu intermitență. Ea cere să-ți cunoști partenerul în timp ce-i recunoști misterul permanent; să creezi siguranță în timp ce rămâi deschis către necunoscut; să dezvolți intimitatea care respectă păstrarea în secret. Distincția și unitatea alternează sau continuă în contrapunct. Dorința opune rezistență limitării, iar angajamentul nu trebuie să înghită toată libertatea.

În același timp, erotismul din cadrul căminului necesită angajament activ și intenționalitate deliberată. Este o rezistență continuă împotriva mesajului că mariajul este serios, că implică mai multă muncă decât joacă; și că pasiunea este pentru adolescenți și pentru cei imaturi. Trebuie să ne dezvăluim ambivalența legată de plăcere și să ne provocăm nemulțumirea universală cu privire la sexualitate, mai ales în contextul familiei. Să ne plângem de plictisul sexual este un lucru ușor și convențional. Alimentarea erotismului în cămin este un act de sfidare evidentă.

NOTE

1: De la aventură la captivitate

23 Focul original primordial: Octavio Paz, *The Double Flame: Love and Eroticism* (*Dubla flacără*), San Diego, California: Harvest, 1995, p. x.

25 De aici diferența dintre romantici și realiști: Ethel Spector Person, *Dreams of Love and Fateful Encounters: The Power of Romantic Passion*, New York: Penguin, 1988.

26 Stephen Mitchell: Stephen A. Mitchell, *Can Love Last?: The Fate of Romance over Time*, New York: Norton, 2002.

31 Anthony Giddens descrie: Anthony Giddens, *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*, Stanford, California: Stanford University Press, 1992.

34 Expertul motivațional Anthony Robbins: la un seminar în Fiji, 2005.

35 După cum evidențiază Stephen Mitchell: *Can Love Last?*, p. 44.

35 Cum spunea Proust: Marcel Proust, de pe site-ul http://www.quotationspage.com/quote/31288.html.

43 Mark Epstein explică: Mark Epstein, *Open to Desire: Embracing a Lust for Life*, New York: Gotham, 2005, p. 45.

2: Mai multă intimitate, mai puțin sex

44 Dragostea și dorința arzătoare: Jack Morin, *The Erotic Mind*, New York: HarperCollins, 1995, p. 200.

45 Ethel Spector Person scrie: Ethel Spector Person, *Dreams of Love and Fateful Encounters: The Power of Romantic Passion*, New York: W. W. Norton, 1998, p. 30.

49 Dr. Patricia Love dă glas: Patricia Love și Jo Robinson, *Hot Monogamy: Essential Steps to More Passionate, Intimate Lovemaking*, New York: Plume, 1995, p. 95.

52 Psihologul Michael Vincent Miller: Michael Vincent Miller, *Intimate Terrorism: The Crisis of Love in an Age of Disillusion*, New York: Norton, 1995, p. 39.

56 Psihanalistul Michael Bader: Michael J. Bader, *Arousal: The Secret Logic of Sexual Fantasies*, New York: St. Martin's, 2002.

60 Terapeutul sexual Dagmar O'Connor: Dagmar O'Connor, *How to Make Love to the Same Person for the Rest of Your Life and Still Love It*, London:Virgin, 1986.

64 Psihologul Virginia Goldner: Virginia Goldner, „Review Essay: Attachment and Eros — Opposed or Synergistic?" *Psa Dialogues*, 2004, 14(3), pp. 381-96.

65 Simone de Beauvoir scrie: Simone de Beauvoir, *The Second Sex* (*Al doilea sex*), New York: Knopf, 1952, p. 446.

65 Psihologul francez Jacques Salomé: Jacques Salomé, *Jamais seuls ensemble. Comment vivre a deux en restant différents* (*Singurătatea în doi nu e pentru noi*, Curtea Veche Publishing, 2007), Québec: Éditions de l'Homme, 2002, p. 13.

3: Capcanele intimității moderne

67 Noi nu avem secrete: Carly Simon, din albumul *No Secrets*, Elektra/Asylum Records, 1972.

67 Tevye, *în Fiddler on the Roof*: Joseph Stein, *Fiddler on the Roof: Based on the Sholom Aleichem Stories*, New York: Limelight, 2004 (Reeditare a scenariului original, Pocket Books, 1965).

