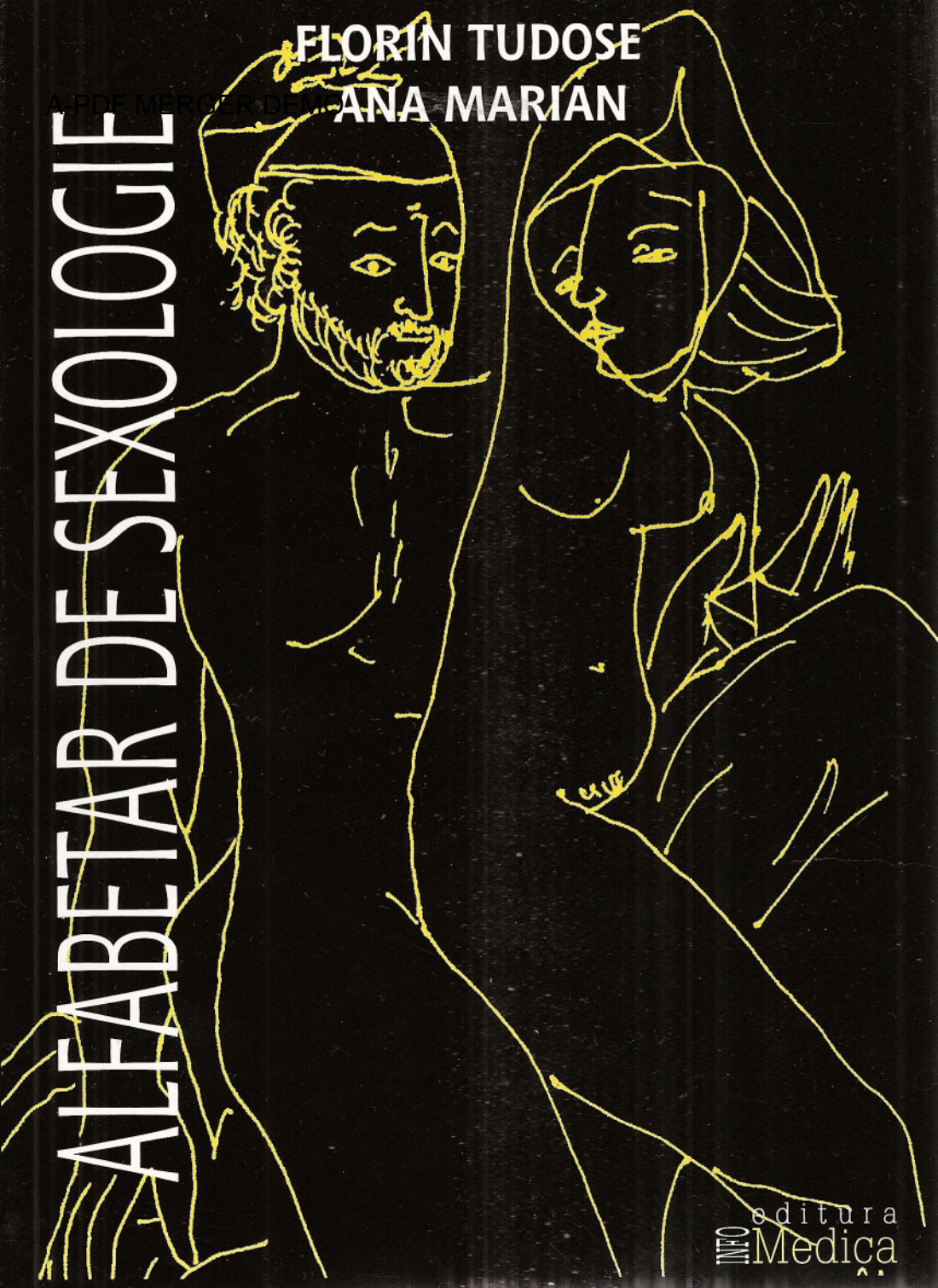


FLORIN TUDOSE
ANA MARIAN

ALFABETAR DE SEXOLOGIE



editura
INFO Medica

Atitudini sexuale
Bărbatul și sexul
Cuplul sexual
Dragostea
Evoluționism
Femeia și sexul
Gelozia
Homosexualitatea
Imaginar și sex
Jocurile erotice
Kamasutra - prima carte de sexologie
Libidoul



Moralitate și sex
Normalitate vs anormalitate
Obiceiuri sexuale
Perversiunile
Revoluția sexuală
Stimulente sexuale
Tabuurile sexuale
Umor și amor
Virtualitate și sex
X producții
Yoga - tehnici antistres
Zece reguli pentru o armonie sexuală (în loc de)

**FLORIN TUDOSE
ANA MARIAN**

ALFABETAR DE SEXOLOGIE

editura
MO Medica

București

2004

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale

TUĐOSE, FLORIN

ALFABETAR DE SEXOLOGIE/Florin Tudose, Ana Marian -
București; infomedica, 2004

Bibliogr.

ISBN 973-7912-25-X

I. Marian, Ana

613.88

© 2004 - Infomedica s.r.l.

Alfabetar de sexologie
FLORIN TUĐOSE, ANA MARIAN

ISBN: 973-7912-25-X

Toate drepturile rezervate Editurii INFOMEDICA.

Nici o parte din acest volum nu poate fi copiată
fără permisiunea scrisă a Editurii INFOMEDICA.

Drepturile de distribuție în străinătate aparțin în exclusivitate editurii.

Copyright ©2004 by INFOMEDICA s.r.l. All rights reserved.

APĂRUT 2004

Tehnoredactare computerizată: Editura

INFO*Medica*

Tehnoredactare: Ing. Nicoleta Anghel

Editura INFOMEDICA

București

Șos. Panduri 35, Bl. P1B, Sc. A, Ap. 33-34

Tel./Fax: 021/410.04.10; 410.53.08; 410.61.63

e-mail: redactia@infomedica.ro

www.infomedica.ro

Tipar executat la Tipografia INFOMEDICA

ARGUMENT

„Ce-ar putea fi o carte mai nouă și mai originală decât aceea care ne-ar face să iubim și mai mult vechile adevăruri?”

Vauvenargues

Interesul uriaș pe care societatea modernă îl acordă sexualității a generat o explozie informațională de proporții care, în mod paradoxal, a avut drept urmare creșterea confuziei în domeniu și dezorientarea unui mare număr de persoane, dar în special a tinerilor, care s-au văzut în situația de a nu mai putea alege repere.

Surogatele științifice, invazia pornografiei și a industriei reclamei, crearea cu bună știință a unor false sex-simboluri, popularizarea și vulgarizarea unor comportamente deviante sau patologice sunt tot atâtea cauze ale faptului că deși volumul informațional este amețitor, receptarea mesajelor este tot mai distorsionată, iar dezinformarea devine regulă.

Un alt motiv de îngrijorare l-a reprezentat pentru noi dezumanizarea, în principal prin absența oricăror dimensiuni romantice și morale a comportamentului sexual precum și încercarea de a-l reduce la un simplu comportament biologic, fără latura sa principală, cea psihologică. Psihosexualitatea este un dat fundamental al ființei umane, fiind legată de comunicarea interpersonală și de alte attribute specifice doar pentru *homo sapiens*, cum ar fi intimitatea, sentimentul iubirii, imaginarul și, de ce nu, umorul.

Revoluționarul secol XX a adus și a finalizat printre atâtea revoluții și pe cea sexuală, care a schimbat pur și simplu rolul femeii în dinamica relațiilor de cuplu, dar și în întregul ansamblu social. Această revoluție a zguduit puternic tabuurile și modelele socio-culturale tradiționale, în special în dimensiunea lor morală și religioasă, declanșând nu o dată curente subterane anti-culturale și generând neașteptate replieri. Identitatea cuplului, mai ales în aspectul lui formal, cel al căsătoriei, a fost puternic amenințată și numeroase restructurări s-au înregistrat în urma seismului pe care *boom-ul* erotic l-a declanșat.

Este o boală care a cuprins întreaga planetă? Este sexualitatea leit-motivul secolului care abia începe? Este doar un produs care se

vinde bine de o industrie a reclamei care și-a creat un vehicul înaripat pentru orice obiect? Este un nou proiect uman care se construiește în lumea comunicării globale, a virtualității și a clonării?

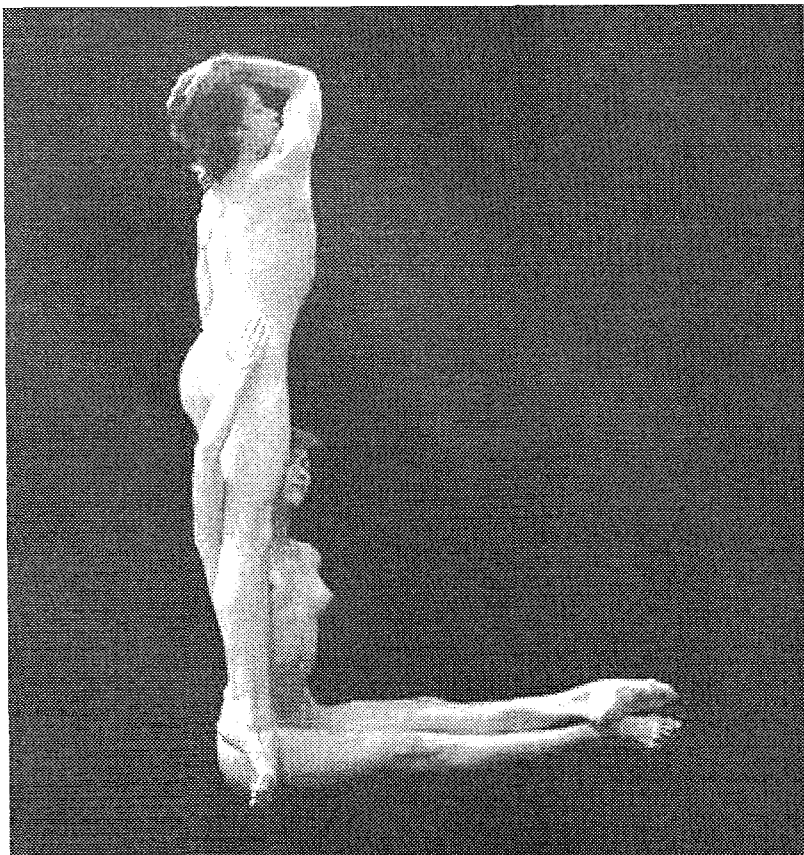
Această carte încearcă să dea răspunsuri la întrebări care se află cu siguranță dacă nu pe buzele atunci în mintea sau în sufletul oricărui trăitor al lumii contemporane. Nu sunt răspunsuri noi și nu sunt nici măcar răspunsuri originale, nu doar pentru că în sexualitate nimic nu e nou ci și pentru că, în mod programatic, nu ne-am propus o carte de avangardă ci doar una care să însemne o nouă încercare de limpezire și ordonare.

Mărturisim că am întâmpinat dificultăți majore atunci când a trebuit să ne impunem limitarea demersului. Fascinația acestui subiect ne-a cuprins nu o dată atunci când încercam să punem coerent, una lângă alta, literele acestui alfabetar. Co-autoratul dintre un medic și un ziarist a fost una dintre metodele prin care am reușit să obținem această limitare și prin care sperăm să fi reușit o reinițiere continuă a dezbaterii și confruntarea a două agende, mereu diferite și adesea complementare – agenda interesului public și cea a interesului științific. Din confruntarea lor avem speranța că am obținut un plus de inteligibilitate, dar și o dinamică a textului pe care vi-l prezentăm.

Nimic nou și tot ce e mai nou, uzând de un limbaj neacademic, dar niciodată argotic sau vulgar, simplitate, dar nu simplificare, rigoare, dar nu rigiditate, umor, dar nimic luat în derâdere – acesta a fost programul minimal al unei cărți care se adresează tuturor acelor care vor să se cunoască și în această dimensiune fundamentală a personalității.

Sperăm că literă cu literă, cuvintele alfabetarului vor deveni familiare fiecărui cititor, descifrându-i propriile probleme sau problemele partenerului sau oferind, pur și simplu, răspunsuri la întrebările celor care fac primii pași în descoperirea magiei sexualității.

Suntem conștienți că demersul nostru este incomplet, dar în nici un caz el nu este inutil.



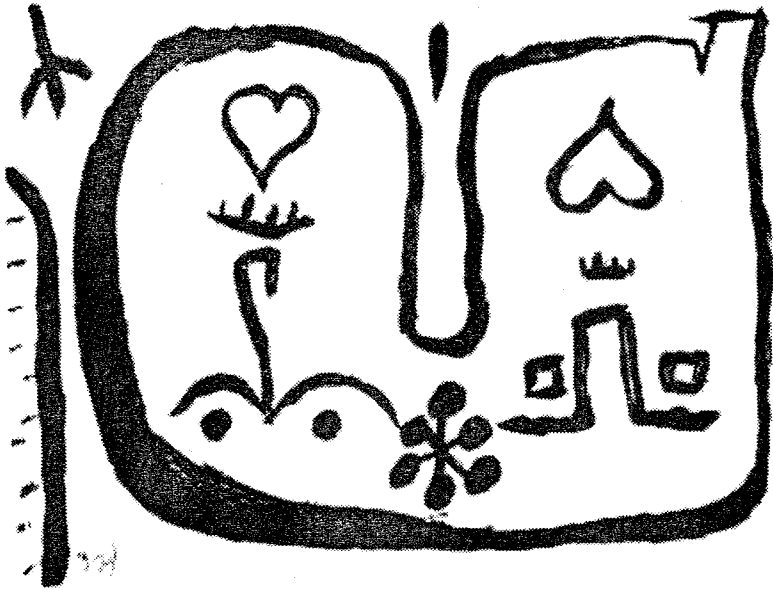
LITERELE

A atitudini sexuale	7
B bărbatul și sexul.....	13
C cuplul sexual.....	23
D dragostea	35
E evoluționism	41
F femeia și sexul	51
G gelozia.....	67
H homosexualitatea	73
I imaginar și sex.....	83
J jocurile erotice	89
K kamasutra – prima carte de sexologie	95
L libidoul	103
M moralitate și sex	109
N normalitate vs anormalitate.....	117
O obiceiuri sexuale.....	127
P perversiunile	133
R revoluția sexuală	143
S stimulente sexuale.....	149
T tabuurile sexuale	159
U umor și amor.....	167
V virtualitate și sex	173
X X producții	179
Y yoga - tehnici antistres	185
Z (în loc de) zece reguli pentru o armonie sexuală ...	191

Bibliografie sau lista de autori prea importanți pentru a nu-i plagia . . 199

ATTUDINI SEXUALE

P A U L K L E B



„Primii demografi și psihiatri din secolul al 19-lea, atunci când erau nevoiți să menționeze SEXUL, apreciau că trebuie să invoce iertare din partea cititorilor pentru că le rețineau atenția cu subiecte atât de josnice și frivole”.

Michel Foucault, *Istoria sexualității*, 1976

Despre sexologie și, mai ales, despre sexologia ca practică medicală, o discuție coerentă și la îndemâna publicului larg poate pleca de la un fapt de dată recentă, dar cu multe consecințe importante.

Evident că au existat discuții, unele chiar având caracter medical, care au încercat să stabilească o legătură între comportamentul sexual și unele boli, dar în nici un caz nu exista ideea că un comportament sexual deviant ar putea fi o boală. Aceasta era treaba bisericii, a moralistilor sau a autorităților judiciare. Pe măsură însă ce societatea s-a secularizat, controlul pe care religia îl exercita asupra comportamentului sexual considerat moral și deci normal a fost trecut în responsabilitatea științei medicale, așa cum s-a întâmplat și cu consumul de droguri, de alcool sau chiar cu criminalitatea. Modelul tradițional al bolii ca o pedeapsă pentru păcatele săvârșite a fost medicalizat rapid în ceea ce privește comportamentul sexual, netradiționalul devenind morbid. Au fost elaborate la jumătatea secolului XIX „etichete” – nimfomanie, homosexualitate, isterie, parafilii, etc – care au avut drept scop delimitarea a ceea ce era normal și acceptabil de ceea ce nu era, la distingerea „sexului pervers” de sexul acceptat, heterosexual, procreator și monogam.

S-au descris în detaliu presupusele rezultate adverse ale unor activități sexuale „patologice” pentru a stopa practicarea acestora, exemplul masturbării fiind cel mai concludent și probabil cel mai rezistent în timp. După modelul religios care blama păcatul lui Onan, medicii au dezvoltat o adevărată cruciadă împotriva unei presupuse boli, *spermatoreea*, care se manifesta prin poluții nocturne, pierderea de spermă în timpul urinării, incapacitatea de a munci, lipsa de dispoziție pentru actul sexual, debilitarea generală, impotența. Dar care este de fapt povestea lui Onan și de ce nevinovata masturbare era un

păcat de moarte? Să cităm din Biblie cuvintele pe care tatăl nefericitului păcătos i le spune: „*Deci intră la femeia fratelui tău, însoară-te cu ea, ia puterea Leviratului și ridică urmași fratelui tău!*“ Și iată și răspunsul fiului neascultător care folosește prima și cea mai la îndemână metodă contraceptivă: „*Știind însă Onan că nu vor fi urmașii ai lui, de aceea când intră la femeia fratelui său el vărsă sămânța jos ca să nu ridice urmași fratelui său. Ceea ce făcea el era rău înaintea lui Dumnezeu și l-a omorât și pe acesta*“ (*Geneza 38:1-11*).

Această nefericită descriere și preluarea unui text biblic, ca probă pentru pericolozitatea unui comportament, au făcut în 150 de ani milioane de victime și au oferit sexologiei moderne sute de mii de pacienți înspăimântați că, în necunoaștere de cauză, și ei au căutat plăcerea acolo unde nu era decât pericol. Nimeni nu s-a întrebat cât s-a schimbat lumea și omul în patru mii de ani, dar aceasta nu mai contează. Zărurile erau aruncate și medicul *Havelock Ellis* va oferi opiniei publice un uriaș insectar de presupuse comportamente aberante, iar apoi doctorul *von Krafft-Ebing*, psihiatru și neuropatolog, contemporan și concitadin cu Sigmund Freud, celebra „*Psihopatia sexualis*“, plină de adjective incriminatorii la adresa comportamentelor presupus deviante. Păcatul devenise boală, biserica fusese înlocuită cu spitalul, mai ales cu cel de psihiatrie. De acum încolo alții vor fi cei care vor încerca să discute și altfel despre sexualitate, oameni care au înlocuit moralisții secolelor anterioare. Dintre aceștia, vă reamintim două exemple ilustre, pe botanista *Marie Stopes*, celebra publicistă despre contracepție – pentru femeile căsătorite – și scriitoare despre sex (în cadrul căsniciei) și, evident, pe cel mai important expert american în comportament sexual din deceniul cinci al secolului XX, de profesie entomolog, *Alfred Kinsey*. Figura lui *Freud*, emblematică pentru schimbarea atitudinilor sexuale, va fi farul călăuzitor al celor care vor recunoaște că de fapt sexualitatea umană nu poate fi concepută decât ca psihosexualitate și că sexologia trebuie să fie cu totul altceva decât un mixaj brut de urologie, endocrinologie, neurologie și, eventual, ginecologie. Spunem *eventual* pentru că foarte târziu femeii i se va recunoaște dreptul la o sexualitate non-procreativă și accesul la plăcerea sexuală. În anii de dinaintea celui de-al doilea război mondial, femeile tinere, necăsătorite și însărcinate erau încă internate pe perioade nedefinite în

instituții psihiatrice în majoritatea țărilor europene dezvoltate. A existat o distincție clară referitoare la felul cum era percepută responsabilitatea femeilor și a bărbaților față de sănătatea sexuală – femeile erau în mod constant privite ca „rezervoare de infecție“. În 1962, materialele promoționale anglo-saxone ce se adresau sănătății bărbaților sunau cam așa „o față poate fi perfect curată ... și totuși să aibă în corp milioane de germeni invizibili de gonoree sau sifilis, sau poate din ambele boli“. Oricât ar părea de neobișnuit, problemele sexualității feminine au început să fie într-adevăr discutate după anii `60.

Lumea se mișcă incredibil de greu și cu toate revoluțiile și libertățile obținute, tabuurile și prejudecățile sexuale, atitudinea față de sexualitate se schimbă cel mai greu. Dermato-venerologia – specialitate responsabilă cu tratarea infecțiilor cu transmitere sexuală – a fost marcată de-a lungul secolului XX de un armistițiu dificil între moraliștii medicali și aceia care promovau măsurile practice de sănătate publică pentru a preveni infecțiile. Astfel, directorul unui mare spital britanic în 1954, descria adesea persoanele care transmiteau boli sexuale ca pe niște indivizi „moralmente defectivi“ ce trebuiau privați de libertate.

Homosexualii – considerați inițial păcătoși, erau acum etichetați bolnavi, deci nu răi, ci nebuni. Atitudinea medicală față de aceste comportamente sexuale nedorite implicau frecvent internarea în instituții mintale, tratamente hormonale și castrare. Acest proces a luat recent o nouă formă, odată cu acea căutare a „genei homosexualității“ și prin refuzul continuu al unora de a vedea expresia sexuală ca pe o variabilă istorică, construită social. Tratamentele pentru bărbații homosexuali – cum ar fi terapia aversiunii – au continuat până după 1973, când Asociația Americană de Psihiatrie a stabilit că homosexualitatea nu este patologică.

Cea de-a doua jumătate a secolului al XX-lea a înregistrat schimbări majore în atitudinile și convențiile sexuale. Sexul, practicat fără scopul procreării, nu mai este considerat păcătos. Această schimbare în atitudine a fost însoțită de o mai mare acceptare a diversității relațiilor umane. Modificarea perspectivei a fost dramatică și însemna că variațiile din interiorul și dintre dorința heterosexuală și homosexuală au devenit – într-o măsură mai mare – o chestiune de alegere personală. Pentru adepții unor religii, sexul este încă acceptat doar ca activi-

tate procreatoare în cadrul mariajului; pentru alții, homosexualitatea este acceptată atât timp cât nu implică practicarea aceluiași activități sexuale. În general totuși, oamenii încep din ce în ce mai mult să accepte diverse expresii sexuale.

La toate acestea, o contribuție esențială a adus-o *William H. Masters*, cel care a fost pionierul studiilor despre comportamentul sexual uman și inițiatorul unei dezbateri fără prejudecăți asupra obiceiurilor și credințelor americanilor în acest domeniu. Prin studiile făcute împreună cu soția și colaboratoarea sa *Virginia Johnson* a realizat o adevărată revoluție în sexologie, atât în plan teoretic, cât și în cel al intervenției practice. A fost probabil cea mai importantă figură din ultima sută de ani în ceea ce privește schimbarea concepției americanilor despre comportamentul sexual și prin ei schimbarea viziunii mondiale asupra acestuia. Și-a folosit influența științifică pentru a îndemna oamenii să vorbească deschis și liber despre comportamentul lor sexual. Opera lui a condus la variate schimbări culturale și sociale, a schimbat în bine viața oamenilor.

Este paradoxal faptul că o serie de filosofi contemporani și lideri de opinie au avertizat că liberalizarea sexului, a discuțiilor deschise despre sex și, cel mai important, a descrierii științifice detaliate a parametrilor și corelațiilor acestuia pot fi o parte a unui proiect modern continuu de reglementare și control. Conform acestei viziuni, o serie de lucrări, de-a lungul anilor, au reprezentat variații mai riguroase și mai sistematice ca niciodată ale supravegherii comportamentului sexual de către stat și alte instituții decizionale. Vigilența religioasă și vigilența moralistă au fost înlocuite în perspectiva acestor gânditori cu „vigilența clinică“ (o perspectivă medicală generalizată asupra lumii) ce a transformat această supraveghere într-un control al sexualității, atât în ceea ce privește populația – prin mecanismele sănătății publice – cât și în ceea ce privește auto-reglementarea.

Această supraveghere socială ar fi stabilit norme și standarde pentru comportamentul sexual, după care oamenii să se poată ghida și față de care să-și poată compara propriul comportament sexual. În plus, medicalizarea comportamentului sexual s-a extins recent (și probabil nesurprinzător) în domeniul plăcerii sexuale. Pilule de tot felul „ajută“ la prelungirea plăcerii, la obținerea dorinței sau la evitarea

oricăror complicații nedorite ale unui contact sexual. Pilulele contraceptive au eliberat femeile de teama și realitatea sarcinilor nedorite, în ciuda efectelor lor adverse. Un autor contemporan se referea la acestea ca fiind „visul femeilor devenit realitate” și nici măcar criticii cei mai duri ai pilulei nu pot nega masivele schimbări sociale legate de larga răspândire a acestora.

În sfârșit, prevalența ridicată a disfuncțiilor sexuale nu reflectă decât o creștere extraordinară a sexualizării culturii contemporane, a obsesiei pentru performanța și gratificarea sexuală, ceea ce a făcut ca nivelul aspirațiilor generale să crească la cote amețitoare. Modelele oferite de revistele specializate, presiunea pe care industria medicamentului și afaceriștii sexului o exercită asupra consumatorilor prin publicitate, este cauza schimbării comportamentelor și chiar a atitudinilor.

Se ajunge tot mai frecvent la întrebarea: „Domnule doctor, este acest lucru normal?“, dar și la aceea: „Domnule doctor, sunt eu normal din punct de vedere sexual?“ Lucrarea de față va încerca să ofere răspunsuri și la aceste întrebări.

BĂRBATUL ȘI SEXUL



„Primejdia în care se află un bărbat care iubește total o femeie seamănă cu aceea a unui om care a atins un fir de înaltă tensiune și care, dacă nu se zbate, dacă instinctul nu l-a ajutat să se zmulgă în clipa în care a fost zgâlțâit, moare agățat acolo.“

Marin Preda, Cel mai iubit dintre pământeni

Ființa, ca expresie a principiului masculin, este asociată cu principiul intelectual, olimpic, cu logosul. În filozofia extrem orientală, aceeași diadă masculin-feminin este reprezentată de principiile Yang și Yin. Acestea sunt principii opuse, aflate în același timp într-o complementaritate absolută, unitatea lor fiind însuși simbolul echilibrului universal. Yang este reprezentat prin simbolul Cerului, fiind principiul activ, pozitiv și masculin, în timp ce Yin, reprezentat prin simbolul Pământului, este principiul pasiv, negativ și feminin. Yang apare printr-o linie continuă, Yin printr-o linie întreruptă, ceea ce trimite la simbolica pitagoreiciană a numerelor, în care masculinul este asociat cu cifra unu și cu numerele impare, iar femininul cu doi și cu numerele pare. Yang este lumina, soarele, focul, vârful, spiritul, ziua, Yin este întunericul, luna, apa, valea, forța vitală, noaptea.

Inițial, în cultura chineză, bărbatului i s-a atribuit semnul ce reprezenta munca și culoarea albă – a slăbiciunii sexuale, a morții și a funerariilor. Interesant este că în toate reprezentările echilibrului perfect dintre masculin și feminin, femeia ocupă poziția superioară, iar în cărțile medicale simbolul focului este dedicat bărbatului, care se aprinde rapid, iar apa, simbolul feminin, stinge focul, încălzindu-se, dar și răcindu-se mai lent, așa cum se și întâmplă de fapt, în realitatea cuplului sexual. Iată că în toate aceste sisteme filozofice masculinul își are în sine propriul principiu, în timp ce femininul își are propriul principiu în celălalt, caracteristica femininului fiind dualitatea, raportarea la celălalt, existența prin celălalt.

Această polaritate masculin-feminin corespunde, înainte de toate, unei realități biologice. Diferențierea anatomică dintre sexul masculin și cel feminin este determinată genetic. Embrionul este inițial și intrinsec feminin, prezența cromozomului Y orientând ulterior evoluția către dezvoltarea testiculelor și producția de testosteron. Testosteronul

afectează inclusiv migrarea neuronală și, ca o consecință, organizarea neuronală din hipotalamus-aria preoptică și amigdală, între săptămâna a 6-a și a 12-a de viață intrauterină (Yates, 2000). Prezența testosteronului în perioada perinatală determină la fătul masculin mărirea de două ori (cu dublarea numărului de neuroni) a unui nucleu din aria preoptică, care ar fi implicat în orientarea sexuală (Arnold, 1996).

Efectele hormonilor sexuali pe dezvoltarea cerebrală stau la originea unor diferențe psihocognitive semnificative între sexul masculin și cel feminin (Rubinow și Schmidt, 1996):

- a) organizarea limbajului predominant pe partea stângă a creierului la bărbat, pe ambele părți ale creierului la femeie
- b) abilități de limbaj și abilități motorii fine crescute la femeie
- c) abilitate vizuală-spațială crescută la bărbat
- d) repertoriu de comportamente sexuale și nonsexuale specific masculin sau feminin. În acest sens, testosteronul ar fi responsabil de tendința la acțiune și agresivitatea specific masculine ca și de creșterea gândurilor, emoțiilor și comportamentelor cu conținut sexual.

Identitatea de gen se referă la felul în care subiectul își percepe sinele, ca bărbat sau ca femeie. În studiile transculturale s-a evidențiat că bărbații sunt mai competitivi, mai agresivi și mai activi încă din copilărie, băieții preferând jucăriile de luptă și acțiune, în timp ce fetele preferă păpușile și jocul de-a mama și copilul, dovedindu-se mai tandre și grijulii față de cei apropiați. În timp ce fetele preferă să-și descarce agresivitatea verbal, băieții trec mult mai repede la o descărcare fizică a agresivității.

Nivelurile de testosteron crescute la fătul masculin sunt responsabile de o dezvoltare mai lentă a emisferei drepte și de una mai accentuată a emisferei stângi. De aici ar rezulta diferențele de stil cognitiv masculin-feminin: femeile sunt mai eficiente în comunicarea verbală și afectivă, în timp ce bărbații au capacități crescute analitice, logice și spațiale. Nivelul de hormoni sexuali în perioada prenatală influențează și alegerea tipului de jocuri masculin sau feminin, cât și agresivitatea și orientarea sexuală.

Freud pleacă în descrierea complexului Oedip de la cazul băiatului, considerat de el ca fiind mai simplu și cu mai puține zone de penumbră. Preistoria complexului Oedip ar cuprinde pe de o parte o identificare primară cu tatăl văzut ca ideal, identificare de la început ambivalentă, iar pe de altă parte o investire libidinală primară a mamei. Din confluența acestor două relații, la început independente, rezultă complexul Oedip (**Chemama, 1993**). Așa cum rezuma **Freud** în 1940 în „*Abriss der Psychoanalyse*“, o dată cu intrarea în faza falică a evoluției libidinale, spre vârsta de 2-3 ani, băiatul începe să conștientizeze plăcerea procurată de autostimularea organului său sexual, își dorește mama și încearcă să o seducă prin exhibarea penisului, intenționând să ia locul tatălui. Tatăl, până atunci un model datorită forței și autorității cu care era investit, în momentul complexului Oedip, devine rival. Această ambivalență față de tată și atitudinea tandră exclusivă față de mamă reprezintă de fapt doar o latură a complexului Oedip, cea pozitivă. Forma completă a complexului Oedip implică și o latură negativă, băiatul adoptând în același timp o atitudine tandră feminină față de tată și o poziție de gelozie și ostilitate față de mamă. Această dublă polaritate oedipiană este datorată bisexualității originare a ființei umane, așa cum arată **Freud** în 1923, în „*Das Ich und das Es*“ (Eul și Sinele). Produs al fazei falice, complexul Oedip este rezolvat de complexul de castrare. În faza oedipiană, sursa principală de anxietate este teama de castrare, teama de a pierde penisul, ca pedeapsă din partea tatălui pentru dorințele sale incestuoase față de mamă. Teama de castrare duce la abandonarea investirii obiectuale a mamei, făcând loc unui proces de identificare, în principal cu tatăl și mai puțin cu mama. Această identificare duce la internalizarea autorității și interzicerii paternale, constituind nucleul formării Supraeului.

După cum spunea **G.Abraham**, bărbatul se simte dator să demonstreze în permanență, inclusiv prin prestația sa sexuală, că este „suficient de bărbat“, că este diferit de sexul feminin. În timp ce femeia nu are ceva de demonstrat, în măsura în care a conștientizat lipsa penisului, asumându-și condiția feminină, bărbatul, confruntat în stadiul oedipian cu angoasa de castrare, de pierdere a masculinității, poate continua ulterior să-și liniștească angoasa prin exhibarea prezenței

penisului în plan simbolic: prin căutarea performanței (inclusiv sexuale) sau a echivalențelor falice – puterea, mașina, contul în bancă.

În psihologia lui **Jung**, inconștientul completează conștientul, astfel încât inconștientul fiecărui bărbat conține un element corespondent feminin, numit *anima*, iar inconștientul fiecărei femei are un complement masculin, reprezentat de *animus*. *Anima* și *animus* mediază între ego și lumea interioară a psihicului, fiind proiectate spre ceilalți în relațiile de zi cu zi sau în cele intime (**Pribram, 2000**). *Anima* derivă din trei rădăcini: imaginea colectivă a femeii moștenite de bărbat, cu ajutorul căreia el poate sesiza și înțelege natura femeii, experiența personală a bărbatului cu feminitatea exprimată de întâlnirile cu diferite femei de-a lungul vieții și în al treilea rând principiul feminin aflat în bărbat în stare latentă. Primul suport al imaginii animei este pentru bărbat figura mamei, ea oferindu-i băiatului prima și cea mai puternică experiență cu o femeie, de cea mai mare importanță în formarea sa. Unii bărbați nu se eliberează nici mai târziu de imaginea mamei, aceasta putând influența alegerea (inconștientă) a partenerei – asemănătoare cu mama (ca fizic, atitudine, uneori vârstă) sau în mod reacțional total opusă imaginii acesteia. Imaginea animei este proiectată ulterior pe femei pentru care bărbatul simte atracție erotică, fără să conștientizeze că este atras de fapt de o imagine interioară a sa, care corespunde într-o măsură mai mică sau mai mare femeii reale din fața lui. O mare parte din conflictele de cuplu își găsesc corespondentul în acest mecanism psihologic de proiecție a animei (animusului pentru femeie). Principiul feminin reprezentat de emotivitate, afectivitate, relaționare se regăsește la bărbat împins în inconștient sub formă de anima, așa cum pentru femeie, principiului feminin conștient ce constă în înclinația către afect și comunicare, îi corespunde în inconștient un principiu masculin reprezentat de gândire abstractă, raționalizare, sub forma de animus (**Mohl și Weiner, 2000**).

La băiat, identitatea sexuală trece prin faptul de a avea un penis, caracterul și aparența fizică masculine trecând pe planul doi. Identitatea sexuală masculină va fi în schimb adânc marcată de prezența penisului și de capacitatea sa de performanță, bărbatul fiind gata să vadă în prezența sau absența erecției, la dimensiunile și durata „normale“, o confirmare sau o infirmare a însăși virilității sale. Dacă la

femeie funcționează adesea o anxietate de separare izvorâtă din nevoia ei de relație duală și din dependența de partener, la bărbat există această anxietate de performanță sexuală care îl fragilizează și îl împinge către o căutare continuă a confirmării virilității sale. În timp ce femeia este prin definiție monogamă, fiind adepta relației unice și încercând să păstreze și să amelioreze relația de cuplu când aceasta nu mai funcționează bine, bărbatul este poligam, angajându-se mai frecvent în relații paralele, ca și cum ar dori să fie asigurat permanent și de mai multe partenere de valabilitatea identității sale masculine pe care el o măsoară prin potență.

Apariția dorinței sexuale se realizează în mod diferit la bărbat față de femeie. Sentimentele vor avea un rol important în erotica feminină, la femei dorința sexuală luând naștere din sentimentul de dragoste și nu invers, în timp ce la bărbat dorința sexuală poate da naștere sentimentelor pentru parteneră.

Sexualitatea masculină este centrată pe căutarea plăcerii, pe căutarea performanței și a confirmării normalității, în timp ce sexualitatea feminină se concentrează pe comunicare și căutarea tandreței. Pentru bărbat actul sexual este un moment separabil de ambianță cotidiană, în general el fiind capabil să separe sexul de contextul emoțional și relațional; femeia, în schimb, are nevoie de o ambianță afectiv-relațională favorabilă pentru a se bucura de relații sexuale armonioase (*Mimoun și Chaby, 2000*). S-a spus chiar că bărbatul nu se angajează total în raportul sexual, aducând în relație doar o mică parte din el (*Alberoni, 1987*). Dorința sexuală a bărbatului, fără învelișul de comunicare așteptat, o poate face să se simtă obiect sexual, trimitând-o la sentimentele de inferioritate pe care, psihanalitic vorbind, le-a putut trăi ca fetiță descoperind lipsa penisului.

Diferențele de comunicare dintre partenerul masculin și cel feminin duc la distorsionarea informației prin interpretarea ei conform propriului cod de comunicare și de aici la erodarea relației de cuplu, la îndepărtare afectivă, la conflictualitate. Pentru bărbat, tendința femeii de a oferi în permanență poate fi interpretată ca sufocantă sau ca lipsă de încredere în capacitatea sa de a se descurca singur. Bărbatul alternează automat între nevoia de intimitate și cea de autonomie. O dată satisfăcută nevoia de intimitate, bărbatul simte nevoia să ia distanță

pentru a-și regăsi independența și autonomia, valorizate de rolul social masculin. Nevoia femeii de comunicare nu este împărtășită de bărbat în aceeași măsură. Expriarea de către parteneră a sentimentelor sale cele mai intime îl poate face pe bărbat să fugă de această intimitate pentru care el nu este pregătit. La rândul lui, va comunica spontan mult mai puțin din sentimentele și anxietățile sale, datorită atât capacităților sale de comunicare mai puțin exprimate, cât și fricii de a apărea ca slab și vulnerabil în fața partenerei sale. Scopul comunicării este la rândul lui diferit. Bărbatul s-ar exprima ca reprezentant al unei clase dominante, cu un simț al ierarhiei și al luptei pentru putere. Conversația sa are drept scop definirea unui statut în ierarhie, deci competiția, faptul de a avea dreptate, dar și informarea, demonstrarea. În conversație bărbatul preferă generalitățile și abstractizările, iar ca subiecte favorite pe primul plan profesia, apoi tehnica și sportul (*Leleu, 2000*).

O relativizare a rolurilor tradiționale masculin-feminin în perioada pe care o traversăm este ilustrată și de fenomenul *metrosexualității*, mai ales în civilizația occidentală a marilor orașe. Este vorba despre apariția unui nou tip de rol de gen ("*gender role*"), metrosexual, adoptat de bărbați de obicei heterosexuali, dar care împrumută anumite trăsături și maniere feminine. Termenul de metrosexual a fost introdus de *Mark Simpson* în 1994 pentru a defini „un *dandy* narcisist, îndrăgostit de sine, dar și de stilul său urban de viață”. Inițial descriși ca tineri indulgenți cu sine, narcisiaci, interesați de modă și frumusețe, caracteristica comună a metrosexualilor este aceea de „a se alege pe sine însuși ca obiect al dragostei și plăcerea ca preferință sexuală”. Opus stilului masculin dur, tip *macho*, metrosexualul este preocupat în mod excesiv de propria înfățișare și frecventează saloanele de coafură, cosmetică, casele de modă și cluburile de gimnastică și bodybuilding pentru a-și forma și menține o imagine exterioară cât mai apropiată de idealul său narcisist despre sine. Există profesii, cum ar fi modellingul, media, muzica pop, sportul în care se întâlnesc mai frecvent metrosexuali, probabil datorită statutului de vedetă care întărește o imagine narcisistă despre sine însuși. Astfel, metrosexuali celebri ar fi David Beckham, Brad Pitt, George Clooney, Robbie Williams și Ian Thorpe.

În timp ce în urmă cu două decenii preocuparea pentru moda masculină și autoîngrijirea excesivă erau identificate cu homosexualitatea, în prezent secțiunile de modă masculină ocupă din ce în ce mai mult spațiu în revistele pentru ce se adresează în principal bărbaților, răspunzând astfel unei preocupări efective a publicului masculin. În strategiile de publicitate începe să se țină seama de atenuarea a ceea ce putem numi nucleul dur al masculinității, mai ales la generația celor sub 40 de ani. Materialele publicitare destinate bărbaților încep să se adreseze mai puțin caracteristicilor tehnice și de performanță, care interesau de obicei publicul masculin, și mai mult exteriorului, designului și sentimentelor legate de folosirea produsului respectiv.

Apariția metrosexualilor ar corespunde unei tendințe actuale de modificare a rolurilor tradiționale masculin și feminin. O dată cu emanciparea femeii și creșterea importanței rolului ei social, bărbatul secolului XXI se simte nesigur în propria identitate și caută căi de asertivitate mai puțin specifice pentru rolul masculin, cum ar fi moda și tratamentele de frumusețe. După futurologul *Marian Salzman*, asistăm în prezent la o remaniere a rolurilor de gen masculin și feminin care nu este încă încheiată, iar fenomenul metrosexual nu ar fi decât un preambul al acestui proces.

Pe de altă parte, această relativizare a rolului social masculin la care asistăm, în diferite forme, în epoca noastră, înseamnă și punerea sub semnul întrebării a unor „calități“ masculine tradiționale puțin favorabile unei vieți sexuale armonioase. Bărbatul tradițional era obligat să fie eficace, performant și puternic, în detrimentul lumii sale interioare, a emoțiilor și sentimentelor, a spontaneității sale. Această refulare a vieții emoționale în plan sexual și concentrarea pe performanță ducea la probleme de comunicare în cuplu, dar și la disfuncții sexuale manifeste. Civilizația tradițională a statuat roluri bine definite femeii și bărbatului în familie, văzute ca structură ideală pentru relații clare de filiație și păstrarea proprietății. În timp ce bărbatului îi revenea rolul de a munci pentru a câștiga bani, de a conduce și a decide în familie, reprezentând legătura familiei cu exteriorul, cu autoritatea și statul, femeia era responsabilă cu interiorul, cu treburile casnice, cu menținerea intimității și a legăturilor afective. Adesea întemeiată sub semnul proprietății, familia avea o stabilitate deosebită, fiind puțin

afectată de tendința naturală a bărbatului de a oscila între monogamie și poligamie (*Oană, 2002*).

În epoca modernă asistăm la o relativizare a acestor roluri sociale tradiționale. Femeia este preocupată de carieră și de realizarea personală în aceeași măsură cu bărbatul, care la rândul lui împarte din ce în ce mai mult cu partenera sa treburile casnice și îngrijirea copiilor. Se poate ajunge chiar la inversarea rolurilor socioeconomice, cu femeia angajată și implicată în profesie și bărbatul șomer și responsabil de treburile casnice. Atât rolul masculin, cât și cel feminin sunt mai puțin clar conturate față de epoca anterioară, această fragilitate de rol ducând la o căutare de identitate masculină sau feminină ce poate trece inclusiv prin experiența poligamă, cu repercusiuni inerente asupra stabilității sistemului familial.

În acest context de semnificație a instituției căsătoriei, presiunea tendințelor monogame și poligame (specifice îndeosebi bărbatului) își va găsi o cale nouă de manifestare. Este vorba despre „monogamia serială“, ca succesiune de căsătorii în care se păstrează fidelitatea în fiecare dintre ele, membrii cuplului stând împreună atât timp cât corespund rolurilor și standardelor pe care și le-au asumat reciproc (*Oană, 2002*).

Tranziția de la o relație la alta, de la o căsătorie la alta poate fi însă trăită ca o înfrângere personală, confruntând unul sau ambii parteneri cu senzația de eșec și având uneori urmări directe în plan sexual, sub forma disfuncțiilor sexuale.



CUPLUL

„Numai prezentul există. Trecutul nu mai este și e nebun de-a binelea cel care se preocupă de viitor.“

Înțelepciune populară

Nu putem disocia sexualitatea de relația bărbat-femeie, de imaginea cuplului ca loc al împlinirii sexuale a celor doi parteneri. Pe lângă elementele biologice, care determină particularitățile masculine și feminine ale sexualității, relația bărbat-femeie poartă și amprenta socio-culturală a epocii și a civilizației respective.