69 Terapeutul de familie Lyman Wynne: Lyman C. Wynne şi A. R. Wynne, „The Quest for Intimacy". *Journal of Marital and Family Therapy*, 1986, 12, p. 389.

75 David Schnarch ilustrează cu pricepere: David Schnarch, *Passionate Marriage: Keeping Love and Intimacy Alive in Committed Relationships*, New York: Holt, 1991, p. 107.

83 Terapeutul de familie Kaethe Weingarten: Kaethe Weingarten, „The Discourses of Intimacy: Adding a Social Constructionist and Feminist View", *Family Process*, 1991, 30, pp. 285–305.

4: Democraţie *Versus* sex fierbinte

85 Nicio declaraţie de drepturi sexuale: Daphne Merkin, „The Last Taboo", *The New York Times*, 3 Decembrie, 2000.

92 Mordechai Gafni, un savant al misticismului evreiesc: Mordechai Gafni, „On the Erotic and the Ethical", Revista *Tikkun*, aprilie–mai, 2003.

96 Ethel Spector Person: Ethel Spector Person, *Feeling Strong: The Achievement of Authentic Power*, New York: Morrow, 2002, p. xi.

97 Stephen Mitchell clarifică: Stephen A. Mitchell, *Can Love Last? The Fate of Romance over Time*, New York: Norton, 2002, p. 144.

104 Erau iniţial o practică a homosexualilor: Anthony Giddens, *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*, Stanford, California: Stanford University Press, 1992, p. 123.

104 Criticul social Camille Paglia: de pe site-ul www.urbandesires.com subiectul 1.2 ianuarie-februarie 1995. Interviu cu Tracy Quan, „Prostituata, comediantul şi eu".

5: Ba poţi!

106 Energia şi persistenţa: Benjamin Franklin, http://www.quotationspage.com/quote/34574.html.

108 Laura Kipnis scrie: Laura Kipnis, *Against Love: A Polemic*, New York: Pantheon, 2003, p. 67.

108 Împarți problema în părțile ei componente: Ronald A. Heifetz, *Leadership without Easy Answers*, New York: Belknap, 1994, p. 69.

108 Terapeutul sexual Leonore Tiefer: Leonore Tiefer, *Sex is Not a Natural Act and Other Essays*, Boulder, col.: Westview, 1995, p. 51.

109 Revista Newsweek: Kathleen Deveny, „We're Not in the Mood", *Newsweek*, 30 iunie 2003, p. 41.

109 Scriitorul francez Jean-Claude Guillebaud: Jean-Claude Guillebaud, *La Tyrannie du plaisir*, Paris, Éditions du Seuil, 1998.

109 Medicina știe cum să îi sperie: Pascal Bruckner și Alain Finkielkraut, *Le Nouveau Désordre amoureux* (*Noua dezordine amoroasă*), Paris: Éditions de Seuil, 1977.

110 „Industria perfecțiunii performanței sexuale": Barry A. Bass, „The Sexual Performance Perfection Industry and the Medicalization of Male Sexuality", *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 2001, 9, pp. 337–40.

110 Cum scrie Adam Phillips într-un mod confuz: Adam Phillips, *Monogamy*, New York: Vintage, 1996, p. 62.

111 Octavio Paz scrie: Octavio Paz, *The Double Flame: Love and Eroticism (Dubla flacără: dragoste și erotism)*, San Diego, California: Harvest, 1995, p. 162.

112 Nu întotdeauna ne știm scopurile dinainte: Francesco Alberoni, *L'érotisme*, Paris: Éditions Ramsey, 1987, p. 136.

115 Antropologul evoluționist Helen Fisher: Helen Fisher, *Why we Love: The Nature and Chemistry of Romantic Love*, New York: Holt, 2004.

119 Face parte din categoria dilemelor existențiale: Barry Johnson, *Polarity Management: Identifying and Managing Unsolvable Problems*, Middleville, Michigan: Polarity Management Associates (PMA), 1992.

120 Barry Johnson, un expert în conducere: Ibid.

121 Ceea ce Octavio Paz numește o „mlaștină de concupiscență": *The Double Flame (Dubla flacără)*, p. 49.

125 Îi ofer următorul citat din învățătorul budist de yoga Frank Jude Boccio: www.judekaruna.net/yoga.