Vorbind despre civilizația occidentală, ea a fost marcată multă vreme și continuă să fie în bună măsură și acum de un *model masculin al sexualității*, centrat în jurul căutării performanței, ca garant al unei sexualități „normale“. Acest model masculin al sexualității este construit în jurul unei dimensiuni normative a sexualității masculine care încurajează o vedere „nonrelațională“ asupra sexualității, fiind cunoscut ca având cinci dimensiuni principale:

Obiectualizarea. Procesul de obiectualizare a femeii și a corpului feminin de către bărbat ar fi responsabil de tendința bărbaților de a vedea femeia ca obiect al dorințelor lui sexuale, în timp ce, conform aceluiași model, femeia ar avea tendința de a se privi pe sine ca obiect sexual.

Validarea masculinității. Masculinitatea ar avea nevoie, pentru a fi validată ca atare de femeie, de răspunsul corpului feminin, ca reflectare directă a masculinității partenerului. Femeia la rândul ei își joacă rolul care i-a fost atribuit, „de a face lucruri care să îl facă pe bărbat să se simtă masculin“.

„*Femeia ca trofeu*“. Într-o lume dominant masculină, ierarhizată, competiția este de o maximă importanță, iar masculinitatea se măsoară prin comparație cu alți bărbați. Femeia devine un semn al succesului și al calităților masculine ale bărbatului care a cucerit-o, un „trofeu de luptă“.

Teama de intimitate. Există o condiționare a bărbatului, încă din copilărie, pentru o supresie a nevoii de senzualitate fizică, a vulnerabilității și a intimității. Din această cauză, ca adult, el va evita intimitatea emoțională excesivă în sexualitate și va avea tendința de a nu se

autoriza să își recunoască nevoia de apropiere emoțională sau senzuală, reducându-le la o nevoie pur sexuală.

Latura voyeuristă, ca trăsătură a sexualității masculine. Este o dimensiune argumentată de producția masivă de materiale erotice și pornografice ale căror consumatori majoritari sunt bărbații.

Există o evoluție a acestui model în ultima vreme, pe măsură ce rolul dominant al bărbatului în societate se relativizează. Femeia devine independentă financiar, crește numărul mamelor celibatate, crește numărul de bărbați șomeri care rămân acasă să se ocupe de copii.

Rolurile sociale masculin și feminin se relativizează și o dată cu ele și implicațiile lor în sexualitate. Acum accentul se deplasează de la performanța sexuală la profunzimea relației între parteneri, o sexualitate care integrează senzualitatea, senzorialitatea, afectivitatea, intimitatea emoțională, comunicarea. Excitarea sexuală este văzută nu ca un impuls cu caracter de urgență care cere o manifestare rapidă și imediată ci ca o variație ritmică și naturală, o stare fiziologică și psihologică ce poate fi integrată în realitatea relațională și emoțională a fiecăruia.

Cuplul reprezintă înainte de toate o relație în doi, în care fiecare dintre cei doi parteneri vine cu propria sa individualitate și istorie personală. Iau naștere astfel diferențe între cei doi parteneri, diferențe ce pot uneori perturba echilibrul cuplului, până la disoluția acestuia. Aceste diferențe pot ține de însuși specificul sexualității masculine sau feminine, neintegrarea lor în cadrul relației de cuplu prin comunicare putând sta în mod direct la originea unor disfuncții sexuale. Alte diferențe se referă la caracteristicile structurale diferite, masculine și feminine, și la modul diferit de abordare a relației de către cele două sexe. Există bineînțeles și diferențe individuale, legate de personalitatea fiecărui partener și fără legătură cu apartenența la un sex sau altul. Fiecare partener aduce în relația de cuplu propria amprentă erotică, formată în funcție de istoria personală a fiecăruia, dar și de specificul masculin sau feminin al erotismului, dezvoltat odată cu integrarea rolurilor sociale masculin și feminin.

Mai vulnerabil în identitatea sa decât femeia, bărbatul ar avea mai mult tendința de a folosi sexualitatea în scopuri defensive, precum și de a realiza un clivaj între obiectul dragostei și obiectul dorinței. De

asemenea, raporturile sale cu femeia vor fi deseori conflictuale, lăsând să transpară teama că partenera l-ar putea feminiza, știrbindu-i astfel din atributele masculine.

La femeie, predomină în general legătura de intimitate afectivă sexualizată, existând o ezitare de realizare, în plan real, a unei sexualități lipsite de sentimentalitate. În planul imaginarului, această diferență între erotismul masculin și cel feminin este mai puțin evidentă, la ambele sexe fantasmele cele mai erotice fiind fără conținut afectiv. Expectațiile legate de partener ar fi de asemenea diferite la cele două sexe. În timp ce femeia ar avea o expectație erotică mai mult calitativă, dorind să fie sigură că partenerul o dorește pe ea și nu doar „o femeie“, bărbatul ar avea o dorință erotică mai mult cantitativă, așteptând ca partenera să fie totdeauna gata să facă sex cu el și urmărind performanța (atingerea orgasmului) atât la el, cât și la parteneră.

Există diferențe între sexe și în ceea ce privește orgasmul, iar neglijarea nevoilor orgasmice ale partenerului sau absența cunoașterii acestor nevoi prin necomunicare poate conduce la o sexualitate nesatisfăcătoare a cuplului. Orgasmul masculin ar fi caracterizat printr-o mică latență preorgasmică, în general bărbatul trebuind să facă eforturi pentru a întârzia ejacularea (cu excepția ejaculatorilor dificili). Orgasmul feminin are o mare latență preorgasmică, femeia având în general nevoie de o stimulare mai îndelungată pentru a atinge orgasmul. De asemenea, la bărbat există o mare latență postorgasmică, un nou orgasm neputându-se produce decât la un interval suficient de timp față de primul. La femeie există în schimb o mică latență postorgasmică, putând exista mai multe orgasme repetate la intervale scurte de timp. În timp ce bărbatul nu poate mima orgasmul, fiind într-un fel obligat la orgasm, femeia poate mima orgasmul sau poate alege dacă să îl aibă sau nu. Bineînțeles că aceste diferențe cunosc variații individuale, existând atât femei care pot atinge rapid orgasmul, și aceasta mai ales în cadrul unei legături sexuale bine rodite, cât și bărbați care își pot întârzia suficient ejacularea sau chiar pot renunța la ea (în cazul unor practici sexuale tantrice, cu toate că după unii autori și în aceste cazuri ar exista o ejaculare, fiind însă de tip retrograd).

Importantă pentru evoluția unui cuplu spre armonie sau dizarmonie sexuală nu este atât existența acestor diferențe de orgasm mas-

culin-feminin, cât modul în care cei doi parteneri cunosc particularitățile orgasmice ale celuilalt și sunt dispuși să țină seama de ele, astfel încât fiecare dintre cei doi să dea și să primească satisfacție în relația lor sexuală.

Diferențele de gen, bărbat-femeie, își spun cuvântul și în modul de abordare a relației de cuplu. Femeia abordează relația mai mult și cu mai multă complexitate decât bărbatul, fiind preocupată mai ales de aspectele emoționale ale acesteia. Bărbatul are tendința de a fi preocupat de probleme concrete și de a se implica în acțiuni pentru a le rezolva, uneori în detrimentul comunicării și a schimbului afectiv cu partenera. Femeia își asumă mai multă responsabilitate pentru relație, având rolul social de „expert în relaționare“.

Conceptul de **intelență emoțională** și modul ei diferit de manifestare la partenerul masculin și la cel feminin aduc o nouă viziune asupra problemelor de cuplu și a terapiei lor. Inteligența emoțională conferă subiectului capacitatea de a dezvolta emoția adecvată ca intensitate și modalitate de exprimare, adaptată situației/persoanei cu care interacționează, momentului și scopului propus. Iată câteva trăsături de bază ale acestui concept: *Conștientizarea propriilor emoții* se referă la capacitatea de a-și recunoaște și monitoriza propriile sentimente, o etapă preliminară înainte de a obține controlul asupra acestora; *Gestionarea emoțiilor* se referă la stăpânirea emoțiilor, capacitatea de calmare a emoțiilor negative (anxietate, depresie, furie) ce conferă subiectului capacitatea de a se reechilibra mai ușor în situații dificile ale vieții; *Motivarea de sine* înseamnă punerea emoțiilor în slujba unui scop, autocontrolul emoțional pentru amânarea recompensei. *Recunoașterea emoțiilor celorlalți*, empatia, înțelegerea emoțiilor celorlalți reprezintă un prim pas spre a acționa pentru a favoriza emoții pozitive ale celuilalt. *Manevrarea relațiilor interpersonale*, gestionarea emoțiilor proprii și ale celuilalt prin propriile acțiuni pentru a favoriza schimbul de emoții pozitive în interacțiunile sociale reprezintă o altă componentă importantă a inteligenței emoționale. Diferită de inteligența abstractă măsurabilă prin IQ, fără să îi fie însă opozabilă, inteligența emoțională conferă individului siguranță de sine, optimism și echilibru social, capacitatea de a fi asertiv și în același timp empatic și atent la reacția și sentimentele celuilalt. Inteligența emoțională ar

fi calitativ diferită la bărbat față de femeie, iar deficitul de inteligență emoțională al unuia sau al ambilor parteneri ar caracteriza cuplurile care ajung la separare.

Decisive în evoluția relației dintre parteneri nu ar fi atât punctele de vedere divergente asupra unor probleme esențiale, cât modul de abordare emoțională a acestora. Depășirea diferențelor înnăscute între sexe și abordarea emoțiilor dificile cu un grad de inteligență emoțională de către ambii parteneri contribuie la depășirea neînțelegerilor din cuplu, scăzându-le vulnerabilitatea în fața emoțiilor negative care pot eroda relația de cuplu.

Relația de cuplu este expresia unui echilibru dinamic permanent, aflat sub influența mai multor factori, interiori sau exteriori cuplului. Factorii interni, legați strict de cei doi parteneri, sunt multipli, intricăți și disociați: sexualitatea, plăcerea, erotismul, dorința de a avea un copil, calitatea relației și comunicarea și, nu în ultimul rând, problema identității, care tinde să fie din ce în ce mai importantă în epoca noastră. O relație de cuplu este și sub influența celor din jur, a presiunii externe, a activităților și experiențelor externe ale fiecărui partener. Astfel, într-o relație maritală, factori de perturbare relațională pot fi adulterul, gelozia excesivă, conflictele de loialitate între unul din parteneri și familia de origine, implicarea excesivă în muncă a unuia dintre parteneri, o afecțiune medicală în simptomele și tratamentul căreia unul dintre parteneri se implică într-o manieră excesivă. Într-o relație apropiată este necesară o definiție a unor limite, acceptate de ambii parteneri, în ceea ce privește gradul de interferență externă în cuplu, cât și gradul de implicare în exterior al fiecărui partener.

În timp, cei doi parteneri se redefinesc în autonomia lor, realizându-se o nouă distanță relațională, mai mare sau mai mică, în funcție de particularitățile celor doi parteneri. O distanță trăită ca insuficientă sau sufocantă pentru unul dintre parteneri poate fi văzută ca prea mare pentru celălalt, dependent de primul. Din astfel de discordanțe între parteneri se poate naște conflictualitatea în cuplu.

În formarea și menținerea cuplului, sexualitatea joacă un rol important, atât prin ea însăși cât și prin implicațiile sale sociale, manifestate în toți atâția factori de constituire a cuplului. Iată câțiva dintre factorii de constituire și menținere a cuplului: legătura sexuală, coabi-

tarea, constituirea cadrului familial, evitarea solitudinii, alegerea unui genitor, un remediu la unisexuare (fiecare individ se simte unisexuat, cuplul oferind o consolare a acestei frustrări și în același timp o unitate bisexuată solidară, care reunește cele două moduri de a exista ale umanității într-o completitudine securizantă), dialog interpersonal. Gusturile estetice, vestimentare, culinare, cât și opțiunile culturale, filozofice, politice, legate de creșterea copiilor sau de fidelitatea conjugală își găsesc la celălalt partener confirmare, amplificare și justificare. Inegalitatea de nivel cultural poate fi un factor de oprire a dialogului, dar inteligența și capacitatea de a învăța pot compensa o inegalitate inițială.

Durata existenței cuplului este dependentă de toleranța individuală a celor doi parteneri față de factorii de ruptură a cuplului. Factorii de ruptură a cuplului s-ar putea clasifica după cum urmează: *incompatibilitatea erotică*, *incompatibilitatea socială*, *incompatibilitatea caracterială* (infidelitatea, monotonia), *evoluția divergentă* (evoluția în timp a fiecărui partener îi poate duce pe drumuri diferite, fie din punct de vedere al divergenței de gusturi și de valori, fie pur și simplu din punct de vedere al aspectului fizic, marcat mai mult sau mai puțin de trecerea timpului și generând în consecință o eroticitate obiectivă diferită la cei doi parteneri).

Relația de cuplu este prin definiție o relație în doi, caracterizată mai mult sau mai puțin printr-un grad de exclusivitate care garantează o intimitate a cuplului. Pentru a forma cuplul, cei doi parteneri au parcurs adesea o etapă de autonomizare față de propria familie nucleară, iar tensiunile care au putut lua naștere cu această ocazie pot marca chiar și pe termen lung evoluția cuplului. Viața în doi conduce, în cele mai multe cazuri, la o stare de stabilitate relațională, la un nou echilibru al cuplului ca sistem format din cei doi parteneri. Dar acest echilibru este dinamic, supus influențelor externe și evoluției fiecăruia dintre parteneri. Apariția copilului în cuplu poate reprezenta o provocare pentru această stabilitate, noul sistem familial creat având nevoie de regăsirea unui nou nivel de echilibru. De fapt, problematica copilului nu poate fi separată de ideea de cuplu, chiar pentru cuplurile fără copii putându-se vorbi despre copilul dorit, copilul imaginat, copilul care ar fi putut să fie, copilul nedorit sau temut de unul sau ambii parteneri.

Dorința de a avea un copil poate fi ea însăși un factor de instabilitate în cuplu, dacă ea nu este împărtășită de ambii parteneri. În aceste cazuri unul dintre parteneri (de cele mai multe ori bărbatul) poate vedea apariția copilului ca prematură, ca pe o piedică în realizarea profesională sau ca pe o îngrădire a propriei libertăți. Decizia de a avea un copil împreună presupune și o angajare de durată în relația de cuplu, o responsabilitate suplimentară pe care nu întotdeauna ambii parteneri doresc să și-o asume în aceeași măsură. Pentru partenerul care dorește copilul (femeia, de obicei) refuzul partenerului de a-i îndeplini dorința devine echivalentul unei neangajări în relație, în final al lipsei unei iubiri autentice. Pentru partenerul care se simte constrâns să aibă un copil, insistența partenerei pune de asemenea sub semnul întrebării afecțiunea acesteia pentru el, în final ambii parteneri ajungând să se îndoiască de autenticitatea relației lor de cuplu. În aceste cazuri devin esențiale comunicarea între parteneri, exprimarea propriilor sentimente și înțelegerea empatică a sentimentelor celuilalt, capacitatea de a negocia. Apariția copilului în cuplu poate reprezenta o provocare pentru relația de cuplu, într-un prim moment prezența celui de-al treilea riscând destabilizarea unei relații până atunci strict duale. Investiția emoțională, dar și de energie fizică cerută de nou-născut poate scădea într-un prim timp interesul și disponibilitatea celor doi parteneri (și mai ales a mamei, solicitată preferențial de copil) pentru relația de cuplu.

Sexualitatea cuplului trebuie să se adapteze în continuare la orare și situații precise și previzibile, iar spontaneitatea sexului, posibilă până la apariția copilului, rămâne adesea excepția și nu regula în viața cuplului. De asemenea, apariția copilului îi poate pune pe cei doi parteneri pe poziții diferite de identificare cu acesta. Fiecare dintre părinți poate avea într-un grad mai mare sau mai mic tendința narcisică de a privi copilul ca pe un alter ego, proiectând asupra acestuia propriile aspirații și dorințe. Modelele sociale și culturale diferite, valorile importante pentru fiecare dintre părinți pot intra în acest fel în contradicție, iar disputele privind educația și formarea copilului se pot constitui în puncte de plecare pentru conflicte mai largi, care să afecteze stabilitatea relației cuplului.

Calitatea și stabilitatea relației de cuplu, anterior apariției copilului, favorizează regăsirea unui echilibru al cuplului și după apariția

acestui. În cazul cuplurilor cu probleme, prezența copilului poate fi un factor suplimentar de destabilizare a unui echilibru deja fragil. Pe de altă parte, apariția copilului poate reprezenta pentru unul sau ambii parteneri o motivație puternică pentru schimbare și pentru ajungerea la un nou echilibru necesar unității cuplului. În cazul cuplurilor funcționale, care merg bine, copiii certifică o relație armonioasă, o realizare care confirmă echilibrul existent. Există însă multe cupluri în care copilul este văzut ca o salvare deși dacă un cuplu este în criză, prin înmulțirea obligațiilor contractuale generate de apariția unui copil, este evident că relația se va deteriora și mai mult. Există uneori iluzia că apariția unui copil a făcut lucrurile mai bune, dar acest lucru va fi doar efemer și disfuncționalitățile vor fi și mai mari. Din păcate, victima acestora va fi de acum și copilul.

Relația de cuplu evoluează odată cu cei doi parteneri, „distanța” relațională modificându-se și ea în timp. La începuturile formării cuplului există o tendință fuzională, simbiotică, care trimite la mitul androginului. În *Banchetul*, **Platon** definește această tendință la fuziune a îndrăgostiților prin următoarele cuvinte ale lui **Hefaistos**: «*Nu cumva ceea ce doriți este să rămâneți de-a pururi împreună unul alături de celălalt și că nici noaptea nici ziua să vă îndepărtați unul de altul? Ei bine, dacă asta este ceea ce doriți aflați că eu vreau să vă unesc, să vă topesc laolaltă, iar când veți muri să fiți și-n lăcașul lui Hades o persoană în loc de două, să muriți laolaltă*».

Căsătoria sau cuplul cu certificat

EL și EA se întâlnesc pentru prima dată și constată că se simt bine împreună; hotărăsc să se întâlnească și a doua oară... și se tot întâlnesc până își dau seama că se simt atât de bine și se înțeleg atât de bine, că sunt fericiți când sunt împreună și nefericiți când sunt departe unul de altul... Și iată că hotărârea este luată – implică anumite semne de întrebare (este momentul?, sunt pregătit?, sunt pregătită?) – însă ce nu ar face îndrăgostiții pentru a fi împreună?

Astfel, cei doi consimt, prin asumarea unui angajament – se prezintă în fața persoanei ce semnifică instituția căsătoriei. Și astfel se semnează hârtiuța ce oficializează relația lor, au loc străngeri de mâini, se primesc cadouri, îmbrățișări, se râde, se plânge și în cele din

urmă cei doi, mână în mână, părăsesc sediul Stării Civile mai siguri pe dragostea lor, pe reciprocitatea sentimentelor dintre ei, ba chiar îi străbate un ciudat sentiment de „proprietate“. EL o privește tandru, nu o scăpa din ochi și își spune mulțumit: „în sfârșit ești a mea“... EA are ochii strălucitori, se uită la el și zâmbește enigmatic în timp ce își găsește liniștea sufletească conferită de gândul: „dragule, de acum, al meu ești...“

Și astfel totul este rezolvat – îndrăgostiții sunt siguri că și-au luat un angajament unul față de celălalt, de-acum înainte au și obligații juridice reciproce, se vor putea bucura de sprijinul societății, al legii, de susținerea părinților și așa mai departe...

Chiar dacă această prezentare pare ușor stranie, nu se poate spune că nu așa se întâmplă! Pentru femeii, pasul făcut pe drumul căsniciei este unul hotărâtor – de la mulțumirea pe care o oferă părinților care, scăpați de o grijă, își spun: „*fata noastră a intrat în rândul lumii...*“ până la mulțumirea de sine conferită de fericirea de a fi cu cel pe care îl iubește, de siguranța ce îi învăluie sufletul în ceea ce privește sentimentele celui alt pentru ea... dar să fie doar atât?

Ce se spune înainte să semnezi acel certificat de căsătorie? – *soții se obligă să fie alături la bine și la rău, să își poarte de grijă la greu, să se ajute la nevoie, să contribuie la întreținerea noii familii...* Apar garanțiile legale pentru EA – dacă apare hotărârea de a face copii este mai bine pentru femeie să aibă o oarecare siguranță că nu va fi abandonată, că micuții urmași vor fi educați cum trebuie, că vor avea ce să mănânce, ce să îmbrace etc.... și chiar dacă se întâmplă să se producă divorțul, rămân în picioare garanțiile legale ce decurg de pe urma căsătoriei. Acționând astfel, oare EA nu procedează mai degrabă în virtutea rațiunii decât în numele iubirii?... Nu consideră femeia căsătoria un fel de aranjament – să ne gândim cu cât simț practic preia conducerea gospodăriei: spală, gătește, are grijă de copii, se ocupă cu planificarea concediilor, știe întotdeauna ce este bine și ce nu este pentru armonia familiei și tot așa... Și oare chiar se ocupă total dezinteresat, necondiționat, de managementul familiei? Răspundeți singuri, dar fiți sinceri...

EL... pare să fie ceva mai romantic, în sensul că inima și sufletul lui sunt îndreptate spre bucuriile fizice și sociale pe care i le oferă EA.

Femeia, prin definiție, este o fire practică și, fără a exclude ceea ce simte pentru partener, se gândește și cântărește avantajele și dezavantajele ce apar în urma contractului. EL, prin definiție, este un romantic, un visător... Când se îndrăgostește, bărbatul se gândește la relații sexuale, la întemeierea unei familii, la un cămin stabil... O iubește, îi place cum arată și îi este de ajuns – nu-și pune probleme practice de felul „poate să mă întrețină?“, doar această sarcină intră automat în grija lui. Dacă EA corespunde standardelor lui, adică are părțile anatomice în proporțiile pe care EL le visează, dacă are caracterul și personalitatea dorite și apreciate de EL, atunci se oprește aici, de restul se va ocupa mai târziu. Pe parcurs, lucrurile se pare că vor lua o turnură ciudată: în timp ce pentru EA nu este chiar atât de dificil să-și manifeste simțul practic, EL, pe măsură ce se implică tot mai mult în rezolvarea problemelor materiale, va ajunge să-și dorească mici evadări din cotidian, distracții cu prietenii, îndepărtându-se astfel de EA.

Până acum am prezentat aspectele „practice“ ale căsătoriei, partea de „dincolo“ de aparențe, scheletul acesteia, dacă se poate spune așa. Nu sunt nuanțe de gri, sunt aspectele reale care apar inevitabil și pe care dacă EL și EA le-ar înțelege și accepta de la bun început, probabil că rata divorțialității ar fi în scădere, probabil că luna de miere nu ar mai fi doar o lună ci s-ar transforma în luni sau de ce nu, în ani. Din toată această poveste, iubirea ar trebui să reprezinte esența, frumosul, sublimul și nicidecum acea bucățică de hârtie care, în multe cazuri, se dovedește a fi mărul discordiei dintre cei doi parteneri. Și se întâmplă așa când se consideră că acel certificat aduce siguranță, stabilitate, drepturi și responsabilități.

În cuplul marital se vorbește despre patologia cuplului, circumstanță în care comportamentul sexual este modificat față de situațiile anterioare și conduce la separație și divorț. Patologia de cuplu apare mai des în așa-zisele cupluri fragile în care, alături de sexualitate, este implicată vârsta cuplului, personalitatea celor doi parteneri, și modelele familiare din familiile de origine. Partenerii foarte tineri, adesea imaturi care întemeiază un cuplu familiar la minut fără o cunoaștere prealabilă și deseori sponsorizați fiind de familia de origine, sunt cel mai adesea protagoniștii unor cupluri fragile. Dintre cauzele care conduc la ruperea cuplului cele mai frecvente sunt, în ordine, modelele de

referință complet diferite ale celor doi parteneri privind situațiile complete de viață, imaginea personală, imaginea socială și relația cu membrii familiei mari. Absența comunicării sau comunicarea dificilă generează tensiune afectivă, care se accentuează după modelul avalanșei, culminând cu respingerea reciprocă și repulsia, intoleranță, violență și culpabilitate. Adesea, unica soluție rămâne divorțul.



DRAGOSTEA

„Stăpâna casei își dă seama că slujnica ei s-a îndrăgostit când începe să observe că e distrată. Biata femeie nu are atenția liberă ca să și-o mobilizeze asupra lucrurilor ce o înconjoară. Își duce zilele năucă, îngândurată, contemplând în sinea ei imaginea iubitului, mereu prezentă. Această concentrare asupra interiorului propriu îi creează îndrăgostitului o aparență de somnambul, de lunatic, de „fermecat“. Și, la drept vorbind, îndrăgostirea este un farmec.“ Acestea sunt cuvintele lui *José Ortega y Gasset*, într-unul din celebrele eseuri scrise între anii 1926-1927 și publicate în 1939, la Buenos Aires, sub titulatura *Studii despre iubire*.

Ce poate fi mai greu de scris decât un eseu despre iubire? Mai ales că, obiectul acestui *minion* capitol este iubirea dintre o femeie și un bărbat și nu iubirea dintre oameni, în general, ca o altă trăsătură fundamentală a condiției umane. A scrie despre iubire într-un spațiu atât de restrâns ca acela al „literii“, fără geniul unui poet sau fără mintea sistematică a filosofului, nu ar putea însemna decât un soi de aroganță sau de subiectivism ce ar putea fi prost înțelese de cititor. Urmăriți de această idee, ne-am decis să facem un colaj de pasaje celebre ce cântă acest sentiment și să lăsăm dulceața acestor rânduri să vă declanșeze fie sentimente trăite și uitate fie, pentru cei mai tineri și neexperimentați, să creeze un prilej de anticipare a trăirilor magice pe care le vor avea în preajma iubitului. Totuși, nu am putut încheia cele câteva pagini dedicate dragostei decât cu o analiză ușor amuzantă a simptomatologiei sentimentului roz, analiză bazată pe observarea „bolnavilor“ din anturaj sau, după caz, din terapie.

Sufletul ne-a îndeamnat să deschidem drumul spre magia poetică cu unul dintre cele mai frumoase poeme de iubire *Cântarea Cântărilor*, scris de regele Solomon pentru frumoasa Sulamita, și păstrat pentru eternitate în Biblie. Un text de inspirație divină, atribuit regelui-poet care reușește să construiască universul iubirii în metafore extraordinare, în cele trei exigențe fundamentale recunoscute de părinții Bisericii creștine: refacerea unității primordiale a omului prin iubire, forța dătătoare de viață și taina nunții.

„Adormisem, dar inima îmi veghea... Este glasul prea iubitului meu, care bate: „Deschide-mi, soro, scumpo, porumbițo, neprihănit! Căci capul îmi este plin de rouă, cârlionții îmi sunt plini de picurii

noptii.“ „Mi-am scos haina, cum să mă îmbrac iarăși? Mi-am spălat picioarele: cum să le murdăresc iarăși?“ Dar iubitul meu a vârat mâna pe gaura zăvorului, și mi-a fost milă de el atunci. M-am sculat să deschid iubitului meu, în timp ce de pe mâinile mele picura smirna, și de pe degetele mele picura cea mai aleasă smirna pe mânerul zăvorului. Am deschis iubitului meu; dar iubitul meu plecase, se făcuse nevăzut. Înebuneam când îmi vorbea. L-am căutat, dar nu l-am găsit; l-am strigat, dar nu mi-a răspuns. Păzitorii cari dau ocol cetății m-au întâlnit; m-au bătut, m-au rănit; mi-au luat mahrama străjerii de pe ziduri. Vă rog fierbinte, fiice ale Ierusalimului, dacă găsiți pe iubitul meu, ce-i veți spune?... Că sunt bolnavă de dragoste!...”

W. Shakespeare, Demiurgul care a recreat din cuvinte întregul univers și care ne transpune la lectură într-un spectacol plin de poezie și fantezie din apusa epocă elisabetană, vorbește despre dragoste în celebrele sale sonete, aici CXLII, în traducerea lui Gheorghe Tomozei.

*„Iubind, păcătuiesc; urând, ești sfântă
alungi nelegiuirea îndrăgirii
dar măsurându-ne găsesc că-i blândă
și-i dulce vina mea, un fruct al firii.
Nu gura ta eu o ascult, copilă
cu buze stacojii ce mint și cheamă,
buze ce jurămintele sigilă
și-al paturilor bun îl pun sub vamă.
Ca să îmi fie legiuit amorul
sădește-mi chipu-n ochii tăi în care
sunt alții-acum gata să-și stingă dorul
și-am să te-alint cu vițe urcătoare.“*

*De vei cerși cândva ce azi alungi
pe tine doar te vei nega și-atunci...*

Într-un registru diferit, acela al artei simboliste a lui **Charles Baudelaire**, în tălmăcirea lui Al. Philippide, sentimentul iubirii apare fascinant în lumea modernă:

*„Stăpână pe amintire, iubită-ntre iubite!
 Tu, grija mea și unic tezaur de plăceri!
 Mai știi tu dezmierdarea iubirii fericite,
 Căminul blând și vraja văraticelor seri,
 În serile când lampa ne lumina plăpând
 Sau pe balcon în roză amurguri visătoare,
 Ce dulce-ți era sânul și sufletul ce blând!
 Ne-am spus adesea lucruri în veci nepieritoare.
 Cât de frumos e apusul în serile senine!
 Ce adâncime-n spațiu și-n suflet ce delir!
 Crăiasă-ntre iubite, când m-aplecăm spre tine,
 A sângelui mireasmă visam că ți-o respir (...)*“

Nichita Stănescu, mag desăvârșit al cuvântului și cântăreț magic al iubirii, scrie despre amor cu înverșunare, cu disperarea celui ce se agață de apa vieții pentru a se lecuși:

*„Leoaică tânără, iubirea mi-a sărit în față.
 Mă pândise-n încordare mai demult.
 Colții albi mi i-a înfipt în față,
 m-a mușcat leoaica, azi, de față.”*

*„Mâinile mele sunt îndrăgostite, vai, gura mea iubește,
 și iată, m-am trezit că lucrurile sunt atât de aproape de mine,
 încât abia pot merge printre ele fără să mă rănesc.
 E un sentiment dulce acesta, de trezire, de visare,
 Și iată-mă, fără să dorm, aievea văd zei de fildeș,
 Îi iau în mână și îi înșurubez răsând, în lună (...)*“

În lumea noastră, tot mai săracă în poeți și filosofi, nu vor fi foarte puțini cei care se vor gândi că dragostea ar putea fi tratată și ca o criză, ba chiar ca o boală.

Un distins endocrinolog privește recent, într-un tratat, criza de dragoste ca pe un tablou clinic, starea de îndrăgostit fiind tratată ca o suferință dintre cele mai grave. Astfel, printre simptomele psihice negative s-ar număra alterarea capacității de înțelegere, perturbarea

voinței, absorbția completă în prezent („dispariția viitorului“), părănirea, logica defectuoasă, imprudența, abandonarea altor interese sau a pasiunii, sugestibilitatea redusă față de persoana iubită, scăderea sau abolirea respectului față de sine, minciuna sistematică, renunțarea la bunuri, sănătate, onoruri.

La această paletă atât de variată, în cazuri extreme, atunci când iubirea este neîmpărțită sau interzisă, pot apărea manifestări de o gravitate deosebită, ca sinuciderea sau omuciderea. Dintre manifestările corporale se pot înregistra semne și simptome ca scăderea poftei de mâncare, dureri de stomac și hiperaciditate, palpitații, tahicardie, hipotensiune arterială, oftat frecvent, respirație accelerată, amenoree sau metroragie, hiperfoliculinemie, sindrom premenstrual, tremur al degetelor și pleoapelor, lipotimii, distonie neurovegetativă, insomnii.

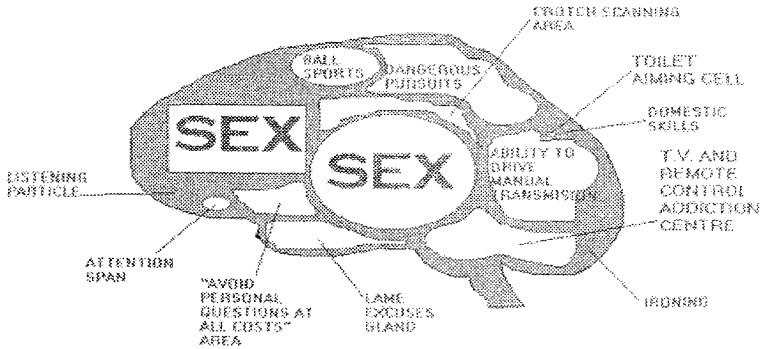
Desigur că fiecare îndrăgostit sau îndrăgostită își trăiește „boala“ conform personalității sale și absenței sau prezenței unor obstacole în calea acestei iubiri. Printre aceste obstacole se menționează opoziția părinților sau a familiei, diferența accentuată de vârstă, apartenențele la grupuri sociale diferite, statutul marital al persoanei vizate. În cazul în care persoana este căsătorită, criza de dragoste va apărea mult mai frecvent. La fel de frecvent, respingerea dragostei va declanșa tabloul clinic descris.

Totuși există o serie de semne pozitive care contrabalansează modificările pe care le-am menționat mai sus. Printre acestea: depășirea egoismului, creșterea sensibilității intelectuale și afective, dinamizarea întregii ființe, emulația, accentuarea empatiei și a generozității. Alături de toate acestea, dragostea poate fi un imbold spre creația literară și științifică, spre fapte mărețe și spre autodepășirea multor limite. Entuziasmul și optimismul, creșterea curajului fac din persoana îndrăgostită un individ greu de recunoscut în așa-zisa viață normală.

Semne pe care toată lumea le cunoaște sau le recunoaște în propria iubire ar mai fi: sentimentul de neliniște și de nesiguranță, care poate să apară și în momentele de vârf ale iubirii erotice, generate de teama că dragostea se va sfârși curând, sentimentul că în iubire există ceva dureros și sfâșietor care ar duce spre epuizare și moarte. Senzația familiarității dă impresia că lucrurile s-au mai petrecut cândva și că îndrăgostiții se cunosc de foarte mult timp.

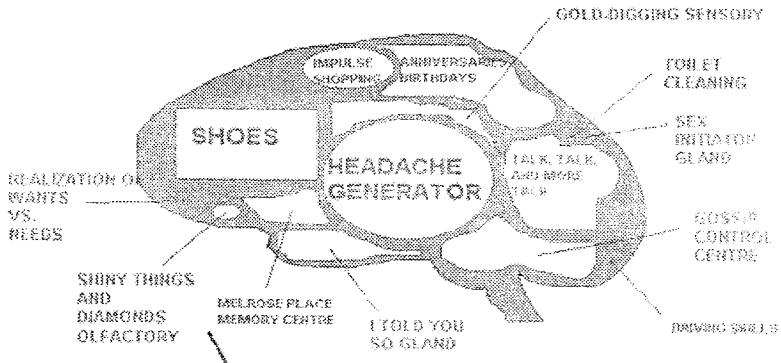
Criza de dragoste a făcut, face și va face să curgă tone de lacrimi, cerneală și, mai nou, de peliculă de film. Romane, piese de teatru, filme și jurnale celebre descriu cu lux de amănunte această patologie, care, din fericire poate, a scăpat până acum tratamentului medical. Vindecarea este de regulă după principiul homeopatic *simila-similaribus* sau, mai pe românește, cui pe cui se scoate. Dar cine vrea să se vindece de iubire? Sau dragostea este cu totul altceva, așa cum ni se va spune la „litera“ următoare?...

The Male Brain



FOOTNOTE: the "Listening to children cry in the middle of the night" gland is not shown due to it's small and underdeveloped nature. Best viewed under a microscope.

The Female Brain



FOOTNOTE: The "Put On into the Car" and "Be Quite During the Game" glands are active only when the "SHINY THINGS AND DIAMONDS" Olfactory has been satisfied or when there is a shoe sale.

EVOLUTIONISMUL

„Uneori omul este în situația lui Cortes, de a arde toate corăbiile care l-ar putea aduce înapoi, ca să poată merge înainte.“

Octavian Paler

De-a lungul istoriei, artiști, textieri de muzică din cele mai diverse genuri, poeți și romancieri s-au lamentat și au sărbătorit acele diferențe încântătoare, dar și frustrante dintre bărbați și femei care ne determină să ne îndrăgostim și să ne alcătuim în perechi.

Pentru unii, misterul atracției față de partenerul de sex opus a fost considerat mult timp a fi un *puzzle* de nedescifrat de către simplii muritori. Dar, deși întrebările sunt vechi de când lumea, continuă să fie puse. Cum se face că uneori picăm în acea stare irațională pe care o știm ca „iubire“? De ce preferă femeile bărbații mai în vârstă, influenți, de succes, dominatori? De ce, în ciuda modei siluetei fluctuante, bărbații sunt atrași de curbele feminine, asemănătoare contururilor unei sticle, iar femeile preferă fizicul bărbătesc în formă de T, cu umeri lați? De ce, în aproape toate culturile, de-a lungul istoriei, există similarități în procesul de selecție a partenerului? Este o coincidență pură sau există motive logice pentru care oamenii caută permanent anumite caracteristici ale sexului opus, în special pe cele ce țin de atracție, de ispită?

Conform psihologilor evoluționiști, multe dintre calitățile tradiționale și universale pe care le încadrăm sub titulatura de *sex-appeal* sunt împământenite nu numai prin asimilarea tradițiilor socio-culturale ci ele se află în structura noastră fiziologică primară: pomirile înnăscute, inconștiente, de a face alegerea corectă pentru supraviețuirea speciei. Dacă este așa, este posibil ca acele trăsături care ne împing să avem întâlniri amoroase, să reflecte potențialul reproductiv și părintesc? Dacă este așa, cum putem face diferența între cele înnăscute și cele dobândite prin cultură?

Deși starea de îndrăgostit îi poate părea celui ce iubește un eveniment magic, fără precedent, este de fapt un mijloc universal, practic, ce duce la o finalitate: este ceea ce motivează *animalele umane* să se împerecheze, să producă și să crească urmași. Înseamnă oare asta că ființele umane sunt programate genetic, în uter, să devină ulterior ado-

lescenți îndrăgostiți lulea, lunatici și cu privirea pierdută? Sunt fluctuațiile emoționale și ritualurile de curtare comportamente înnăscute?

Pentru cineva care observă sau trăiește aceste evenimente epuizante și emoțional haotice poate părea de neînțeles că acestea ar putea avea vreo implicație pozitivă, practică, cu scopul perpetuării vieții. N-ar fi mai ușor și mai simplu ca oamenii să își găsească un partener și „să treacă la treabă”? Se pare că acest ritual uman elaborat al îndrăgostirii și al selectării unui partener este circumscris nu numai de tiparele sociale ci și de creierul nostru.

Cercetătorii de la Institutul Kinsey, SUA, au emis părerea că deși unele elemente ale atracției sexuale sunt învățate din mediul înconjurător, altele sunt „construite” în creierul nostru. Studiile au certificat faptul că femeile și bărbații au creiere diferite, în structură, în alcătuire chimică și în operare. Deși înțelegerea mecanismelor interioare ale sistemului nervos central este o frontieră relativ nouă, este evident că decodarea creierului este cheia explicării faptului că atracția sexuală este trăită diferit de femei și bărbați. Puzzle-ul întrebărilor „cum și de ce s-au dezvoltat aceste diferențe” pare să se clarifice. Oricât de neromantic și de pragmatic ar părea, programarea naturală a creierului de a selecta și de a răspunde la stimuli are un sens reproductiv bun.

Deși organele reproductive beneficiază de un rol important (sau de vină) în problematica atracției sexuale, mulți oameni de știință cred că atracția sexuală începe în minuscula structură situată în partea primitivă, cea mai veche a creierului uman, numită *hipotalamus*. Acest „ghem” micuț de structuri nervoase intră în funcțiune atunci când un individ îl percepe pe altul ca fiind atractiv sexual. Hipotalamusul înștiințează imediat glanda hipofiză care începe să lanseze fluxuri de hormoni către glandele sexuale. Acestea reacționează prompt prin producerea de estrogeni, de progesteron și de testosteron. În câteva secunde, ritmul inimii se accentuează, mușchii se tensionează; amorezii încep să se simtă amețiți, zăpăciți și experimentând furtivele tipice excitației sexuale. Această reacție chimică poate induce stări sufletești ce oscilează între omnipotență, optimism sau anxietate, rigiditate, incapacitate de concentrare. Un hipotalamus ce funcționează anormal poate avea efecte bizare asupra vieții romantice a unei persoane, explicându-se astfel alegerile iraționale, obsesiile, idealizările și anxi-

etatea legată de despărțire. Nivelul pasiunii romantice creează iluzia de stare de bine, posesivitate și fantezii de tipul „fericiți până la adânci bătrâneți” în *psyche-ul* îndrăgostitului. Partea negativă a pasiunii o reprezintă gelozia și furia oarbă. (*Donahue, 1985*).

Frumusețea contează?... Oricât ar fi de înțeles sau de neînțeles pentru unii, de drept sau de nedrept pentru alții, de logic sau de illogic, se știe că frumusețea are avantajele sale, nu numai pe „piața relațiilor sentimentale” ci și în alte interacțiuni sociale. Unii obiectează sau chiar neagă existența unei asemenea superficialități într-o societate aparent evoluată. Totuși, numeroase studii au demonstrat că oamenii frumoși sunt avantajați atunci când concurează pentru slujbe, calificate, prieteni sau parteneri; acest fapt ne face să blamăm și să ne fie rușine de cultura noastră în care obsesia evidentă pentru atractivitatea fizică funcționează. Obsesia pentru frumusețe fizică a existat în toate culturile, de-a lungul istoriei, exemplul culturii elenistice fiind zdrobitor. Se pare că oamenii, mai mult decât alte animale, fac o evaluare automată, mai rapidă, a celor pe care îi întâlnesc, judecând dacă ar vrea ca acea persoană să contribuie sau nu la genele vlăstarelor lor.

Se credea că standardele atractivității fizice au variat foarte mult de-a lungul istoriei și de la o cultură la alta. Surprinzător, neurobiologii afirmă că studiile au relevat faptul că atractivitatea este o chestiune universală. Indivizi din toate timpurile și clasele sociale, de toate vârstele, culturile și rasele împart un simț comun al atractivității sau al lipsei de atractivitate. Asta nu înseamnă că nu există și excepții de la regulă: niște buze subțiri sau niște inele de grăsime în plus au fost uneori considerate elemente de *sex-appeal*. Totuși, când unor femei sau bărbați li s-a cerut să evalueze un grup de persoane aparținând altor culturi, din punctul de vedere al atractivității, răspunsurile lor au fost influențate doar de mediul din care aceștia provin.

Unii pot argumenta că mijloacele de comunicare în masă i-au învățat pe oamenii din toată lumea să gândească la fel. Însă oamenii de știință au studiat un grup care nu avea experiență în trendurile frumuseții: copiii mici. Copiii între 3 și 6 luni au privit mult mai mult la fotografiile cu persoane considerate atractive de către adulți decât la fotografiile cu figuri neatrăgătoare, indiferent de rasă, sex sau vârstă. Recent, oamenii de știință au dus ocazută cercetare mai departe, încerc-

când să definească acele trăsături fizice care declanșează atracția sexuală.

Care și ce sunt acele reguli inconștiente pe care le urmăm atunci când analizăm o altă persoană? Nu suntem surprinși că și noi, laolaltă cu alte animale, părem programați de natură să căutăm semne ale sănătății, ale curățeniei și competenței. La fel ca alte ființe din regnul animal, și oamenii sunt în favoarea trăsăturilor simetrice și comune (cu anumite excepții). Analizând celebrele fețe ale lui Lyle Lovett și Denzel Washington, putem explica prin simetrie faptul că Washington este considerat a fi facial mai atrăgător. De asemenea, studenții și studentele dintr-un studiu, considerați a fi simetrici facial și corporal, au avut în trecut un număr mai mare de relații. Oamenii de știință explică această surprinzătoare atracție către obișnuit ca fiind simțul înnăscut că e mai puțin probabil ca trăsăturile comune să reprezinte periculoase mutații genetice ce ar putea fi trecute generațiilor viitoare. Alți cercetători, în acord cu teoria evoluționistă, spun că multe dintre aceste trăsături sexuale stereotipice reflectă semne ale potențialului reproductiv. Maxilarul îngust preferat la femei și maxilarul și bărbia late la bărbați scot la iveală efectele hormonului feminin (estrogen) și respectiv ale hormonului masculin (androgen). Un antropolog dintr-o universitate californiană spune că acest fapt are sens din moment ce o proporție mare din valorile tradiționale pe care femeile le apreciază la partenerii pe care îi doresc sunt evaluate vizual. Cel mai clar indiciu de fertilitate la femei este conturul curbilor creat de contrastul dintre talie și șolduri. Grăsimea purtată pe șolduri și coapse reprezintă calorii stocate, necesare pentru ca femeia matură să poată suporta o sarcină. Interesant este că bărbații cărora le-au fost prezentate siluete feminine de diferite înălțimi și greutate și li s-a cerut să le aleagă pe cele mai atrăgătoare, au selectat consecvent siluete de tip sticlă. De asemenea, este interesant că oamenii de știință au descoperit că există o puternică legătură între capacitatea reproductivă a femeilor și contrastul puternic dintre talie și șolduri. Trăsăturile faciale feminine preferate (ochi mari, nas mic, maxilar îngust) sunt argumente ale potențialului reproductiv tânăr și virgin. Similar, femeile preferă silueta masculină musculară, în formă de T, comportamentul impulsionat și vocea profundă; acestea sunt indicii vizuale ale nivelului ridicat de testosteron (Covley, 1996)

Știința a scos la iveală noi informații referitoare la efectele fiziologice și psihologice ale testosteronului și ale „rudelor“ sale moleculare: steroizii anabolici. Astfel, cu cât crește nivelul hormonal la bărbați, cu atât crește agresivitatea, inhibițiile și dorința de hrană scad, iar greutatea corporală se redistribuie în partea superioară a corpului. În opoziție, estrogenul feminin contribuie la mărirea sânilor, la lubrifierea vaginală, la catifelarea pielii și la redistribuirea greutateii în partea inferioară a corpului, creându-se astfel șoldurile rotunde. Luând în considerare originile lor, este natural ca aceste trăsături create de hormoni să fie indicii sexuale. Dacă hormonii pot produce aceste efecte atunci când sunt administrați la adulți, atunci nu ar trebui să ne surprindă că efectele naturale ale hormonilor din timpul perioadei prenatale pot influența trăsături precum obișnuințele alimentare, agresivitatea, teritorialitatea, sensibilitatea, gentilețea și preferințele sexuale.

Proverbialul război dintre sexe își poate avea originile și în genele noastre. Valorile, preferințele și comportamentele sexuale contrastante ale femeilor și bărbaților se pare că își au rădăcinile în diferențele naturale biologice din funcțiile reproductive ale acestora. Din moment ce selecția naturală asigură supraviețuirea organismelor ale căror gene se perpetuează la generațiile viitoare, bărbații care vor fertiliza mai multe femei vor câștiga.

Teoria evoluționistă afirmă că, existând destulă spermă, este normal ca bărbații să fie mai generoși ca oricând în a o împărți la cât mai multe partenere posibile, asigurându-și astfel propria supraviețuire genetică. Agresiunea și competiția cu alți bărbați pentru captarea atenției femeii și inițierea activității sexuale este de asemenea o parte a strategiei sexuale masculine. Ca dovadă, studiile au relevat faptul că bărbații sunt mult mai înclinați să interpreteze prietenia unei femei ca având un interes sexual. Din alte studii a reieșit că bărbații, când sunt abordați de o străină atractivă cu o ofertă de sex, sunt mult mai dispuși decât femeile să accepte pe loc (*Bus, 1994*).

În opoziție, strategia reproductivă a femeii o face pe aceasta mult mai selectivă în alegerea partenerului. Din moment ce femeia produce de obicei un singur ovul pe lună și deoarece fertilizarea aceluși ovul necesită ani de dăruire și de grijă pentru a asigura hrana și protecția copilului rezultat, aceasta își alege atent partenerul. Ea caută indicii

ale forței și capabilității de a fi protejată și de a-i fi asigurat necesarul traiului, atât ei cât și copiii ei. Creierul femeii produce oxitocină de-a lungul perioadei de „atașare romantică“, ceea ce crează nevoia imperioasă de a se simți aproape și conectată cu partenerul. Secretarea acestui hormon în timpul unui contact sexual poate fi responsabilă pentru dorința femeii de a se cuibări și de a fi strânsă în brațe după actul sexual, reflectându-se astfel nevoia ei programată pentru protecție și grijă în cazul în care ar rezulta un copil.

Ca untdelemnul și apa? Psihologia evoluționistă nu s-a concentrat numai pe a demonstra cum selecția naturală ne împinge către alianțe sexuale ci și aceeași selecție ne determină să părăsim alinața. Se sugerează că dragostea și căsnicia sunt periclitate de strategiile sexuale conflictuale ale celor două sexe: impulsul bărbatului de a-și răspândi sămânța cât mai vast față de dorința femeii de a găsi un partener cu cele mai bune gene și resurse pe care să le investească în urmașii ei. *Robert Wright (1994)* spune că strategiile reproductive ale ambelor sexe îi pot conduce pe aceștia la infidelitate. Bărbații ce înșeală participă de obicei la distracții întâmplătoare ce implică prostituatute și sex cu numeroase partenere al căror nume va rămâne un etern mister. În contrast, femeile sunt mult mai înclinate să înșele atunci când partenerul nu corespunde, ori din punct de vedere al calităților genetice ori al resurselor dorite.

Interesant este că și bărbații și femeile sunt preocupați de diferite aspecte ale fidelității. Bărbaților le crește tensiunea când își imaginează infidelitatea sexuală pe când femeile sunt tulburate mai mult de infidelitatea emoțională. Dorința veche și inconștientă a bărbatului de a-și proteja statutul marital se manifestă prin siguranța de a ști dacă odraslele rezultate îi aparțin. Femeile percep implicarea emoțională a bărbatului față de o altă femeie ca fiind o pierdere a resurselor și a protecției.

Preocuparea primitivă a femeii de a-și găsi protecție și resurse adecvate pentru ea și copiii ei se regăsește surprinzător și în zilele noastre, chiar în rândul femeilor independente, perfect capabile să se întrețină singure. Etologii sunt de părere că această practică (întâlnită la pești și la unele mamifere) pune sub semnul întrebării opinia comună că oamenii își bazează selecția partenerilor pe principii

raționale sau etice. Femeile preferă bărbații bogați, iar criteriul bărbaților de alegere a partenerii este atractivitatea fizică. Un studiu inter-cultural asupra procesului de selecție a partenerului arată că la 10.000 de indivizi, din 37 de culturi diferite, de pe 6 continente, rezultatele sunt izbitor de asemănătoare cu cele înregistrate de studenții de la colegiul american anterior citat. În toate culturile studiate, femeile au situat bărbații cu potențial de câștig mare pe treptele superioare ale scalei de alegere. Bărbații din cele 37 de culturi au avut ca prim criteriu de selecție atractivitatea fizică. Femeile au preferat bărbații mai în vârstă decât ele, iar bărbații au dorit parteneri mai tineri. Deși posibilitatea nu poate fi exclusă, e puțin probabil ca aceste asemănări pe scară globală să fie rezultatul unor tipare învățate. E ca și cum aceste preferințe naturale s-au dezvoltat pentru a le oferi strămoșilor noștri din peșteri avantajul reproducerii.

Preferințe și... preferințe Dacă selecția naturală ne afectează într-adevăr dorințele sexuale și preferințele pentru parteneri, ne influențează atunci și ceea ce considerăm a fi neinteresant sau respingător sexual. Antropologii și geneticienii sunt de părere că, deși majoritatea culturilor au reguli soaciale sau legale stricte împotriva legăturilor sexuale incestuoase, evitarea sexului cu persoane înrudite prin sânge pare să fie un tabu înăscut. Această aversiune naturală s-a dezvoltat cel mai probabil din avantajele genetice rezultate din selectarea unui partener ale cărui contribuții cromozomiale completează și neutralizează și nu alcătuiesc o anomalie genetică. Similar, nici o cultură umană sau animală nu percepe ca fiind erotice sau avantajoase semnele unei sănătăți șubrede. Poate că strămoșii noștri care și-au ales parteneri bolnavi n-au reușit să supraviețuiască sau să se reproducă, în timp ce aceia care au evitat partenerii cu defecte precum dinți cariiați sau lipsă, cu păr rar și anost, leziuni pe piele, tonus muscular scăzut sau tuse cronică au supraviețuit și au dat naștere la copii sănătoși.

Dacă acestea sunt adevărate, ne întrebăm cum rezistă oare căsniciile la boală, la ocidente care handicează sau desfigurează sau la efectele inevitabile ale îmbătrânirii sau familiarizării excesive.

Este adevărat că unele persoane sunt dependente de atracție, trecând de la o fixație romantică la alta, stăruind într-o relație atât timp cât dă naștere emoției chimicilor în spirit. fiind nasitarul îndrăgului. Mai recent,

oamenii de știință cred că dezvoltarea noastră evoluționistă s-a constituit nu numai din trăsături care aprind flacăra, dar și din trăsături care o mențin arzând ușor și constant. Frenesia îndrăgostirii este, din fericire, de scurtă durată. Pe cât de amețitor și excitant, caruselul iubirii poate fi însă și epuizant sau stresant. Pe măsură ce înflăcărea se evaporă, în creierul uman se produce o nouă reacție chimică ce înlocuiește senzația de reverie produsă de amfetamină cu senzația oferită de morfină, care creează o stare de adicție, de confort și siguranță, atât timp cât îndrăgostiții își trăiesc experiențele în comun. Chiar dacă relația are defectele sale, endorfina produsă de căldură, încredere, stabilitate, prietenie și afecțiune îi ține pe parteneri într-o strânsă legătură. Cu cât un cuplu are o vechime mai mare, cu atât șansele de a rămâne împreună cresc. Natura a înzestrat legătura de cuplu cu un liant puternic care se întărește pe măsură ce timpul trece. Dar cine nu știe că obișnuința este a doua natură a omului?

Este biologia destinul? Din fericire, oamenii nu sunt destinați să-și urmeze întotdeauna chemările evoluționiste de a se împerechea. Datorită abilităților umane cognitive avansate, putem evita să ne urmăm orbește nevoile fiziologice și emoționale prin anticiparea pe termen lung a rezultatelor comportamentului nostru.

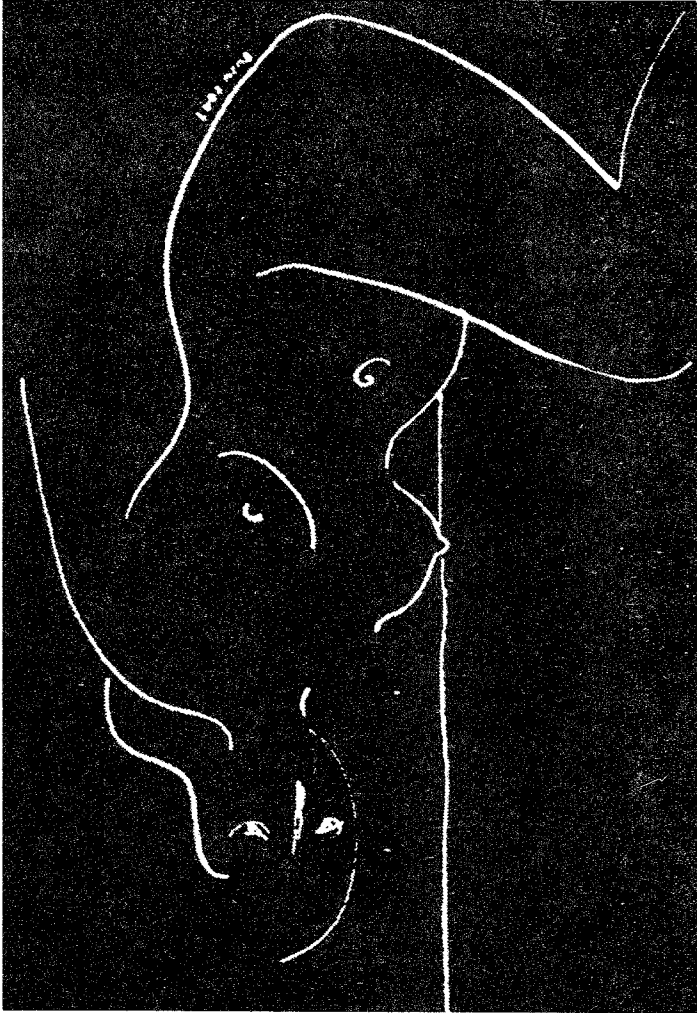
Totuși, în ciuda mândriei umane de a fi o ființă rațională logică și etică în iubire, comportamentele oamenilor imită surprinzător și dezamăgitor modalitățile de împerechere ale altor creaturi din regnul animal. Capacitățile omenești cognitive superioare pot fi o binecuvântare duală, permițându-ne să ne amăgim cu raționalizarea unor acte și alegeri iraționale. Mesajele de atracție din partea primitivă a creierului ne împing să căutăm trăsături superficiale și uneori parteneri nepotriviți. Se afirmă chiar că diferențele între sexe și selecția partenerilor care asigurau în trecut supraviețuirea strămoșilor noștri nu mai sunt folosite astăzi. Fiind conștienți de aceste predispoziții biologice, avem puterea de a face alegeri mai raționale în iubire. Trebuie să recunoaștem că impulsul sexual, precum focul, nu este nici ceva bun, nici ceva rău, ci un fapt puternic al vieții, cu potențial de a furniza căldură și strălucire sau durere și distrugere. Unii sunt de părere că evoluția ne-a dat numai o schiță pentru construirea unei relații cu un partener. Cum structurăm actualmente o relație de la bun început depinde de

mai multe lucruri: de calitatea materialelor disponibile, de codurile și regulile societății, de experiențele și deprinderile învățate din mediul nostru.

Recunoscând și înțelegând rolul selecției naturale în procesul misterios și minunat al atracției sexuale credem că ne poate ajuta să ne menținem o mai mare obiectivitate și o perspectivă și să învățăm să cădem în picioare data viitoare când ne vom îndrăgosti. Este totuși doar o ipoteză.

FEMEA ȘI SEXUL

Teodor Buzu, Misterioasă



„A intra ca un vis în sufletul unei fete este o artă,
a ieși este o capodoperă.“

Soren Kierkegaard

Polaritatea masculin-feminin a reprezentat pentru mulți filozofi „un fapt fundamental al naturii umane“ (*Evola, 1958*). Prezența a două principii, masculin și feminin, care stau la baza existenței universului și creează împreună unitatea supremă se regăsește în numeroase curente filozofice, atât occidentale cât și orientale. Astfel, pentru *Aristotel*, masculinul reprezintă forma, iar femininul materia. Forma este principiul activ care determină și creează mișcarea și devenirea, iar materia principiul pasiv, substanța, posibilitatea pură și nedeterminată care poate asimila orice formă. În același sens, *Plotin* vorbește de ființa eternă și de potența eternă. Materia sau potența cosmică reprezintă principiul feminin, „viața ființei eterne“, devenirea.

Aceeași diadă masculin-feminin este reprezentată de principiile Yang și Yin. Yin printr-o linie întreruptă, ceea ce trimite la simbolica pitagoreiciană a numerelor în care masculinul este asociat cu unul și cu numerele impare, iar femininul cu doi și cu numerele pare. Yin este întunericul, luna, apa, valea, forța vitală, noaptea.

Femeia era în mod special mama hrănitore, căreia îi era asociată culoarea roșu, simbolul capacității creatoare, al puterii sexuale și al nunții. În acest sistem filozofic, modelul relațiilor sexuale umane era cel al uniunii dintre cer și pământ, care se împerecheau în timpul ploilor torențiale. Femininul (deci obscurul) este negru, profund, deschis; masculinul este luminos, înalt, celest, pătrunzător. Cu toate deosebiri-le lor, Yin și Yang nu se opun ci sunt complementare, deoarece Yin conține întotdeauna și Yang, iar Yang are părțile de Yin. Întrepătrunderea continuă a cerului cu pământul dă forma tuturor lucrurilor, așa cum unirea sexuală a bărbatului cu femeia dă viață acestor lucruri, spuneau discipolii lui Confucius. Conform principiilor daoiste, condiția omului obișnuit ar fi cea a unei ființe în care centrul nu mai e apărat și principiul feminin Yin (sufletul inferior) ar înrobi principiul masculin Yang (sufletul superior) și l-ar sili să-i slujească, orientându-l spre exterior. De asemenea, e interesant că în toate reprezentările

echilibrului perfect dintre masculin și feminin, femeia ocupă poziția superioară, iar în cărțile medicale simbolul focului este dedicat bărbatului, care se aprinde rapid, iar apa, simbolul feminin, stinge focul, încălzindu-se, dar și răcindu-se mai lent, așa cum se și întâmplă de fapt, în realitatea cuplului sexual (*Tudose, 2001*).

În filozofia indiană (sistemul filozofic Sâmkhya) găsim aceeași simbolistică a polarității masculin-feminin sub forma dualității *puruṣa* – *prakṣṭī*. *Puruṣa* este principiul masculin, bărbatul primordial ale cărui caracteristici sunt detașarea, spiritul olimpic, lumina pură, impasibilitatea, iar *prakṣṭī* este principiul feminin, natura, substanța sau energia primordială a tuturor mișcărilor și devenirilor. Printr-o acțiune reflectată, rezultând în mod paradoxal din nonacțiune, *puruṣa* o fecundează pe *prakṣṭī*, rupând echilibrul potențelor și declanșând crearea lumii (*Evola, 1958*). În filozofia tantrică, lui *puruṣa* îi corespunde *Āiva* însuși, iar lui *prakṣṭī* îi corespunde *Āakti*, „soția și potența lui“, din unirea lui *Āiva* și a lui *Āakti* creându-se lumea. Și în acest sistem principiul masculin, *Āiva*, este văzut ca nonactiv, stabil, conștient, spiritual, determinând mișcarea prin trezirea lui *Āakti* ca parte activă, mobilă, inconștientă, naturală, dinamică, fertilă. *Āakti* este asociată cu dorința, cu mișcarea către altceva, exterior, în afara sinelui, în timp ce *Āiva* este asociat cu Unu, identic cu sine și suficient sieși. În tot ce există se asociază un element *Āiva* cu un element *Āakti*, cele două principii neputând exista unul fără celălalt. În psihologia feminină regăsim aceste elemente ca raportare la celălalt, ca „trăire prin celălalt“, fie ca mamă fie ca iubită. Primei variante i-ar corespunde arhetipul demetric (Demeter fiind zeița pământ-mamă primordială în mitologia greacă), celei de a doua arhetipul afroditic (Afrodita este zeița dragostei erotice și a frumuseții). Ambele caută sensul existenței, valoarea și confirmarea de sine în celălalt, în copil pentru mamă, în bărbatul iubit pentru îndrăgostită (*Weininger, 1918*). De aici tendința la dependența în relație, mai mare la sexul feminin, cât și o „angoasă existențială mai mare, teama de singurătate și sentimentul unui vid neliniștitor când nu are și nu posedă un bărbat“ (*Evola, 1958*).

Această polaritate masculin-feminin corespunde, înainte de toate, unei realități biologice. Astfel, înainte de săptămâna a 8-a de viață în-lăturarea gonadelor determină evoluția embrionului respectiv ca

femelă. Echilibrul stabilit între secreția de estrogeni și androgeni, ca urmare a prezenței testiculelor sau ovarelor, vor determina diferențe de gen, inclusiv în ceea ce privește elementele de dezvoltare a sistemului nervos, cum ar fi dezvoltarea sinapselor, dimensiunea nucleilor neuronali, tipurile de ramificare dendritică. Identitatea de gen se referă la felul în care subiectul își percepe imaginea de sine ca masculină sau feminină.

Rolul de gen, masculin sau feminin, se referă la comportamente și atitudini specifice masculine sau feminine. În construirea rolului masculin sau feminin joacă un rol atât factorii genetici-biologici, responsabili după cum am văzut de diferențe în procesarea informațiilor și răspunsul emoțional, cât și factorii socioculturali, băiețelul sau fetița învățând sub influența acestor factori un anumit model de comportament specific masculin sau feminin în societatea respectivă. Astfel, fetele cu hiperplazie adrenală congenitală, expuse deci pre și postnatal la hormoni androgeni de origine suprarenală, preferă jucării de băieți și cu timpul pot dezvolta un model masculin de excitare sexuală, axată pe răspuns la stimuli vizuali și excitare foarte localizată genital. Băieții expuși prenatal la antiandrogeni sunt mai puțin agresivi și mai puțin energici, iar la adolescență sunt mai puțin manifesti heterosexual. Totuși, influența hormonală prenatală pare să fie mai puțin importantă decât influența mediului socio-familial, care acționează asupra genezei rolului masculin/feminin prin mecanisme de învățare socială, modeling sau forțe dinamice intra-psișice (Yates, 2000).

Diferențele de dezvoltare psihosexuală masculină și feminină sunt evidente încă din primii ani de viață.

O perioadă crucială a diferențierii masculin-feminin este perioada oedipiană, corespunzătoare vârstei de 3-5 ani, perioadă în care se desfășoară acel moment culminant al sexualității infantile – complexul Oedip. În descrierea complexului Oedip, **Freud** a plecat de la propria sa analiză, dar și de la observarea la pacienți a unor fantezii de incest cu părintele de sex opus asociate cu sentimente de gelozie și ură față de părintele de același sex. Încă din 1987 **Freud** îi scria lui **Fliess**: „Am găsit în mine, ca de altfel la toată lumea, sentimente de dragoste pentru mama mea și de gelozie față de tatăl meu, sentimente care sunt, cred, comune tuturor copiilor mici“. Prin analogie cu mitul lui Oedip,

care fără să știe și-a ucis tatăl și s-a căsătorit cu mama sa, Freud a introdus denumirea de complexul Oedip. Rezolvarea complexului Oedip de către copil diferă în funcție de apartenența sa la genul feminin sau masculin.

Diferențele dintre băiat și fetiță sunt evidente încă din preistoria complexului Oedip. Pentru fetiță, cât și pentru băiat mama este primul obiect al dragostei, așa că, pentru a-și orienta dorința către tată, fetița trebuie să se detașeze mai întâi de mamă. Calea către complexul Oedip este deci mai lungă și mai complicată la fată decât la băiat, arată **Freud** în 1925 în „Câteva consecințe psihologice ale diferențelor anatomice între sexe“ („Einige psychische Folgen des anatomischen Geschlechtsunterschieds“). Pentru fetiță, complexul Oedip (numit la fete și complexul Electra) începe o dată cu constatarea inferiorității sale față de băiat prin absența penisului, complexul de castrare deschizând deci calea Oedipului feminin, în timp ce la băiat complexul de castrare semnează sfârșitul complexului Oedip. Pentru fetiță constatarea absenței penisului duce la dorința de a avea unul, la detașarea de mamă care nici ea nu posedă un penis și în plus ar fi vinovată de a o fi adus pe lume fără penis. În continuare, dorința de penis își găsește un echivalent simbolic în dorința de a avea un copil, tatăl fiind ales ca obiect al dragostei în acest scop. Astfel fetița se identifică cu mama, vrea să îi ia locul lângă tată și nutrește față de mamă sentimente de gelozie oedipiană. Așa cum teama de castrare este responsabilă de rezolvarea complexului Oedip la băiat, pentru fetiță teama de a pierde dragostea mamei conduce la rezolvarea sentimentelor oedipiene față de tată și deci a complexului Electra. Disparația complexului Oedip nu ar fi atât de clară la fetiță precum este la băiat, **Freud** considerând în 1931 în „Despre sexualitatea feminină“ („Über die weibliche Sexualität“) că efectele complexului Oedip continuă să se manifeste în viața psihică normală a femeii, pentru care „supraeul nu va fi niciodată atât de inexorabil, impersonal și independent de originile sale afective ca ceea ce așteptăm de la un bărbat“. Traversarea complexului Oedip conduce la cucerirea poziției heterosexuale cât și la formarea Supraeului, în care Freud vedea originea moralei, dar și a religiei.

În psihanaliza contemporană dorința de penis este privită doar ca unul din aspectele dezvoltării identității feminine, și nu ca origine a

acesteia. Conștientizarea misterului propriilor organe genitale poate provoca în sine o anxietate, dincolo de anxietatea „lipsei“ rezultată din compararea cu organele genitale masculine.

Într-adevăr, specificul anatomic feminin confruntă femeia cu o problematică a misterului propriilor organe genitale cât și cu o dublă sursă a plăcerii sexuale: una vizibilă și ușor explorabilă-clitorisul, cu a sa trimitere la masculinitate prin analogie cu penisul, cealaltă ascunsă și pur feminină – vaginul și uterul, legate de plăcere, dar și de maternitate. Spre deosebire de bărbat care își percepe masculinitatea „la vedere“ prin simbolul sau, penisul, se poate spune că femeia are nevoie de bărbat, de penetrare și de relația cu partenerul pentru a accede la feminitatea ei profundă.

Sentimentele incestuoase oedipiene sunt reactivate într-o măsură mai mică sau mai mare la pubertate, una din sarcinile adolescenței fiind retragerea impulsurilor libidinale de la figurile paternale și direcționarea lor spre alte obiecte ale dragostei. Cum va marca specificul Oedipului specificul sexualității masculine sau feminine adulte? Pentru femeie, complexul Oedip își poate pune ulterior amprenta în modul de alegere a partenerului, în general existând o căutare a climatului de siguranță și soliditate afectivă a relației cu tatăl. Un complex Oedip nerezolvat poate fi responsabil de alegerea unui partener semnificativ mai vârstnic, ca o reeditare a relației oedipiene, atunci interzise, cu tatăl. Chiar la un partener de aceeași vârstă, femeia poate căuta în mod inconștient trăsături ale tatălui sau, uneori, din contră, trăsături total opuse acestuia, în acest caz într-o încercare de depășire a interzicerii oedipiene prin alegerea unei anti-figurii paterne. Pe de altă parte, dorința de copil care, conform teoriei psihanalitice, vine să înlocuiască dorința de penis, marchează existența feminină și viața sa erotică. Pentru femeie a dori un copil cu omul iubit este o dovadă a iubirii, ea așteptând de la bărbat aceeași dorință de copil ca semn al afecțiunii sale. Și în alegerea partenerului de către femeie își poate spune cuvântul ideea de copil, fiind preferați în mod mai mult sau mai puțin conștient partenerii care pot oferi o soliditate afectivă, dar și materială, necesare creșterii unui potențial copil.

Un punct de vedere interesant asupra polarității masculin-feminin îl aduce teoria asupra structurii personalității a lui *Carl Gustav*

Jung. În viziunea lui *Jung* personalitatea este compusă din trei structuri: *Ego* (conștient), *inconștientul personal* și *inconștientul colectiv*. Inconștientul personal este format din complexe și conține unele informații care nu vor deveni conștiente niciodată și altele care sunt reprimite de către ego. În psihologia lui *Jung* inconștientul completează conștientul, astfel încât inconștientul fiecărui bărbat conține un element corespondent feminin, numit *anima*, iar inconștientul fiecărei femei are un complement masculin, reprezentat de *animus*. O mare parte din conflictele de cuplu își găsesc pentru femeie corespondentul în acest mecanism psihologic de proiecție animusului. Principiul feminin reprezentat de emotivitate, afectivitate, relaționare se regăsește la bărbat împins în inconștient sub forma de anima, așa cum pentru femeie principiul feminin conștient constând în înclinația către afect și comunicare îi corespunde în inconștient un principiu masculin reprezentat de gândire abstractă, raționalizare, sub forma de *animus* (*Mohl și Weiner, 2000*).

Imaginea tatălui este de maximă importanță în formarea imaginii animusului, unele femei rămânând legate și la maturitate de această imagine ideală care își va găsi uneori prea puțin corespondentul într-un partener real. Mai mult, pentru *Jung* animusul ar avea tendința să condenseze imaginile „mai multor tați“, văzuți ca ansamblu de figuri autoritare ce emit judecăți radicale de genul „trebuie“, „așa se face“, etc. O manifestare a animusului din această perspectivă ar fi „gândirea afectivă“ specific feminină, bazată pe argumente care vin să creeze un înveliș logic unui nucleu psihic esențialmente afectiv. În mod analog, emoția masculină s-ar vedea contaminată de aspectul rațional abstract specific masculin. Într-o relație de cuplu, femeia va avea tendința să ofere argumente afective specifice animusului, trăită de bărbat ca irațională și în consecință rejețată, în timp ce bărbatul va avea tendința să pună în joc un anumit tip de emoție, specifică animei, mai puțin spontană și mult prea rațională față de ceea ce așteaptă femeia de la el. Iată că această polaritate masculin –feminin descrisă de *Jung* în conceptul de anima și animus nu își pierde valabilitatea nici în ziua de azi, explicând într-un mod original diferențele de comunicare bărbat – femeie cât și nașterea conflictualității în cuplu. În plus, acceptarea acestor părți ale psihicului reprezentate de anima și animus și integra-

rea lor în complexul ego-ului pot ameliora semnificativ viața relațională a persoanei respective. De exemplu, integrarea în conștient a acelor aspecte ale psihicului considerate ca incompatibile cu masculinitatea, reprezentate de anima, pot aduce acel plus de afectivitate necesar partenerei, punând în repaus aspecte masculine ca preocuparea pentru performanța și anxietatea de performanță generatoare de disfuncții sexuale.

Erosul feminin este marcat de raporturile speciale pe care le are sexul feminin cu temporalitatea. În timp ce bărbatul își păstrează capacitatea reproductivă aproximativ constantă de-a lungul vieții, spermatogeneza fiind prezentă chiar și la vârste înaintate, femeia întreține o relație mai complexă cu timpul, confruntându-se cu trei aspecte ale temporalității. Pe de o parte este vorba despre un timp ciclic care ritmează existența feminină în funcție de ciclicitatea menstruală, cu influențe atât pe capacitatea de reproducere (legată de momentul ovulației) cât și pe psihicul feminin. Dispoziția feminină cunoaște variații normale de-a lungul ciclului, putând merge uneori până la invalidare patologică în cazul tulburării disforice premenstruale. Există modificări psihologice subtile de-a lungul ciclului, cum ar fi preferința pentru anumite caracteristici ale figurilor masculine, impregnarea testosteronică marcată, fiind pentru femeie un semnal ancestral de partener cu un bun potențial reproductiv, dezirabil în faza preovulatorie pentru concepție.

Un alt marker temporal important în existența feminină este sarcina, cu al său timp liniar, care crește o dată cu noua viață care se zămislește în interior pentru a se încheia cu nașterea, ca sfârșit și totodată ca nou început. Pentru femeie va exista întotdeauna un „înainte și după naștere, înainte și după a avea copilul“, ca dimensiune temporală trăită cu propriul corp, deci extrem de intensă, în timp ce pentru bărbatul devenit tată realizarea acestei schimbări va fi mai dificilă tocmai datorită caracterului exterior, neintegrat în temporalitatea lui liniară prin definiție. Cea de-a treia dimensiune temporală feminină este punctul terminus spre care curge viața reproductivă feminină, menopauza, dincolo de care capacitatea de a avea copii, văzută de multe femei ca esență a feminității, se pierde. Rezultă adesea un grad de destabilizare a existenței feminine, un punct de plecare posibil pentru probleme

sexuale și relaționale, pentru diferite boli somatice sau pentru depresie. Prin aceste raporturi ale sale cu temporalitatea, femeia se află mult mai mult decât bărbatul sub o presiune a timpului, a ceasului său biologic, în care dorința de copil ascultă adesea de un imperativ al momentului, uneori dincolo de dorința de a avea un copil cu un anumit bărbat și nu cu altul.

Diferențele de eros feminin–masculin sunt marcate de la început de diferențele în dobândirea identității sexuale la băiat și la fetiță. La fetiță, sexul propriu este fie trăit ca o lipsă (absența penisului) fie ca ceva interior, deci greu de reprezentat și vag. Sexualitatea feminină va fi în consecință mai interiorizată și mai puțin pulsională, mai puțin centrată pe genital decât cea masculină, privilegiind în schimb aparența fizică și caracterul feminin (*Dupin și Hédon, 1999*). Apariția dorinței sexuale se realizează în mod diferit la bărbat față de femeie. Sentimentele vor avea un rol important în erotica feminină, la femei dorința sexuală luând naștere din sentimentul de dragoste și nu invers, în timp ce la bărbat dorința sexuală poate da naștere sentimentelor pentru parteneră.

Sexualitatea masculină este centrată pe căutarea plăcerii, pe căutarea performanței și a confirmării normalității, în timp ce sexualitatea feminină se centrează pe comunicare și căutarea tandreței. Pentru bărbat, actul sexual este un moment separabil de ambianță cotidiană, în general el fiind capabil să separe sexul de contextul emoțional și relațional; femeia, în schimb, are nevoie de o ambianță afectiv-relațională favorabilă pentru a se bucura de relații sexuale armonioase (*Mimoun și Chaby, 2000*). S-a spus chiar că bărbatul nu se angajează total în raportul sexual, aducând în relație doar o mică parte din el (*Alberoni, 1987*).

Alegerea partenerului ascultă de imperative diferite pentru femei și pentru bărbați. Femeia tinde să își aleagă partenerul în funcție de imaginea unui partener ideal, imagine care condensează înțelegere și romantism, căldură și confort, atât afectiv cât și financiar. Ea va căuta în relație, în mod inconștient, ceva din climatul de siguranță afectivă al relației cu tatăl, și în același timp va fi ghidată în alegerea ei de exigențele maternității. Căutând în partener și un tată pentru un potențial copil. În general femeia are nevoie de încredere și siguranță, de stabilitate și continuitate pentru a-și putea exprima dorința. În același

timp imaginea bărbatului ideal înseamnă pentru ea fantezie și romanțism, opuse monotoniei care se poate instala în relația stabilă și de lungă durată pe care tot ea o dorește. Prinsă în această ambivalență de rol pe care o așteaptă de la partener, ea își poate vedea diminuându-se dorința sexuală, trebuind să învețe treptat să iubească bărbatul real, dincolo de imaginea ideală pe care ea a proiectat-o asupra partenerului.

Sensibilitatea erotică feminină este mai puțin centrată pe genital decât cea a bărbatului, femeia având multiple zone erogene, în plus diferite ca sensibilitate de la o femeie la alta. Importanța tactilului și a stimulării din timpul preludiului este de mare importanță în erotica feminină. Cu toate că există femei care ajung relativ repede la orgasm (și aceasta mai ales în cadrul unei relații de cuplu confortabile, bine sudate), în general femeile au nevoie de o perioadă de stimulare suficientă anterior penetrării pentru a putea ajunge la orgasm.

Viața fantasmatică feminină este la rândul ei diferită de cea masculină. În timp ce fantezmele masculine sunt mai simple, realiste, anatomice, cele feminine sunt mai complexe, adesea în formă de scenarii sofisticate. Unele femei au o viață fantasmatică puțin conștientizată, fie că partenerul real este eroul fantasmelor respective, ajungându-se la o suprapunere a fantasmelor pe realitate și la o suprimare a funcției lor, fie că o trăire culpabilizantă a fantasmelor în trecut a dus la suprimarea lor.

Într-o relație erotică, femeia, a cărei viață erotică trece prin comunicare și sentimente, va aștepta să fie ascultată și înțeleasă, să fie valorizată prin cuvinte. Dorința sexuală a bărbatului, fără învelișul de comunicare așteptat, o poate face să se simtă obiect sexual, trimițând-o la sentimentele de inferioritate pe care, psihanalitic vorbind, le-a putut trăi ca fetiță, descoperind lipsa penisului.

Diferențele de comunicare între partenerul masculin și cel feminin duc la distorsionarea informației prin interpretarea ei conform propriului cod de comunicare și de aici la erodarea relației de cuplu, la îndepărtare afectivă, la conflictualitate. În timp ce femeia simte nevoia să ofere în permanență și se așteaptă să fie valorizată pentru aceasta, bărbatul evită să dea la rândul lui de teamă de a fi respins sau criticat pentru ceea ce oferă. Pentru femeie, teama bărbatului de a da va fi interpretată ca lipsă de afecțiune.

O altă diferență apare în domeniul nevoii de intimitate. În timp ce femeia are o nevoie continuă de intimitate și-i solicită bărbatului același lucru, nevoia femeii de comunicare nu este împărtășită de bărbat în aceeași măsură. Explicarea de către parteneră a sentimentelor sale cele mai intime îl poate face pe bărbat să fugă de această intimitate pentru care el nu este pregătit. Presupunerea femeii că un bărbat, la fel ca ea însăși, are nevoie să vorbească cu persoana care contează pentru el, o va face să gândească, în fața tăcerii lui, că nu mai este iubită, nu mai este demnă de încredere sau că partenerul își deschide sufletul în altă parte.

În timp ce femeia ar folosi cu predilecție copingul axat pe afect și comunicare, așteptând în consecință din partea partenerului înțelegeră, ascultare și asigurare, bărbatul folosește copingul centrat pe acțiune și pe rezolvarea problemelor. Din această cauză, când partenera își prezintă problemele el va tinde să ofere soluții la dificultățile ei, în timp ce partenera așteaptă în primul rând emoție și empatie. Pe de altă parte, bărbatul va percepe acele probleme ca pe un semn că partenera nu este fericită și își va simți pusă sub semnul întrebării capacitatea sa masculină de a rezolva această nouă problemă.

Scopul comunicării este la rândul lui diferit. Femeia conversează ca să creeze o relație, să intre cu interlocutorul într-un raport de intimitate și interdependență, să-și împărtășească cu ceilalți afectele pozitive și negative. Subiectele ei preferate sunt mai întâi personale și apoi profesionale. Bărbatul folosește conversația pentru a se face respectat, femeia pentru a se face iubită. Un punct de vedere interesant asupra rolului masculin-feminin și evoluția sa de-a lungul istoriei omenirii îl aduce *Iulius Evola*. După acest gânditor, ființa umană este formată dintr-o parte interioară, profundă, esențială și una exterioară, superficială, legată de viața de relație. Sexul aparține părții profunde a ființei, ca o „calitate masculină sau feminină primordială“ ce „pătrunde și impregnează întreaga ființă“. Pentru *Evola* fiecare din aceste părți se manifestă mai mult sau mai puțin în funcție de individ, dar și de tipul de civilizație. Într-o civilizație „normală“, calitatea de bărbat sau femeie este „esențială în precizarea vocațiilor, formarea eului, a modului de viață“, în timp ce în civilizațiile de tip „degenerativ“ se dezvoltă în special partea exterioară a ființei, corespunzătoare unui individ „social,

intelectual, practic și spiritualizat“, în detrimentul ființei profunde. În asemenea condiții, apartenența la un anumit sex poate fi considerată puțin importantă și neglijabilă, rolul social masculin și feminin se relativizează la fel ca diferențele psihologice bărbat-femeie (*Evola, 1958*). Din această perspectivă, mișcarea feministă contemporană, susținând ideea de „egalitate a sexelor“, ar degrada esența feminității prin aderența la un ideal masculin legat în exclusivitate de inteligența logică, dominație și putere, în detrimentul altor calități autentice feminine cum ar fi afectivitatea, intimitatea și capacitatea de relaționare. Iată ce scria în acest sens psihanalistul *Wilhelm Stekel*, încă din 1927, ca reacție la mișcările feministe de la începutul secolului: „Remarcăm deci pe toată linia o intensificare a tensiunii polare între bărbat și femeie, care la femeie devine revoltă împotriva feminității, după concepția masculină. Femeile își caută libertatea pe un drum greșit. Viitorul lor nu stă în așa-numita „emancipare“, în dezvoltarea către masculinitate. Nu! Tocmai în desăvârșirea femininului stă completa egalitate în drepturi cu bărbatul. Femeia viitorului nu este „femeie-bărbat“, ci femeia „complet femeie“ (*Stekel, 1927*).

Modelul feminin tradițional, reprezentat de femeia cu forme rotunde, înconjurată de copii, purtând aura maternității, are tendința să se relativizeze și devalorizeze în epoca actuală. Asistăm în schimb, mai ales în civilizațiile occidentale, dar din ce în ce mai mult și în alte colțuri ale lumii, la un refuz al asimilării feminității și fecundității. Femeia cu forme rotunde nu mai corespunde idealului estetic al epocii, iar adolescentele în căutarea identității sexuale străbat uneori perioade dificile, în care acceptarea dificilă a feminității propriului corp sub explozia hormonală de la pubertate poate duce la dificultăți complexe, uneori chiar la anorexie mentală (a cărei frecvență crește constant în epoca noastră) (*Dupin și Hédon, 1999*).

O dată cu pătrunderea femeii într-o lume profesională ce valorizează calități masculine ca autoritatea, rigiditatea, neimplicarea sentimentală, femeia se află în situația de a-și relativiza rolul său social, fără îndoială cu implicații și în modul general de evoluție al rolurilor masculine și feminine. Egalitatea sexelor riscă să creeze în relația de cuplu competiție și conflicte de putere, pe care partenerii nu le pot depăși decât găsind acea complementaritate de gen care le permite să-și

dezvolte în relație calitățile specific masculine și feminine ale fiecăruia. Pe de altă parte, aceeași egalitate a sexelor poate aservi femeia unui model masculin al sexualității, centrat pe performanță. În acest model orgasmul devine obligatoriu, o performanță de urmărit printre atâtea altele, pierzându-se tocmai specificul feminin al sexualității reprezentat de afectivitate și intimitate emoțională.

Pe măsura implicării în viața socială și profesională femeia câștigă în autoritate și putere, fiind nevoită în același timp să împartă sarcinile sale de familie cu bărbatul, care astfel devine mai puțin conform rolului său viril tradițional. Această tendință la atenuare a diferențelor de rol social masculin și feminin pot fi responsabile de o scădere a dorinței, confirmată de cererea crescută de consult sexologic pentru tulburări ale dorinței sexuale, atât la bărbați, cât și la femei (*Abraham, 2001*).

Fiecare civilizație permite o manifestare mai mică sau mai mare a caracteristicilor masculine și feminine prezente, în proporție variabilă, la fiecare persoană. Este vorba despre partea feminină existentă în fiecare bărbat (*anima* după Jung, partea *Yin* în filozofia orientală) și partea masculină (*animus*, partea *Yang*) existentă în fiecare femeie. Civilizația patriarhală a dus la o hipertrofiere a polarității masculin-feminin, accentuând masculinitatea la bărbat în detrimentul părții sale feminine (*anima*, partea *Yin*) și feminitatea la femeie în detrimentul părții sale masculine. În epoca prezentă, schimbările socio-economice și mișcarea feministă au dus la o redistribuire a rolurilor masculin-feminin, fără să se ajungă însă la un bun echilibru. Femeia actuală și-a dezvoltat partea masculină, ceea ce i-a permis independență, acces la profesie, carieră și realizare personală, diminuându-și însă uneori partea feminină și adoptând trăsături tipic masculine, cum ar fi raționalitatea, logica cu orice preț, autoritatea, dorința de bani și de putere, agresivitatea. Bărbatul la rândul lui, pierzând exclusivitatea pe aceste valori până atunci prin definiție masculine, a fost împins să-și descopere valori care țin de feminitatea din el – tandrețea, exprimarea emoțiilor, senzualitatea. Uneori însă el poate deveni astfel vulnerabil și fragil, nesigur în masculinitatea sa (*Leleu, 2000*).