6: Sexul este murdar; practică-l cu persoana iubită

127 Sexul fără păcat: Luis Buñuel, citat în Daphne Merkin, „The Last Taboo", *New York Times*, 3 Decembrie 2000.

127 Regret să spun: http://en.thinkexist.com/quotation/i_regret_to_say_that_we_of_the_fbi_are_powerless/7865.html.

129 Sexul este pretutindeni, în toate permutările lui: Lillian Rubin, *Intimate Strangers: Men and Women Together*, New York: Harper Perennial, 1990, p. 9.

130 Marketingul ostentativ al imaginilor sexuale: Jean-Claude Guillebaud, *La Tyrannie du plaisir*, Paris: Éditions du Seuil, 1998.

131 Merită notat că în Europa: Linda Berne, Ed. D și Barbara Huberman, M. Ed, „European Approaches to Adolescent Sexual Behavior and Responsibility: Executive Summary and Call to Action", Washington, D.C.: Advocates for Youth, 1999.

7: Profiluri erotice

148 Adulții nu înțeleg niciodată: Antoine de Saint-Exupéry, *The Little Prince (Micul Prinț)*, tradus de Richard Howard, New York: Harcourt, 1943.

148 Așadar, ca un foc uitat: Gaston Bachelard, http://en.thinkexist.com/quotation/so-like-a-forgotten-fire-a-childhood-can-always/363615.html.

151 Terapeutul sexual Jack Morin: Jack Morin, *The Erotic Mind*, New York: HarperCollins, 1995, p. 115.

155 Așa cum scria Roland Barthes: Roland Barthes, *Fragments d'un discours amoureux*, Paris: Éditions du Seuil, 1977, p. 44.

156 Psihanalistul Jessica Benjamin scrie: Jessica Benjamin, *The Bonds of Love: Psychoanalysis, Feminism, and the Problem of Domination*, New York: Pantheon, 1988, p. 98.

167 Michael Bader leagă ideea de egoism: Michael J. Bader, *Arousal: The Secret Logic of Sexual Fantasies*, New York: St. Martin's, 2002, p. 147.

8: Statutul de părinte

175 Anne Roiphe: *Married: A Fine Predicament*, New York: Basic Books, 2002, pp. 149–50.

179 Istoricul italian Francesco Alberoni: Francesco Alberoni, *L'érotisme*, Paris: Éditions Ramsey, 1987, p. 28

187 Sexy Mamas de Cathy Winks și Anne Semans: Cathy Winks și Anne Semans, *Sexy Mamas: Keeping Your Sex Life Alive While Raising Kids*, New York: Inner Ocean Publishing, 2004.

195 Adam Gopnik contrastează modelul asexual american de reproducere: Adam Gopnick, *Paris to the Moon*, New York: Random House, 2001, pp. 299, 301.

9: Despre realitate și fantezie

203 Întreaga faună a fanteziilor umane: Louis Aragon, http://en.thinkexist.com/quotation/the whole_fauna_of_human_fantasies_their_marine/323656.html.

208 Psihanalistul Michael Bader: Michael J. Bader, *Arousal: The Secret Logic of Sexual Fantasies*, New York: St. Martin's, 2002.

209 Nancy Friday scrie: Nancy Friday, *The Erotic Impulse: Honoring the Sensual Self*, David Steinberg, ed. New York: Tarcher, 1992, p. 14.

220 Terapeutul sexual Jack Morin: Jack Morin, *The Erotic Mind*, New York: HarperCollins, 1995, p. 101.

226 Pornografia heterosexuală, în mod predominant produsă de și pentru bărbați: Anthony Giddens, The *Transformation of*

Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies, Stanford, California: Stanford University Press, 1992, p. 119.

10: Monogamia

230 Care e secretul: Alain de Botton, *How Proust Can Change Your Life*, New York: Vintage, 1998, p. 171.

230 Cătușele căsniciei: Alexandre Dumas, http://www.jimpoz.com/quotes/category.asp?categoryid=42.

232 Terapeutul de familie brazilian, Michele Scheinkman: Michele Scheinkman, „Beyond the Trauma of Betrayal: Reconsidering Affairs in Couples Therapy", *Family Process*, 2005, 44, pp. 227–44.

234 De aceea, psihologul Erich Fromm clarifică: Erich Fromm, *The Art of Loving*, New York: Harper and Row, 1956, p. 43.

235 Psihanalista feministă Nancy Chodorow: Nancy Chodorow, *The Reproduction of Mothering: Psychoanalysis and the Sociology of Gender*. Berkeley: University of California Press, 1978, p. 194.