Adesea, aceste modificări de rol social pot duce la o deusolare în asumarea rolului masculin sau feminin, ceea ce ar putea explica după unii autori incidența în creștere a homosexualității și mai ales a

bisexualității în epoca noastră (*Abraham, 2000*). Pe de altă parte o serie de disfuncții sexuale și-ar avea originile în dizarmonia creată între polul masculin și cel feminin al fiecăruia. De exemplu, într-o anorgasmie feminină poate fi vorba despre o dezvoltare în exces a unor trăsături masculine de tipul preocupării pentru performanță (căutarea orgasmului ca obligativitate și instalarea anxietății de performanță), teama de pierdere a controlului și lupta pentru putere (evitarea orgasmului ca moment în care ar pierde controlul pe situație și s-ar abandona partenerului). La bărbat, dezvoltarea *animei* ca parte feminină fără o bună integrare cu partea sa masculină poate să aducă în sexualitatea subiectului acei plus de emoție care să diminueze siguranța suficientă de sine clasic masculină, introducând introspecția și în final anxietatea față de propria capacitate de performanță.

Un echilibru al sexualității feminine ar însemna integrarea și dezvoltarea animusului fără o diminuare a părții feminine, adică implicarea în acțiune și exercitarea autorității păstrând în același timp empatia, tandrețea, afectivitatea și senzualitatea. În paralel, bărbatul își va găsi un echilibru folosind calitățile feminine ale *animei* (sensibilitatea, tandrețea, intimitatea, senzualitatea) pentru a diminua acele trăsături masculine nefavorabile (spiritul de dominație și agresivitatea).

În epoca modernă, asistăm la o relativizare a acestor roluri sociale tradiționale. Femeia este preocupată de carieră și realizare personală în aceeași măsură cu bărbatul, care la rândul lui împarte din ce în ce mai mult cu partenera sa treburile casnice și îngrijirea copiilor. Se poate ajunge chiar la inversarea rolurilor socioeconomice, cu femeia angajată și implicată în profesie și bărbatul șomer și responsabil de treburile casnice. Atât rolul masculin cât și cel feminin sunt mai puțin clar conturate față de epoca anterioară, această fragilitate de rol ducând la o căutare de identitate masculină sau feminină ce poate trece inclusiv prin experiența poligamă, cu repercusiuni inerente asupra stabilității sistemului familial. Pe de altă parte, în epoca actuală familiile se întemeiază mult mai mult pe legătura afectivă a cuplului și mai puțin pe relații de proprietate. În acest caz, stabilitatea familiei depinde de calitatea relației de cuplu, mai fragilă în timp decât relația de proprietate. Tot mai numeroase cupluri decid să nu își instituționalizeze legătura prin căsătorie. Pe de altă parte, instabilitatea familiei se re-

flectă în creșterea numărului de divorțuri, și ca o consecință în creșterea numărului de familii monoparentale. Părintele care își crește singur copilul va fi obligat să-și asume, pe lângă rolul său de mamă sau de tată, și pe cel al părintelui de sex opus. Astfel, mama va trebui să exercite autoritatea și interzicerea care altfel ar fi fost atributele tatălui, iar în cazurile mai rare de tată care își crește singur copilul, acesta va trebui să «materneze», să compenseze lipsa mamei prin valori feminine ca afectivitatea și intimitatea. Se ajunge din nou în acest caz la o relativizare a rolurilor tradiționale masculin și feminin, de această dată în postura de părinte.



GELOZIA

„Spune mereu Adevărul, ca să nu fii nevoit să îți minte!“

Petrarca

Practica terapeutică îndelungată, anii de consiliere de cuplu scot la iveală faptul că, în foarte multe cazuri, cel mai mare obstacol în calea creării unei relații de succes, deschise și satisfăcătoare este gelozia. Indiferent de cât de „luminați“ putem crede că suntem, cei mai mulți dintre noi simțim gelozie atunci când soții sau iubiții noștri se implică în relații sexuale cu alte persoane. Există însă și indivizi, foarte rari ce-i drept, care nu experimentează niciodată acest sentiment și despre care credem ori că sunt mult mai evoluți decât restul muritorilor ori că au o tendință patologică de a pierde contactul cu propriile sentimente. Trebuie să fim conștienți că „monstrul cu ochii verzi“ își va face apariția la un moment dat și că tot ce putem face este să învățăm să ne asumăm acest sentiment și să-i minimizăm daunele pe cât cu putință.

Gelozia – între normal și patologic

Pe nesimțite, sentimentele puternice și intens exprimate se transformă în ucigătoare tiranie care va îngloba în obiectul atenției partenerului gelos nu doar prezentul și viitorul ci și trecutul, astfel partenerul gelos devenind rivalul unor umbre din trecut și se va chinui din ce în ce mai tare într-o rivalitate fără obiect. Gelozia este un sentiment pur uman, o invenție culturală specifică omului. Gelozia există în toate culturile și religiile planetei și a fost ilustrată de celebrități literare precum Medeea sau Othelo. De regulă, mai mult de șase persoane din zece recunosc că, într-un fel sau altul, sunt roase de morbul geloziei. Se recunoaște de asemenea că există o gelozie normală, adică o teamă că am putea pierde ființa iubită care s-ar îndrăgosti de altcineva și o gelozie să-i spunem patologică, un mod de a trăi în permanență sentimentul că ești înșelat, că partenerul îți este infidel. Marcată de rivalitate și de ambivalență (cuplul ură-iubire, convingere-îndoială, atracție-respingere) gelozia se poate manifesta prin comportamente diverse, mergând de la simpla ruminare sau repetare a unor idei de răzbunare până la acte de agresivitate, de o intensitate greu de închipuit. Trăirea

geloasă implică atât o intensă frustrare și invidierea rivalului cât și rănirea amorului propriu.

O boală care poate deveni periculoasă

Există o formă psihiatrică a geloziei, așa-numitul delir de gelozie, dintre care cel mai cunoscut este cel din alcoolism, în care consumatorul de alcool pune răceala partenerei și incapacitatea acesteia de a mai avea contacte sexuale normale nu pe repulsia firească pe care orice persoană o are în fața unui personaj degradat de băutură ci pe seama unui posibil rival. Halucinațiile pe care consumul de alcool le produce îl fac să-și întărească convingerea delirantă. Delirul de gelozie din alcoolism este deosebit de periculos pentru parteneră deoarece alcoolicul nu mai respectă normele sociale și morale și poate fi deosebit de violent. O altă categorie de deliranti geloși periculoși, în afara drogaților, sunt persoanele suspicioase din fire. În cazul în care se vor căsători, ei vor deveni adevărați călăi domestici care își vor supune partenerul sau partenera la torturi psihologice inimaginabile în scopul mărturisirii infidelității și, în cazul acestora, un fapt banal poate declanșa o catastrofă. Exemplul tipic este celebra tragedie shakespeariană în care pierderea unei batiste are un final fatal. Gelozia, în forma ei balcanică, a fost admirabil ironizată de nenea Iancu, în celebra *O noapte furtunoasă*, piesă în care „onoarea de familist“ a gelosului jupân Dumitrache este apărată de potentul Chiriac, la rândul lui gelos pe un posibil iubit al amantei sale Zița.

Gelozia este un întreg pachet de emoții

Majoritatea oamenilor percep gelozia ca pe o emoție singulară când, de fapt, ea însumează o serie de sentimente ce tind să se înglobeze. Astfel, gelozia se poate manifesta sub formă de furie, durere, trădare, anxietate, agitație, tristețe, paranoia, depresie, singurătate, invidie, râvnă, sentimente de neputință, de insuficiență, de excludere. Deseori, ne este de ajutor dacă identificăm ce anume simțim atunci când suntem geloși. Demistificarea componentelor exacte ale geloziei poate fi un pas important către recăpătarea controlului și rezolvarea problemei. După o analiză personală, o femeie pacient a admis de curând că gelozia ei se alcătuea din 50% frică, 20% furie, 20% senti-

mente de neputință și 10% sentimentul că a fost trădată. Totuși, atunci când a i-a cerut partenerului afecțiune și să o reasigure în privința sentimentelor sale, iar el a făcut-o corespunzător, furia ei și sentimentul de trădare au dispărut. După această etapă, gelozia a fost mult mai ușor de înlăturat pentru că tot ce mai rămăsese era frică, iar pacienta și-a putut exprima sentimentele mult mai ușor și le-a putut discuta și rezolva cu partenerul său.

Spionaj și verificări minuțioase

Indiferent de intensitatea sau de coloratura comportamentului gelos, acesta are câteva coordonate definitorii: spionajul, verificările, interpretările și confruntările. Imaginând și amplificând, gelosul oscilează veșnic între certitudine și îndoială. De nimic nu se teme gelosul mai mult decât de o probă concretă a geloziei sale care l-ar obliga să facă un bilanț și să ia o decizie. De asemenea, partenerul care este obiectul geloziei va reacționa la sentimentele gelosului într-un mod neașteptat, satisfacție secretă, excitație inconștientă și chiar culpabilizarea în absența oricărui motiv real. Gelosul se comportă față de partenerul său, în același timp, ca un șef de gară care verifică minut cu minut traseul pasagerului său, ca un lucrător al unui serviciu de informații în misiune, care verifică, confruntă și interpretează toate acțiunile suspectului și ca un vameș zelos care percheziționează servieta, buzunarele, corespondența, poșeta, chiar lenjeria intimă. Se consideră că există o diferență între gelozia masculină brutală, violentă împotriva partenerului și cea feminină, mai perseverentă și mai verbalizată, în care violența este îndreptată împotriva rivalei. În crimele pasionale, bărbatul își ucide partenera și apoi se sinucide; femeia își ucide rivala. Un exemplu celebru de parteneră mereu înșelată este Hera, soția lui Zeus, care își transformă rivalele, la farmecele cărora stăpânul zeilor a cedat, în viștele ori în păianjeni. Scopul femeii geloase este de a-și urâți rivala prin orice mijloace.

Gelozia înseamnă frică

Este foarte important să înțelegem ce este gelozia, ce implică ea. Primul lucru cert care se desprinde din analizele pertinente, bazate pe ani de experiență, este acela că gelozia este întotdeauna bazată pe frică –

frică de necunoscut și de schimbare, frică de a nu pierde controlul în cadrul relației, teamă de singurătate și de pierdere și frică de a nu fi abandonat. Este reflecția propriei noastre nesiguranțe despre valoarea pe care o avem, a anxietății de a nu corespunde ca iubit și a îndoielilor despre dezirabilitatea noastră. Sub fiecare sentiment de gelozie se află o emoție ce este mult mai importantă decât sentimentul însuși de gelozie, cum ar fi o nevoie neastisfăcută sau o teamă profundă că nevoile noastre nu vor fi satisfăcute. Recunoașterea acestor temeri și nevoi reprezintă cheia către demascarea acestui sentiment și a anihilării acestuia. Gelozia reprezintă doar un mijloc de atragere a atenției către problemele reale existente în noi -- acele temeri și nevoi pe care ne este frică să le înfruntăm. Când gelozia își face apariția, răspunsul nostru provine din acea parte „reptiliană“ a creierului care ne îndeamnă să atacăm sau să fugim întrucât simțim că ne este amenințată însăși propria supraviețuire. Pentru a depăși aceste momente mai ușor, trebuie să ne întrebăm de ce anume ne temem, cum putem să transformăm această situație într-una sigură pentru noi, care este cel mai rău lucru care ni se poate întâmpla și care sunt șansele ca acesta efectiv să se întâmple.

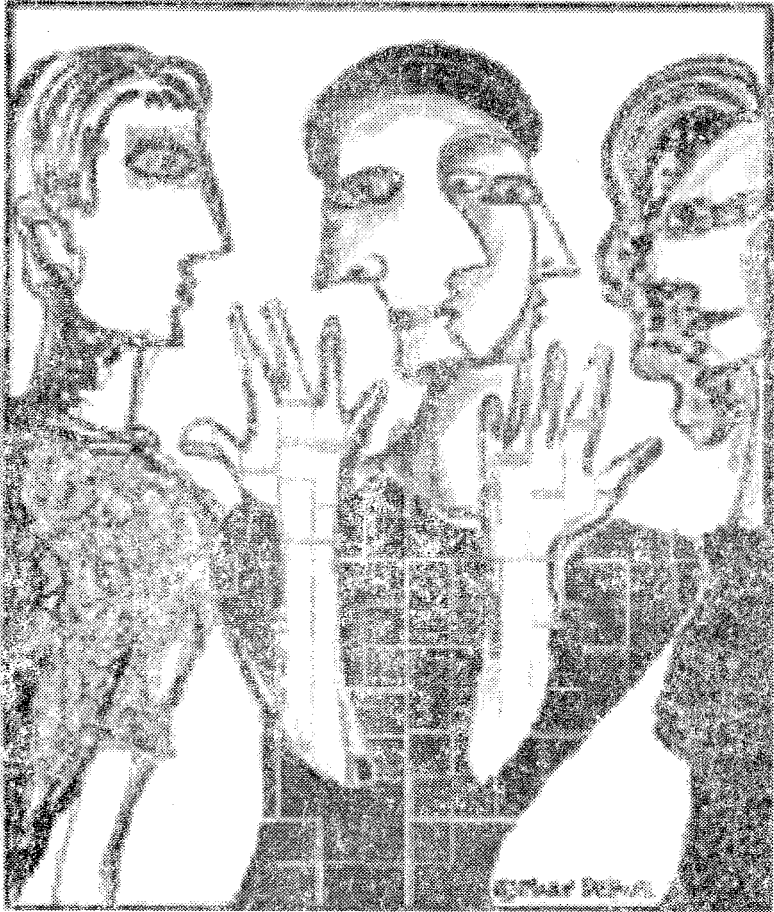
În ceea ce privește relațiile, societatea modernă este dependentă de trei judecăți despre care se garantează că stârnesc gelozie chiar și la cele mai echilibrate persoane. Cei mai mulți dintre noi am absorbit aceste credințe fără ca măcar să ne dăm seama. Identificarea și demonstrarea acestora este unicul mod eficient de a „scurt-circuita“ gelozia. Iată, mai jos, enumerate și descrise pe scurt cele trei prejudecăți. Încercați să observați care dintre acestea este cel mai adânc întipărită în subconștientul dumneavoastră.

Judecata 1 – Dacă partenerul meu m-ar iubi cu adevărat, nu ar mai simți dorință sexuală pentru altcineva. Această judecată consideră orice interes pe care partenerul îl are pentru o terță persoană ca pe o reflecție directă a cât de mult este partenerul implicat emoțional. Este o viziune cantitativă asupra iubirii ce pune într-o ecuație cantitatea de iubire cu abilitatea de a fi interesat de un alt partener sexual. A afirma acest lucru este la fel de absurd cu a spune că un cuplu care are al doilea copil n-ar mai trebui să-l iubească pe primul sau n-ar trebui pur și simplu să fie interesați de cel de-al doilea copil.

Judecata 2 – Dacă partenerul meu ar fi fericit cu mine și dacă aș fi un soț sau un iubit bun, partenerul meu ar fi așa de satisfăcut încât n-ar mai vrea să se implice cu nimeni altcineva. Această judecată este chiar și mai insidioasă. În cazul primei judecăți există cel puțin posibilitatea de a da vina pe partener pentru că nu vă iubește suficient. Această judecată se interpretează în următorul fel: dacă partenerul este interesat de o altă persoană, este vina dumneavoastră pentru că nu sunteți un iubit sau un soț perfect, iar relația trebuie să fie un eșec. Dacă într-adevăr credeți că singurul motiv pentru care partenerul este interesat de altcineva este acela că sunteți necorespunzător, acesta este un motiv important generator de gelozie!

Judecata 3 – Este absolut imposibil să iubești mai mult de o persoană în același timp. Această judecată este construită pe ideea existenței unei „economii drastice de iubire“, pe credința că iubirea este o resursă finită. De aceea, dacă partenerul împărtășește din dragostea sa unei terțe persoane, asta înseamnă neapărat că are mai puțin de oferit partenerului său. Deoarece majoritatea oamenilor simt că există mai multe domenii din relațiile lor în care nu primesc suficient (timp, dragoste, afecțiune, sex, susținere, dedicare), se tem că vor primi și mai puțin dacă partenerul se mai implică și în alte relații.

Deoarece fiecare dintre judecățile de mai sus sunt conectate la o frică primară, este necesar mai mult timp și efort pentru a fi depășite. Prima judecată exprimă o teamă adâncă că nu suntem iubiți și că vom fi abandonați. A doua lovește direct în nesiguranța noastră și în frica de a nu fi corespunzători sau demni de iubire, iar a treia este teama de privare și de foame de iubire și de atenție.



HOMOSEXUALITATEA

„Homosexualitatea e la fel de veche ca și omenirea,
drept pentru care se poate spune că face parte din natură,
fiind totuși împotriva naturii.“

Goethe

Homosexualitatea este un comportament sexual care a stârnit din toate timpurile controverse și partizanat, devenind pe alocuri o cauză importantă de respingere și marginalizare socială sau chiar de etichetare psihopatologică și tratament medical uneori agresiv.

Practicile homosexuale au jucat un rol important în cultura Greciei antice, precum și în alte culturi de-a lungul istoriei, iar homosexualitatea a fost în decursul timpului fie ritualizată, fie prohibită. În ultima sută de ani, se disting două perioade distincte în ceea ce privește studiul și încadrarea homosexualității. Odată cu lucrarea lui **Krafft-Ebing**, „*Psychopathia sexualis*“, apărută în 1895, homosexualitatea începe să fie studiată științific, dintr-o perspectivă medicalizantă-biologizantă. Considerată de acest autor ca fiind nenaturală și având o bază organică, homosexualitatea a fost văzută pe rând ca fiind o anomalie în dezvoltare cu bază genetică, iar studii ulterioare, din primele decenii ale secolului XX, au încercat să găsească pe rând baze endocrine, structural anatomice sau ereditare.

Odată cu scrierile lui **Freud**, homosexualitatea a început să fie văzută dincolo de o determinare biologică, ca rezultat al unei blocări în dezvoltarea normală a sexualității, de la un stadiu bisexual primar la heterosexualitatea adultă. Pentru pionierul psihanalizei, acest blocaj putea proveni atât din factori biologici, cât și de mediu psihosocial. Psihanaliza are meritul de a fi reprezentat o alternativă la perspectiva biologică, punând accentul în abordarea homosexualității pe dezvoltarea intrapsihică și interpersonală.

Atât perspectiva biologică, cât și cea psihanalitică au plasat homosexualitatea într-o altă perspectivă decât cea morală și religioasă a secolelor anterioare, subliniindu-i însă în același timp anormalitatea și patologia. În a doua jumătate a secolului XX, a început o mișcare de normalizare a homosexualității, odată cu lucrările lui **Kinsey** despre homosexualitatea masculină – 1948 și cea feminină – 1953. Rezulta-

tele sale au arătat larga răspândire a cel puțin unor elemente de sexualitate homosexuală, propunând o înțelegere a homosexualității ca fiind o variantă normală a dorinței și a comportamentului sexual. Studii ulterioare au arătat că homosexualitatea a fost și este prezentă în mai multe culturi, ba chiar și la mai multe specii de primate.

Aceste tendințe de „normalizare“ a homosexualității s-au cristalizat în 1973, sub influența mișcărilor *gay* din America (începute în 1968), dar și a schimbării conceptului de boală psihică (ca fiind caracterizată prin suferință subiectivă sau afectare generalizată a eficienței sociale sau a funcționării).

Există o homosexualitate tranzitorie care nu poate fi considerată nici rezultatul unei afecțiuni psihice și nici o deviație sexuală propriuzisă, ea se manifestă în condițiile lipsei îndelungate a unui partener de sex opus (detenție, prizonierat etc) și dispare, de regulă, în momentul în care contactul heterosexual devine posibil.

Homosexualitatea comportă trăsături caracteristice pentru fiecare dintre cele două sexe.

La bărbați homosexualitatea includea, în mod clasic, următoarele conduite:

- *homosexualitatea narcisistă (pederastia)*, în care sentimentul de dragoste și atracție sexuală sunt îndreptate spre un „ideal“ de frumusețe masculină (numită și „amour grec“). Se caracterizează printr-o sexualitatea activă, în care subiectul își păstrează toate atributele masculinității, deviația constând în alegerea partenerului
- *uranismul, homosexualitate pasivă*, în care subiectul se identifică și adoptă un comportament feminin, seducător, practicând meserii specifice femeilor (bucătari, croitori etc).
- *pedofilia, atracție homosexuală (asociată unui sentiment „pseudomatern“)* față de subiecți de sex masculin aflați la vârsta copilăriei sau pubertății. Este o homosexualitate activă, care presupune și atracția, „seducerea“ victimelor, prozelitismul. Aceste două tipuri de homosexualitate sunt mai mult apanajul subiecților psihopați, perverși sexual, decât a subiecților nevrotici. Satisfacția sexuală se obține prin coit anal (sodomia). (Evident această ultimă categorie este trecută în categoria perversiunilor

sexuale și nu are nimic comun cu o opțiune sexuală acceptabilă. Există pedofili heterosexuali și bisexuali în aceeași măsură cu homosexualii.)

Homosexualitatea feminină se manifestă prin următoarele conduite:

- *Tribadismul*, homosexualitate virilă, ale cărei practici sunt denumite lesbianism: comportă o atitudine activă, de atracție psihică, și satisfacție fizică sexuală obținută în cursul derulării actului sexual cu o femeie
- *Saphismul*, homosexualitate pasivă, platonice, atracția față de sexul opus fiind trăită mai mult în plan ideativ decât prin trecerea la act. Aceste femei pot fi ambivalente.

Aceste schimbări în interpretarea homosexualității au reflectat atât noile teorii și studii privind homosexualitatea cât și modificările de percepție a homosexualității în cultura și societatea americană.

Tendențele actuale tind să privească homosexualitatea în lumina dezbaterii dintre perspectiva constructivistă și cea esențialistă. Funcțul de vedere constructivist își are originea în opera lui *Michel Foucault*, privind sexualitatea nu ca pe un impuls înnăscut ci ca pe un potențial uman de gândire și acțiune format sub influența factorilor sociali și având caracteristici diferite în diferite epoci și societăți. Astfel, constructivismul pune sub semnul întrebării caracterul inerent și imuabil al sexului, genului și orientării sexuale.

În ceea ce privește esențialismul, pentru acest curent dorința și identitatea sexuală sunt considerate caracteristici personale obiective, inerente, transculturale și transistorice. Pentru esențialism, diferențele fundamentale în dorința sexuală justifică crearea unor categorii distincte de persoane homosexuale, heterosexuale sau bisexuale.

În ceea ce privește homosexualitatea, pentru esențialism ea este înnăscută și fundamentată biologic, iar caracteristicile persoanelor homosexuale sunt distincte și independente de contextul istoric și cultural. Pentru constructivism dorința și identitatea homosexuală sunt rezultatul forțelor sociale și variază în originile și expresia lor.

Două puncte de vedere opuse există și în ceea ce privește caracterul fix sau mutabil al sexualității. Considerarea homosexualității ca stabilă și relativ rezistentă la schimbare integrează mai multe elemente:

- experiența unor persoane homosexuale;
- experiența unor psihoterapeuți în încercarea de a schimba orientarea homosexuală a unui pacient;
- conceperea homosexualității ca o caracteristică înnăscută;
- ideea politică de a proteja libertatea orientării sexuale de încercări exterioare de schimbare;
- concepția deterministă că individul nu poate alege direcția dorinței sexuale.

La polul opus, ideea că orientarea sexuală se poate schimba la unii subiecți se fundamentează pe următoarele elemente:

- experiența unor persoane care și-au schimbat orientarea sexuală de-a lungul vieții;
- conceperea sexualității ca produs al forțelor sociale ce variază în funcție de epocă și cultură;
- ideea de a proteja libertatea individuală de a alege partenerul sexual indiferent de sex;
- ideea că a accepta posibilitatea schimbării orientării sexuale a unui individ poate fi separată de încercarea coercitivă de a schimba din exterior acea orientare.

Fenomenul homosexualității poate fi conceptualizat în mod diferit, fie ca un fenomen unitar, fie ca unul variabil. Pentru esențialism, fenomenul homosexual este unitar, fiind reprezentat de comportamente și experiențe similare ce îi conferă caracteristici comune. Astfel, pentru esențialiști persoanele cu fluctuații de orientare sexuală nu pot fi homosexuali ci bisexuali. Pentru constructiviști fenomenul homosexualității este variabil, fiind un construct format din fenomene multiple. Această variabilitate se înregistrează atât între culturi și epoci istorice diferite, între diferiții indivizi, cât și la același individ în diferite perioade ale vieții sale.

De fapt, cele două curente, esențialist și constructivist, aduc o complementaritate în înțelegerea teoretică a fenomenului homosexualității, în care elemente biologice, genetice și structurale interacționează cu factori voliționali și externi în geneza orientării sexuale a unei persoane.

Studii transculturale au arătat marea variabilitate a comportamentelor sexuale umane, inclusiv a celor homosexuale, în diferitele culturi

și medii sociale ar exista trei tipuri de modele în dezvoltarea sexualității, caracterizând trei tipuri diferite de culturi:

a) Dezvoltarea liniară se caracterizează printr-o evoluție fără schimbări semnificative de comportament sau orientare sexuală de-a lungul vieții individului;

b) Dezvoltarea secvențială descrie existența unor schimbări importante în sexualitate în diferite etape ale vieții, așa cum se întâmpla în societatea engleză victoriană, în care copiii erau total neinițiați în sexualitate, iar ce odată deveniți adulți li se cerea brusc să fie experți în domeniu;

c) Dezvoltarea emergentă apare în societăți care permit un grad de ambiguitate și incertitudine în devenirea sexuală a adultului, plecând de la socializarea din copilărie, societăți care au suferit schimbări sociale importante ale normelor și valorilor legate de sex. În acest sens, avem exemple din societatea nordamericană și vest-europeană actuală, mai ales din marile orașe.

Se pot descrie patru tipuri de organizare a comportamentelor homosexuale.

Un prim tip se caracterizează prin practici homosexuale preadulte continuate cu practici adulte heterosexuale.

Un al doilea, prin inversarea rolului sexual ca îmbrăcăminte și comportament (prezent la unele triburi amerindiene).

Al treilea, este numit „homosexualitate de rol“, în care comportamentul homosexual se limitează la anumite roluri și poziții sociale (este cazul șamanilor unor triburi amerindiene, care adoptă comportamente homosexuale în timpul ritualurilor șamanice).

Al patrulea tip este cel prezent în societatea occidentală actuală și este caracterizat prin practici homosexuale egalitare, prezente între cupluri de homosexuali adulți. Există deja țări europene ca Olanda și probabil în perspectivă Marea Britanie care au oficializat căsătoria de tip homosexual.

Studiile transculturale arată o universalitate a comportamentelor homosexuale, dar în același timp și o mare variabilitate în organizarea și semnificația acestor comportamente de-a lungul diferitelor epoci și culturi.

Diversele curente prezente în psihologie, medicină și sociologie au generat un larg evantai de teorii „explicative“ asupra originii ho-

mosexualității, căutându-i etiologia în factori biologici cum ar fi genele sau hormonii sexuali, factori psihologici legați de experiențele copilăriei, complexul Oedip, educația, învățarea socială, contactul cu anturaje homosexuale, factori sociali etc. Complexitatea fenomenului homosexual reprezintă însă o dificultate în folosirea unor metodologii științifice corecte, care să permită validarea cu certitudine a unui anumit factor etiologic.

Încercările de a demonstra natura înăscută, biologică a homosexualității s-au orientat spre studii genetice, endocrine și anatomice.

S-a încercat găsirea unui profil hormonal particular (inițial a fost incriminat un nivel scăzut de testosteron) la bărbații homosexuali, fără a se putea obține rezultate concludente.

Nici studii ale structurilor cerebrale nu au putut evidenția diferențe evidente anatomice, neuroendocrine, de lateralizare și cogniție între homosexuali și heterosexuali. Cea mai mare parte a acestor studii au fost realizate pentru homosexualitatea masculină. În ce privește lesbianismul, există mult mai puține studii, cu diferențe mult mai discrete între lesbiene și heterosexuale. Cu toate acestea, este posibil ca studii ulterioare, cu o metodologie mai bună și mai adaptată complexității diferitelor aspecte ale sexualității umane, să clarifice contribuția biologică în determinarea orientării sexuale.

Originea psihosocială a homosexualității reprezintă un alt curent etiologic, bazat pe studii ale dezvoltării psihologice a individului văzută de obicei după un model liniar, secvențial, evoluând de la copilărie la vârsta adultă. Personalitatea și identitatea adultului, inclusiv orientarea sexuală, și-ar avea originile conform acestui model în experiențele din copilărie, dar și în influența factorilor exteriori ulteriori, familiali și sociali. Astfel, un factor asociat cu homosexualitatea adultă mai frecvent decât cu heterosexualitatea este amintirea de a se fi simțit diferit de ceilalți precum și ceea ce cercetătorul *Stein* numește „nonconformitate precoce de gen“ (feminitate la băieți, masculinitate la fete).

În „Trei eseuri asupra sexualității“ *Freud* introduce conceptul revoluționar de sexualitate infantilă. Numind copilul „un pervers poli-morf“, el consideră diferite „abateri“ de la sexualitatea „normală“ ca fiind etape în dezvoltarea sexualității individului către o sexualitate

genitală, de tip matur. Homoeroticismul era văzut ca o tendință mai mult sau mai puțin conștientă prezentă la fiecare individ, ca o etapă în dezvoltarea sexualității, depășită la maturitate de cea mai mare parte a subiecților.

Teoriile psihanalitice plasează homosexualitatea sub semnul complexului lui Oedip, orientarea homosexuală fiind rezultatul nedeplinirii complexului Oedip și fixării la stadiul falic. Astfel, în homosexualitatea masculină angoasa de castrare ar duce la aversiune față de partenerul feminin castrat și alegerea unui partener cu penis, deci a raporturilor homosexuale. Atașamentul excesiv al băiatului față de mamă și insuficiența identificării cu tatăl ar putea duce la alegerea mamei ca model de rol sexual, respectiv la alegerea unui rol pasiv în relații ulterioare de tip homosexual. În același timp, prins în relația fuzională cu o mamă excesiv de posesivă băiatul nu se va putea autoriza să trădeze „exclusivitatea relației cu mama“ pentru o altă femeie. Respingerea relației heterosexuale ar duce în mod secundar la alegerea homosexuală.

În ceea ce privește homosexualitatea feminină, aceasta ar corespunde unei nerezolvări a complexului Electrei. Atașamentul excesiv față de tată ar genera o identificare cu acesta și un refuz al rolului sexual feminin. În același timp reprimarea dorinței incestuoase față de tată s-ar generaliza față de toți partenerii masculini, reorientând eroticismul către partenere feminine.

Conform **teoriei învățării sociale**, orientarea sexuală este rezultatul experiențelor sexuale agreabile sau dezagreabile, integrate ca recompensă respectiv puniție (Hyde, 1990). Astfel, experiențe heterosexuale dezagreabile (viol, de exemplu) ca și stimuli homoerotici percepți ca agreabili vor favoriza o orientare sexuală ulterioară pentru persoane de același sex.

Conform **teoriei societății de masă**, homosexualitatea poate reprezenta pentru individ un răspuns la o nevoie de identificare în condițiile unei societăți de masă, care pune accentul pe anonim și impersonalitate relațională.

După alți autori, homosexualitatea poate fi rezultatul „etichetării“ unei persoane de către anturaj (conform **teoriei etichetării**). Astfel, eșecul angajării în relații heterosexuale sau un aspect efeminat pot

duce la etichetarea persoanei de către anturaj ca homosexual. Identificarea cu eticheta ar putea duce subiectul la căutarea comunităților de homosexuali și angajarea în relații homosexuale.

Interacțiunea precoce cu un anturaj homosexual dublată de o maturizare sexuală rapidă, în jurul vârstei de 12 ani, anterior de vârsta începutului relațiilor heterosexuale (14-15 ani), ar putea favoriza dezvoltarea unei orientări sexuale către același sex. Totuși, studii realizate pe copii crescuți de cupluri homosexuale nu evidențiază o frecvență crescută a homosexualității la acești copii față de cei ai cuplurilor heterosexuale.

Frecvența acestei anomalii este dificil de estimat din mai multe motive: de cele mai multe ori, ea este negată, ascunsă, în unele societăți se bucură de un regim de „legalitate” și deci nu este considerată o anomalie. Astfel, frecvențele date de ECK (1966) de 10% din populația generală și 35% în SUA (*Hinsey*) trebuie privite cu rezervă, ca relative. În România, lipsesc studii epidemiologice de frecvență a homosexualității, existând doar estimări ale acestor cifre. Astfel, o extrapolare făcută de **Rădulescu S.** în urmă cu un deceniu a studiilor pe populații occidentale adaptate la structura populației României ar arăta aproximativ 2% homosexuali exclusivi și 5% bisexuali din totalul populației masculine. Pe de altă parte, Comisia pentru Drepturile Minorităților Sexuale din România apreciază la un procent de 4% frecvența homosexualității în țara noastră.

Dificultățile sexuale la pacienții homosexuali sunt similare cu cele ale pacienților heterosexuali, cu toate că abordarea lor de către sexologul heterosexual poate fi mai dificilă datorită nefamiliarizării cu practici homosexuale cât și aderării la reticențe culturale față de homosexualitate. Pe de altă parte, descrierea disfuncțiilor sexuale așa cum apar ele în clasificările medicale actuale este făcută din punct de vedere al heterosexualității, probleme sexuale specifice legate, de exemplu, de raportul sexual anal și riscul de infecție cu SIDA pentru bărbații homosexuali sau dificultăți orgasmice pentru lesbiene regăsindu-se în mică măsură în literatura sexologică.

Cuplurile de femei homosexuale se prezintă la sexolog mai mult pentru descreșterea dorinței sexuale sau probleme de cuplu, legate adesea de relațiile de dependență ce se creează mai ușor în cuplurile feminine.

Termenul de bisexualitate a fost folosit de *Freud* pentru a defini atracția sexuală față de ambele sexe. Pentru *Freud*, bisexualitatea ar fi o caracteristică a inconștientului, corespunzând ambivalenței țesute în jurul complexului Oedip. Astfel, tatăl este pentru băiat obiect de afecțiune și identificare și în același timp obiect de ură și rivalitate pentru posesia mamei. La rândul ei, mama este văzută ca obiect principal de atașament, dar totodată și ca obiect de ură atunci când este percepută ca interpunându-se în relația fiu-tată (ceea ce *Freud* descria ca fiind complexul Oedip inversat, considerându-l un aspect universal al dezvoltării psihosexuale). Odată cu rezolvarea complexului Oedip se avansează către o maturizare sexuală corespunzătoare stadiului genital și alegerii heterosexuale a obiectului.

În ce privește comportamentul bisexual manifest, pentru unii autori bisexualitatea ar fi doar o etapă de tranziție către dobândirea unei identități homosexuale exclusive (**Abraham, 2001**). Cu toate acestea, ea corespunde atât unei tendințe a atracției erotice cât și unui comportament sexual și unei identități sexuale, numărul de persoane care se identifică ca bisexuale fiind în continuă creștere (**Stein, 2000**).

În funcție de caracteristicile fiecăruia, persoanele bisexuale vor alege fie calea clandestinității, pentru a evita respingerea de către societate, fie calea asumării bisexualității. În acest ultim caz, apartenența la comunități de bisexuali poate ajuta la susținerea unei identități deja fragile și la evitarea disconfortului psihic generat de atitudinea de rejeț a anturajului nonbisexual (**Weinberg, 1994**). Problemele psihologice ridicate de asumarea identității bisexuale pot conduce la o cerere de consult psihiatric sau psihoterapeutic, dar pot crește și adresarea acestor persoane la sexolog, pentru acuze sexuale dublate sau nu de cele psihologice.



IMAGINAR ȘI SEX

„*Dragostea se hrănește din imaginație, prin care devenim mai înțelepți decât credem, mai buni decât simțim, mai nobili decât suntem, prin care vedem viața ca un întreg.*“

Oscar Wilde, *De profundis*

Pentru nimeni nu poate exista nici cea mai mică îndoială că între imaginar și sexualitate există o legătură fundamentală care dă chiar dimensiunea umană a sexualității. Este firesc să fie așa atât timp cât sexualitatea umană are o latură simbolică care se construiește încă din primele luni de viață, iar pe măsura înaintării în vârstă se particularizează în funcție de toate experiențele prin care individul trece. Dimensiunea imaginară a sexualității noastre este o coordonată majoră a personalității fiecăruia și nu este greșit să spunem că iubim așa cum ne imaginăm că iubim.

Imaginar și anatomie

Chiar în aspectele biologice cele mai concrete există baze cât se poate de clare pentru o dezvoltare imaginară. *Aristotel* credea că atât penisul cât și inima sunt organe care se mișcă prin ele însele... Astfel, există diferențe uriașe între aspectul penisului în erecție și cel în afara acesteia, iar la femeie vaginul este pur și simplu un spațiu virtual care își modifică dimensiunea doar în timpul actului sexual. Capacitatea noastră de reprezentare trebuie să facă eforturi deosebite pentru a accepta această realitate, după cum eforturi trebuie făcute pentru a imagina existența ovarelor și rolul lor în ciclul sexual. Abaterile imaginarului nasc uneori aberații incredibile cum ar fi „*vagina dentata*”, vaginul cu dinți, fantasma din copilărie care inhibă mulți curajoși. De asemenea, ciudata reprezentare a uterului, ca fiind o cavitate cu rol în actul sexual, de fapt confundarea acestuia cu vaginul, face ca multe femei să se considere complet inapte pentru continuarea vieții sexuale după ablația uterului (histerectomie). Și bărbații împărtășesc părerea că după această operație posibilitatea unui contact sexual normal este nulă, părere care însă nu are la bază decât imaginația.

Tot imaginația este cea care face din himen o barieră uneori imposibil de trecut pentru bărbat și din primul contact sexual o adevărată operație chirurgicală fără anestezie pentru femeie. Deflorarea ajunge

să stârnească teamă și oroare, fiind văzută ca un proces deosebit de dureros și de septic.... De fapt, toate temerile și interdicțiile morale insuflăte adolescenței de către părinți, în special de către mame, sunt transpuse de imaginar într-o circumstanță corporală concretă. Este interesant faptul că din relatările părinților despre propriul început al vieții sexuale nu se păstrează decât rarissimi amintirea vreunei catastrofe dureroase...

La extensia imaginăriului în sexualitate contribuie realitatea că întregul nostru corp este un amalgam de zone erogene care, în opinia și imaginația unuia sau a altuia, se substituie. Nimeni nu mai contestă rolul orificiului bucal în sexualitate, acest lucru fiind ușor inteligibil atât timp cât prima satisfacție importantă este legată de actul suptului, iar primul obiect cu adevărat sexual este sânul mamei. Fantasmele oralității se regăiesc nu doar în sărut și în acte sexuale concrete în care limba și buzele joacă un rol precis, fie că partenerul este bărbat sau femeie. Într-o situație relativ asemănătoare se află orificiul anal, care trimite la fantasma cloacală pe care aproape toți copii o au și care este standardizată cultural și social prin rolul berzei în apariția nou-născuților. Copilul își imaginează sexualitatea legată de zona anală și cu ajutorul exemplului concret al păsărilor la ale căror acuplări este spectator, deseori cu mult înainte de a avea o reprezentare a actului sexual uman. Mai mult, faptul că același lucru i se pare că se întâmplă și în cazul animalelor domestice (căței, iepuri, etc) îi întărește copilului convingerea că zona anală este o zonă țintă în timpul actului sexual. Până unde poate merge imaginăriul în acest domeniu ne demonstrează articole recente ale unor cercetători, care susțin că dezvoltarea neașteptată a sânilor la femeie, lucru complet neobișnuit în cazul tuturor celorlalte specii, a fost generată de poziția bipedă, care a pus în dilemă masculul. La celelalte antropoide (mămuțe), regiunea fesieră a femeii joacă rolul principal în declanșarea actului sexual, fiind în perioadele de rut extrem de viu colorată. Evident că acest stimul sexual lipsește femeii și, în opinia cercetătorilor mai sus menționați, a fost înlocuit cu sâni proeminenți, care amintesc clar prin formele lor de fese. Aceleași rotunjimi, același pliu interfesier, ba chiar și două puncte care să atragă privirea masculului, areolele, al căror rol ar fi altfel foarte greu de explicat. În plus, sâni se modifică în ceea ce privește dimensiunea și aspectul lor în timpul actului sexual, într-un mod asemănă-

tor penisului, apărând o turgescență importantă și o „mini-erecție“ a mameloanelor. Același lucru se întâmplă și cu clitorisul, investit de imaginar cu funcția de penis feminin.

Imaginar și iubire

Sexualitatea umană nu este doar un instinct pentru că ea îmbină somaticul și psihicul, depinzând de factori relaționali, emoționali și psiho-afectivi, care o transformă astfel în psiho-sexualitate. Este semnificativ în acest sens faptul că mulți oameni consideră dragostea o boală, ba chiar există cercetători care au încercat să determine moleculele de neuro-transmițători care provoacă starea de îndrăgostire. **Jean Pierre Otte** afirmă că dragostea este unicul sentiment capabil de a confunda realitatea cu visul. Acest lucru este ușor de demonstrat. Cine dintre noi nu s-a surprins visând la favoruri sexuale sau la o relație cu X sau Y, celebrități sau doar cunoscuți cu care de fapt nu am îndrăzni nimic? Femeile sunt mai sensibile la acest mod de a visa și de a se îndrăgosti. Să ne amintim, în acest sens, de Cătălina, prințesa din Luceafărul eminescian, care se simte cuprinsă de iubire deși doar imaginația ei joacă în relația cu enigmaticul astru:

*„Cum ea pe coate-și răzima
Visând ale ei tâmple
De dorul lui și inima
Și sufletu-i se împle.“*

De altfel, pentru cele mai multe femei este esențial ambalajul afectiv-imaginar pentru a trece de la dragostea-sentiment la dragostea-dorință deoarece consideră că sexul fără dragoste este prea animalic pentru a fi acceptat. Și aici, literatura vine cu nenumărate exemple în care femeia transformă prin dragoste animalul-bărbat într-un Făt-Frumos tipic – amintim doar „Povestea porcului“, „Frumoasa și Bestia“. Sentimentul transfigurează și idealizează, transformă instinctul sexual în sexualitate.

Sexualitatea bărbatului, stimulată de vizual și imagine, este totuși mai puțin influențată de imaginar decât cea feminină și pentru că din momentul stimulării dorința devine imperativă, bărbatul având mai puțin timp pentru a elabora și a se lega de fantasme. Putem spune, fără să greșim, că imaginarul joacă un rol esențial în ceea ce privește asumarea identității de gen a bărbatului. Astfel, rând pe rând, băiețelul își

atribuie trăsăturile părintelui de sex masculin – puterea fizică, forța, autoritatea, puterea de decizie, capacitatea de a se abține, rezistența la frustrări... Apoi, se înscrie din ce în ce mai mult în sfera de preocupări ale sexului masculin pentru a ajunge la vârsta adolescenței (atunci când există și atributele anatomice ale bărbăției) să își afirme și să își confirme virilitatea. Modelul religios creștin contribuie din plin la procesul de identificare masculină prin figurile sale centrale.