246 Adam Phillips scrie: Adam Phillips, *Monogamy*, New York: Vintage, 1996.

247 Laura Kipnis spune: Laura Kipnis, *Against Love: A Polemic*, New York: Pantheon, 2000, p. 78.

249 Monitorizarea excesivă poate pregăti terenul: Stephen A. Mitchell, *Can Love Last? The Fate of Romance over Time*, New York: Norton, 2002, p. 51.

249 Psihologul Janet Reibstein: Janet Reibstein și Martin Richards, *Sexual Arrangements: Marriage and the Temptation of Infidelity*, New York: Scribner, 1993, p. 73.

255 Adam Phillips lămurește: Adam Phillips, *Monogamy*, New York: Vintage, 1996, prefața.

256 Antropologul Katherine Frank scrie în mod amuzant: „Play Couples in Paradise: Tourisitic Sexuality and Lifestyle Travel", Nepublicat.

11: Să punem din nou accentul pe sex

261 Dragostea nu moare niciodată de moarte bună: Anaïs Nin, http://en.thinkexist.com/quotes/anais_nin/

261 E nevoie de curaj: Ibid.

262 Antropologul evoluționist Helen Fisher: Helen Fisher, „The Drive to Love", Ideea principală de la conferința „Challenging Couples, Challenging Therapists", sponsorizată de fundația Milton H. Erikson, Los Angeles, CA, 28 Mai, 2004.

263 Terapeutul sexual Dagmar O'Connor spune: Dagmar O'Connor, *How to Make Love to the Same Person for the Rest of Your Life and Still Love It*, London: Virgin, 1986, p. 37.

270 Stephan Mitchell scrie: Stephen A. Mitchell, *Can Love Last? The Fate of Romance Over Time.* New York: Norton, 2002, p. 114.

273 Adam Phillips subliniază acest aspect: Adam Phillips, *Monogamy*, New York: Vintage, 1996, p. 11.

273 Oscar Wilde scria: Oscar Wilde, *Lady Windermere's Fan*, 1892, Actul III.

274 Gail Godwin scria: Gail Godwin, http://en.thinkexist.com/quotation/the_act_of_longing_for_something_will_always_be/184996.html

279 Terapeutul sexual Margaret Nichols: Margaret Nichols, „What Feminists Can Learn from the Lesbian Sex Radicals", *Conditions: Fourteen*, ed. Conditions Collective, New York, 1987, pp. 152-63.

281 Octavio Paz face asemănarea dintre erotism: Octavio Paz, *The Double Flame: Love and Eroticism* (*Dubla flacără: dragoste și erotism*), San Diego, California: Harvest, 1995, p. 2.

282 Marele teoretician al jocului, Johan Huizinga: *Homo Ludens*, Boston, Massachusetts: Beacon Press. 1971.

INDEX

A

Adele şi Alan, siguranţa şi vitalitatea erotică şi, 28–33, 35–37

Against Love (Kipnis), 108

agresivitatea. *Vezi* Dominaţia şi supunerea

Alan şi Adele, siguranţa şi vitalitatea erotică şi, 28–33, 35–37

Alberoni, Francesco, 179

Amanda şi Nat, fantezia şi, 224–227

Amber, statutul de părinte şi, 195–196

ancora şi valul, siguranţa şi, 26–28

Andrew şi Serena, intimitatea şi, 50

Arlene, fidelitatea şi, 256–57

Arousal (Bader), 56, 167, 208

autonomia; fidelitatea şi, 250; dragostea şi, 50; eu şi alţii şi, 148–57

B

Bachelord, Gaston, 148

Bader, Michael, 56, 167, 208

Barthes, Roland, 155

Beatrice şi John, intimitatea şi, 46–48, 53–58

Ben, etica muncii şi, 120–26

Benjamin, Jessica, 156

Bliss (Film), 74

Boccio, Frank Jude, 125

Buñuel, Luis, 127

C
Candace și Jimmy, intimitatea și, 58–65
Can Love Last? (Mitchell), 26–27
Carla și Leo, statutul de părinte și, 198–201
captivitatea, intimitatea și, 54–56
Căsnicie 261–85; absența erotismului în, 261–64; Dominick și Raoul și, 276–81; iluzia iubirii devotate, 273–75; intenționalitate și, 277–81; Jacqueline și Philip și, 264–73; jocul și, 281–83; spontaneitatea și, 276–77; utilizarea termenului, 17
Charlene, statutul de părinte și, 196
Charles și Rose, siguranța și vitalitatea erotică, 38–42
Chodorow, Nancy, 235
Christine și Ryan, etica muncii și, 111–18
Continuumul minte-corp, 76–83
Cuantificarea sexualității, 108–10
Cedare, dragoste și, 51
Comunicare verbală, ca intimitate modernă, 67–84; *Vezi* și intimitate, sexualitate și schimbări culturale și, 67–72; Eddie și Noriko și, 73–74; continuumul minte-corp, 76–83; Mitch și Laura și, 77–83; intimitate dialogată și, 72–76
copii. *Vezi* Statutul de părinte
Coral și Jed, dominația și, 97–103

D
de Beauvoir, Simone, 65
democrația în relații. *Vezi* dominația și supunerea
distincția, intimitatea și, 48–54, 65–66
dominația și supunerea, 85–105; valori culturale și, 85–91, 103–05; Elizabeth și Vito și, 88–93; ura și dragostea și, 95–97; Jed și Coral și, 97–103; Marcus și, 94–95; puterea și, 103–05; sadomasochism și, 97–103
Dominick și Raoul, intenționalitatea și, 277–81
Doug și Zoë și Naomi, fidelitatea și, 236–47
dragostea; neliniștea și, 32–33; ura și, 95–97; iluzia iubirii devotate, 273–75; doi stâlpi ai iubirii, 51
dragoste confortabilă, 58–65
Dylan, copilăria și dorința, 150–51

E
Eddie şi Noriko, intimitatea şi, 73–74, 84
egalitate. *Vezi* dominaţia şi supunerea
Elizabeth şi Vito, dominaţia şi, 88–94
Epstein, Mark, 43
Eric şi Jaxon, fidelitatea şi, 256
etica muncii, 106–26; Ben şi, 119–26; mecanismul sexualităţii şi, 106–10; Ryan şi Christine şi, 111–18
Eyes Wide Shut (film), 246

F
familiaritatea, intimitatea şi, 46–48
fantezii, 203–29; schimbarea atitudinii faţă de, 205–08, 228–29; tipuri de, 208–10; Joni şi Ray şi, 213–23; lipsa de comunicare despre, 210–13; Nat şi Amanda şi, 224–27; împărtăşirea, 223–28; al treilea şi, 248–49
Feeling Strong (Person), 96
Fiddler on the Roof (film), 67, 83
Fidelitatea, 230–60; autonomia şi, 149–50; destăinuri ale infidelităţii, 243–45; Doug şi Zoë and Naomi şi, 236–47; noi sensuri ale, 231–33, 258–60; motive pentru infidelitate, 239–41; siguranţa şi, 233–36; al treilea şi, 246–59
Fisher, Helen, 115, 262
Frank, Katherine, 256
Franklin, Benjamin, 106
Friday, Nancy, 209–10
Fromm, Erich, 234

G
Gafni, Mordechai, 92
Giddens, Anthony, 31–32, 104, 226
Godwin, Gail, 274
Goldner, Virginia, 64
Gopnik, Adam, 195
Guillebaud, Jean-Claude, 109

H
Hedonism, Puritanism şi, 127–47; ambivalenţa culturală despre sexualitate şi, 127–30, 146–47; Maria şi Nico şi, 137–46; Ratu şi, 132–37; sexualitatea adolescentină şi, 130–37; fustangii, 138; agăţatul, 132–37
Hoover, J. Edgar, 127
Hot Monogamy (Love), 49
Huizinga, Johan, 282

I
Ian şi Marguerite, fidelitatea şi, 257–58

idealuri. *Vezi* etica muncii,
influențele familiale. *Vezi* lecții despre copilărie
independența; economică, 70–72; afectivă, 56–58
infidelitatea. *Vezi* fidelitatea
intenționalitatea, căsnicia și, 277–81
intimitate dialogată, 72–76
incertitudinea, vitalitatea erotică și, 34–38, 43
intimitatea, capcanele intimității moderne, 67–84; *Vezi de asemenea* intimitatea, sexualitatea și schimbările culturale și, 67–72; Eddie și Noriko și, 73–74, 84; continuumul minte-corp, 76–83; Mitch și Laura și, 77–84; intimitatea dialogată și, 72–76
intimitatea, sexualitatea și, 44–66; *Vezi* și intimitatea, capcanele intimității moderne; prinderea în capcană, 54–56; familiaritatea și, 46–48; Jimmy și Candace și, 58–65; John și Beatrice și, 46–48, 53–58; distincția și, 48–54, 65–66