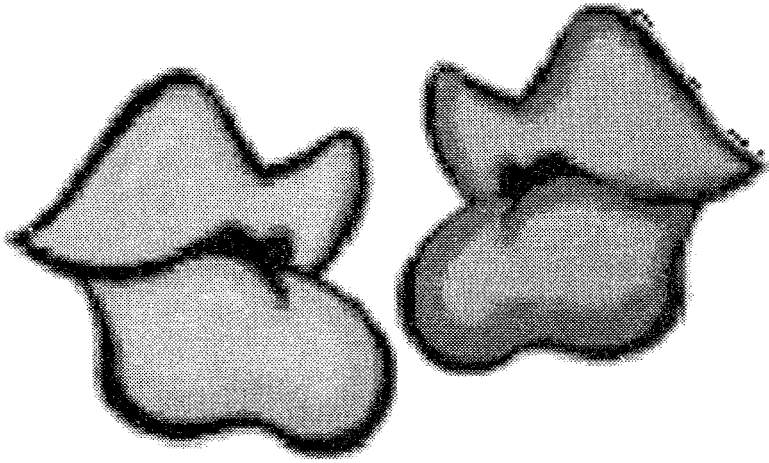
Există un consens cvasi-general după care, în viața afectivă și sexuală, imaginația este sursa progresului și a reînnoirii, în timp ce rutina generează plictiseală și conduce la disoluția cuplului. De altfel, revoluția sexuală a aplicat unul dintre cele mai spectaculoase sloganuri ale incendiarei luni de mai, din Franța anului 1968, *Imaginația la putere*.

Tot de sfera imaginarului ține și imaginea de sine, mai bine zis felul în care individul își percepe sexualitatea integrată în propria imagine. Sunt persoane care se percep ca adevărate sex-simboluri, foarte sigure de propria sexualitate și persoane care își iau în derâdere propria imagine, nu se iubesc, nu se iau suficient în considerare, sunt candidați la o categorie importantă de stări speciale ale tulburărilor psihosexuale. *Enăchescu C.* sistematizează o serie de **complexe legate de imaginea de sine** legate de statutul și rolul individului în cadrul relației sexuale.

Complexul Narcis, inspirat de motivul mitologic al acestui personaj, exprimă autoerotismul. Individul se prăbușește în interiorul propriei sale persoane, printr-un proces de auto-contemplare erotică, incapabil de auto-depășire. El nu-și va putea găsi corespondentul erotic obiectual în altă persoană decât cea proprie.

Complexul Falstaf se construiește după modelul eroului shakespearean. Falstaf, bătrânul libidinos, care devine ținta atacurilor ironice ale femeilor tinere, sfârșind prin a-și descoperi propria sa inferioritate în situația ridicolă în care este plasat.

Complexul Don Juan, opus celui falstafian, este complexul de superioritate al seducătorului de profesie, al bărbatului dominant, agresiv, seducător, dar incapabil de a se putea fixa asupra unei parteneri. Ceea ce contează în acest caz este „numărul victimelor“, dar cu siguranță cantitatea nu se va transforma niciodată în calitate, iar actul sexual nu va aduce nici satisfacție nici iubire.



JOCURILE EROTICE

„Dragostea este singurul joc de doi
în care amândoi pot să câștige.“

Jules Renard

Trebuie cu toții să nu uităm că pentru ființa umană, precum și pentru alte viețuitoare ce beneficiază de un sistem nervos perfecționat, jocul este important într-un mod special, unii înțelepți referindu-se la expresia ludică ce se regăsește la toate nivelurile vieții, ca fiind trăsătura definitorie a speciei *homo sapiens*.

Referindu-ne strict la jocurile iubirii, inițierea se face timpuriu, în copilărie, prin aproape universalul joc „de-a mama și de-a tata“. Toți copiii, indiferent de interesul pe care i l-au acordat sau de finalitatea avută, au trecut prin etapa în care n-au putut ignora un joc ce imită comportamentul adulților. De altfel, se știe că înainte de a se juca de-a mama și de-a tata, copilul se antrenează sau este antrenat în diferite alte jocuri ce implică o doză de senzualitate, cum ar fi: pipăitul, mângâiatul, sărutul.

Mai puțin cunoscut este faptul că, în lumea copiilor, joaca de-a doctorul, mai ales când aceasta trece de la examinarea păpușilor la „păpușile“ vii (băieți și fete), are un pronunțat caracter erotic. Principalele zone examinate de copii sunt cele care mai târziu vor rămâne ascunse (în mod obișnuit) privirii sau examinării celorlalți.

Adolescența este o perioadă încărcată de jocuri, în care realul și imaginarul încep să se amestece tot mai frecvent, iar tatonările sexuale încep să devină tot mai explicite. Din nefericire, există uneori experiențe triste sau neplăcute ale acestei perioade dominate încă de inconștiența jocului, perioade care pot influența negativ sexualitatea ulterioară.

Vârsta adultă este spațiul și timpul prin excelență al jocurilor de dragoste pe care unii adevărați gambleri (jucători patologici) o vor transforma într-un teren de vânătoare continuă, alții într-o adevărată tablă de șah în care vor studia (cu sau fără rost) fiecare mișcare posibilă a partenerului lor, consecințele și urmările mai mult sau mai puțin reale ale fiecărui gest, tandru sau nu, pe care îl vor face. Majoritatea vor folosi dragostea pentru a reedita toate jocurile pe care le cunosc

din cea mai fragedă copilărie: „baba-oarba“, „de-a v-ați ascunselea“, „hoții și vardistii“, „ulii și porumbeii“ și nu o dată se ajunge la „popa-prostul“, „gură-cască“ sau „am pierdut o batistuță“...

Cel mai practicat, variat, amuzant, obositor și general acceptat că fiind normal joc erotic al tuturor timpurilor este flirtul. Unii sunt de părere că flirtul coincide cu perioada de curtare, alții spun că aceasta succede flirtului inițial. O istorie a flirtului, de la celebra batistă scăpată intenționat de domnișoarele prea pudice și până la tehnicile actuale de flirt virtual pe chat-room-urile de profil, ar fi fără îndoială ceva interesant de notat, însă ne vom rezuma la a enumera și detalia numai câteva dintre acestea.

De ce flirtăm? Asta cred că am stabilit-o încă de la primele rânduri ale acestui mini-capitol: pentru că este în structura noastră să ne jucăm. Cum ne jucăm? Ei bine, tehnicile nu variază prea mult de la o cultură la alta. Se spune că practicile clasice sunt cele mai bune și că florile, ciocolata și epistolele siropoase nu dau greș niciodată. Trebuie stabilit că așii acestei arte au fost și vor rămâne cu siguranță bărbații. Rolul pasiv al femeii se regăsește și în această zonă, ea fiind cea care solicită, acceptă și încurajează jocul. Cu siguranță că doamnele s-au plictisit de metodele vechi de captare a atenției (mai ales acum când noțiunea de *girl-power* face încă epocă), solicită ceva original care să se potrivească noului lor statut social, iar domnii se simt obosiți și hărțuiți de groaza unei lipse de inspirație. Ei sunt îndreptății să gândească: „Dacă sunt atât de puternice și de independente, de ce mai au nevoie de atâtea strategii inițiatice? Ele știu foarte bine care este finalitatea unui flirt – o aventură de scurtă durată sau un mariaj (de ceva mai lungă durată...)?“ Credem că flirtăm pentru a ne amuza, pentru a ne exercita șarmul, pentru a ne consolida un statut în mediul social în care activăm... Totuși, flirtăm pentru că această etapă este prima din lungul proces al nevoii umane primare de a-și asigura perpetuarea speciei (vezi Teoria evoluționistă). Evident, este o metodă mult mai amuzantă și mai plăcută de a realiza acest fapt decât o copulație planificată sau o înseminare artificială cu ajutorul unui donator necunoscut, a cărui spermă este pusă la dispoziție de celebrele bănci de specialitate.

Unde începe de fapt flirtul? Flirtul începe acolo unde hotarul unui simplu interes de amicitie este trecut și intervine erotismul. Erotismul

îmbină în același timp elemente de dorință carnală, de comuniune emoțională și spirituală și de joc. Caz: Loc public. El și ea și-au intersectat privirile. Este suficient ca femeia să își treacă mâna prin păr, în timp ce-și înclină ușor capul în direcția bărbatului pentru ca acesta să poate iniția dialogul, dacă este perspicace. Iată că erotismul este și o problemă de regizare. A flirta înseamnă în mare parte a te juca, cu o mișcare te apropii, cu alta te retragi, reziziți și cedezi alternativ. Comunicarea prin flirt este un tip aparte de comunicare, ce nu se predă în nici o școală și al cărei model este unul copiat din mediul din care provenim. Flirtul se desprinde evident din abilitățile noastre de a interacționa, de a comunica inter-personal. Dacă excelăm sau dacă măcar avem idee despre ce înseamnă a comunica, atunci flirtatul n-ar trebui să ne ridice vreo problemă. Recunoaștem că este un domeniu aparte, ce nu-și poate găsi întotdeauna un mod anume de a se pune în practică sau de a respecta mereu aceleași reguli.

Faza de debut a unui flirt o reprezintă limbajul corpului. Dacă aceasta este depășită cu succes (prin interpretarea corectă a codurilor de comunicare non-verbală), se poate trece la etapa următoare. Aceasta constă în acea primă frază („agățarea“ propriu-zisă) pe care o folosim pentru a atrage atenția „obiectului“ interesului nostru. Vă ofer spre analiză câteva dintre abordările moderne culese de cei interesați de acest aspect și care, în urma unor studii, au ocupat locurile de frunte atât în ceea ce privește frecvența utilizării lor cât și în ceea ce privește succesul pe care l-au avut:

1. Crezi în dragoste la prima vedere sau e nevoie să mai trec o dată?
2. Ce câine drăguț... Ce număr de telefon are?
3. Scuză-mă... am observat că nu m-ai observat!
4. Chemați poliția! Este ilegal să arăți așa de bine...
5. Mi-ai furat inima, dar nu-i nimic, mai am alta în frigider acasă...
6. Bună! Pot să-ți cumpăr o mașină?
7. Corpul tău este alcătuit 90% din apă, iar mie mi-e atât de sete...
8. Tatăl tău trebuie să fie terorist pentru că tu ești o bombă!
9. Mai am trei zile de trăit...
10. Trebuie să sun în Rai și să zic că și-au pierdut un înger!

O anchetă desfășurată într-un bar din București și care are ca principală sursă un barman foarte atent a scos la iveală faptul că atât bărbații cât și femeile, atunci când își pun în cap să flirteze, o fac ajutându-se de anumite tipuri de băuturi. Astfel, preferate femeilor ar fi: Shirley Temple, Manhattan, Campari Orange, Bailey's, White Russian, iar bărbații se bazează pe: vin roșu, bere, whisky, tequilla, gin.

Dacă flirtul direct este considerat demodat sau prea costisitor, există oricând varianta *chaturii* pe Internet. Această convorbire în timp real este construită pe principiul pasiunii pentru Internet și în același timp pentru comunicarea rapidă, neformală. Un mare avantaj al chat-ului este faptul că acela cu care conversezi nu te vede. În majoritatea relațiilor ce se nasc prin intermediul său există un sentiment de inferioritate. Faptul că vorbești incognito te securizează. Ești mai liber pentru că n-ai cum să te proiectezi în ochii celuiilalt. Nu te interesează și nu te afectează opinia unei persoane străine. Poți să rupi oricând relația, iar cel cu care ai vorbit nu te va putea găsi niciodată decât dacă tu vei dori. Uneori, aceste relații formate prin intermediul chat-ului pot fi de lungă durată și cu implicații serioase pentru fiecare dintre parteneri. Există însă și cazuri în care, după primele întâlniri față-n-față, cei doi parteneri încep să se evite. Explicația este simplă: imaginea falsă creată de un flirt virtual nu se suprapune realității... Așa că revin la afirmația de mai sus: lucrurile clasice sunt cele mai bune...

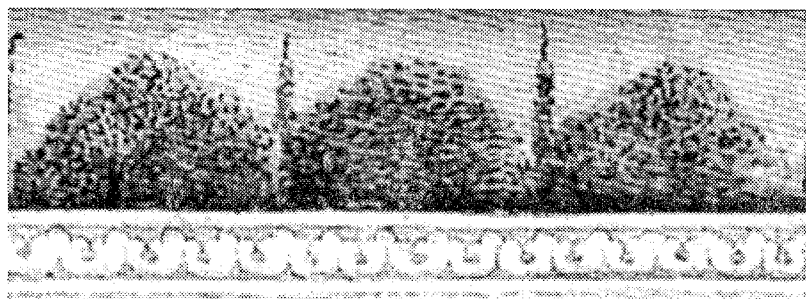
Am flirtat, am pus bazele unui anume tip de relație. Am ajuns în dormitor – loc ideal pentru alte jocuri, mult mai intime, mult mai complicate. Aici jocul are rolul de a intensifica trăirile corpului. Cuplurile care au depășit faza pasiunii amoroase nebunești caută noi metode de a menține vie flacăra dorinței și fac aceasta apelând la diverse modalități de stimulare. Dintr-un act sexual, preludiul este cel considerat a avea încărcătura ludică cea mai intensă. A dansa lipit unul de celălalt poate fi un punct de plecare destul de excitant. Pielea care se descoperă treptat și mângâierile bine executate din timpul unui număr de striptease reprezintă un joc ce poate conduce la extaz. Alte cupluri își diversifică experiențele sexuale instalându-și, de exemplu, o oglindă în dormitor. Ei pot să se observe, pot vedea reacțiile celuiilalt în anumite ipostaze. Este și un mod de a spori excitarea sexuală pentru că se văd mai bine anumite părți ale corpului...

Preliminariile sub forma masajului cu uleiuri, esențe de plante sau fructe care stimulează pielea și simțurile, au funcția unui joc de ațătare, de promisiune, de relaxare.

Uneori, o partidă rapidă (quicky – cum spun englezii) poate fi extrem de excitantă, regizarea unui act (șampanie, lumânări, baie parfumată) neputându-se compara cu aceasta, prin natura intensității resimțite.

Sex-shopurile au devenit magazine populare și în România, iar prin diversitatea „jucărelelor“ oferite acestea pot contribui (în funcție de imaginația utilizatorului) la o serie de jocuri clasice sau la altele noi, ce pot fi inventate, după gusturi și posibilități. Amintim aici pe cele mai nevinovate și des întâlnite cum ar fi cătușele și jocul de-a polițistul/a și arestatul/a, șortulețul de slujnică franțuzoaică, mapa secretarei, pampoanele majoretelor, nuielușa profesoarei... Referitor la toate acestea, există o veche zicală britanică: *if walls could talk...* sau, mai pe românește, noroc că pereții nu pot vorbi.

Jocul dragostei nu se termină niciodată, fiind unul dintre puținele de care jucătorii nu par nici oboșiți, nici plictisiți, la nici o vârstă. *Copilul spune: dragostea și înțelepciunea mea e jocul. Tânărul spune: jocul și înțelepciunea mea e dragostea. Bătrânul spune: dragostea și jocul meu e înțelepciunea.* Cel care s-a jucat genial cu cuvintele este îndrăgostitul Lucian Blaga.



KAMASUTRA ȘI ALTE SCRIERI

„Ființa umană trebuie să studieze cele 64 de Arte și științe,
cât și cele 64 de aspecte ale unirii sexuale.“

Kama Sutra

Istoria *Kama Sutrei*, cel mai celebru manual erotic care s-a scris vreodată, începe în India, în jurul anilor 800 î.e.n., cu mai bine de două sute de ani înainte de nașterea lui Buddha Siddhartha Gautama, cel ce avea să devină divinitatea primordială a lumii asiatice. În această perioadă, un personaj pe nume Shvetaketu ar fi sintetizat „poruncile iubirii“, ce au fost mai târziu (în secolul IV e.n., după ultimele date) prelucrate de Vatsyayana. Deși pentru mulți alți oameni, din diferite culturi, din diferite timpuri, asocierea dintre sex și păcat era una firească, în India secolului al XIII-lea, la Konarak au fost construite temple ale iubirii, pe ale căror ziduri putem vedea și astăzi sculpturi în mărime naturală ce prezintă femei și bărbați angajați în aproape toate pozițiile sexuale pe care cineva și le-ar putea imagina vreodată.

Europa ia cunoștință de o filozofie legată de sex, total diferită de ceea ce știuse până atunci (vezi doctrina *Sfântului Augustin* sau cea a lui *Toma d'Aquino*) în anul 1883, când Sir *Richard Francis Burton* traduce și publică în secret *Kama Sutra*. *Burton* (1821-1890), explorator și autor britanic, a publicat patruzeci și trei de volume despre expedițiile sale și aproximativ treizeci de traduceri. Întrucât vorbea fluent patruzeci de limbi și dialecte și întrucât trăise suficient în mijlocul civilizației indiene pentru a-i capta esența, *Burton* a reușit să traducă cu succes și să publice, tot în secret, pe lângă *Kama Sutra*, și alte lucrări ce tratează același tip de subiecte, cum ar fi *Ananga-Ranga* (1885) și *Grădina Parfumată* (1886). Revoluționar la vremea sa, *Burton* a riscat oprobriul societății britanice și dizgrația pentru a fi încercat o deschidere a unui domeniu considerat sursă a păcatului, pentru a fi încercat să schimbe o mentalitate învechită până la granița cu patologicul.. Alții, înaintea sa, au suferit dezaprobarea publică pentru încercări mult mai benigne decât cele ale lui *Burton*.

În India, sexualitatea constituie o parte importantă a ritualurilor religioase: templele acoperite de fresce erotice sunt o adevărată odă închinată plăcerii carnale. *Kama* este zeul dragostei la indieni. Aseme-

nea lui Eros sau Cupidon, Kama are un arc ale cărui săgeți-flori provoacă iubire. Termenul *kama* poate fi tradus prin „dragoste, plăcere, satisfacție senzuală“. *Sutra* este un termen ce desemnează o colecție de afirmații concise, scrise cu scopul de a putea fi memorate mai ușor. *Kama Sutra* este tratatul clasic privind arta orientală de a face dragoste. Acesta enumeră 64 de forme sau arte. O întâmplare nefericită, petrecută la începutul erei creștine, când un rajah și-a ucis soția „din dragoste“, într-un moment amoros, l-a determinat pe Vatsyayana să dea omenirii o lucrare care să contribuie la evitarea unor astfel de accidente și la o mai bună înțelegere a erotismului și a raporturilor sexuale între parteneri. Despre Vatsyayana nu se știu prea multe. De la *Sir Richard Francis Burton* aflăm că acesta ar fi scris tratatul în timp ce studia Religiiile, probabil în Benares, și aflându-se într-o stare profundă de contemplație a divinității. La acea vreme, Vatsyayana ajunsese probabil la o vârstă care să-i permită, datorită experienței acumulate, să realizeze o asemenea scriere.

Arta iubirii se sprijină pe alte arte, avându-le drept suport. În lipsa acestor modalități de expresie, existența noastră ar deveni plictisitoare și limitată. Umanitatea depinde de aceste arte ca mijloc de comunicare și de autoexprimare. Spre deosebire de Occident, Orientul nu considera deloc sexualitatea ca fiind parte detașată sau opusă spiritualității sau religiei. Dimpotrivă, actul sexual este privit printr-un mod cu totul deosebit, fiind strâns corelat cu alte arte. Comportamentul sexual oriental depășește cu mult limitatul domeniu al „normalului“ occidental.

Ceea ce puțini știu este că faptul că *Kama Sutra* este în realitate un compediu de norme sociale și obiceiuri sexuale ale Indiei de nord, dedicat în principal bărbaților. Astfel, *Kama Sutra* lui Vatsyayana este alcătuită din șapte părți: *remarci generale, despre avansurile amoroase, cum să dobândești o soție, sarcinile și privilegiile unei soții, relațiile cu soțiile altor bărbați și o altă secțiune despre curtezane și mijloace oculte*. A șaptea și ultima parte este un appendix la lucrarea principală ce conține *formulele detaliate ale substanțelor folosite în medicina indigenă indiană*, numită Ayurveda, și în special rețete pentru întăritoare și afrodisiace. Ultimul capitol mai cuprinde și prezentarea unor proceduri magice ce ulterior au primit denumirea de *tantrice*. Terminologia folosită de Vatsyayana este una specifică contex-

tului. De exemplu, atunci când folosește cuvântul *yoga* se referă la actul sexual, cuvântul *tantra* are la el sensul de metodă, tehnică sau mecanică, iar *yantra* este folosit atât pentru a desemna organul sexual cât și pentru a reprezenta orice alt instrument folosit în locul organului sexual. Termenul *lingam* este folosit pentru a denumi organul sexual masculin, iar *yoni* este utilizat pentru a denumi zona genitală feminină.

Kama Sutra nu înseamnă poziții complicate, echilibristică și acrobații, așa cum probabil unii tind să creadă. Original, Kama Sutra pleacă de la doar cinci poziții, numite și tantrice, pe baza cărora se pot face variațiuni. Acestea sunt:

1. Bărbatul pe spate, femeia deasupra;
2. Femeia pe spate, bărbatul deasupra;
3. Bărbatul și femeia stau pe o parte, față în față;
4. Femeia cu spatele la bărbat;
5. Bărbatul și femeia sunt în poziție șezândă, de obicei față în față.

În cea de-a 109-a pagină a Kama Sutrei poate fi găsit următorul text: „O persoană ingenioasă trebuie să multiplice felurile de împreunare după exemplul dat de diferitele animale și păsări. Pentru aceste diferite feluri de împreunare, puse în practică după... bunul plac al fiecărui individ, trebuie să stârnești dragoste, prietenie și respect în inimile femeilor.“ Deși majoritatea descrierilor pozițiilor sexuale puneau pe seama bărbatului acțiunea principală, în timp acestea au fost modificate pentru a o lăsa și pe femeie să joace un rol activ, de inițiator.

Sperând că vă vom trimite direct în librării pentru a cumpăra acest tratat, am ales să detaliem șase dintre pozițiile sexuale interesante și spectaculoase propuse de Vatsyayana. Prima poziție pe care v-o descriem poartă denumirea de *despicarea bambusului*. Aceasta se poate realiza dacă femeia își pune un picior pe umărul iubitului și îl ține întins pe celălalt, apoi îl așează pe acesta din urmă pe umărul iubitului și-l întinde pe celălalt și continuă să schimbe alternativ poziția picioarelor. *Poziția iepei* se întâmplă atunci când femeia reține cu forță în yoni-ul ei lingamul, după ce acesta a pătruns. Pentru a vă iubi în *poziția lotusului*, bărbatul trebuie să se găsească în poziție șezută, iar femeia în poalele acestuia, cu gambele plasate una deasupra celeilalte. *Poziția rotitoare* are loc atunci când bărbatul, în timpul co-

pulației, se întoarce și o bucură în continuare pe femeie fără a o părăsi, în vreme ce ea îl ține cu brațele pe după spate tot timpul. *Împreunarea unei vaci* este o poziție sexuală umană din Kama Sutra ce se realizează atunci când femeia stă în patru „labe“, iar iubitul ei o călărește ca un taur. În acest moment, tot ce se face în mod obișnuit pe piept trebuie făcut pe spate. În fine, *împreunarea unificată* se numește interesantul act sexual realizat atunci când un bărbat fericește două femei în același timp, amândouă iubindu-l în mod egal.

Începând cu secolele al III-lea și al IV-lea, în India și-a făcut apariția o mișcare spirituală dinamică, cunoscută sub numele de **Tantra**. În acea perioadă, multe din doctrinele religioase dominante propăvăduiau ascetismul. O viață curată, sfântă se putea trăi numai prin ignorarea dorințelor carnale, prin abținerea față de orice altă sursă de plăcere fizică, prin suferință și penitență (inclusiv auto-flagelarea). Conform filozofiei Tantra, viața și moartea formează un întreg, iar fiecare experiență de natură sexuală este un mijloc perfect de cunoaștere, de descoperire a naturii umane interioare. Pornind de la Kama Sutra, au fost elaborate meditații și ceremonii sexuale menite a-i îndruma pe adepții acestui cult. Astfel, prin meditație, tot ceea ce experimentăm într-o zi și poartă denumirea de urât, frumos, bine, rău, se poate transforma din credință în cunoaștere rațională. Tantra este deci o cale spre cunoaștere, ce necesită însă ani buni de practică, de meditație și se adresează celor ce doresc să înțeleagă modalitatea veche prin care iubiții din antichitate reușeau să împlătească sacrul cu sexualul. Tantra se adresează tuturor acelor care intenționează să folosească metodele sexuale ca mijloace de eliberare și care vor să transceadă limitele eului individual. Actul sexual, abordat într-un mod profund uman și totodată sublim, devine o modalitate uluitoare de elevare și expansiune într-o stare de totală beatitudine a conștiinței, în care cei doi iubiți au fuzionat perfect cu unicul Creator.

Tantra constituie însăși legătura dintre dragoste și spiritualitate, expunând un stil de viață, o filozofie și o practică naturală în care alchimia iubirii produce extazul eliberării. Cu toate că a fost scrisă cu mii de ani în urmă, Tantra aduce o contribuție destul de importantă pentru înțelegerea sexualității de către societatea actuală.

Ananga Ranga sau *Arta hindusă a dragostei*, una dintre traducerile lui *Sir Richard Francis Burton*, a fost scrisă în jurul anului 1200 e.n., avându-l ca autor pe *Kalyana Malla*. Acest manual a avut ca sursă de inspirație Kama Sutra și pune accentul pe relația soț-soție, învățându-i pe aceștia cum să-și ofere reciproc plăcere și cum să mențină armonia între sexe. De asemenea, autorul și-a dorit ca prin învățăturile sale să poată preveni ruptura cuplului. Iată ce afirmă acesta referitor la acest aspect: „Principalele motive din care intervine separarea într-un mariaj și cauza care trimite un bărbat către îmbrățișările unei femei străine și o femeie către brațele altui bărbat sunt dorința de plăceri variate și monotonia ce survine posesiei.“ *Ananga Ranga* este de fapt o colecție de lucrări erotice, ce include secțiuni din Kama Sutra. Adepții Tantra au inclus în activitățile lor sexuale și celebrele tehnici de sărut *Ananga Ranga*, din care vă enumerăm câteva:

1. *Sărutul de reconciliere* – atunci când unul dintre parteneri este furios, celălalt trebuie să-și fixeze cu forță buzele pe buzele iubitului său și să nu-l elibereze pe acesta decât atunci când i-a trecut furia.

2. *Sărutul Sphurita* – este un sărut ce tachinează. Atinge buzele iubitului cu buzele tale, lasă-l să creadă că-l vei săruta în continuare, apoi îndepărtează-te brusc de acesta și nu-i mai permite să te sărute.

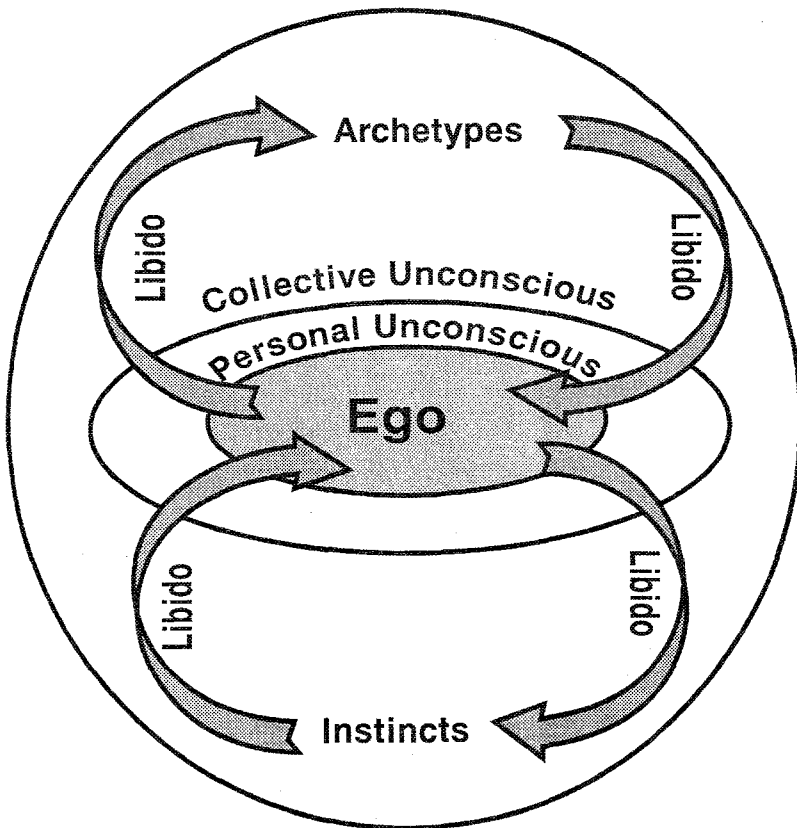
3. *Sărutul oblic* – se realizează atunci când unul dintre parteneri stă lângă sau în spatele celuilalt, îi ridică ușor bărbia către cer, îi prinde între dinți buza de jos și i-o mușcă ușor. Este o modalitate de a-ți surprinde iubitul.

4. *Sărutul de trezire* – unul dintre parteneri se apleacă și-l sărută ușor pe cel ce doarme. Sărutul tandru, abia perceptibil se transformă treptat într-o presiune dulce ce are menirea de a transforma somnul celuilalt în dorință sexuală.

Grădina parfumată este a treia dintre traducerile lui *Sir Burton* și se pare că a luat naștere în secolul al XIV-lea, în Tunis, avându-l ca autor pe șeicul Nefzawi. Și această lucrare pune accentul mai mult pe plăcerea ce poate fi extrasă dintr-un act sexual și mai puțin pe aspectul procreării. Iată descrierea a trei poziții din acest manual, toate purtând nume de animale. *Postura broaștei* este poziția în care femeia stă pe spate și-și ține coapsele ridicate până când călcâiele se apropie de fese. Barbatul se așează în fața vulvei și-și introduce penisul. Apoi,

ținându-și genunchii la subsuori și apucând-o de brațe în apropierea umerilor, o trage spre el la momentul propice. În *postura caprei*, femeia stă întinsă pe o parte și-și întinde piciorul aflat dedesubt. Bărbatul se ghemuiește între coapsele ei, ridică piciorul de deasupra și-și introduce penisul. El o ține de brațe sau de umeri. *Coada struțului* se poate realiza dacă femeia stă întinsă pe jos, iar bărbatul îngenunchează la picioarele ei. Apoi el îi ridică picioarele și le pune în jurul gâtului, astfel încât doar capul și umerii ei rămân pe pământ. În acest moment el o pătrunde.

Prin tehnicile descrise de aceste manuale amorul devine o adevărată artă, iar masajul indian este parte integrală din aceasta. Esența de trandafir, uleiul de santal, de iasomie sau de rozmarin sunt ingredientele cele mai recomandate... toate aceste uleiuri trezesc dorința sexuală și ajută la crearea unei armonii fără de care plăcerea este incompletă. În tradiția tantrică, nu orgasmul este scopul suprem al unui raport sexual ci schimbul de energii, uniunea fizică și spirituală care reprezintă calea ce conduce la extaz.



LIBIDOUL

„Fiecare individ ajunge la plăcere pe cont propriu.“

Arthur Schopenhauer

Libidoul este aspectul psihic al pulsunii sexuale, el reprezentând „manifestarea dinamică a pulsunii sexuale în viața psihică“. „Libidoul este energia acelor pulsuni care au de-a face cu tot ceea ce se înțelege prin iubire“ (*Freud*).

Conceptul de *libido* reprezintă în teoria freudiană energia care orientează și susține pulsunile sexuale. După *Jung* noțiunea de libido desemnează „energia psihică“, în general, prezentă în tot ceea ce este „tendință către“, „apetitus“. Din această îngemănare a rezultat și sensul cel mai larg al cuvântului care desemna dorința sexuală.

Pentru *Freud* libidoul nu acoperă întregul câmp pulsional, nu este reductibil la o energie mentală nespecifică, nu poate fi desexualizat. Într-o primă concepție a lui *Freud* libidoul se opune pulsuniilor de autoconservare, dar într-o ultimă concepție, în care pulsunile de autoconservare sunt considerate ca având natură libidinală, libidoul s-ar opune pulsuniilor morții. Astfel, *Freud* menține ideea caracterului sexual al libidoului.

Din punct de vedere cantitativ, libidoul măsoară procesele și transformările în domeniul excitației sexuale. Creșterea, diminuarea, repartiția, deplasarea libidoului consitutie mijloacele pentru explicarea fenomenelor psihosexuale. Libidoul se apropie de dorința sexuală, prin căutarea satisfacției (precum foamea în instinctul de nutriție) în obiecte, pe care le fixează sau le abandonează (părăsirea unui obiect pentru altul). Dacă pulsunea sexuală reprezintă o forță care exercită o mișcare, atunci libidoul este energia acestei pulsuni. Folosind conceptul de Eros, prin care înțelege pulsunea vieții ca tendință a organismelor de a menține coeziunea substanței vii și de a crea noi unități, *Freud* a descoperit de fapt o expresie subiectivă și calitativă a libidoului.

Ceea ce este de reținut în concepția freudiană privind noțiunile de mai sus și conținutul lor, este că libidoul, ca energie pulsională, își găsește sursa în diferite zone erogene; Eul ca persoană totală stochează această energie libidinală (Eul fiind și primul ei obiect); dar Eul ca

„rezervor al libidoului“ se comportă ulterior, față de obiectele exterioare, ca o sursă, pentru că din Eu emană toate investițiile.

Se vorbește despre etapa libidinală ca o etapă a dezvoltării afective a copilului (în teoria psihanalitică), având la bază apariția și maturarea progresivă a pulsuniilor. Această determinare biologică ar acționa în cursul întregii vieți și s-ar manifesta mai ales în perioadele de transformare corporală (copilărie, pubertate, menopauză, bătrânețe).

Primele două perioade – copilărie și pubertate – interesează din punct de vedere evolutiv, al dezvoltării individului. Tulburările ce țin de patologia psihică survenind în perioade vulnerabile din punct de vedere biologic (cu substrat hormonal important) pot fi explicate psihanalitic prin nereușita integrării și maturării progresive a pulsuniilor.

Perioada instalării climaxului genital a fost analizată de psihanalisti prin prisma zonelor erogene (orală, anală, falică, genitală), a relațiilor obiectuale (preambivalente, ambivalente, postambivalente) sau prin prisma secvențelor parcurse spre etapa în care predomină principiul realității.

În concepția lui **Freud**, este acea energie care constituie substratul transformărilor pulsuniilor sexuale cu privire la obiect (deplasarea investițiilor), la scop (de exemplu, sublimarea) și la sursa excitației sexuale (diversitatea zonelor erogene).

Teoria libidoului nu reprezintă în geneza unor nevroze, a isteriei în mod special, decât una dintre categoriile de factori psihogenetici incriminați.

Pornind de la ipotezele despre libido, **Freud** a încercat după localizarea predominantă a libidoului în regiunile aparatului psihic să descrie trei tipuri libidinale principale pe care le-a desemnat drept tipul *erotic*, *obsesional* și *narcisic*.

Tipul *erotic* este ușor de caracterizat. Eroticii sunt persoane al căror interes principal – cantitatea relativ cea mai mare a libidoului – este acordat vieții erotice. A iubi, în special a fi iubit, este pentru ei lucrul cel mai important. Ei sunt dominați de frica de a nu pierde iubirea și din acest motiv sunt deosebit de dependenți de ceilalți, care le pot refuza iubirea. Acest tip este destul de frecvent chiar în forma sa pură. Variațiile acestuia rezultă din amestecarea sa cu un alt tip și proporția simultană de agresiune. Din punct de vedere social și cultural acest tip

reprezintă revendicările pulsionale elementare ale Se-ului, căruia i s-au supus celelalte instanțe psihice.

Al doilea tip, *obsesionalul*, se distinge prin predominarea Supra-eului care se separă de Eu sub o mare tensiune. El este dominat de angoasa morală în locul fricii de a nu pierde iubirea, manifestă o așa-numită dependență internă în locul celei externe, dezvoltă un mare grad de autonomie, și devine din punct de vedere social un purtător propriu-zis, predominant conservator, al civilizației.

Cel de-al treilea tip, *narcisicul*, este în esență caracterizat negativ. Nici o tensiune între Eu și Supra-eu - la acest tip abia dacă se ajunge la edificarea unui Supra-eu -, nici o predominare a nevoilor erotice, interesul principal este îndreptat asupra auto conservării, independent și prea puțin intimidat. Eul are la dispoziție o mare cantitate de agresivitate care se manifestă și în starea de pregătire pentru acțiune; în viața erotică se preferă a iubi decât a fi iubit. Oamenii de acest tip se impun în fața altora ca „personalități“, sunt deosebit de potriviți să le servească celorlalți drept sprijin, să preia rolul de conducător, să dea noi imbolduri dezvoltării culturale sau să o prejudicieze pe cea existentă.

În afara acestor tipuri pure autorul a descris tipurile mixte, care sunt mult mai des observate decât cele pure.

Aceste noi tipuri, erotic-obsesional, *erotic narcisic* și tipul *obsesional-narcisic*, permită, în fapt, o bună localizare a structurii psihice individuale.

Ajungem la portrete caracteriale de mult familiare, dacă urmărim aceste tipuri mixte. În cazul tipului *erotic-obsesional*, predominarea vieții pulsionale pare să fie limitată de influența Supra-eului; dependența simultană de obiecte umane recente și de relicve ale părinților, educatorilor și modelelor, atinge la acest tip cel mai mare grad.

Cel *erotic-narcisic* este poate acela căruia trebuie să îi atribuim cea mai mare frecvență. El reunește poziții care se pot reduce reciproc în cadrul lui; putem afla de la el, în comparație cu celelalte tipuri erotice, că agresivitatea și activitatea se potrivesc cu predominarea narcisismului.

În fine, tipul *obsesional-narcisic* produce variația cea mai valoroasă din punct de vedere cultural. Prin aceea că adaugă independențe

externe și luări în considerare a exigențelor morale, capacitatea de activitate energetică și întărește Eul contra Supraeului.

Tipul *erotic obsesional narcisic* nu ar mai fi un tip ci norma absolută ar însemna armonia ideală. În realitate fenomenul tipului ia naștere din faptul că unul sau două din tipuri sunt defavorizate pe socoteala celorlalte. **Freud** susține că tipurile erotice în cazul îmbolnăvirii produc isterie, tipurile obsesionale produc nevroză obsesională iar tipurile narcisiace din cauza independenței lor obișnuite sunt expuse frustrării din partea lumii externe, conțin predispoziția pentru psihoză, dar și condițiile esențiale pentru criminalitate. Pentru autor cauzele nevrozei sunt frustrările și conflictele interne, conflictele între cele trei mari instanțe psihice, conflicte din cadrul bugetului libidinal ca urmare a constituției bisexuale între componentele pulsionale, erotice și agresive.

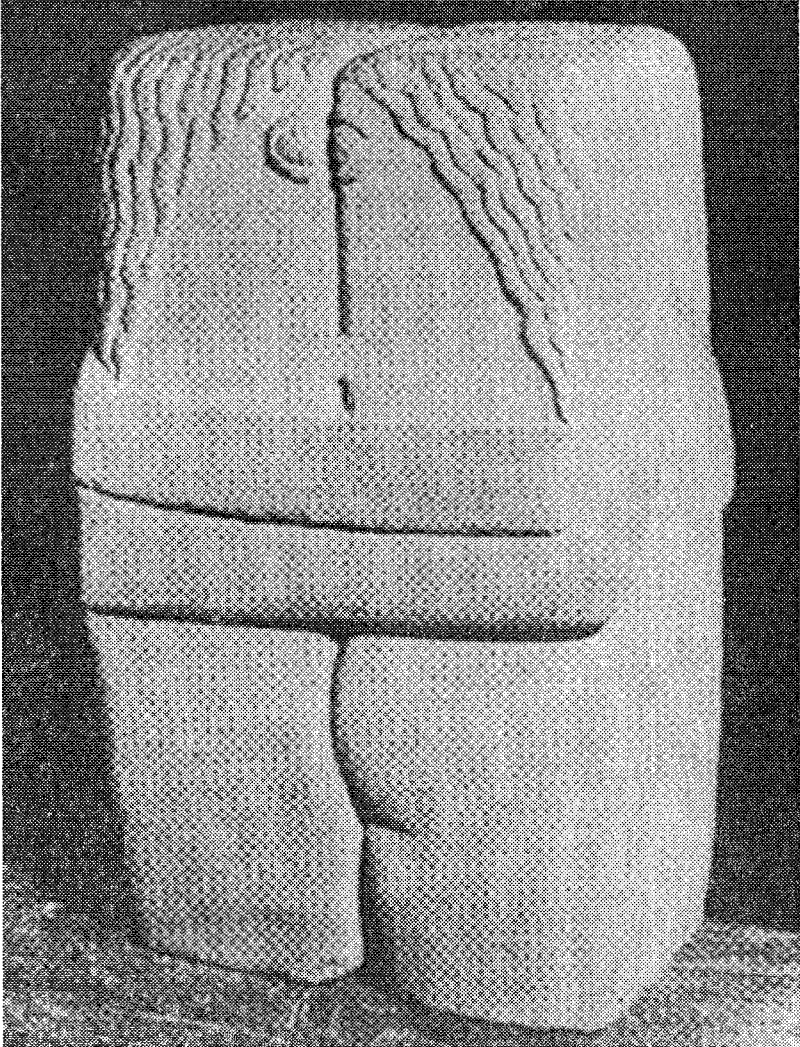
În sexologie se vorbește mult despre tulburările de libido ca tulburări ale dorinței sexuale fără să se facă o analiză aprofundată de tip psihanalitic. În ceea ce privește bărbații, tulburarea de libido ocupă locul al doilea după ejacularea precoce. Dintre cauzele scăderii dorinței la bărbați sunt: oboseala, apariția unor boli cronice, bolile endocrine în special cele care afectează glandele care produc hormoni sexuali și în special tulburările afective de tipul anxietății și depresiei. Alte cauze de scădere a libidoului la bărbat: tulburările de somn, dorința de a controla sau a pedepsi soția, andropauza, alcoolul, medicația psihotropă sau antihipertensivă, infidelitatea. Un capitol aparte îl reprezintă folosirea drogurilor, în primul rând heroina, cocaina și marijuana.

În ceea ce privește libidoul feminin acesta pare să fie cea mai frecventă tulburare sexuală la femei depășind în frecvență anorgasmia (absența plăcerii sexuale). Dintre cauzele cele mai frecvente sunt oboseala, nivelul ridicat de stres, problemele emoționale, problemele relaționale de cuplu, tulburările hormonale în special cele legate de menopauză. Alte cauze: boli cronice ca diabetul, hipotiroidia, intervenții chirurgicale mari în zona genitală, bolile psihice de tipul depresiei și anxietății, incontinența urinară, nașterile repetate. De asemenea, anti-depresivele și alte medicamente printre care tranchilizantele frecvent folosite de femei duc la o scădere importantă a libidoului.

Dintre tratamentele recomandate pentru creșterea libidoului la

bărbați cele mai cunoscute sunt remediile naturale (Ginseng, vitamine, minerale), tratamente hormonale cu testosteron, îmbunătățirea dietei, aromoterapia (Ylang-Ylang, trandafir, santal, paciuli) și exercițiile fizice.

Pentru femei: creme cu testosteron, reducerea stresului, terapii comportamentale, sfaturi maritale, psihoterapie de cuplu, scăderea în greutate, exerciții fizice și remedii naturale, între care ciocolata își păstrează încă supremația.



MORALĂ ȘI SEXUALITATE

„O, deșertăciune a deșertăciunilor, deșertăciune a deșertăciunilor! Totul este deșertăciune.“

Eclesiastul 1,2

O lungă perioadă de timp, problemele legate de sexualitatea umană au constituit preocuparea unui cerc restrâns de specialiști, al căror limbaj „ezoteric“ ascundea publicului profan veritabila realitate a unui domeniu supus, de cele mai multe ori, prejudecăților și evaluărilor moralizatoare.

Conform acestor prejudecăți, orice discuție despre sex era calificată ca fiind imorală, indecentă sau opusă convențiilor lumii sociale. Asemenea prejudecăți corespundeau, de fapt, unui gen de „castrare spirituală“ aflată în concordanță cu spiritul lumii burgheze. O mare parte dintre ele transpar și astăzi în atitudinile unor categorii de public pentru care sexualitatea reprezintă o problemă prea intimă și prea „secretă“ pentru a fi un subiect de interes colectiv. Desigur, nu se poate nega că multe din prejudecățile de altădată au fost înlăturate o dată cu larga răspândire a mesajelor mass-media cu privire la sex și cu amplificarea preocupărilor în domeniul educației sexuale. Totuși, o parte importantă dintre ele continuă să circule încă în lumea marelui public, nu atât în spiritul puritan tradițional, cât în forma unor clișee deprivate de un conținut real.