J
Jacqueline și Philip, căsnicia și, 261–73
James și Stella, copilăria și, 156–66
Jaxon și Eric, fidelitatea și, 256
Jed și Coral; dominația și, 97–103
Jimmy și Candace, intimitatea și, 58–65
John și Beatrice, intimitatea și, 46–48, 53–58
Johnson, Barry, 120
Joni și Ray, fantezia și, 213–23
jocul, căsnicia și, 281–85
Julie, statutul de părinte și, 197

K
Kipnis, Laura, 247

L
Laura și Mitch, intimitatea și, 77–84
lecții despre copilărie, despre echilibrarea dintre sine și alții, 148–70; autonomia și, 148–56; James și Stella, 156–66; cruzimea și, 167–70; egoismul și, 156–70
Lena, copilăria și dorința, 152–53
Leo și Carla, 198–201
Love, Patricia, 49

M
Marcus, supunerea și, 94–5
Marguerite și Ian, fidelitatea și, 257–58

Maria şi Nico, puritanismul şi, 137–46
Mânia, excitarea şi, 166
Melinda, copilăria şi dorinţa, 151–52
Men in Love (Friday), 209
Merkin, Daphne, 85
Miller, Michael Vincent, 52
Mindfulness Yoga (Boccio), 125
Mitch şi Laura, intimitatea şi, 77–84
Mitchell, Stephen, 26–27, 35, 37, 97, 249, 270
modele, intimitatea şi, 56–58
monogamie. *Vezi* fidelitate
Monogamy (Phillips), 246, 273
Morin, Jack, 44, 151, 220

N
Naomi şi Doug şi Zoe, fidelitatea şi, 236–47
Nat şi Amanda, fantezia şi, 224–27
Nico şi Maria, puritanismul şi, 137–46
Nin, Anaïs, 261
Noriko şi Eddie, intimitatea şi, 73–74, 84

O
O'Connor, Dagmar, 60, 263
Open to Desire (Epstein), 43

P
Paglia, Camille, 104
părinţi, influenţa lor. *Vezi* lecţii despre copilărie
Paris to the Moon (Gopnik), 195
Passionate Marriage (Schnarch), 75
Paz, Octavio, 23, 24, 111, 121, 281
Person, Ethel Spector, 45, 96
Philip şi Jacqueline, căsnicia şi, 261–73
Phillips, Adam, 110, 246, 255, 273
Polarity Management: Identifying and Managing Unsolvable Problems (Johnson), 120
„poveste", sexul separat de, 134
Proust, Marcel, 35
puterea. *Vezi* dominaţie şi supunere
Puritanism, Hedonism şi, 127–147; ambivalenţa culturală despre sexualitate şi, 127–30, 146–47; Maria şi Nico şi, 137–46; Ratu şi, 132–37; sexualitatea adolescentină şi, 130–37

R
Raoul şi Dominick, intenţionalitate şi, 277–81
Ratu, puritanism şi, 132–37
Ray şi Joni, fantezia şi, 213–23

realiști, siguranța și, 25
Reibstein, Janet, 249
Renee, statutul de părinte și, 196–97
Robbins, Anthony, 34
Roiphe, Anne, 175
romantici, siguranța și, 25
Rose și Charles, siguranța și vitalitatea erotică, 38–42
Rubin, Lillian, 129
Ryan și Christine, etica muncii și, 111–18