Dacă se poate afirma că, odată cu *Freud*, problema sexualității a fost demistificată și redată discuției publice, vulgarizarea tezelor freudiene a contribuit, în egală măsură, la o nouă mistificare a acestui domeniu supus, în mod constant, etichetărilor moralizatoare.

Morala contemporană – subliniau *Pascal Bruckner* și *Alain Finkielkraut*, în excelența lor lucrarea privind demolarea miturilor lumii sexuale, Noua dezordine amoroasă, a „îngropat“ morala victoriană a puritanismului glaciatic. Numai că, pentru a-și justifica dreptul la afirmare, aceeași morală contemporană „flutură aceleași stindarde așa cum făcea altă dată puritanismul“, făcând de data aceasta, apel nu la o ordine a moralității, ci la una a normalității în raport cu care orice abatere de la modelul prescris de sexologii semnifică devianță.

Așa cum știm cu toții, pornografia a înflorit în Evul Mediu. În Europa acestei perioade, prostituția era o îndeletnicire profitabilă și adesea aducea prestigiu practicantei. Într-o eră a igienei precare, practicantele celei mai vechi meserii din lume erau relativ curate, din moment ce de întregul lor corp se dispunea frecvent. Prostituatele de succes purtau numele de curtezane și erau adesea destul de educate, având cunoștințe de muzică, pictură sau politică. Prostituția era un fenomen social atât de popular încât atunci când *Martin Luther* s-a gândit să o interzică în orașele germane, acest lucru l-a costat pierderea unui mare număr de adepți... Orgiile și sexul în grup nu erau activități neobișnuite, iar promiscuitatea domnea atât în pătura socială cea mai de jos cât și în cea nobiliară. Din moment ce divorțul era interzis de biserică, adulterul era ceva comun, acceptat social. Bolile cu transmitere sexuală erau fără îndoială cunoscute și temute: soția regelui Henry II, Caterina de Medici, a devenit orfană de ambii părinți, la trei săptămâni după nașterea sa. Motivul, aceștia au murit de sifilis.

În societatea contemporană, moralitatea ar trebui să însemne un fenomen ce ține mai mult de individ și mai puțin de societate, ca ansamblu. Să fie un soi de cheie (secretă), de rețetă (specială) și formulă (patentată) – un tip de hartă, de schiță, de vademecum – ce ar trebui să ne arate cum să obținem maximum de bucurie, de plăcere, de sens, de satisfacție, de liniște sufletească din viață.

În lupta dintre bine și rău, care se duce în interioritatea, dar și în afara noastră, moralitatea este cea care ar trebuie să ne ajute să distingem binele de rău, să discernem alegând soluțiile corecte și nu pe cele greșite și să acționăm conform acestor soluții. A putea să distingă și a putea să alege sunt atributele centrale cele mai semnificative pentru viața inteligentă. Lupta către perfecțiune individuală, către o imagine de sine cât mai înaltă, implică dimensiunea morală.

Individul moral pune înaintea obligațiilor și îndatoririlor personale, obligațiile sociale. Toți avem nevoie de prieteni, de justiție. Toți datorăm societății câte ceva. Cu toții simțim nevoia de a identifica, de a ne bucura și de a-i recompensa pe reprezentanții binelui, de a-i localiza pe posibillii sau actualii iubiți, prieteni, aliați sau camarazi și de a-i aprecia și exploata. De asemenea, toată lumea simte nevoia de a-i depista, de a-i evita și de a-i condamna public și pedepsi pe cei care reprezintă răul.

Din nefericire, în zilele noastre, atât codurile morale intelectuale precum și cele populare evidențiază foarte mult perspectiva socială a moralității și se confruntă exclusiv cu aspectele sociale. Această unică greșeală de abordare pune căruța înaintea calului, inversează piramida și relația cauză – efect. Rezultatul este un ethos al lumii indiferent, ostil și dăunător atât sinelui sacru cât și societății.

Teoriile deontologice asupra moralității au ca premisă credința că ființele umane au o cunoaștere intuitivă a binelui și a răului. Asociată acestei abordări este și credința că oamenii au anumite *drepturi* și că acele acțiuni care afectează advers acele drepturi sunt greșite din punct de vedere moral.

Teoria contractului social dezvoltată de *Hobbes, Locke și Rousseau* are ca premisă faptul că există o înțelegere între individ și societate, prin care individul este de acord să se supună autorității guvernului și legilor sale în schimbul protejării de către acesta a vieții și proprietății sale.

Chestiunea sexualității continuă să fie un subiect discutabil. Există o viziune majoritară conform căreia singurele standarde sociale ce se aplică sexului în zilele noastre sunt acelea că acesta trebuie să fie consensual și că oamenii trebuie să-și ia măsuri de precauție împotriva bolilor cu transmitere sexuală și a sarcinilor nedorite; orice altceva este pur și simplu o chestiune de alegere individuală pe care alții trebuie să o respecte.

Pornind de la aceste idei, vom încerca să răspundem unor întrebări neformulate, dar ghicite și să încercăm să facem puțină ordine în jurul acestui subiect.

Prima întrebare posibilă ar fi *De ce ar trebui să ne intereseze tipul de activitate sexuală practicată de doi adulți, din moment ce ambii au consimțit*? Ei bine, deoarece comportamentul privat nu rămâne privat, mai ales atunci când implică ceva atât de primar vieții umane precum sexul. Printre altele, sexul consensual privat dă naștere la copii, la viață de familie, la leziuni corporale grave survenite disputelor casnice, la irădare, la devoțiune până la sacrificiu personal, la boli cu transmitere sexuală. Toate acestea părăsesc sfera intimității domiciliului și devin de real interes pentru societate, care va încerca să le promoveze pe unele și să le stopeze pe altele.

Ce este un standard social? Un standard social reprezintă o înțelegere coerentă, comună și rezonabilă asupra comportamentelor corecte sau greșite. Exemplele includ regulile de politețe și standardele morale de zi cu zi (onestitatea, calitatea de a fi de încredere, etc). Asemenea standarde nu au o natură fixă și nici legală, dar în orice societate care nu se află în criză ele sunt suficient definite pentru a fi folosite în a judeca un comportament și suficient de puternice pentru a deveni ciudat să nu le luăm în seamă. Standardele sexuale sunt împruternicite în primul rând de prietenii și familiile noastre și apoi de comunitățile mai mari.

Dacă există standarde sociale aplicate sexului nu avem de-a face cu atitudini discriminatoare? Este adevărat că cei ce acționează în feluri considerate antisociale și greșite sunt tratați diferit. Altfel, societatea nu ar exista, iar educația morală, ca trăsătură practică, ar fi imposibilă.

Cine sunt acei oameni care decid ce fel de comportament sexual este bun pentru mine? Cine sunt cei ce decid ce este politicos, ce necesită onestitatea, ce constituie calomnie, hărțuire, trădare sau încredere sau cine decide cât trebuie plătit pentru a susține operațiunile guvernului? Părerile diferă asupra tuturor acestor lucruri. Totuși, decizii trebuie luate, nu numai individual ci și social. Sexualitatea este rădăcina procreării, a familiei și a educării copiilor și, astfel, a perenității și a stării de bine a societății. Standardele privind sexualitatea sunt de aceea reguli fundamentale asupra felului cum trăim împreună, fel ce nu mai poate fi privit ca o chestiune de alegere personală. Avem nevoie de asemenea standarde pentru a ne putea coordona comportamentul în diferite zone ale vieții și pentru a ști ce drepturi avem în așteptările noastre. *Impunerea unor reguli exterioare nu distruge dragostea, intimitatea și individualitatea?* Unele reguli pot face asta, altele sunt necesare tocmai pentru a face aceste lucruri posibile. Nimic nu este mai lipsit de trăsături, de iubire și mai impersonal ca haosul. Anumite îndeletniciri, economice sau poetice, de exemplu, pot fi afectate de un număr prea mare de reguli. Totuși, unele reguli obiective (cum ar fi cele ce țin de proprietate sau contract, standardizarea practicilor comerciale, convențiile de versificație, regulile gramaticale sau altele ce țin de limbă) sunt necesare pentru ca acele domenii de acti-

vitare să poată funcționa lejer și să poată evolua. *Succesul unei relații nu ține mai mult de sinceritate, de respect reciproc și de comunicare decât de respectarea regulilor altora?* Ce e rău în a le avea pe amândouă dacă amândouă s-au dovedit a fi de ajutor?

Au existat și există mai multe sisteme de moralitate sexuală. De unde știu că acel standard pe care-l îmbrățișez eu este acela cu care ar trebui să fie toată lumea de acord? O societate ce se auto-guvernează trebuie să fie bazată pe o înțelegere coerentă și comună a moralității, așa încât membrul unei astfel de societăți să poată aplica legitimitate altor membrii standardele morale acceptate de societatea sa, atât în ceea ce privește sexul cât și referitor la alte aspecte. Sexul este o caracteristică fundamentală, iar efectele sale asupra vieților noastre prea complexe, subtile și puternice pentru ca noi să fim capabili să determinăm care este o moralitate sexuală aplicabilă, printr-o simplă raționalizare a acesteia. Cea mai bună abordare este deci să ne modelăm pe noi înșine după alții. Această modelare are de obicei loc odată cu transmiterea tradiției. Standardele pentru o moralitate sexuală probabilă trebuie deci găsite în tradițiile societății de care aparținem. Etaloanele pe termen lung se pot schimba în timp, dar prezumția este neapărat în favoarea lor. Aceasta este foarte adevărat, mai ales dacă standardele (ex., dezaprobarea față de adulter, sex premarital și homosexualitate) se aseamănă foarte mult cu acelea dezvoltate independent de alte civilizații majore, iar majoritatea idiosincrasiiilor (ex., proscriserea vestică a poligamiei) pare explicabilă în anumite premise acceptabile.

Nu este moralitatea sexuală tradițională opresivă și discriminatorie la adresa femeilor? Luând în considerare că acest lucru este adevărat, pare foarte greu de înțeles de ce femeile au fost întotdeauna adeptele, susținătoarele cele mai înfocate ale acestui model tradițional și de ce creșterea consecventă a instabilității mariajelor și a nelegitimătăților beneficiază de așa puțină implicare feminină. În fața acestui model, regula unui singur bărbat și a unei singure femei reprezintă o povară socială și materială pentru bărbații de succes cărora le place diversivitatea și sunt în situația în care pot obține ceea ce-și doresc, spre deosebire de femei care nu privesc sexul ca pe un bun de consum. Declinul moralei sexuale tradiționaliste a condus la o creștere mare a victimizării femeilor și copiilor. Tiparul este clar și universal. Femeile

căsătorite, ce locuiesc cu soții lor, sunt cele mai frecvente victime ale violenței. Majoritatea cazurilor de abuz de copii descriu copii care locuiesc cu unul sau cu ambii părinți biologici. Din moment ce abuzul de copii este în mod tipic o crimă comisă de iubiții mamelor sau de tații vitregi, lipsa tatălui sporește acest risc. Băieții care cresc fără tată sunt mai predispuși la comportamente violente decât cei ce cresc lângă ambii părinți, iar copiii care au fost martorii divorțului părinților sunt predispuși la relații sexuale instabile.

Din toate acestea tragem concluzia că imoralitatea sexuală conduce la violență, abuz și oprimare. Cu toate acestea, unii oameni nu suportă constrângerile. Toate instituțiile sociale care sunt preocupate de probleme fundamentale sunt considerate insuportabile, tiranice de către cei care s-au decis să nu le respecte punctele de vedere. Sistemul economic ne cere, sub amenințarea sărăciei, să mergem în fiecare zi la serviciu, să ne sacrificăm cele mai plăcute ore ale dimineții pentru a satisface cerințele altora. Sistemul legal ne cere să ne negăm propria natură prin restrângerea, limitarea impulsurilor, iar sistemul politic ne poate cere să ne sacrificăm chiar viețile pentru apărarea țării. Din moment ce suntem animale sociale, răspunsul nostru normal la aceste necesități este de a ne educa copiii în spiritul acceptării acestor cerințe, de a-i forma ca persoane bune, în sensul general acceptat, și să le cerem să arate puțină toleranță față de cei ce nu respectă aceleași reguli. În cazul sexului, evident, trebuie procedat la fel.

Supusă inevitabilului proces de schimbare în timp, ca de altfel orice mentalitate, mentalitatea omului contemporan despre sex poartă cu ea amprenta inconfundabilă a epocii. O epocă în care *Freud* este citit, studiat atât de adolescenți cât și de vârstnici, în care materialele „porno“ și instrumentele sex-shopurilor se află la îndemâna oricui, o epocă în care sexualitatea a devenit un larg subiect de interes public, dar continuă să rămână o îmbinare curioasă între morală și prejudecată, superstiție și religie, atitudini liberale și clișee pseudo sau antiștiințifice.



NORMALITATE VS ANORMALITATE

„Normalul interesează mai puțin fiindcă el este dirijabil. Anormalul, adică dispozițiile bolnăvicioase, creează piedici și fatalități pe care nici o putere nu le poate înlătura.“

Constantin Rădulescu-Motru

Dicționarul de psihologie *Larousse* precizează că normalitatea este o noțiune relativă, variabilă de la un mediu socio-cultural la altul și, în plus, face interesanta precizare că *în medicină există tendința de a se asimila omul normal individului perfect sănătos, individ care, la drept vorbind, nu există*. Cuvântul normal provine din latinescul *norma* (unghi drept), adică ceea ce nu oscilează nici la dreapta nici la stânga, ceea ce se află chiar în mijloc. Normalul este deci un termen calificativ ce implică o valoare (*Aș vrea să devin normal*). Normalul este și un termen descriptiv ce indică o medie (*Aș vrea să fiu normal precum ceilalți, ca toată lumea*). Anomalie provine din cuvântul grec *omalos* care înseamnă egal, regulat, neted, anomalie fiind deci un termen opus regularității. A fi anormal este altceva decât a avea o anomalie. Anormal este un adjectiv, un termen apreciativ, ce introduce o diferență calitativă.

Multe persoane tind să creadă că este anormal să experimenteze sau să-și manifeste propria sexualitate în altă manieră decât cea pe care o numim heterosexuală. Dar încercările de a legifera parametrul unui comportament sexual consensual, acceptat în cadrul intimității dormitorului cuiva, ar trebui să ne ridice tuturor semne de întrebare.

Un grup mic de indivizi, dar destul de sonor, încearcă să ne inducă ideea că lumea ar fi un loc mult mai bun dacă toți indivizii s-ar încadra în tiparul sexual curent, pretins normal. Unii merg până acolo încât afirmă că orice individ, adept al unor practici sexuale ce nu se încadrează în limitele normalității, ar trebui închis sau chiar executat, pentru a proteja societatea de răspândirea influenței ale deviate. Aceasta nu este în nici un caz o idee nouă ci a fost pusă în practică relativ recent de către un personaj faimos și infam, pe numele său Adolph Hitler. *Hitler* avea o viziune mai degrabă simplistă asupra umanității, văzând-o mai mult sau mai puțin ca pe o turmă de vite de prăsilă ce aveau nevoie să fie protejate de influențele raselor mai slabe. Ceea ce

n-a reușit *Hitler* să înțeleagă a fost că forța reală a umanității sau a oricărei alte specii constă în diversitatea sa. Diversitatea este cea care asigură continuitatea speciei, întrucât în mediu apar mereu elemente noi ce pun la încercare capacitatea noastră de a ne adapta.

Majoritatea conceptelor și ideilor moderne se nasc mai degrabă din mințile celor care stau la marginea normalității decât din ale celor ce trăiesc în mijlocul ei. Așa că, deseori, cei pe care-i etichetăm ca anormali sunt de fapt responsabili pentru multe din progresele civilizației noastre. Iar aceștia sunt cei pe care majoritatea oamenilor vor să-i schimbe, transformându-i în indivizi obișnuiți. Ceea ce mulți nu realizează este că „anormalilor“ trebuie să le mulțumim indubitabil pentru o mulțime de lucruri bune din care lumea în care ne-am născut este alcătuită; o lume din ce în ce mai tolerantă și mai deschisă în schimbul uneia dominate de o cruciadă prost condusă ce încearcă să distrugă diversitatea.

Dacă aruncăm o privire diversității comportamentului sexual uman natural, principalul punct de discuție tinde să devină diferențele noastre. Dar în ciuda diferențelor din comportamentul nostru și maniera în care ne manifestăm existența, dincolo de suprafață suntem cu toții asemănători. Suntem cu toții animați de aceleași „drive“ și cu toții înfruntăm obstacolele vieții. Cei ce au nevoie de un barometru pentru a judeca nivelul progresului individual în cadrul speciei umane, ar trebui să ia în calcul nivelul de toleranță și de acceptare a altor persoane. Cu cât suntem mai mult în stare să-i acceptăm și să-i tolerăm pe alții, cu atât suntem mai avansați. Cei ce încearcă să schimbe diferite aspecte ale comportamentului sexual al altora, trebuie să încerce să-și imagineze cum ar fi și cât ar dura dacă cineva ar încerca să le schimbe propriile obiceiuri sexuale. Întrucât răspunsul nu constă în a-i determina pe alții să se poarte conform propriilor obiceiuri, putem doar să încercăm să ne canalizăm energiile în a ne spori capacitatea de înțelegere a celorlalți.

V-ați pus vreodată întrebarea dacă sunteți anormal? Ați simțit vreodată că sunteți diferit de alți oameni și v-ați îngrijorat că nu sunteți normal din punct de vedere sexual? Credeți că aveți dificultăți în ceea ce privește intimitatea deoarece sunteți într-un fel neobișnuit sau sunteți incompatibil cu partenerul pe care-l aveți? Vom încerca să clarifi-

căm în următoarele rânduri câteva dintre aceste aspecte și să conturăm cât mai bine limitele dintre normal și anormal (patologic).

Dincolo de o sexualitate normală

Credințele și atitudinile comune joacă deseori roluri pe care nici nu ni le imaginăm. Cuplurile întâmpină deseori dificultăți pur și simplu pentru că urmează noțiuni împământenite, dar greșite despre sex și intimitate. Cea mai frecventă întrebare pe care o aude un sexolog este: „Doctore, sunt normal?“ Oamenii sunt pur și simplu îngrijorați, chiar obsedați, de normalitatea fanteziilor lor sexuale, a preferințelor, răspunsurilor, frecvenței, secretelor, problemelor, corpurilor. Teamă de a fi anormal sexual interferează și chiar împiedică plăcerea și intimitatea. Această teamă și consecințele sale reprezintă baza altor întrebări ce derivă din „Sunt normal?“, cum ar fi: „Mi-e teamă că-mi ia prea mult până ating climaxul“, „Cât de mult trebuie un bărbat să fie capabil să-și mențină erecția?“, „Cât de des fac alți oameni dragoste?“, „Sunt ciudat dacă îmi place mai mult sexul oral decât intromisia vaginală?“.

Oamenii uită că „normal“ poate avea mai multe semnificații: ceea ce este statistic comun, ceea ce agreează toată lumea, ceea ce solicită autoritatea, ceea ce este considerat moral, etc. Conceptele normalității sexuale s-au schimbat chiar de-a lungul vieții unui om – de exemplu, ideile societății despre homosexualitate, clitoris și sex ca „datorie a soției“. Din moment ce „normal“ poate însemna atâtea lucruri, devine clar că normalitatea este o construcție socială arbitrară.

Totul începe în copilărie

Preocuparea pentru normalitatea sexuală începe în copilărie. Toți copiii sunt ființe sexuale: copiii au sentimente și curiozități sexuale, se excită sexual și se lubrifiează vaginal, caută și se bucură de satisfacția sexuală, inclusiv de orgasm. O varietate de lecții subtile și explicite îi învață pe copii că sexul este totuși ceva rău. Fiind ființe sexuale și învățând că sexualitatea umană este rea, ei învață de fapt că oamenii sunt răi. Copii fiind, învățăm că trebuie să ne fie frică de a fi descoperiți ca fiind ființe sexuale și că nu trebuie să ne încredem în energia, curiozitatea și dorința noastră sexuală. De-a lungul copilăriei, cu toții suntem expuși la o serie largă de negativitate sexuală. Mesajele

includ: „Nu te simți sexual“, „Nu-ți atinge părțile sexuale“, „Corpul tău nu trebuie să fie o sursă de plăcere“, „A dori un contact sexual cu alte persoane este ceva greșit“, „A avea gânduri sau sentimente sexuale este ceva bolnav“ și, în cele din urmă, „Nu-ți exprima sexualitatea în nici un fel“. Acestea sunt mesajele familiilor iubitoare, ale bisericilor grijulii, ale școlilor conștiincioase. Cum ar putea un copil, oricât de sensibil, să nu se simtă anormal sexual într-un asemenea mediu? Totul se complică și mai mult deoarece nu oferim copiilor noștri efectiv nici un fel de informație sexuală concretă sau îndrumare. Educația sexuală de la școală este în principal una biologică sau, mai rău, se inoculează ideea de abținere și de teamă față de sex.

Adulții pe care copiii îi iubesc nu se recunosc de obicei ca fiind ființe sexuale și deci copiii nu-i pot privi ca pe niște modele sexuale, iar când vor crește vor fi foarte confuzi în privința sentimentelor pe care le vor avea. Copiii sunt bombardați cu publicitate și divertisment cu încărcătură sexuală, dar nimeni nu le spune ce să facă în privința acelor sentimente erotice vagi pe care le resimt.

Pubertatea

Iată cum se prezintă din punct de vedere sexual pubertatea: înspăimântătoarea menarhă, „visele umede“, fanteziile ciudate și inoportune, noua formă a corpului ce începe să atragă atenția – pentru toate acestea, cei mai mulți tineri nu sunt pregătiți. Atât pentru fete, cât și pentru băieți, speriați și naivi și știind că nu trebuie să pună întrebări, aceste experiențe le confirmă faptul că este ceva în neregulă cu sexualitatea lor.

De-a lungul pubertății, o serie de informații foarte importante sunt sistematic ascunse tinerilor – de teamă că acestea le vor „băga idei în cap“. Dar sentimentele sunt deja acolo, laolaltă cu dorința adolescentină de a se integra. În absența unei informări bune, deschise despre sexualitatea reală și responsabilitățile, consecințele și bucuriile sale, cine se oferă să-i învețe pe copii despre sex? Publicitatea și media, televiziunea, muzica și revistele sugerează cu impertinență că există o formulă pentru o sexualitate normală, iar aceasta presupune să ai un corp perfect, hainele potrivite, o atitudine cool și să ignori consecințele sexului. Adolescenții, din nefericire, cred în aceste concepții.

Fiindu-le negat accesul la informația sexuală, la modele, la îndrumare, ei nu pot ști ce înseamnă a fi normal din punct de vedere sexual, iar acest lucru îi tulbură întrucât ei simt nevoia urgentă de a fi sexual normali. Într-o lume în care sexul este ceva rău, cu toții vor să fie ființe sexuale cât mai puțin rele.

Maturitatea

Ajunși la maturitate, mulți dintre noi dezvoltăm o tulburare numită *anxietatea normalității*. Frica de a fi anormal sexual se continuă în stadiul de adult, când este subtil exploatată de către instituții sociale precum media, guvernul și religia organizată – cu scopul de a ne modela comportamentul și sentimentele. Această tehnică este folosită pentru a vinde produse, cu scopul salvării sociale și în spiritul bunului cetățean.

Anxietatea normalității în dormitor

Cum ne afectează aceasta în pat? Pe de o parte, ne determină să ne protejăm în timpul sexului, așa că, în loc să ne lăsăm energia erotică să ne ghideze, impunem energiei erotice o logică a fricii. Oare această mișcare pe care o fac va părea neîndemânatică? Dorința mea va intimida sau dezgusta? E ceva greșit să vreau asta?

Majoritatea femeilor, de exemplu, au nevoie de stimulare clitoridiană pentru a atinge climaxul – dar multe nu o solicită partenerilor lor deoarece își imaginează că alte femei n-au nevoie de așa ceva (iar acest tip de femeie va sfârși prin a se auto-critica atunci când nu va reuși să aibă orgasm).

Teama de a fi anormal sexual îi determină de asemenea pe oameni să-și înăbușe expresiile naturale ale corpului în timpul actului sexual. Prin negarea sunetelor, mirosurilor, respirației și mișcărilor naturale ale corpului, se inhibă plăcerea și orgasmul.

Un alt rezultat al fricii noastre este acela că nu suntem complet prezenți în timpul sexului ci, mai degrabă, ne observăm pe noi înșine și monitorizăm răspunsurile partenerului. În loc să ne experimentăm pur și simplu corpurile și sentimentele, alegem să evaluăm performanțele, să decidem cum a fost partida sexuală, în loc să simțim cum a

fost. Sexul devine mai mult o oportunitatea de eșec decât o celebrare a perfecțiunii umane.

Temerile noastre inhibă de asemenea explorarea sexuală; dacă descoperim că ceea ce ne place nu este ceva ce societatea ar aproba? Acest lucru ne-ar face să ne simțim anormali, vulnerabili (asta credem noi) la respingerea unui partener ofensat. Atunci când ne închipuim că sexualitatea noastră este periculoasă, rutina și sexul superficial rămân uni-cele variante.

Fricile noastre sexuale au și o expresie socială, deseori în opoziție cu educația sexuală, cu homosexualitatea, contracepția și arta erotică. Nevoia noastră stringentă de a fi „normali“ crează existența a ceva ce este „anormal“ și, în mod natural, tindem să ne distanțăm de acel ceva. Ceva ce devine al altora, nu al nostru și îl detestăm. Teama noastră de sexualitate din copilărie ne conduce la negarea anormalului din noi înșine, iar frica de sexualitate din perioada maturității ne determină să negăm anormalul din lumea care ne înconjoară.

Iată mai jos cele mai întâlnite zece variante ale întrebării

Sunt eu o persoană normală?

Sunt fanteziile mele sexuale normale?

Penisul meu/erecția, testiculele mele/labii/sânii mei au forma, mărimea și culoarea potrivită?

Mă lubrefiez prea mult/prea puțin atunci când mă excit. Sunt normală?

Spre deosebire de prietenii mei, îmi place/nu-mi place să urmăresc producții X. Sunt normal?

Pur și simplu nu-mi place sexul oral/mângăierea sfârcurilor/atingerea anală/sărutul cu gura deschisă. Sunt normală?

Vreau sex mult mai des decât prietena mea. Sunt normal?

Îmi place să fac dragoste, dar orgasmele cele mai puternice le am atunci când mă masturbez. Sunt normal?

Îmi place foarte mult să fiu imobilizată și tratată un pic mai dur în timpul actului sexual? Sunt normală?

Când eram în facultate, am făcut sex cu un alt cuplu de patru, cinci ori. Sunt normal?

Am nevoie să-mi fie mângâiat clitorisul pentru a avea orgasm. Sunt normală?

Într-o lume perfectă, asemenea întrebări n-ar trebui să existe pentru că oamenii nici nu s-ar sinchisi să și le pună.

Ce înseamnă, de fapt, a fi normal?

Oamenii care sunt preocupați de propria normalitate sexuală se află într-o dilemă dureroasă. Pe de o parte, se tem că nu sunt normali, se străduiesc foarte mult să devină ca atare și văd mereu aspecte pe care și le doresc diferite. Pe de altă parte, mulți dintre cei ce se cred normali trăiesc cu teama că ar putea pierde acest statut deoarece cei ce definesc ceea ce este normal ar putea schimba oricând criteriile normalității.

Singura modalitate de a scăpa de anxietatea normalității este ca oamenii să se decidă că „normalul“ nu este ceva relevant și că trebuie să-și preia controlul asupra propriilor vieți, să decidă că au dreptul să-și accepte sexualitatea, în termenii individuali. Iată câteva modalități de a proceda în acest sens:

a) Decideți-vă asupra valorilor sexuale (cu onestitate, responsabilitate și aprobare). Acesta trebuie un fel de ghid intern după care să vă orientați experiențele (ceva ce trebuie să vă facă să vă simțiți bine emoțional sau fizic), în locul ideilor sociale asupra a ceea ce înseamnă „normal“ (ceva ce ar trebui să fie corect sau greșit). În orice caz, valorile sexuale trebuie discutate cu partenerul.

b) Recunoașteți-vă țelurile sexuale. Acestea pot include auto-expresia, explorarea, intimitatea, oferirea și primirea, plăcerea, bucuria propriului corp și sentimentul de putere. Odată cunoscute țelurile sexuale (multe dintre cele de mai sus nu sunt discutate în public), există opțiunea de a putea participa la orice activitate sexuală ce se încadrează în acele țeluri, cu mențiunea că trebuie să coincidă și cu valorile sexuale.

c) Rețineți faptul că, atunci când vine vorba de sexualitate, în orice formă a sa, trebuie să aveți încredere în ghidul dumneavoastră interior („intuiție“, „presimțire“, „vocea interioară“) la fel de mult cum aveți încredere în orice altceva.

d) Rupeți conspirația tăcerii. Când vorbiți cu alții despre experiențele și sentimentele dumneavoastră sexuale reale (în loc să le prezentăm într-o lumină falsă sau să le trecem sub tăcere) trebuie să realizați că le conferiți putere și interlocutorilor. Izolarea de realitatea altora ajută la menținerea anxietății normalității.

„Nu ești normal“ Uneori, anxietatea noastră este o reacție la un partener care poate pune la îndoială într-un mod explicit normalitatea noastră sexuală sau poate insinua ideea că ceva nu este în regulă cu atitudinea noastră sexuală. Modelele cele mai întâlnite ale acuzațiilor fățișe includ termeni ca „nimfo“, „zdreanță“, „homo“, „frigida“ și „prea ciudat“. Când vă simțiți criticați în acest fel, întrebați-vă dacă partenerul dumneavoastră este preocupat de comportamentul dumneavoastră și nu de caracterul sau de sexualitatea dumneavoastră. De exemplu, dacă partenerul vă spune că vreți sex tot timpul și că asta „nu-i normal“, invitați-l la o discuție despre dorințele contrastante ale cuplului, mai degrabă decât să vorbiți despre problema dumneavoastră.

Nu vă apărați niciodată împotriva acuzațiilor de „anormalitate“; insistați ca normalitatea să nu fie subiectul dialogului. Doar în acest fel puteți evita argumentele de genul *cine are dreptate* și concentrați-vă pe aspectele importante. Pe de altă parte, îl puteți întreba pe partener ce înțelege prin „normal“. Asta va crea oportunitatea unei conversații despre crezurile fundamentale ale relației sexuale, conversație vitală oricărui cuplu ce va reliefa standardele după care este judecată sexualitatea dumneavoastră, standarde cu care puteți sau nu să fiți de acord. De asemenea, trebuie să vă ocupați și de comportamentul sexual al partenerului și de răspunsul dumneavoastră la el, și nu numai dacă acesta este sau nu „normal“. Dacă nu vă place o anumită activitate sexuală, ea nu trebuie să existe în viața dumneavoastră – nu este necesară nici o altă justificare. „Nu îmi place“ ar trebui să fie de ajuns.

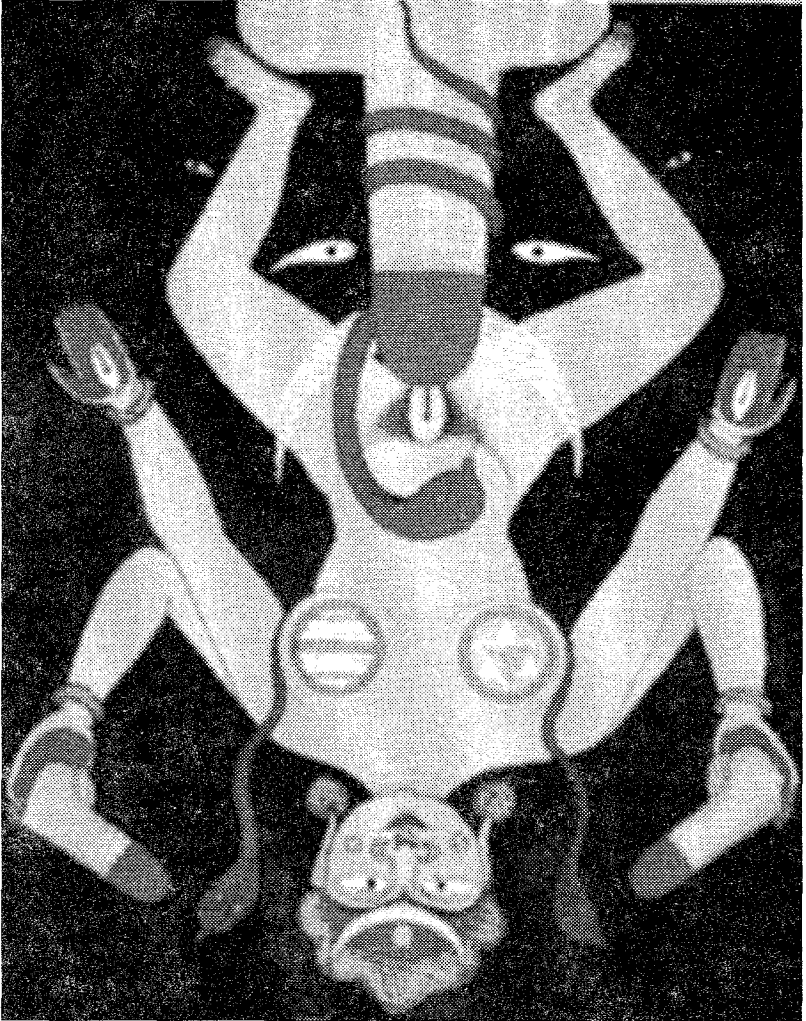
Asumarea responsabilității și preluarea controlului

Conceptul normalității sexuale presupune trasarea unei linii care să împartă ceea ce reprezintă o sexualitate social acceptabilă și una netolerată social. Indiferent de care parte a liniei vă aflați, simpla existență a acesteia este opresivă. Majoritatea dintre noi nu au informațiile, curajul sau încrederea în propria sexualitate pentru a pune la îndoială plasamentul acelei linii sau, mai mult, pentru a-i declara totala nerelevanță. Și, totuși, a proceda astfel este un pas important către eliberare, plăcere, intimitate și auto-stimă. Asumarea responsabilității și preluarea controlului asupra propriei sexualități reprezintă o parte dintr-o maturitate adevărată.

Mulți oameni se tem să nu „treacă hotarul“ către comportamentul periculos, gândind că hotarul imaginar este definit în funcție de partea din corpul unei persoane în care intră o altă parte din corpul unei alte persoane (și ce „jucărele“ folosesc înainte sau în timpul penetrării). Există o modalitate mult mai „sofisticată“ de apreciere a normalității: deținerea de valori puternice, clare și utilizarea acestora în ghidarea comportamentală și a propriilor sentimente către propriul comportament și consecințele sale. Astfel, violul este greșit pentru că-i lipsește consimțământul unei părți. A păcăli pe cineva pentru a obține sex, prin declararea falsă a iubirii, este greșit pentru că nu este onest. A expune un partener la o boală cu transmitere sexuală fără a-i aduce la cunoștință acest fapt este greșit pentru că este iresponsabil.

Mulți oameni sunt liniștiți când au certitudinea că știu ce este „normal“ - ei preferă un cod explicit (chiar dacă este bazat pe presupunerea că ei nu sunt adecvați). Acest lucru este în mod deosebit adevărat atunci când este vorba de sex, a cărui putere poate fi destul de înspăimântătoare. Mulți adulți găsesc că este foarte confortabil psihologic să aibă definiții fixe asupra a ceea ce este sexual „normal“ – chiar dacă acestea presupun excluderea unor părți din sinele lor fizic și emoțional. Acest lucru este trist întrucât frumusețea și darul magic al sexualității constă în aceea că oferă un loc în care nimeni nu poate greși doar pentru că este el însuși. Nu poți greși și nu poți răni pe nimeni dacă sexul practicat este onest, responsabil și consimțit. Există numeroase recompense pentru încrederea în propria sexualitate. A nu ști sau a nu-ți păsa ce este normal din punct de vedere sexual poate fi primul pas către revendicarea moștenirii sexuale.

OBICEIURI SEXUALE



„Dacă vei continua să faci ceea ce faci,
vei continua să primești ceea ce primești“.

John M. Capozzi

Omul nu este numai un animal politic ci în aceeași măsură și un animal erotic, *zoon erotikon*, având o sexualitate nu doar diferită ci de-a dreptul senzațională între toate animalele lumii.

O primă constatare este aceea că obiceiurile sexuale ale oamenilor sunt total diferite de ale oricăror mamifere – ca să nu vorbim decât de speciile cele mai apropiate de om, modul de a face sex al oamenilor fiind cel puțin ciudat, dacă nu de-a dreptul extraterestru, în raport cu acestea.

Specia umană este singura care, în cele mai multe cazuri, are nevoie de intimitate pentru a desfășura activitatea sexuală. În plus, pentru toate speciile, perioada fertilă este făcută publică, pe când la om este mai degrabă ascunsă sau neștiută chiar și de către femeie. Receptivitatea sexuală a femeii se întinde mult peste perioada fertilă, atât cea lunară, cât și cea de după vârsta menopauzei.

Practic există doar o scurtă pauză lunară care nu poate fi considerată ca propice pentru o experiență sexuală. Dar, culmea!, această perioadă este privită în majoritatea culturilor ca una de inferioritate și majoritatea femeilor o ascund. De asemenea, faptul că multe femei au diferite tulburări psihice în acest interval este mai mult legat de factori psihologici decât de vreo determinare biologică. În cele câteva zile în care femeii îi este mai dificil sau imposibil actul sexual, majoritatea culturilor o ostracizează sau o izolează. Cel puțin de la orice practică rituală. Din cele spuse până acum rezultă că, mai mult decât împerecherea în scop procreativ, pentru specia umană plăcerea pare să fie în prim plan.

Următoarea ciudățenie este legată de *paranoia paternală* întâlnită la specia umană. La majoritatea speciilor, importantă este transmiterea prin reproducere a unor caractere superioare, mai ușor de transmis când femela poate alege dintre mai mulți masculi reproducători cu care să se poată împerechea succesiv. Doar la om există o grijă deosebită ca urmașii născuți din cuplu să poarte întru totul zestrea

genetică, cu bune și cu rele, a tatălui formal. Mai mult, în societățile primitive, există obiceiuri de o cruzime neînchipuită, cum ar fi tăierea clitorisului, (obiceiuri împotriva cărora, sub auspiciile ONU, Naomi Campbell conduce o campanie mondială) – în multe dintre țările africane. Această practică barbară are drept scop reducerea interesului femeii pentru actul sexual, restrângându-i-se astfel plăcerea genitală, interesul pentru sex și, prin aceasta, păstrarea patrimoniului genetic conjugal. Interesant este aspectul paternal care se dă problemei, în majoritatea cazurilor adulterul masculin nefiind condamnat. Se uită foarte adesea că Eros era un zeu primordial, născut din Haos, și că personifica dragostea carnală, dar și hazardul.

Este adevărat însă că la nici o altă specie – alta decât omul – tatăl nu primește obligații concrete și pe termen lung în ceea ce privește securitatea și educația puilor. În același timp, specia umană este printre puținele, dacă nu chiar singura, la care incestul este un tabu absolut, fiind întotdeauna condamnat. Este un mod deosebit de protecție a patrimoniului genetic, evitându-se transmiterea caracterelor genetice nefavorabile prin consangvinizare. La fel de adevărat este însă că nici o altă specie nu are probleme de tipul complexului lui Oedip și, de regulă, nici un fel de alte complexe. Absența capacității speciei *homo sapiens* de a identifica momentele fertile altfel decât prin încercări repetate pare să fie cea care stă la baza interesului crescut pentru sex, alături de plăcerea propriu-zisă care, pe lângă componenta fiziologică, are un determinism psihologic major. Nici o altă specie nu are femele sau masculi care să fie folosiți sexual doar în scopuri ludice. Acesta este un lux enorm, din punct de vedere biologic, pe care doar specia umană și-l permite.

Ultimul aspect care diferențiază radical omul de celelalte animale este modul în care el își pune în valoare (prin reclamă) calitățile sexuale. Așa cum cerbul își poartă natural falnicele coarne, leul – coama maiestuoasă, iar păunul splendidul penaj, bărbatul folosește podoabe artificiale marca Porche, Armani sau Visa Card pentru a-și arăta nemăsurata capacitate de a oferi femeii, dar și generațiilor următoare, resurse deosebite, făcând pulbere poveștile cu macho dotați cu nuștiu-ce aparate performante. Nici un alt animal nu-și face reclamă sexuală având drept argumente venitul lunar cu mai mult de nouă ze-

rouri în coadă, conturile bancare sau poziția de vicepreședinte în vreun partid sau în vreo firmă. Așa cum Leul se mândrește cu coama, bărbatul își afișează contul din bancă, numărul zerourilor multiplicându-i potența.

Atributele corporale rămân adesea subiect de reclamă pentru partea feminină, dar – atenție! – acestea nu sunt niciodată de tipul unui bazin cât mai lat pentru nașteri ușoare, niște sâni foarte dezvoltati pentru o alăptare naturală cât mai îndelungată sau apariția menarhei (primul ciclu) la o vârstă foarte mică (8-9 ani), pentru o perioadă de viață fertilă cât mai lungă.

În finalul acestei dizertații vă oferim spre amuzament sau curiozitate (sau indignare sau groază) câteva dintre obiceiurile sexuale cele mai ciudate care se practică sau au caracter de lege în diferite țări de pe mapamond.

Astfel, multe țări din Orientul Mijlociu recunosc următoarea lege Islamică: „După ce se întrețin relații sexuale cu un miel, este păcat de moarte să-i mănânci carnea.“ În Bahrein, un doctor bărbat poate în mod legal să examineze organele genitale ale unei femei, dar îi este interzis să le privească direct în timpul examinării. El poate să vadă doar reflectarea lor într-o oglindă. În Liban, bărbaților li se permite prin lege să facă sex cu animalele, dar acestea trebuie să fie de sex feminin. Întreținerea de relații sexuale cu un animal de sex masculin este pedepsită cu moartea. Ritualurile vechi de circumcizie ale tribului Bala din Zair cereau ca, odată ce prepuțul unui tânăr băiat era tăiat, să fie înfășurat într-o frunză de banană și să fie pus pe un mușuroi de termite pentru a fi mâncat. Tatăl băiatului trebuia să stea de veghe până când toate resturile erau mâncate; dacă nu se proceda în acest fel, se considera că băiatul ar putea deveni mai târziu impotent. Tinerelor fete din Lenge (Africa de Est) li se cerea să fie dezvirginate de un penis făcut dintr-un corn, aceasta fiind o parte din ceremonialul drepturilor de pubertate. În Polinezia, adolescenții de ambele sexe sunt instruiți în tehnicile sexuale de o persoană mai în vârstă și cu experiență, iar în timpul acestei perioade li se permite să întrețină relații sexuale numeroase, înainte de a se căsători. „Case de plăcere“ speciale sunt construite pentru a oferi tinerilor posibilitatea de a deveni sociabili și de a avea relații sexuale. În Cafa (sud-vestul Etiopiei), un bărbat care

este găsit vinovat de violarea unei virgine, poate fi pedepsit prin tăierea capului sau a mâinii. Cea mai comună formă de căsătorie pe plan mondial este poligamia (un soț cu două sau mai multe soții). Antropologul George Murdock de la Atlas Ethnografic declara că din 849 de societăți studiate de el, 70% erau poligame. Poligamia nu mai poate fi practică azi pe scară largă așa cum se întâmpla înainte, din cauza costurilor prea mari de a întreține mai mult de o soție. Locuitorii din Insulele Trobiriand (Pacificul de Sud) sunt recunoscuți a fi cei mai liberi și puțini inhibați din punct de vedere sexual dintre toate societățile cunoscute. Copiilor li se permite să ia parte la orice tip de joc sexual și să aibă relații sexuale chiar de la o vârstă fragedă. Toate aspectele legate de sex, sunt considerate naturale și atât adulții precum și copiii își pot da frâu liber dorințelor sexuale. Vocabularul societăților din Polinezia nu are cuvinte care să desemneze „obscen“, „indecent“ sau „necurat“. Sexul nu este niciodată considerat o sursă de rușine sau jenă. În anumite țări islamice, femeile pot fi omorâte dacă săvârșesc un adulter în timp ce, prin tradiție, bărbații primesc doar o pedeapsă ușoară. În Arabia Saudită, adulterul este o ofensă capitală pedepsită prin omorârea cu pietre. Locuitorii din Tonga (Pacificul de Sud) permit relații sexuale înainte de căsătorie cu permisiunea părinților fetei și cu condiția să nu apară o sarcină. În cazul în care sarcina apare, cuplul vinovat trebuie să se plimbe în jurul satului, ținându-se de gât, mai multe zile și să stropescă cu o licoare magică gardul care înconjoară comunitatea pentru a împiedica contaminarea populației. Pe vremuri, băieți speciali aleși din Alaskan Koniag erau crescuți ca femei încă din copilărie și deveneau eventual soția unui șef de trib. Un obicei similar îl întâlnim la triburile din Greenland, acea persoană fiind numită Achnutshik. Homosexualitatea este o practică acceptată în zona Lacurilor Sud-Americane și Caquiteros. Căsătoriile homosexuale sunt frecvente. Chiar mai mult, femeile care au născut cinci fii au permisiunea să crească unul din ei ca fiind o fată.



PERVERSIUNILE SEXUALE

„Amon minșind cã vrea plăcinte
ceru lu' sor-sa Thamar;
când i le puse înainte,
o necinști ca un curvar.“

Francois Villon, De două ori baladă

Perversiunea sexuală reprezintă o conduită sexuală singulară în care partenerul nu este luat în considerare ca o persoană ci ca un obiect necesar satisfacerii sexuale și față de care subiectul resimte o ostilitate mai mult sau mai puțin conștientizată.

Termenul de perversiune sexuală este relativ recent, fiind introdus la sfârșitul secolului trecut de **Charcot** și **Magnan** în lucrarea «Inversarea simțului genital și perversiunile sexuale». Originea cuvântului perversiune se regăsește în latinescul «*pervertere*», care are sensul de a inversa, a întoarce.

Comportamentele sexuale care se îndepărtează de la o normalitate general intuită creează și astăzi o mare problemă de definiție, aflată sub influențe socioculturale. Parafiliile cuprind o mare varietate de comportamente, mergând de la periculoase și total bizare la relativ benigne, de la compulsive și irepresibile la incidentale. Adesea persoanele cu parafilii au vieți nonsexuale convenționale, iar adresabilitatea lor la sexolog sau psihiatru este de obicei foarte mică. De aceea, ele rămân de obicei în anonim până când comportamentul respectiv creează prejudicii altor persoane (așa cum se întâmplă în viol, pedofilie, sadism) sau subiectului însuși (în masochism, asfixiofilie sau asfixia autoerotică).

De-a lungul timpului perversiunile au ocupat un loc aparte în istoria culturală a fiecărei epoci, fiind fie reprimare, fie canalizate sau utilizate cu intenții precise. Astfel, pederastia era acceptată ca act inițiativ la unele triburi din Africa sau ca o relație educativ inițiativă în Grecia Antică. Travestirea se folosea în cadrul practicilor șamanice la sciți, de exemplu. Diverse practici perverse se regăseau în ritualurile dionisiace sau în ritualuri închinare zeităților feminine ale fertilității. Alte perversiuni au fost în general condamnate și respinse în mod uni-

versal. Este vorba despre universalitatea interzicerii incestului, precum și a sadismului criminal.

Care ar fi explicația acestei creșteri a frecvenței perversiunilor în societatea contemporană? În prezent, etiologia perversiunilor este considerată multifactorială, luându-se în considerare trei categorii cauzale: anormalitate a structurii cerebrale; experiențe traumatice pe parcursul dezvoltării: abandon parental, abuz repetat fizic, psihologic sau sexual, prostituție infantilă; aspecte problematice relativ minore pe parcursul dezvoltării: dificultăți relaționale cu părinții, răspuns idiosincronic la probleme minore

Dintre parametri care pot evalua severitatea unei parafilii primul este capacitatea de relaționare cu o altă persoană din punct de vedere sexual.

Din acest punct de vedere se descriu patru categorii de parafilii:

a) Expresii parafilice solitare

Este vorba despre indivizi cu fantasme perverse care din cauza rușinii sau a fricii de consecințe negative nu trec niciodată la punerea în scenă a fantezmei cu un partener. Comportamentul lor sexual este în întregime de tip masturbator, ei fiind cei mai puțin pregătiți pentru o relație sexuală obișnuită.

b) Comportamente parafile cu parteneri plătiți sau fără o confruntare directă

Aici se înscriu cei care practică perversiuni cu prostituate, precum și cei care folosesc linii telefonice erotice profilate pe perversiunea respectivă, sau internetul pentru camere de chat de profil. În toate aceste cazuri individul obține gratificarea sexuală cu iluzia unei relații interpersonale.

c) Fantezii parafile secrete cu parteneri de termen lung

Există subiecți care pot avea o relație mai complexă cu un partener, incluzând o activitate sexuală convențională în timpul căreia își desfășoară fanteziile parafile. Partenerul nu este pus niciodată la curent cu fanteziile respective, ceea ce permite menținerea relației pe termen lung.

d) Comportamente parafile negociate cu parteneri de termen lung

În aceste cazuri individul parafil formează un cuplu cu un partener neparafil și trebuie să obțină consimțământul acestuia pentru practica

comportamentului respectiv. Partenerul neparafil consimte de obicei în ideea de a asigura o oportunitate pentru contactul sexual și de a păstra monogamia. Consimțământul rămâne însă fragil, pentru partenerul normal faptul de a nu fi dorit pentru el însuși ci pentru îndeplinirea unui ritual parafil reprezintă o rană narcisică enormă. Un caz aparte reprezintă cuplul sado-masochist, dar și aici partenerii negociază cât de departe poate merge fiecare în comportamentul său.

Cel de al doilea se referă la nevoia de comportamentul parafilic pentru a obține excitația sexuală

a) absolut necesar

În formele cele mai severe de parafilie imageria sau activitatea specific parafilă sunt absolut necesare pentru orice funcționare sexuală, în absența lor persoana nemanifestând nici dorință, nici excitație nici orgasm.

b) necesar de obicei într-un mod oarecare

Este vorba despre forme de parafilie mai puțin severe, care lasă posibilitatea unui comportament sexual obișnuit. Totuși de cele mai multe ori sexul este posibil doar dacă este inițiat de partener sau dacă este folosit un fetiș, iar imageria parafilică este aproape întotdeauna prezentă. nu este necesar dar apare ocazional imagerie parafilă

c) folosite pentru intensificarea excitației

Există cupluri care ocazional folosesc elemente parafile de obicei benigne pentru a crea noutate și a alterna formele de excitație, păstrându-le ca simple experimente temporare pentru a intensifica excitația.

A treia dimensiune a comportamentului parafilic se referă la gradul de compulsivitate/impulsivitate

Cel mai important indicator al severității parafiliei rămâne gradul de control asupra comportamentului parafil, descriindu-se mai multe categorii:

- a. pierderea autonomiei față de comportamentul parafil;
- b. păstrarea autonomiei față de comportamentul parafil;
- c. impulsivitate.

Lipsa controlului nu este întotdeauna legată de preocuparea constantă pentru gânduri parafile. Uneori un comportament parafil impulsiv rezultă din simplul fapt că subiectul are oportunitatea să acționeze într-un mod asupra cărui a fost asmat anterior, apărând de obicei fără

prea multă elaborare sau considerare a consecințelor. Declanșarea comportamentului este legată de obicei de absența unui control social extern. (De exemplu un exhibiționist care zărește două eleve pe o stradă pustie).

De obicei compulsivitatea și impulsivitatea sunt intricate, declanșându-se una pe cealaltă.

Primul care a încercat o clasificare științifică a perversiunilor a fost **Krafft-Ebing** care a publicat în 1895 «*Psychopathia sexualis*».

Freud la rândul său a încercat o clasificare plecând de la conceptul de pulsione, pe care el o definește prin patru termeni: un impuls, o sursă (un organ), un obiect, un scop (plăcerea). În cazul perversiunilor, pulsionea este fixată de un scop sau obiect anumit, iar plăcerea nu poate fi atinsă în afara referirii la acestea. Astfel **Freud** vorbește despre perversiuni de obiect și perversiuni de scop.

Astfel pentru el perversiuni de obiect (prin obiect se înțelege persoana sau realitatea substitutivă care exercită atracția sexuală dominantă) sunt cele cu obiect uman și cele cu obiect nonuman

Perversiunea cu obiect uman reprezintă în psihanaliza clasică acea formă de atașament sexual unde partenerul pasiv amintește de primul partener interzis, adică mama. Acestea sunt: incestul (este pentru Freud perversiunea de obiect prin excelență, celelalte perversiuni de obiect reprezentând deplasări sau deturnări ale problematicii incestuoase), homosexualitatea, pedofilia, gerontofilia, autoerotismul (subiectul se consideră pe sine obiect sexual, identificându-se inconștient cu părințele inaccesibil) și necrofilia.

În perversiunea cu **obiect nonuman**, este vorba despre un substitut al obiectului, fie ca obiect parțial fie ca echivalent inversat, travestismul, fetișismul, zoofilia.

În ceea ce privește perversiunile de scop Freud notează scopul este plăcerea vizuală (a privi sau a fi privit): exhibiționismul, voyeurismul și plăcerea de a suferi sau a provoca suferința; masochismul, sadismul.

O altă categorie de perversiuni freudiene sunt perversiunile „prin supraestimare sexuală“.

Este vorba despre obținerea satisfacției, legat de zone erogene foarte precise, în mod aproape exclusiv, gura: preferința exclusivă pentru sărut, felație sau cunnilingus, anusul sau uretra.

Ultima categorie de perversiuni sunt cele legate de alegerea și numărul partenerilor.

Aici se încadrează *donjuanismul* (satisfacția este dată doar de plăcerea cuceririi), sexul exclusiv cu mai mulți parteneri simultan, alegerea exclusivă a unor parteneri cu anumite deficiențe (un membru amputat, etc), alegerea exclusivă a unor anumite situații (mijloace de transport în comun, de ex).

Clasificările ulterioare au plecat de la clasificarea freudiană, suferind mai mult sau mai puțin influența epocii respective. În urma revoluției sexuale a anilor '70 au fost reconsiderate o serie de comportamente clasificate de **Freud** ca perversiuni. Homosexualitatea, de exemplu, clasificată în 1952 ca afecțiune psihică, nu mai este stipulată în literatura de specialitate ca fiind boală psihică din 1973 și aceasta în urma presiunii mișcărilor gay din America.

La ora actuală sunt considerate drept patologice doar următoarele înclinații sexuale și doar dacă: individul trăiește impulsuri și fantezii sexuale intense și repetitive ce implică obiecte sau activități neobișnuite, individul acționează conform impulsului respectiv sau este foarte perturbat de acesta, preferința respectivă este prezentă de cel puțin 6 luni.

Următoarele categorii de comportamente intră în sfera patologicului:

Travestismul *reprezintă un fenomen heterogen, care îmbracă diferite forme:*

Travestism heterosexual (echivalentul travestismului fetișist).

În care perversul se imaginează bărbat și femeie în același timp, având în mod imaginar toate atributele și puterile celor două sexe. În același timp alegerea între a fi bărbat sau a fi femeie se va opera sub semnul unei nevoi de atotputere, fără a renunța la atributele nici unuia dintre sexe, inversând continuu rolurile cu ajutorul vestimentației.

În travestismul exhibiționism individul are nevoie de public, accentul fiind pus pe spectacol. Travestismul homosexual este întâlnit în prostituția homosexuală, accentul fiind pus pe seducție. Este de fapt o formă mai rară de travestism, cuplurile stabile de homosexuali folosindu-l extrem de rar. Există travestism și la bisexuali, corespunzând direct oscilării lor între cele două roluri, masculin și feminin.

În timp ce în *fetișismul* travestic bărbatul se imaginează ca femeie, în formele simple de fetișism se folosește un articol vestimentar (pantof, mănușă, etc). Activitatea sexuală este legată de fetișul în sine (de exemplu masturbare în prezența sau cu ajutorul unui pantof) sau fetișul este inclus în actul sexual cu o persoană (de exemplu actul sexual este posibil doar dacă partenera este încălțată cu pantofi cu toc, etc). În cele mai multe cazuri însă activitatea sexuală a fetișistului este solitară și se rezumă la masturbare.

În *exhibiționism*, individul își găsește satisfacția sexuală în expunerea sexului său în circumstanțe neconvenționale în fața unei (unor) persoane care nu se așteaptă la acest lucru. Excitația sexuală este legată de plăcerea vizuală. Exhibiționistul nu vizează o agresiune reală, scopul său, situat la limita între realitate și imaginar, fiind provocarea privirii celui alt. Pentru a ajunge la satisfacție, exhibiționistul are nevoie de respectarea unui scenariu prestabilit, care cuprinde un anumit loc (parcuri, locuri din preajma școlilor, etc.), moment, o anumită victimă (femeie, copil, rar bărbat) de obicei considerată impresionabilă, dar și un martor.

Cu toate că este mai puțin agresiv în intenție decât alte perversiuni, exhibiționismul este poate cel care ajunge cel mai frecvent în atenția penală și aceasta datorită petrecerii „la lumina zilei” și a raporturilor speciale „de provocare” pe care le are exhibiționistul cu autoritatea.

Voyeurismul reprezintă acea tendință recurentă sau persistentă de a privi persoane angajate într-o activitate sexuală sau intimă, asociată cu excitare sexuală sau masturbare, fără intenția de implicare sexuală cu persoana observată.

Voyeuristul își va găsi în această practică esența satisfacției sale. El nu urmărește manevre de apropiere sau preliminarii, ci o plăcere în sine în scopul căreia se va ascunde și își va multiplica artificiile (folosirea lunetelor, de exemplu). Procesele văzului sunt deci erotizate în mod prioritar și aproape exclusiv.

Sado-masochismul a fost poate cea mai studiată parafilie, fiind numită de Freud „cea mai frecventă și mai semnificativă dintre toate perversiunile”.

Sadismul și masochismul au în comun faptul că satisfacția sexuală este obținută ca urmare a suferinței, și aceasta în condiții precise, concrete, care variază considerabil de la un subiect la altul. O caracteris-

tică comună sadismului și masochismului o reprezintă realizarea satisfacției prin intermediul corpului, mai exact a pipăitului, atingerii.

În *sadism* subiectul nu poate ajunge la satisfacție fără a provoca partenerului o suferință reală. Actul sadic este limitat la sfera sexuală, producându-se într-un spațiu restrâns, limitat, după un anumit ritual care trimite la unele rituri sacrificiale. Sadicii sunt întâlniți în psihiatria judiciară după ce agresiunile lor au devenit cunoscute, violul (agresiunea sexuală a unei persoane care nu consimte) fiind cel mai frecvent.

În *masochism* subiectul nu poate ajunge la satisfacția sexuală fără a încerca o suferință fizică efectivă, rezultată din practici diverse și ale cărei modalități le decide în prealabil. În timp ce sadismul atrage atenția societății și ajunge în atenția penală, masochismul trece adesea neobservat, ajungând la medic doar dacă leziunile cauzate în timpul actului sado-masochist necesită îngrijire medicală. Dacă în sadism pe primul plan se situează trecerea la acțiune, în masochism esențial este acel scenariu imaginar în care masochistul este regizor și actor în același timp. Scopul urmărit este, pe lângă suferință fizică, și umilința (masochismul moral). În scenariul masochist subiectul păstrează în permanență controlul asupra acțiunii dinainte pregătite, întârziind la maximum accesul la satisfacție. Acțiunea se desfășoară conform unui „contract” care specifică în detaliu ce urmează să se întâmple. Partenerul devine un instrument docil care joacă scenariul stabilit, putând vorbi în acest sens de „sadismul masochistului”, în care agresiunea partenerului se prezintă în forme mai sofisticate decât sadismul sadicului, fiind tocmai de aceea extrem de erotizat.

Alături de sadism, *pedofilia* este perversiunea cea mai contestată și violent denunțată de-a lungul timpului. Un copil folosit ca partener sexual, chiar dacă aparent a consimțit, suferă o traumă, cu atât mai marcată cu cât seducția de către adult poate trezi în copil o serie de complicități, sursa de culpabilitate și de suferință ulterioară. Această complicitate trezită într-o ființă inocentă și suferință care rezultă de aici sunt cele ce atrag pe pedofil, din acest punct de vedere pedofilia înrudindu-se în mod clar cu sadismul. Diferența este ca în timp ce în sadism se urmărește direct provocarea suferinței, în pedofilie este vorba despre o provocare a plăcerii care este în același timp o provocare a suferinței.

Cine sunt pedofilii? În primul rând este vorba mult mai frecvent de bărbați, femeile fiind implicate foarte rar, și atunci datorită unor boli psihice majore, abuz de substanțe, organicitate cerebrală, sau asociate la acest comportament pervers de către un bărbat care le domină. Bărbatul pedofil poate fi interesat de copii în mod exclusiv de la începutul vieții sale sexuale și în acest caz vorbim despre „un pedofil fixat“. Există pericolul ca acești pedofili să se orienteze către profesii care le facilitează accesul la copii (în educație, de exemplu), ceea ce îi face deosebit de periculoși pentru societate. O altă categorie de pedofili au în paralel o orientare heterosexuală sau homosexuală adultă, în perioade dificile regresând la un comportament pedofil.

O caracteristică a pedofililor este totala lipsă de empatie cu victimele lor. Ei își găsesc adesea raționalizări ale comportamentului lor de tipul: «nu au făcut decât să educe copilul despre sex», «copilul a început primul», «copilul a consimțit», «copilului i-a făcut plăcere», «oricum, nu i-a făcut nici un rău, etc.». Această totală lipsă de culpabilitate precum și prezența raționalizărilor justificative fac din pedofilie una din cele mai greu de tratat perversiuni și poate cea cu riscul cel mai mare de recidivă.

Mulți dintre cei care prezintă perversiuni patologice au tulburări multiple ale preferinței sexuale. Prezența mai multor preferințe sexuale anormale la același individ este mai frecventă decât s-ar crede. Combinația cea mai frecventă este fetișism - travestism - sado-masochism.

Tot la limita patologicului se înscriu o varietate de preferințe sexuale neobișnuite, cum ar fi telefonul obscen, frotteurismul public (obținerea stimulării sexuale prin frecare de alte persoane în locuri publice aglomerate), activitatea sexuală cu animale, folosirea strangulării sau anoxiei pentru intensificarea excitației sexuale, preferința pentru parteneri cu anormalități anatomice (de exemplu un membru amputat), etc.

Tot aici se înscriu practici erotice extreme, prea rare pentru a justifica un diagnostic specific: folosirea urinei sau fecalelor în ritualul erotic, ritualuri masturbatorii incluzând introducerea de obiecte în rect (fist-fucking) sau uretra peniană, autostrangularea parțială, necrofilia, etc.



REVOLUȚIA SEXUALĂ

MAKE LOVE NOT WAR



Revoluția sexuală modernă își are antecedente în perioada în care Freud s-a decis să deschidă ușa către dormitoarele burgheziei vieneze și să vorbească mai clar și mai răspicat despre ceea ce se petrecea în intimitate. Considerată inițial o erezie și o îndrăzneală șocantă, atitudinea psihanalistului a generat o serie de schimbări în atitudinile și comportamentele sociale și în regulamentele instituțiilor care se refereau la problematica sexualității.

De-a lungul secolului douăzeci, sexualitatea a ocupat un loc central în cadrul dezbaterii publice. Cu o sută de ani în urmă, ideea de politici sexuale ar fi părut de neimaginat. Pentru exegeții perioadei anilor '60, când s-a declanșat așa-numita revoluție sexuală, amintirile reprezintă mai degrabă o sursă de umor și de nostalgie ușor tragică decât de inspirație politică.

La sfârșitul anilor 60 și începutul anilor 70, numeroasele proteste studentești, mișcările anti-culturale și apariția contraceptivelor au anunțat o prăbușire definitivă a vechilor valori care presupuneau o limitare a plăcerii sexuale feminine în cadrul căsniciilor heterosexuale și reglementarea sexualității masculine în public.

D.H. Lawrence șocase deja generația anterioară cu independența sexuală extramaritală a celebrului său personaj, doamna Chatterley, dar abia în anii '70 a fost acceptat faptul că viața sexuală a femeii ar putea să aibă și alt cadru decât căsnicia tradițională. Tineretul care s-a implicat în mișcarea pacifistă și în subculturile cooperative care au înflorit între 1967-1972 a luat ca punct central al acestei politici *eliberarea sexuală și libertatea sexuală*.

Filosofi precum *Herbert Marcuse* și *William Reich*, ce apărau așa numita „noua stângă“, au făcut fuziunea marxismului cu psihanaliza pentru a promova un gen de radicalism sexual revoluționar ce argumenta faptul că, din punct de vedere sexual, doctrina capitalismului înăbușise o serie de interese umane. Capitalismul presupunea o muncă

de auto-constrângere, compulsivă ce a fost considerată contrară oricărei expresii sexuale eliberate și spontane. Libidoul sexual ar fi fost deurnat și adus în serviciul producției și al consumului societății capitaliste. Burghezia încercase un secol mai devreme să promoveze o nouă identitate referitoare la privarea de libertate sexuală din interiorul domeniului privat al familiei heterosexuale. Mișcările anti-autoritare și revoluționare ale anilor '60 au văzut familia reproductivă ca suburbana, cu moralitatea ei constrângătoare, cu munca grea și cu puritanismul moral, ca pe o expresie a dominării de clasă.

Libertatea sexuală a fost considerată un efect al perioadei revoluționare. Pentru anii '60 toleranța, efervescența și spiritul inovativ au devenit adevărate metafore ale conflictului social al acelor vremuri. Pentru progresiști, se anunțau vremuri de agitație revoluționară care să conducă la mult dorita schimbare socială, la mișcările pentru drepturile civile, la decolonizare, la eliberarea femeii, la acceptarea homosexualității ca alternativă, la mișcări ecologiste de tipul *green peace*. Pentru conservatori, revoluția sexuală s-a transformat într-un țap ispășitor pentru multe din problemele aceluși timp. Multe aspecte, precum pornografia, destrămarea căsniciilor, familiile alcătuite dintr-un singur părinte, dependența de suportul oferit de stat (ex., șomajul), abuzul de droguri, crimele care implicau adolescenți, au fost considerate ca avându-și originile în „permisivitatea“ anilor '60.

Încercând o definiție, putem spune că **revoluția sexuală** se referă la acea schimbare radicală care s-a produs în domeniul sexualității în Vest, mai ales în Statele Unite ale Americii, în Marea Britanie și în alte țări bogate vorbitoare de limbă engleză. Apariția contraceptivelor orale și a tratamentului bolilor cu transmitere sexuală a dat sexului în afara căsniciei o nouă dimensiune. Sexul a început să fie mult mai explicit descris în cărți, în muzică și în alte mijloace de comunicare, publicându-se și ghiduri de tehnici sexuale. Anumite practici sexuale, precum sexul oral, căutarea orgasmului sau homosexualitatea, considerate înainte subiecte necuvenite pentru o discuție, au început să facă obiectul discuțiilor publice.

Măsura în care revoluția sexuală a determinat modificări majore în comportamentele sexuale este discutabilă. Mulți observatori ai epocii au sugerat că principala schimbare n-a constat în faptul că oamenii

făceau mai mult sex sau alt fel de sex ci în aceea că începuseră să vorbească despre sex mai deschis decât o făcuseră generațiile din perioada conservatoare a anilor 1930-1950. Reformulând acest punct de vedere, putem afirma că și bunicii au avut parte de distracție, dar n-au spus-o nimănui...

Acestea fiind spuse, este clar că atitudinile sexuale s-au modificat radical la majoritatea femeilor, însă abia peste o generație au început să-și însușească noile libertăți. La mijlocul anilor '80, comportamentul femeilor care atingeau maturitatea sexuală se aseamăna cu cel al bărbaților din generația imediat anterioară. Acestea aveau mai mulți parteneri (de două sau de trei ori mai mulți) și își începeau viața amoroasă mai devreme (cu trei până la cinci ani) față de femeile din generația anilor '70. Atitudinea socială față de sexualitate a devenit notabil mai conservatoare în anii '80, datorită apariției SIDA. Pe scurt, revoluția sexuală a anilor șaiszeci și consecințele sale ar putea fi sintetizată astfel:

- Sexualitatea a devenit politică, devenind una din axele ideologice în jurul căreia se polarizau mișcări sociale organizate;

- Rolurile femeilor și ale bărbaților s-au modificat datorită mișcării de eliberare a femeii. o serie din atribuțiile fiecărui sex a fost preluat de celălalt. A crescut implicarea femeii în sfera publică și autonomia sa personală privind alegerea momentului reproducerii și și exprimarea sexualității;

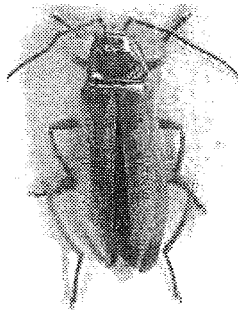
- Mișcările homosexualilor și ale lesbienelelor s-au mobilizat din punct de vedere politic începând să-și ceară drepturi, în special pe cel al nediscriminării;

- S-a creat o releativizare a graniței rigide dintre familia privată și sfera publică, orientată individualist;

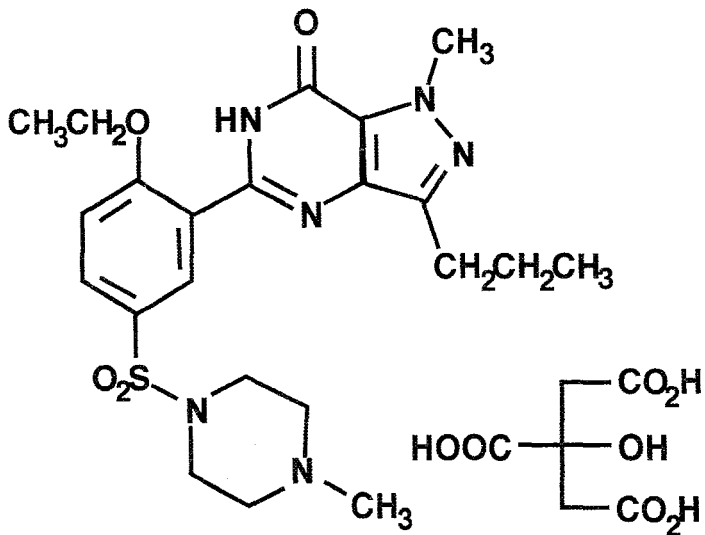
- Reglementările legale și medicale referitoare la sexualitate au suferit o serie de reforme;

- A crescut comercializarea și a fost facilitat accesul asupra unor practici și dimensiuni ale sexualității prin pornografie și mass-media. Concomitent, s-a produs și „relaxarea“ legilor asupra cenzurii. Din perspectivă istorică, revoluția sexuală a anilor '70 rămâne un fenomen notabil cu implicații uriașe asupra cercetării în domeniul sexualității, un moment de deschidere autentică spre o altă modalitate de a discu-

ta lucrurile. Chiar dacă, așa cum se întâmplă în orice revoluție, au existat o serie de erori și chiar dacă „revoluționarii sexului“ au crezut că au descoperit America, timpul a așezat faptele într-un făgaș normal și în lumea secolului XXI mulți cred că revoluția continuă.



CANTHARIS VESICATORIA (Cantarida)



FORMULA SILDENAFILULUI (Viagra)

STIMULENTELE SEXUALE

„Puțini știu taina iubirii.
Simt foame nepotolită și veșnică sete.“

Novalis

Preocuparea oamenilor pentru stimulentele sexuale este la fel de veche ca omenirea însăși.

Legenda spune că Afrodita/Venus, mama lui Eros/Cupidon, le-a făcut cunoscut oamenilor faptul că anumite plante au proprietatea de a stârni dorințele carnale și de a facilita actul sexual.

Proprietățile acestor plante sunt cunoscute încă din preistorie, iar pe seama lor s-a scris și discutat de nenumărate ori. De-a lungul timpurilor, majoritatea culturilor și-au dezvoltat obiceiuri și tradiții populare în jurul acestei dorințe de a îmbunătăți calitatea actului iubirii.

Tehnicile de stimulare a sexualității poartă diferite denumiri, fiindu-ne cunoscuți termeni ca „descântec“, „vrajă“, „tonifiant“, „întăritor“, „afrodiziac“, „elixir“, „poțiune“, etc. Aceste modalități magice, ce fac apel la una dintre nevoile primare ale omului, sunt menite să provoace efecte dintre cele mai diferite, stimulând fie simțurile vizuale, fie cele auditive sau olfactive, fie având rol psihoterapeutic. Este evident că scopurile pentru care individul uman caută rețete miraculoase de a se menține în formă sau de a-și îmbunătăți performanțele fizice sunt acelea de a avea succes în atragerea unui partener de sex opus și de a-și menține un tonus psihic pozitiv și o imagine favorabilă asupra propriei personalități. Spre deosebire de alte entități din regnul animal sau floral, omul, pe lângă instinctul natural de reproducere, este într-o permanentă căutare de căldură sufletească, are nevoie de afectivitate, de securitate și de certitudinea apartenenței la un cuplu.

Iubirea fizică este o trăsătură importantă și obișnuită a vieții de zi cu zi a ființei omenești și, de aceea, ea caută noi resurse pentru a-și potența sau diversifica trăirile corpului sau pe cele emoționale.

Cea mai prețioasă și populară resursă o reprezintă acele plante despre care se spune că ar reprezenta stimulente sexuale, bine-cunoscutele *plante afrodisiace*. Multiplele elixire pe bază de plante au fost preparate și administrate sub diferite forme, având uz intern (licori, tincturi, vinuri, ceaiuri, capsule, etc) sau extern (esențe, parfumuri,

fumigații, băi generale sau locale, unguente, cataplasme, frecții, etc). Aceste tactici sunt încărcate de un puternic caracter magic, ezoteric, în care factorul psihic are o mare importanță.

În literatura de specialitate găsim aceste elixire ale dragostei, clasate în trei categorii: *elixire tonice generale*, cu efecte stimulative fizice sau psihice, de tipul celor administrate pentru pofta de mâncare; *elixire afrodisiace*, recomandate atât pentru creșterea apatitului sexual, cât și pentru tratamentul unor disfuncții sexuale masculine (impotență, sterilitate, comportament sexual patologic) sau feminine (frigiditate, sterilitate); „*elixire anafrodisiace*“, constituite din acele plante care inhibă pulsiunile sexuale sau comportamentele sexuale violente, excesive sau aberante.

Vă expunem în continuare o serie de plante ce au proprietățile sus-amintite, detaliind câteva dintre modalitățile de preparare ale acestora, încercând de asemenea să le oferim și o localizare geografică. În același timp facem cunoscut faptul că multe dintre aceste plante sunt comercializate atât în magazinele de specialitate, de tipul plafarelor sau farmaciilor, cât și în locuri mai puțin convenționale, cum ar fi tarabele piețelor sau „birourile“ și „saloanele“ vrăjitoarelor la modă.

O primă plantă pe care o luăm în discuție este **Ginseng-ul** (Panax Ginseng), întâlnită sub diverse denumiri precum *Ginsenul asiatic*, *Rădăcina „cap de om“*, *Regina plantelor*, *Darul fulgerului*, *Spiritul pământului*. Această super-plantă crește în zonele muntoase ale Orientului Îndepărtat, în țări precum China, Japonia, Coreea, Mongolia. Ginseng-ul este un panaceu, de la denumirea sa latină - panax - ceea ce înseamnă „bun la toate“. Astfel, cercetările efectuate au scos la iveală faptul că folosirea acestei plante are următoarele beneficii:

- încetinește procesul de îmbătrânire biologică a celulelor;
- stimulează sistemul de apărare al organismului și crește rezistența generală a acestuia;
- crește producția de foliculină la femei;
- ajută la producerea ejaculării și la repetarea ei la bărbați;
- stimulează activitatea inimii, a sistemului vascular și a celui nervos;
- influențează procesele metabolice ce duc la creșterea secrețiilor interne (hormoni, enzime)

Ginsengul se utilizează din timpuri străvechi, iar cunoscătorii beneficiilor acestei plante continuă s-o face și astăzi, fie că este sub formă de pulbere, de infuzie, condiment în mâncăruri, pus la macerat în alcool și ingerat în doze bine stabilite. Această plantă, extrem de activă terapeutic, se poate găsi în farmacii, sub formă de capsule sau praf de rădăcină.

Zona Orientală este recunoscută pentru o serie de plante cu efecte similare ginsengului, dintre care vom enumera pe cele mai populare. O plantă ce crește în sud-estul Asiei și în Rusia extrem-orientală este **Piperul sălbatic** (*Eleutherococcus*). Piperul sălbatic este un arbust ale cărui fructe uscate conțin o multitudine de substanțe terapeutice – gluclide, celuloză, pectine, uleiuri eterice, microelemente. Efectul afrodisiac al piperului sălbatic este dat de un glicozid numit eleuterozid. O altă specie de plantă cu proprietăți elixirice este **Wujia** (*Acanthopanax senticosus*), folosită pentru combaterea tensiunii arteriale, a neurasteniei și a impotenței sexuale. Pentru proprietățile lor în stimularea dorinței sexuale, dar și pentru tratarea impotenței sunt cunoscute și efectele următoarelor plante: **Kochia scoparia** (*Chenopodium scoparia*), **Mur** (*Rubus hirsutus*), **Corn japonez** (*Cornus officinalis*), **Schinduf** (*Trigonella foenum graecum*). În China, se folosesc de foarte mult timp fructele arbustului numit **Dud de hârtie** (*Bronssonetia papyrifera*), ca afrodisiace, dar și ca tratament pentru sterilitatea și dismenoreea feminină și spermatooreea sau impotența sexuală la bărbați.

Să ne aruncăm un pic privirea asupra Indiei, care prin medicina ei tradițională, numită *Ayurveda*, a influențat o serie de alte țări, cum ar fi Nepalul, Afganistanul, Pakistanul, iar în timp conceptele acestei medicini naturale s-au extins de-a lungul globului. Filozofia Ayurveda are ca scop principal menținerea sănătății organismului uman, prin folosirea exclusivă a metodelor de menținere și vindecare pe cale naturală. Indienii folosesc pentru creșterea dorinței sexuale, dar și pentru provocarea avortului la femeii un elixir obținut dintr-o plantă agățătoare, numită **Lemn dulce** sau **Copacul de mărgele** (*Abrus precatorius*). Preparatul se administrează după ce semințele acestei plante au fost mărunțite și fierte în lapte. Mulți au plătit cu viața după ce au consumat abuziv, în doze prea mari, acest produs, deoarece lemnul dulce conține substanțe foarte toxice, de tipul stricninei. În această zonă

geografică, din frunzele de **Aloe** (*Aloe barbadensis*) se obține un suc afrodisiac ce se administrează în doza de o lingură, după mesele principale. Nucile de Betel, culese din palmierul **Areca** (*Areca catechu*), se prăjesc (crude pot fi toxice) și se mestecă pentru mult timp. Efectul afrodisiac survine după un timp de mestecare și-i conferă utilizatorului o stare generală de bine și o înclinație momentană către pasiunile trupești. Tot indienii folosesc, în același scop, și semințele de **Bumbac** (*Gossypium herbaceum*), fructele de **Mango** (*Mangifera indica*) sau cele de **Curmal** (*Phoenix dactylifera*). Ca fiind afrodisiac mai este cunoscut și condimentul numit **Ghimbir** (*Zingiber officinale*), produs ce se găsește și la noi în țară, în farmacii sau supermarketuri. Din **Cânepa indiană** (*Canabis sativa* var *indica*) se fabrică un drog foarte puternic și periculos și care poate fi găsit sub diferite denumiri – hașiș, marijuana, kif, ganja, etc. Aceste droguri provoacă halucinații, excitație sau inhibiție sexuală, exaltare, vise frumoase... Aceste derivate din cânepă indiană sunt interzise aproape în toată lumea prin lege, fiind considerate droguri ce dăunează profund organismului (hașișul nu a fost numit degeaba „moartea albă”).

Africa, următoarea zonă asupra căreia ne vom opri, are o puternică tradiție în privința medicinei alternative, din nefericire însă fiind vorba numai de tehnici curative transmise de la o generație la alta, prin viu grai. Astfel, africanii au scris foarte puțin despre plantele pe care le folosesc, păstrând cheia leacurilor și a elixirelor doar pentru ei. Din puținele informații pe care le deținem, știm că se fabrică băuturi neurotonice și afrodisiace dintr-o plantă foarte parfumată numită **Carrigiola telephiifolia**. Potența sexuală poate fi sporită prin consumul unor plante ce cresc în Libia, Tunisia, Maroc, purtând numele de **Paronychia arabica** și **Paronychia argentea**. O plantă des întâlnită în Africa este **Susanul** (*Sesamum indicum*), pe lângă folosirea ei în alimentație, africanii atribuindu-i și proprietăți magice, de stimulant sexual. Același lucru este valabil și în cazul **Coriandrului** (*Coriandrum sativum*). În Ghana, Liberia și Nigeria crește o specie de **Ficus** (*Ficus capensis*), folosit frecvent pentru tratamentul sterilității, dar și ca afrodisiac. Iată o rețetă marocană de delicioasă culinar, cu efecte sigure de resuscitare a dorinței fizice: pentru a prepara **Magiunul marocan** aveți nevoie de sâmburi de migdale, miez de nucă, miez de ghindă, stafide,

rădăcină de ghimbir, scorțișoară. Toate acestea se mărunțesc, li se adaugă miere de albine și unt. Amestecul obținut se tăvălește prin susan și se servește cu intenția de a produce „chef”. Alte plante utilizate în acest scop ar mai fi: **Castravetele african** (*Momordica charantia*), **Garnicia cola**, din care se prepară celebra băutură Bitter Kola, **Mușetelul de Africa** (*Anacyelus pyrethrum*), **Șofranul** (*Crocus sativus*), **Salata de Grădină** (*Lactuca sativa*). Special pentru disfuncțiile sexuale ale femeilor se folosește o infuzie din partea superioară a plantei numite **Sugărelul alb** (*Teucrium polium*), numită și Dâmbăț.

America de Nord și cea Latină nu fac excepție de la regula globală a unei tradiții privind medicina naturală, cu toate modalitățile ei terapeutice, pentru diferite afecțiuni, mai superficiale sau mai grave. În Martinica, Puerto-Rico și Cuba crește **Trestia mută** (*Dieffenbachia seguine*), din ale cărei frunze se prepară o infuzie ce se administrează femeilor, cu scop afrodisiac, contraceptiv sau ca tratament pentru dismenoree. Populația masculină din Jamaica, din Dominica sau Tobago folosesc pentru potențarea virilității un decoct dintr-o plantă numită **Eryngium foetidum** – aceasta se pune la macerat în rom și se adaugă și puțin pelin. Nord-americanii se bazează pe puterea de stimulare a **Rădăcinii sângerii** (*Sanguinaria canadensis*) și a unei specii de **Păpădie** (*Taraxacum officinale*). Celebra băutură Maté, folosită de brazilieni, argentinieni, paraguaieni și alte nații sud-americane, în scop tonifiant, este preparată din planta numită **Yerba Maté** (*Ilex paraguaniensis*). Mexicanii se stimulează utilizând fructele **Arborelui de cacao** (*Theobroma cacao*) pentru a obține băutura cu același nume. Iată o rețetă de poțiune magică ce are la bază această plantă: se amestecă praful de cacao cu puțin ardei iute, cu piper, vanilie, anason, scorțișoară, petale de trandafir, migdale, miere și lapte. Efectul este garantat!

O altă băutură afrodisiacă sud-americană, cu gust ușor-amarui, de realizează din mixtiunea de **Nucșoară** (*Myristica fragrans*) cu anason și scoarță de **Columbrina elliptica**. În 1886, a apărut pe piața nord-americană o băutură preparată din ulei de coriandru, scorțișoară, lăsmâie, vanilie, caramel, extract de frunte de coca, glicerină, alcool și alte câteva ingrediente nedivulgate de către producător. Această băutură se numea *Coca-Cola* și avea să facă în scurt timp ocolul globului devenind poate cea mai cunoscută băutură răcoritoare a tuturor tim-

purilor. Având în vedere că din frunzele de Coca se extrage cocaina, Coca-Cola are un puternic efect excitant al sistemului nervos, fără a o transforma însă pe aceasta într-un drog.

Prima plantă cu proprietăți afrodisiace care reprezintă bătrâna Europă și pe care o luăm în discuție este **Mătrăguna** (*Atropa belladonna*). Din aceasta s-a preparat timp de secole un elixir pentru necesitățile sexuale; din nefericire, concentrațiile puternice de atropină din această plantă, o fac să fie foarte toxică, renunțându-se la uzul ei în afara laboratoarelor farmacologice de specialitate. Cunoașteți cu siguranță poveștile despre crimele pasionale, în care protagoniștii foloseau ca metodă de anihilare a victimei o otrăvă extrasă din mătrăgună (era, bineînțeles, vorba despre atropină). Legătura dintre sexualitate și violență își găsește încă o ilustrare în această dublă ipostază a folosirii mătrăgunei...

Iată o rețetă culinară din timpul Evului Mediu, numită **Sos papal**, despre care se credea că are efecte revitalizante asupra întregului organism, stârnind astfel și pasiunea carnală: din carne de vițel, felii de șuncă, unt în amestec cu ceapă, țelină, morcovi, pătrunjel se prepară un sos care se stinge apoi cu vin alb, bulion de roșii, usturoi, cuișoare și coajă de lămâie. La final se adaugă pătrunjel proaspăt. Chiar dacă legătura dintre această originală combinație și denumirea ei ne scapă suntem siguri de efectul afrodisiac al ineditului preparat, dacă el este servit într-o ambianță deosebită și însoțit de un excelent vin roșu.

Alte plante europene, recunoscute ca având astfel de beneficii, sunt **Anghinara** (*Cynara sativus*), sub formă de infuzie, **Menta** (*Mentha spicata*), chiar și sub formă de ceai, **Sovârvul** (*Origanum compactum*), **Pătlăgina de apă** sau **Limbarița** (*Alisma plantago-aquatica*), **Siminocul** sau **Floarea patului** (*Gnaphalium uliginosum*), **Lotusul** (*Nelumbo nucifera*). Din **Obligeană** (*Acorus calamus*), o plantă ușor de găsit și în România, se face un decoct afrodisiac, după o rețetă indiană. Obligeana, amestecată cu piper negru, se administrează în doză de 2, 3 linguri, cu o jumătate de oră înainte de actul sexual. Afrodisiac este și **Usturoiul** (*Allium sativum*): două căpățâni se fierb în lapte și apă și se recomandă în doză de 2, 3 linguri, de trei ori pe zi. În viziunea farmaciei naturiste românești, impotența sexuală poate fi combătută prin utilizarea unei infuzii din **Știr sălbatic** (*Amaranchus*

retroflexus) sau din **Măcriș de grădină**, numit și **Creson** (*Lepidium sativum*). O rețetă afrodisiacă românească, destul de complicată, numită „*Elixir de viață bună*“ se realizează astfel: 25g de Aloe, câte 2,5g de rădăcini de Gențiană și Revent, rădăcini de Zedoria, Șofran și Agaric alb se dizolvă într-un litru de alcool de 60°. Se lasă la macerat, acoperite, timp de 10 zile; se filtrează apoi și se administrează în cantitate de 5-10 ml pe zi.