S

sadomasochism (S-M), 97–103
Saint-Exupery, Antoine de, 148
Salomé, Jacque, 65
Scheinkman, Michele, 232
Schnarch, David, 75
Second Sex, The (de Beauvoir), 65
sexualitatea adolescentină, Puritanismul și, 130–37
siguranța, vitalitatea erotică și, 23–43; Adele și Alan și, 28–33, 35–37; ancora și valul și, 26–28; Charles și Rose și, 38–42; fidelitatea și, 233–36; nevoia de, 14; romantici și realiști și, 25; nesiguranța și, 34–8
sinele și ceilalți, copilăria și echilibrarea, 148–70; autonomia și, 148–56; James și Stella, 156–66; cruzimea și, 167–70; egoismul și, 156–70
Semans, Annne, 187
spațiul emoțional, 58–66
Serena și Andrew, intimitatea și, 50
Sexy Mamas (Winks și Semans), 187
Simon, Carly, 67
spontaneitate, mitul ei, 276–77
statutul de părinte, 171–202; schimbări ale statutului de părinte, 171–77, 201–02; idolatrizarea copiilor și, 180–82; diferențe culturale și, 193–95; tați și, 198–201; mame și, 193–98; Stephanie și Warren și, 175–80, 182–93
Stella și James, copilăria și, 156–66
Stephanie și Warren, statutul de părinte și, 175–80, 182–92
Steven, copilăria și dorința și, 150
supunere și dominație, 85–105; valori culturale și, 85–91, 103–05; Elizabeth și Vito și, 88–94; ură, dragoste și, 95–97; Jed și Coral și, 97–3; Marcus și, 94–5; puterea și, 103–05; sadomasochism și, 97–103

T
Talmud, poveste din, 230–31
Tiefer, Leonore, 108
Transformation of Intimacy, The (Giddens), 31

U
ură, dragoste şi, 95–97

V
valori. *Vezi* valori culturale
valorile culturale; dominaţia şi supunerea, 85–91, 103–05; intimitatea şi, 67–72; statutul de părinte şi, 193–95; Puritanism şi Hedonism, 127–30, 146–47
vitalitatea erotică, siguranţa şi, 23–43; Adele şi Alan şi, 28–33, 35–37; ancora şi valul şi, 26–28; Charles şi Rose şi, 38–42; fidelitatea şi, 233–36; nevoia de, 14; romanticii şi realiştii şi, 25; nesiguranţa şi, 34–37, 43
Vito şi Elizabeth, dominaţie şi, 88–94

W
Warren şi Stephanie, statutul de părinte şi, 175–80, 182–92
Weingarten, Kaethe, 83
Wilde, Oscar, 273
Winks, Cathy, 187
Wynne, Lyman, 69

Z
Zoë şi Doug şi Naomi, fidelitatea şi, 236–47

CUPRINS

Introducere 13

1 **De la aventură la captivitate:** Motivul pentru care căutarea siguranței face ca vitalitatea erotică să slăbească 23

2 **Mai multă intimitate, mai puțin sex:** Dragostea caută apropiere, dar dorința necesită distanță . 43

3 **Capcanele intimității moderne:** Comunicarea nu este singura cale spre apropiere 65

4 **Democrație *versus* sex fierbinte:** Dorința și egalitarismul nu joacă după aceleași reguli .. 82

5 **Ba poți!** Etica muncii protestante este responsabilă pentru degradarea dorinței . 102

6 **Sexul este murdar, practică-l cu persoana iubită:** Când puritanismul și hedonismul intră în conflict 121

7 **Profiluri erotice:** Spune-mi cum ai fost iubit(ă) și-ți voi spune cum faci dragoste 141

8 **Statutul de părinte:** Când doi sunt amenințați de al treilea 162

9 **Despre realitate și fantezie:**
În sanctuarul gândirii erotice găsim o cale directă spre plăcere 192

10 **Umbra celui de-al treilea:**
Regândirea fidelității .. 217

11 **Să punem din nou accentul pe sex:**
Introducerea erotismului în cămin 246

Note 269
Index 277

Problemele ce pot apărea în cadrul vieții sexuale a unui cuplu sunt diverse, de la dispariția acesteia, în urma nașterii unui copil, până la rutină, plictiseală și infidelitate. Autoarea, terapeut cu experiență în psihologia cuplurilor, ne atrage atenția că dragostea, sigură și confortabilă, poate intra în conflict cu pasiunea și că viața sexuală este mult mai complexă decât credem.

„Principalul lucru pe care Perel vrea să ni-l spună este că o căsătorie fericită e, înainte de toate, una sexy."

The Guardian

„*Inteligența erotică*... pune accentul pe una dintre cele mai dificile probleme ale modernității."

The Evening Star

„Un mariaj fără... pasiune? Esther Perel vă oferă în cartea de față soluții pentru o viață sexuală fierbinte."

People Magazine

25,00

stiletto books