În încheierea acestei incursiuni în lumea plantelor afrodisiace, trebuie să spunem câteva cuvinte și despre cel mai cunoscut remediu modern și științific al *disfuncției erectile*, **Viagra**. De la introducerea sa pe piața farmaceutică, în martie 1998, primul tratament oral al disfuncției erectile, o afecțiune cunoscută până nu demult sub numele de *impotență sexuală*, a beneficiat de o atenție sporită din partea mijloacelor de comunicare în masă, creându-se deja mituri legate de folosirea acestui medicament. Studiile asupra *sildenafilului*, substanța activă din Viagra, au început în 1991 în laboratoarele Pfizer din Marea Britanie, sub coordonarea cercetătorilor Peter Ellis și Nick Terrett. Acestea au deschis o adevărată eră a tratamentelor eficiente. Din anul 1998, de când a fost aprobată de către exigentul for american FDA spre vânzare, pilula minune a fost folosită de mai mult de 16 milioane de bărbați cu o rată de succes de peste 80%. La ora actuală, la fiecare nouă secunde, cineva, undeva în lume folosește pilula albastră. Elixirul modern al iubirii – 100000 de utilizări zilnic, un record aproape de neegalat.

Singura rețineră pe care pacienții o au când utilizează pilula albastră este cea legată de eventualele efecte adverse sau chiar de a muri. Iată câteva din situațiile mai riscante decât a lua o tabletă de Viagra. Vă veți convinge că merită să riscați. Cel puțin și pentru faptul că o clipă de dragoste merită orice risc.

Riscul anual de	Șanse
a muri din cauză că un avion a căzut pe tine	0,04 la un milion
a fi ucis de trăsnet	0,4 la un milion
a suferi răni grave din cauza decorațiunilor de Crăciun	15,4 la un milion
a suferi un infarct miocardic nefatal la 2 ore după un contact sexual	1-2 sute la un milion
a muri într-un accident auto	200 la un milion
a suferi o rană serioasă produsă de un cuțit de bucătărie	2000 la un milion
a suferi răni grave produse de aparatura de fitness	2500 la un milion
a te răni pe scări	3333 la un milion
a te îmbolnăvi de toxiinfecție alimentară	40000 la un milion
a contracta o boală cu transmitere sexuală	50000 la un milion



TABUURI SEXUALE

„Nimic nu-i bun sau rău în sine, totul depinde de modul în care privești lucrurile.“

W. Shakespeare

Tabu este un cuvânt de proveniență polineziană, a cărui traducere este astăzi destul de dificilă, întrucât lingviștii nu mai au cunoștință de sensul său inițial. Știm însă că antonimul acestui cuvânt, în limba polineziană, este reprezentat prin termenul *noa* care înseamnă obișnuit, accesibil oricui. Cuvântul *tabu* își regăsește sinonime în diferite limbi, astfel că românii foloseau termenul *sacer* pentru a desemna ceva interzis, grecii utilizau cuvântul *αγτος*, iar evreii utilizează în același scop termenul *kodausch*. La noi, semnificația tabuului beneficiază de două sensuri opuse. Pe de o parte, înseamnă sacru, consacrat, iar pe de altă parte dezagreabil, periculos, interzis, necurat. Tabuului i se atașează, în consecință, ceva similar cu ideea de reținere și, evident, tabuul se manifestă esențialmente în interdicții și restricții. Expresia noastră „teama de cele sfinte“ corespunde adesea sensului tabuului.

Restricțiile impuse prin tabu sunt întrucâtva altele decât interdicțiile religioase sau morale. Interdicției tabuiste îi lipsește orice înțelegere, având o proveniență necunoscută. Neînțelese pentru noi, ele par de la sine înțelese pentru cei care se află sub dominația lor.

Cercetătorul *Wilhelm Wundt*, pasionat de domeniul tabuului, îl caracterizează pe acesta ca fiind cel mai vechi cod de legi nescrise al umanității. El a admis îndeobște că tabuul este mai vechi decât zeii și că datează dintr-o epocă anterioară oricărei religii. Antropologul britanic *Northcote W. Thomas*, referitor la aceeași problemă, este de părere că tabuul, luat în sensul cel mai strict, exprimă doar: a) caracterul sacru (sau necurat) al unor persoane sau lucruri; b) modul de îngrădire care rezultă din acest caracter și c) inviolabilitatea (sau impuritatea) care își au originea în încălcarea acestor interdicții. Într-un sens mai larg, se pot distinge diverse modalități de tabu: a) un tabu *natural* sau direct, care este produsul unei forțe misterioase (*Mana*), atribuită unei persoane sau unui lucru; b) un tabu *transmis* sau indirect, care provine tot de la acea forță, dar fie că este 1) dobândită, fie 2) conferită unui preot, unei căpetenii sau chiar unui ins oarecare; c) un

tabu care deține o poziție de mijloc între celelalte două, când ambii factori sunt luați în considerare (ex., apropierea unei femei față de un bărbat).

Finalitățile tabuurilor sunt de diferite genuri. Astfel, ele urmăresc protejarea persoanelor de seamă, cum sunt căpeteniile, liderii, preoții sau a unor obiecte împotriva unei posibile vătămări. Tabuul acționează pentru securitatea celor slabi – femei, copii, oameni de rând – în fața puternicei Mana (puterea magică) a preoților și a diverșilor lideri; ocrotește împotriva primejdiilor legate de atingerea cadavrelor sau de gustarea anumitor alimente. Tabuul asigură împotriva perturbării unor acte importante de viață, cum sunt nașterea, inițierea bărbaților, căsătoria, activitățile sexuale; apără ființele umane de puterea sau mânia zeilor sau a demonilor; păzește împotriva feluritelor pericole a celor încă nenăscuți și a copiilor mici care, din cauza dependenței lor simpatetice de părinți, sunt amenințați atunci când aceștia fac un anumit lucru sau umblă cu alimente a căror gustare ar putea transmite copiilor însușiri speciale.

Pedeapsa pentru încălcarea unui tabu era probabil inițial lăsată în seama unui mecanism intern, eficient în mod automat. Tabuul violat se răzbună el însuși. Odată ce intervin reprezentările zeilor și ale demonilor, cu care tabuul este pus în relație, se va aștepta o sancțiune automată din partea puterii divinității. În alte cazuri, probabil ca urmare a unei dezvoltări ulterioare a noțiunii, societatea este aceea care preia pedepsirea neșăbuitului ale cărui cutezanțe au pus în primejdie pe tovarășii săi. În felul acesta, cel dintâi sistem penal al umanității este racordat la tabu.

Există tabuuri permanente și temporare. Preoții și liderii intră în prima categorie, precum morții și tot ceea ce ține de ei. Tabuul contemporan circumscrie anumite stări precum incestul, masturbarea, menstruația și lehuzia, bestialitatea (zoofilia) și necrofilia, starea luptătorilor în războaie, înainte și după expediție, activitățile legate de pescuit și vânătoare. Un tabu general poate fi instituit atunci când biserica decretează o interdicție asupra unei mari regiuni, menținută apoi ani de zile.

Valorile și experiențele noastre, familia, ierarhizările, media, școala, religia, legea și guvernul influențează sexualitatea, rolurile

sexelor și comportamentul sexual. Societatea hotărăște care sunt informațiile și atitudinile sexuale permise sau considerate adecvate, pornind de la următoarele aspecte: a) tradiția, cutumele, religia, valorile și credințele; b) istoria și experiența culturii; c) condițiile economice și politice.

Orice cultură are normele sale privitoare la sex și sexualitate. Aceste norme se reflectă în felul cum sunt asumate rolurile sexelor, relațiile, căsniciile, parteneriatele, prietenii și familia. Societatea reglementează deseori practicile sexuale, obiceiurile legate de căsnicie, pedepsele pentru comportamentele sexuale deviante și atitudinile referitoare la homosexualitate, contracepție, tabuuri sexuale și educație sexuală. În timp ce unele societăți pot avea tabuuri stricte față de comportamentul homosexual și pot nega prezența homosexualilor, există dovezi clare ale identității sau orientării homosexuale în aproape toate societățile și culturile. În aceste circumstanțe, practicile homosexuale din acest tip de societate pot fi înăbușite sau ținute în interiorul unei subculturi private. De asemenea, deși multe societăți interzic public practicarea sexului cu un alt partener în afară de soț, se știe că sunt mulți cei care au aventuri de scurtă durată sau o altă relație, în paralel cu mariajul. În anumite culturi, este permis ca bărbatul să aibă mai multe parteneri sexuale sau să facă sex cu o altă femeie în afara soției sale, în timp ce femeile, dacă procedează în același fel, pot fi stigmatizate, pedepsite sau ostracizate social și asta chiar în cazul în care femeia a fost victima unui viol. Există o largă varietate de tabuuri sexuale, unele dintre ele având o natură universală, iar altele fiind destul de rar întâlnite. De exemplu, multe culturi au legi sau tabuuri referitoare la sex sau la căsătoria cu rudele apropiate din familie (cum ar fi tatăl cu fiica sau mama cu fiul), dar variază considerațiile privitoare la ce înseamnă „rude apropiate“ (ex., unele culturi permit căsătoria între verii primari, pe când altele o interzic). Unele societăți au tabuuri legate de contactul sexual în timpul menstruației, al sarcinii sau alăptării, în timp ce altele nu au nici o problemă cu aceste aspecte.

Religia conturează valorile sexuale cu ajutorul legilor „sacre“ ce întocmesc o serie de comportamente și practici sexuale acceptabile (ex., cine cu cine se poate căsători, tipurile de expresii sexuale permise, folosirea contraceptivelor, etc.). În multe țări, legile „sacre“

continuă să aibă un impact puternic asupra legilor ce funcționează de mult timp. De exemplu, anumite țări au legi actuale ce interzic practicarea sexului anal și oral - practici sexuale ce au fost inițial considerate ilegale de reglementările religioase din timpul Evului Mediu. Unele comportamente sexuale au reprezentat tabuuri de-a lungul istoriei, tabuuri ce se păstrează și astăzi. Acestea includ comportamente precum incestul și violul, diverse parafilii ce includ *pedofilia* (abuzul sexual al copiilor de către adulți cu care nu se înrudesc), *necrofilia* (producerea excitației sexuale prin privirea unui cadavru sau contactul sexual cu un corp neînsuflețit) și *bestialitatea* (- zoofilia - relații sexuale cu un animal). Unele tabuuri au rămas fixe, altele au părăsit titlatura de tabu datorită creșterii gradului de acceptare al societății față de comportamente ce au fost considerate în trecut nenaturale sau anormale. Iată detaliate pe scurt câteva dintre tabuurile sexuale ale societăților moderne:

Incestul este un comportament considerat tabu și ilegal în aproape toate societățile. Incestul se referă la orice fel de contact sexual (sex oral, anal sau vaginal, mângâieri sau masturbare) între membrii aceleiași familii. Definițiile despre membrii aceleiași familii pot varia, dar, în mod obișnuit, acestea nu îi includ numai pe părinții și pe copiii acestora ci și pe bunici, unchi și mătuși, nepoate și nepoți, rude prin alianță și, în majoritatea cazurilor, pe verii primari. Tabuu-ul incestului este menit să protejeze familia și societatea de efectele negative ale cosangvinizării, fenomen des întâlnit printre membrii familiilor regale din vechea Europă.

Masturbarea a reprezentat pentru mult timp un tabu, însă în ultima vreme este considerat un comportament absolut normal de către aproape toate autoritățile medicale și de către sociologii preocupați de latura sexuală. În zilele noastre, majoritatea indivizilor dintr-o societate înțelege că masturbarea este un comportament sexual normal și inofensiv. O serie de studii efectuate recent au arătat că atitudinea față de masturbare s-a schimbat considerabil în ultimii ani. Chiar și cu această creștere evidentă a acceptării acestui aspect al sexualității ca fiind unul natural, există încă persoane de toate vârstele care sunt îngrijorate sau se simt vinovate că își provoacă singure plăcere fizică. Ideea auto-inducerii de plăcere a constituit sursa unei mari contro-

verse de-a lungul mai multor generații. Unele religii au considerat că acest tabu sexual este un „act nenatural“ întrucât nu are un scop reproductiv. Alte religii s-au concentrat mai mult pe promovarea unui „sex adecvat“ care să reprezinte uniunea dintre corp și spirit a unui cuplu căsătorit. Deși în Biblie nu sunt exprimate clar interdicțiile referitoare la activitățile sexuale, atât Iudaismul cât și Creștinismul consideră masturbarea un păcat. Biserica Catolică și-a făcut cunoscută poziția față de acest subiect printr-o declarație publică a reprezentanților de la Vatican afirmând că „masturbarea este o tulburare internă, foarte gravă, (...) un act de auto-abuz, o pângărire a corpului și o auto-poluare“.

Menstruația este o parte normală a ciclului reproductiv al femeii. În ciuda acestei evidențe, acest fenomen anatomic reprezintă încă un subiect al unei neînțelegeri considerabile, privite ca tabu. Menstruația constă în eliminarea mucoasei uterine ce se acumulează timp de 28 de zile, în medie. Cu mult timp în urmă, o femeie la menstruație era considerată murdară și predispusă la contaminarea alimentelor pe care le atinge sau la distrugerea recoltelor. Se pare că principalul motiv al acestor credințe era frica de sânge. Se crede că acest tabu a fost întărit de bărbați, care au făcut o corelație între ciclul lunar al femeii și fenomene precum mareele, schimbarea anotimpurilor și altele care, la acea vreme, păreau misterioase și de neînțeles. Superstițiile construite în jurul menstruației există și în societățile contemporane. Astfel, o superstiție des întâlnită în culturile vestice este aceea de a nu trece pe sub o scară în timpul menstruii căci asta aduce ghinion femeii. Se pare că acest crez își are originea într-un mit mai vechi care presupunea ca oamenii să nu treacă vreun pod dacă prin zonă se afla și o femeie la ciclu deoarece exista riscul de a le curge sânge în cap... Menstruația este deseori văzută ca un handicap, atât de bărbați, cât și de femei, care le transformă pe acestea din urmă în ființe inferioare. Multe cupluri consideră că un act sexual produs în timpul menstruației este murdar și scârbos și evită astfel orice activitate intimă, din motive de igienă deși, din punct de vedere medical, acest tip de afectivitate nu este interzis.

Bestialitatea (zoofilia) și **necrofilia** sunt tabuuri sexuale foarte puternice, interzise de toate religiile majore și de aproape toate legis-

lațiile moderne. Din punct de vedere istoric, motivul principal pentru interzicerea acestor comportamente este legat de faptul că ele nu constituie acte reproductive. Mai mult, relațiile sexuale dintre oameni și animale sau dintre oameni și cadavre violează noțiunea de „sex adecvat“ ce are loc între partenerii cuplului căsătorit. În zilele noastre, societatea consideră aberante aceste practici din cauza fricii de răspândire a diferitelor boli și din cauză că, în nici unul dintre cazuri, nu există posibilitatea obținerii acordului partenerului pasiv...

Există o serie de complexe legate de încălcarea unui tabu ce se referă la abaterea de la normele moral-religioase și interdicțiile pe care acestea le impun conduitelor sexuale.

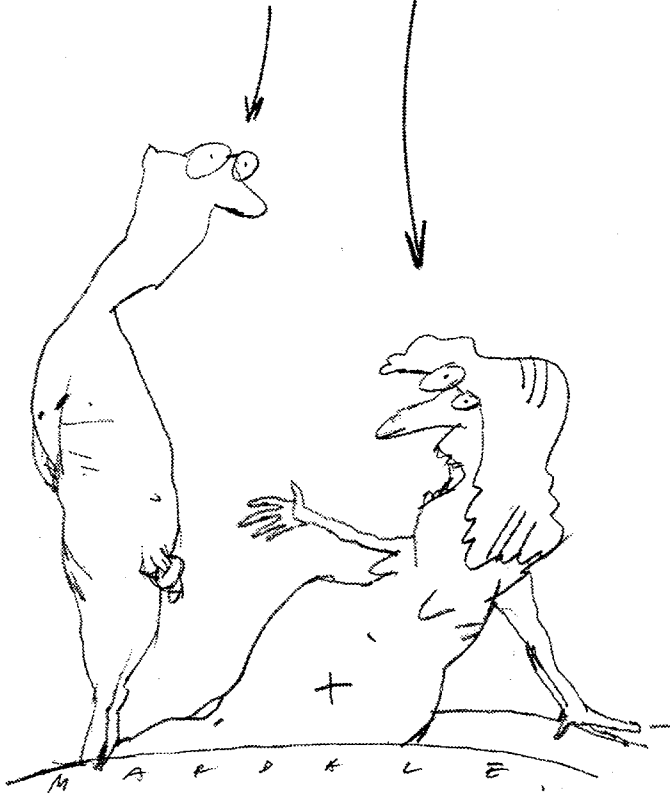
Complexul Adam este legat de angoasa omului pus în fața sexualității percepute ca nuditate și resimțită ca vină. Numele său este legat de încălcarea de către primul cuplu a interdicției divine în legătură cu actul cunoașterii. Până în acel moment, cuplul primordial a dus o existență inocentă. După încălcarea interdicției, cuplul Adam și Eva descoperă sexualitatea prin imaginea propriei lor nudități care îi diferențiază, motiv pentru care „se acoperă“ trupește și „se ascund de la fața lui Dumnezeu“. Momentul în care nuditatea este resimțită ca vinovăție sexuală marchează trecerea de la copilăria inocentă la viața adultă, activă sexual, adică este momentul trecerii de la vârsta asexuată la cea a sexualității.

Incestul. Este un complex apropiat complexului oedipian și se referă la diferitele tipuri de relații în care cosangvinizarea ar putea juca un rol important (vezi și mai sus).

Dorim să încheiem acest capitol cu o ultimă remarcă interesantă despre tabu și anume aceea că s-a constatat că atunci când o persoană violează un tabu, devine ea însăși tabu.

YOGA?

NU, GREVĂ
DE AVERTISMENT!



UMOR ȘI AMOR

„Este comic orice aranjament de acte și evenimente care ne dau, înserate unul în altul, iluzia vieții și senzația netă a unei articulări mecanice.“

Henri Bergson

Umorul este asemănător unei metafore, are un înțeles deghizat, dar comprehensibil. Umorul, ca expresie umană, poate avea scopuri diferite, de la simplul amuzament personal sau al altora și până la transmiterea de mesaje ascunse (codate) către cei care înțeleg codul și pricip înțelesurile profunde ce depășesc chestiunea aparent amuzantă. Umorul este o stare de spirit, o tendință de a vedea semnificații ascunse și conexiuni între emoții reprimite și concepte care sunt transformate în prezentări acceptabile și eliberatoare. Cei preocupați de conținutul umorului au observat că nu există comic în afara a ceea ce este cu adevărat uman. Un peisaj poate fi frumos, splendid, sublim, nesemnificativ; nu va fi însă niciodată comic. Se va râde de o pălărie; dar ceea ce va stârni râsul nu va fi bucata de fetru ori patele ci forma pe care oamenii i-au dat-o, capriciul omenesc care a ales modelul.

Râsul poate fi o modalitate prin care se semnalează dominația sau supunerea, respingerea sau acceptarea. Mulți filosofi, de-a lungul timpului, au definit omul ca pe „un animal care știe să râdă”; ulterior, definiția s-a extins la „un animal care produce râsul”.

O serie de studii recente efectuate pe tema râsului au concluzionat că acesta este responsabil de prelungirea vieții și de îmbunătățirea activității sexuale. Ideea de bază este aceea că râsul este atașat sferei jocului, iar această combinație ameliorează și rafinează relațiile sexuale dintre doi parteneri. În ciuda opiniei generale, aceea că sexul este principalul factor eliberator de stres, s-a dovedit că acțiunea izbucnirii în râs este cea mai bună modalitate de a scăpa de stres sau de emoții negative. Atât râsul cât și sexul produc multă endorfină, o substanță chimică ce anihilează durerea, înlătură stresul și provoacă euforia. Cu alte cuvinte, rezultatul râsului în pat este o doză dublă de hormoni responsabili pentru starea noastră de bine și, prin extensie, se dublează și șansele de a ajunge la orgasm.

Cu toate aceste beneficii, în nici o altă parte egoul uman nu este mai fragil ca în dormitor și asta pentru că sexul ne face vulnerabili.

Atât femeile cât și bărbații sunt extrem de preocupați de comportamentul și de performanțele lor sexuale, mai ales în stadiile incipiente ale relațiilor sentimentale sau de-a lungul unei aventuri sexuale cu un partener nou. Cu toții suntem ușor obsedați de imaginea corpurilor noastre și destul de neliniștiți atunci când încercăm să ne imaginăm impresia pe care a lăsat-o fizicul nostru partenerului. Expunerea corporală din timpul actului sexual este dublată de o încărcătură emoțională puternică. Mai este oare loc în dormitor pentru umor atunci când sensibilitatea este maximă și uneori este dublată de o așteptare nervoasă? Opinia majoritară a celor preocupați de acest aspect este că umorul nu este prezent în partea incipientă a unei relații deoarece nici unul dintre parteneri nu știe cât de fragilă este relația sau cât va dura aceasta.

Un medic psihiatru formulează în lucrarea sa despre secretele unei relații de durată, apărută foarte recent, opinia că umorul în pat este un lucru comun, obișnuit, iar succesul sau insuccesul unei glume se pot verifica după reacția partenerului. Umorul care rănește (sarcasmul, râsul malițios sau șicanatul) sau râsul nervos (generat de nervozitatea sexuală) sunt factori importanți ai eșecului unui act sexual.

Glumele sunt o supapă de protecție prin care indivizii își exprimă, prin înțelegeri indirecte, grijile, neliniștile și supărările. În plan sexual, membrii cuplului încearcă uneori să-și arate nemulțumirea sau frustrările, într-un mod indirect, făcând aluzii nu întotdeauna transparente la anumite comportamente, atitudini sau aspecte fizice ale partenerului. Uneori, aceste glume sunt involuntare și pun partenerul vizat într-o situație deloc veselă, atunci când sunt făcute în public, mai ales când acesta este la curent cu unele disfuncționalități. Gluma este o poveste, o narație care are o poantă finală. Numărul glumelor cu tematică sexuală este uriaș, lucru ușor de înțeles dacă ne gândim la varietatea simbolică a situațiilor sexuale. O glumă sexuală populară și recentă este următoarea: „*Te vreau. Și mă voi lupta să te am... Vreau să te târăsc în pat, să te răvășesc, să te țintuiesc, să te simt fierbinte, să te fac să transpiri și să te țin acolo cât mai mult... Semnat: Gripa*”

Umorele sunt folosite și ca un mecanism de adaptare în fața unor situații mai dificile de către persoanele care au simțul umorului înnăscut (de fapt, de către cei care au ca trăsătură pregnantă de personali-

tate simțul umorului). A spune despre o persoană că are un *bun simț* al umorului înseamnă un compliment pentru acea persoană, pe care o privim ca fiind cineva cu care am vrea să avem o anumită relație; o persoană care poate vedea partea frumoasă a lucrurilor chiar și în situații dificile sau amenințătoare. Și asta pentru că, cel mai adesea, *umorul nu doare*.

Atât umorul cât și glumele au nevoie de context. Acest lucru este cel mai evident în cazul glumelor cu tentă sexuală. Iată un exemplu de răspuns după o primă noapte petrecută împreună: „El – *Iubito, dacă știam că ești virgină, nu mă atingeam de tine*. Ea – *Iubitule, dacă știam că va fi atât de bine, îmi dădeam și eu dresul jos...*“

Nu același lucru se poate spune despre ironie care, de fapt, este o intervenție paradoxală. Ironia evită exprimarea milei, a nemulțumirilor, a durerii, a furiei sau a momentelor în care suntem mișcați de situațiile neplăcute în care se află persoanele din jurul nostru. Uneori, ironia este îndreptată asupra propriei persoane și, în acest caz, ea chiar reflectă suferința celui ce face apel la ea. „*Nu vezi ce sexi m-am îmbrăcat astăzi?*“, spune o persoană surprinsă în plină curățenie generală de către iubitul venit pe neașteptate și aflat în stare de consternație față de acest look nemaivăzut al iubitei. În ironie, înțelesul adevărat este cel opus celui exprimat și trebuie interpretat ținând cont de aspectul umoristic al afirmației pentru a se evita rănirea. *Ironia doare atunci când nu este înțeleasă*.

Sarcasmul este un tip de umor activ-agresiv și care intenționează lezarea interlocutorului sau a unei terțe persoane. În sexualitate, sarcasmul este folosit de regulă de un partener care se consideră părăsit, înșelat, „schimbat“ în fața înlocuitorului sau a înlocuitoarei sale, ca de exemplu: „*Ce crezi, dragă, că te-ai procopsit cu vreun armăsar pursânge?*“ sau „*S-o stăpânești sănătos pentru că eu nu mai sunt la vârsta siliconului...*“ Sarcasmul se diferențiază de ironie prin intenție. *Sarcasmul doare dacă este înțeles*. O expresie sarcastică nu este un lucru comic, de râs. Persoanele considerate sarcastice nu sunt în nici un caz persoane plăcute, amuzante.

Cinismul este opusul simțului umorului. Unii autori susțin despre cinism că ar fi o trăsătură de personalitate. O individ catalogat ca fiind cinic este un învins; o persoană care vede doar problemele vieții; o

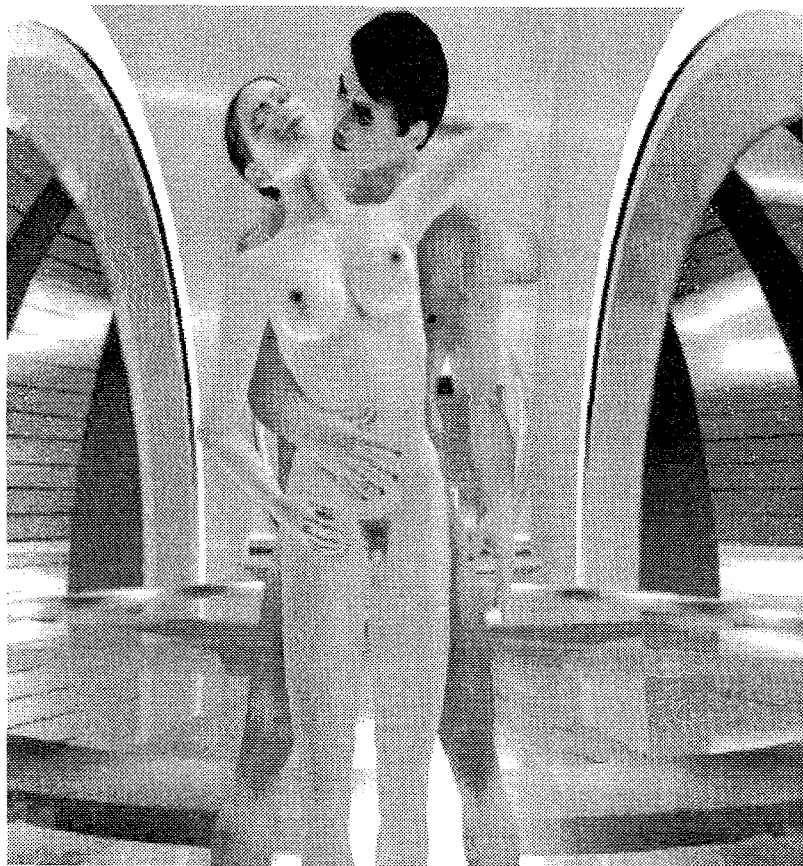
persoană cu care este foarte dificil de întreținut o relație; o persoană care-și neagă chiar propriile calități sau realizări. Chiar sexualitatea este abordată cu sagacitate – ea devine o simplă nevoie pe care animalele o au periodic sau o trebuință pe care o mașină perfecționată ar satisface-o mai bine decât orice individ uman.

Persoanele cu un simț ridicat al umorului se fac plăcute mereu celor din anturaj, chiar au un șarm deosebit și sunt avantajate și sexual. Multe dintre persoanele spirituale își doresc să fie acceptate și plăcute cu orice preț deoarece au o nevoie insașiabilă de a fi în contact cu oamenii și de a le câștiga aprobarea, ca prieteni sau egali, prin râsul stârnit de glumele spuse.

Totuși, umorul și râsul nu trebuie să fie totalmente neinhibate sau să fie folosite în momente nepotrivite. Și mai rea este starea perpetuă de „clownărie” care-i poate îndepărta pe ceilalți și mării distanța față de aceștia. Acest fapt poate duce la instalarea sentimentul abandonării (sau poate duce efectiv la abandon), în loc să producă acea senzație de apropiere după care tânjesc glumeții. „Paiata” stârnește doar un interes temporar și este greu suportată într-o relație de cuplu de durată. Este foarte interesant că nefericirea acestor persoane este dată de incapacitatea lor de intimitate.

Unul dintre cele mai dureroase și stânjenitoare momente ale intimității unui cuplu este incapacitatea fizică (de obicei a bărbatului – lipsa totală sau parțială a erecției). Tratarea situației cu lejeritate poate ajuta la reducerea sau la înlăturarea anxietății. Acesta este un moment bun pentru auto-umor, cu mențiunea ca această auto-ironie să nu degenereze într-un moment în care „impotentul” să se ironizeze până la penibil. Acest tip de reacție reprezintă un prilej de a detensiona atmosfera din dormitor (sau din alte locuri alese de membri cuplului pentru desfășurarea momentului pasional). „Se pare că micul meu prieten are ceva probleme în seara asta”, este un exemplu grațios, amuzant, care poate chiar deveni ușor excitant și care este de preferat unei stări evidente de supărare sau insatisfacție. Vorbele de duh, atunci când ele se petrec în cadrul relațiilor de lungă-durată sunt mai puțin riscante. Aceste cupluri se simt în siguranță și știu din experiență ce tip de umor pot folosi cu partenerul lor și care sunt replicile sau gesturile pe care trebuie să le evite.

Râsul clădește intimitatea, face ca sexul să nu cadă în plictiseală sau rutină și, sincer, dă o notă de amuzament intimității.



VIRTUALITATE ȘI SEX

„Viața e un vis.“

Pedro Calderon de la Barca

Conform unei recente anchete desfășurate în Statele Unite ale Americii, pe un eșantion de 18000 de indivizi, principalul motiv pentru care oamenii se conectează la Internet și petrec *on-line* mai multe ore este acela de a găsi un minim de intimitate care le lipsește într-o societate dominată din ce în ce mai mult de lumea rece a mașinăriilor tehnologiei moderne. Totuși, putem oare găsi intimitate într-un univers virtual? Pentru a încerca să găsim un răspuns la această întrebare trebuie să stabilim înainte ce înțelegem prin intimitate. Unii oameni definesc foarte simplu intimitatea ca fiind același lucru cu sexul. Conform acestei definiții, pe Internet putem găsi foarte multă intimitate... pe miile de site-uri Web pline cu imagini și povestiri sexuale; evident, tot aici găsim și informații referitoare la prețul acestor servicii sexuale de tipul virtualității hi-tech. Acest tip de conținut poate conduce ușor la stimulare sexuală, dar înseamnă oare asta intimitate, în sensul oferit de dicționare – apropiere profundă, familiaritate caldă? Cu siguranță că nu.

Modelele umane create cu ajutorul diferitelor softuri, stripperii virtuali și toată cohorta de personaje *on-line* se pot apropia de utilizator doar atât cât să facă uz de portofelele acestora și nu pentru a dezvolta o apropiere plină de sens. Sunt persoane care cred că pot găsi diferite niveluri de intimitate pe chat room-urile și în grupurile de știri orientate pe domeniul sexualității. Cel puțin, în aceste „locuri“, oameni reali interacționează cu alții și fac adesea schimb de o comunicare ce nu este ostentativ sexuală.

Unii utilizatori ai acestor grupuri de discuții afirmă că sunt capabili să se apropie de alți oameni într-un fel în care n-ar reuși în „viața reală“ și asta pentru că, sunt ei de părere, excluzându-se aspectul fizic, comunicarea este mai lejeră, mai puțin tensionată. Într-adevăr, comunicarea „fără față“ de pe Internet, având avantajul anonimatului, conferă participanților la actul comunicării posibilitatea de a-și depăși timiditatea și disconfortul pe care le-ar putea experimenta într-un dialog față-față. Persoanele care în realitate sunt plictisitoare sau singure

sau izolate intenționat de grupul din care la un moment dat au făcut parte, pot deveni în virtualitate adevărate staruri.

Această modalitate de a căuta intimitate pe Internet este deci fascinantă și preferată de mulți întrucât oferă posibilitatea reconstrucției personalității sau ascunderea unor adevăruri pe care utilizatorul crede că l-ar dezavantaja într-o posibilă întrevvedere în viața reală. În spațiul virtual, în această mașinărie infernală de fabricat vise, poți fi oricine altcineva. Acest tip de relații on-line pot părea perfecte pentru o perioadă, însă, în cazul în care cei implicați vor dori să se întâlnească în realitate, ei vor trebui să-și raporteze în cele din urmă relația la concepte precum *bine* și *rău*, la bucurii și dezamăgiri reale. De aceea, cei ce-și părăsesc partenerii pentru persoane cunoscute pe Internet vor descoperi în scurt timp că aceștia nu sunt atât de perfecți cum păreau pe net. O problemă constantă a celor ce folosesc realitatea virtuală pentru a cunoaște noi oameni este aceea că tind să ardă anumite etape normale ale unei relații și ajung prea repede la sex. Studiile asupra acestor categorii de persoane au relevat faptul că femeile care intră pe chat room-uri pentru a găsi pe cineva cu care să vorbească sunt absolut asediate de limbaje ce abundă în termeni sexuali și, chiar dacă partenerul de discuție aparent nu este interesat de sex, încet-încet, discuția alunecă spre acest domeniu.

Cercetătorii au ajuns la concluzia că bărbații utilizatori de astfel de site-uri tind să ofere intimitate cu scopul de a face sex, în timp ce femeile se oferă să facă sex doar pentru a beneficia de intimitate. Astfel de relații, ce există numai prin camuflarea problemelor și prin cufundarea exclusivă în plăceri fizice, sunt sortite eșecului. În cele din urmă, cu toții avem nevoie de cineva care să ne iubească și atunci când nu suntem în cea mai bună formă – când suntem bolnavi, neatrăgători sau când facem greșeli.

Sexul produs în *realitatea virtuală* nu implică nici una din caracteristicile actului sexual dintre două persoane din lumea reală: nici implicarea intelectuală sau emoțională, nici stimularea unor simțuri precum văzul, auzul, mirosul și gustul. Cei mai bine vândut gen de distracție interactivă pentru adulți este *cybersex*-ul virtual. Bineînțeles, nici nu sunt prea multe astfel de genuri din care să putem alege, cu excepția jocurilor erotice, cum ar fi pokerul cu imagini sexi sau

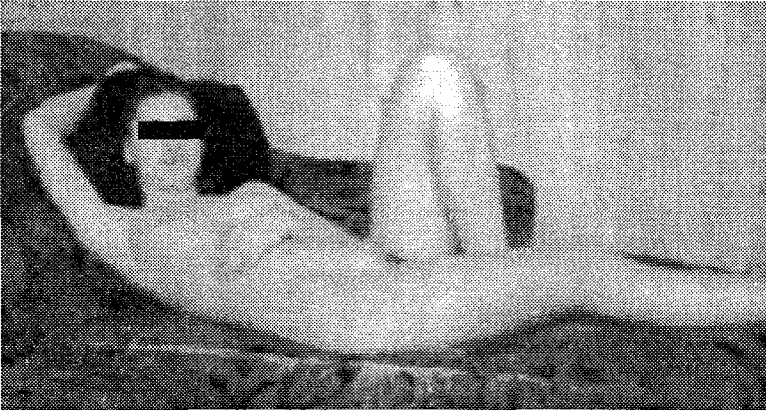
chiar porno, jocurile de „aventură sexuală“ (ex., Hentai-ul japonez) și cyber-simulatoarele sexuale de tipul seriilor cu Diva X sau a celor Digital Playground's Virtual Sex. Totul se reduce fie la jocuri, fie la simulări sau la combinații între cele două, cum e cazul programului Space Sirens (Sirenele Spațiale). Astfel de activitate are caracter comercial deoarece, în urma unei plăți, ea furnizează direct ceea ce consumatorii de materiale porno caută: iluzia de a face sex cu femei sau bărbați superbi, ca o manifestare a propriilor fantezii. Totul este mult mai satisfăcător atunci când aceste personaje virtuale înfățișează statură porno celebre și sunt din ce în ce mai accesibile publicului prin explozia pieței de desfacere a DVD-urilor. Ce se întâmplă de fapt pe un astfel de disc? Ei bine, utilizatorul are posibilitatea de a alege din femeile (în cele mai întâlnite dintre cazuri e vorba de femei) prezentate și de a se juca cu ele în funcție de opțiunile programului. Astfel, acestea pot fi îmbrăcate, dezbrăcate, puse în diferite poziții cât mai sexuale sau puse să efectueze diferite tipuri de sex. Foarte rar, femeile DVD vorbesc, iar atunci când o fac ele spun doar nimicuri și dulceniile ce au rostul de a încerca să creeze o atmosferă intimă...

Realitatea virtuală folosește o serie de modalități moderne pentru a simula o serie de simțuri precum văzul și auzul, cum ar fi tehnica 3D, graficele color și Convolvotronul. Nu este nevoie decât de un pic de imaginație pentru a crea parteneri vizuali și o lume perfectă a fanteziilor sexuale. Procedeele de animație fac și mai „reală“ o partidă de amor în cyber-space, dând posibilitatea utilizatorului să „participe“ la mișcărilor „partenerei“. Scepticii afirmă că acest tip de sex modern nu va putea niciodată înlocui actul sexual real și aduc ca argument în acest sens faptul că nu poți simți greutatea corpului partenerei virtuale cum te apasă... și că totul este limitat de timp, de bani și de capacitatea fiecăruia de a fi creativ. De asemenea, aceiași critici ai acestui domeniu spun că sexul virtual nu este nimic altceva decât „masturbare mentală“.

Să revenim un pic la simțuri, să ne gândim la atingere. Senzația atingerii este esențială deoarece, atunci când se produce, sexul devine real, iese din capul și din fanteziile noastre și începe să implice corpul. Ideea de a experimenta senzația tactilă prin intermediul unei entități imateriale (zonele corpului, în special cele erogene sunt conec-

tate prin diferite cabluri la simulator) este una cel puțin ciudată și extremă... Abia în ultima vreme s-au făcut experimente privind feedback-ul atingerii virtuale, la felul cum ar trebui aceasta să fie, întrucât ceea ce pentru un utilizator ar însemna mângâiere ușoară, un altul s-ar putea plânge că aparatul i-a jumulit pielea... Simțul tactil este unul extrem de complex întrucât acesta include percepțiile noastre referitoare la temperatură, la greutate, rezistență, textură și mișcare. Simțurile mirosului și ale gustului din realitatea virtuală sunt și mai experimentale și la fel de complexe și dificil de perfecționat precum atingerea.

Sexualitatea umană este de o complexitate covârșitoare. De-a lungul anilor, baza unei relații sexual-afective nu s-a schimbat prea mult astfel încât, pentru femei, sexul cu un partener uman este ceva extrem de personal, de intim, o experiență ce trebuie să fie satisfăcătoare și să aibă un scop final, acela al reproducerii. Sperăm ca civilizația contemporană să nu ajungă la „performanța“ de a abandona aceste crezuri pentru o simplă „frecare programată“ oferită de o mașinărie... și sperăm ca majoritatea bărbaților să aibă o părere similară cu a noastră.



X PRODUCȚII

„(...) pornografia este un simbol răsturnat: unei eleganțe a discursului mascând vulgaritatea sentimentelor, ea încearcă să-i răspundă printr-un discurs contrar, care nu corespunde în mod necesar unor sentimente mai puțin vulgare.“

Chevalier, Jean, Gheerbrant, Alain, Dicționar de simboluri

Nu este un mister pentru nimeni că genul acesta de produse ține în mod direct de vastul și mult-dezbătutul domeniu al pornografiei. Încercând o explicitare a acestui termen putem spune că pornografia este reprezentată de acele materiale care explică, prin cuvinte sau/și imagini, diverse activități sexuale și care au ca scop principal crearea de excitație sexuală. Pornografia *Hardcore* este una explicită la modul extrem, fiind lipsită de orice alt fel de conținut (artistic, științific) sau de scop, înafara celui de stimulent sexual.

Dincolo de orice, pornografia este o afacere al cărei cordon ombilical duce spre sfera crimei organizate și care, anual, numai în Statele Unite ale Americii, aduce profituri în jur de 8 miliarde de dolari. Fiindcă SUA cunosc o importantă dezvoltare a acestei industrii, iată câteva statistici de pe aceste meleaguri: există aproape 900 de cinematografe care rulează filme porno, mai mult de 15000 de „librării“ cu publicații pentru adulți și cam tot atâtea magazine de închirieri casete video de gen.

La nivel social, există două direcții referitoare la această problematică: una care împărtășește ideea că pornografia ne oferă posibilitatea de a experimenta și de a ne alege preferințele astfel încât să ajungem la o mai bună cunoaștere a propriei noastre sexualități și o a doua direcție, aceea care se opune vehement și care folosește în acest sens două argumente:

1. pornografia încurajează violența - o atitudine agresivă a bărbaților față de femei;
2. pornografia degradează femeile.

Primul tip de producție pornografică îl reprezintă *revistele pentru adulți*. Acestea sunt în principal direcționate către segmentul masculin (dar nu exclusiv). Revistele care beneficiază de cea mai răspândită distribuție (ex., Playboy, Penthouse) nu încalcă standardele general

acceptate ale obscenității, astfel putându-se încadra și în limitele unei legislații în domeniu. Totuși, multe alte publicații, aflate în afara oricărei moralități sau legalități, se pot găsi foarte ușor în magazine sau pe tarabe, alături de rebuse și cotidiene.

Al doilea tip de materiale pornografice cuprinde *casetele video*. Acestea pot fi închiriate de la centrele de încirieri sau cumpărate din magazinele ce comercializează muzică și filme (ex., Hollywood Music and Film), devenind în timp o puternică industrie ce continuă să se dezvolte. Persoanele care n-ar merge niciodată să-și cumpere acest tip de filme sau să le vizioneze la un cinematograful, pot obține aceste materiale prin comandă poștală, bucurându-se astfel de ele în intimitatea domiciliului. De obicei, aceste casete conțin un grad ridicat de pornografie hardcore și acte ilegale.

Categoria a treia de pornografie este reprezentată de *filmele artistice de tip R*. Aceste filme conțin standarde de audiență mai ridicate, mai relaxate. Multe dintre aceste filme erau considerate obscene acum zece ani.

Al patrulea tip de pornografie este *televiziunea*. La fel ca în cazul filmelor artistice, standardele televiziunilor comerciale au scăzut mult. Însă televiziunea prin cablu reprezintă o amenințare și mai mare. Organismele de reglementare a funcționării televiziunilor publice, de tip CNA, nu desfășoară o activitate de supraveghere asemănătoare și în cazul televiziunilor prin cablu. Astfel, acestea conțin în grila lor de oferte posturi TV porno sau difuzează programe X sau materiale cu un crescut conținut pornografic. Televiziunea, precum casetele video, oferă un acces facil la producții cu un nivel ridicat de obscenitate, din studii reieșind faptul că o categorie numeroasă de privitori este reprezentată de preadolescenți și adolescenți cu vârste între 10 și 18 ani.

Al cincilea tip de producții X poartă titulatura de *cyberporn*. De pe Internet pot fi descărcate imagini hardcore, filme și chiar acte sexuale live, care pot fi vizionate de practic toată lumea, gratis sau contra cost. În această categorie intră și video chat-room-urile on-line, împărțite pe diferite categorii de preferințe sexuale (hetero, homo, zoo, geronto, etc.). Imagini foarte explicative ale activității sexuale pot fi găsite foarte ușor pe paginile web și în grupurile de știri (cu ajutorul motoarelor de căutare) și la fel de ușor pot fi vizionate de utilizatori de toate

vârstele. Prin Internet, ceea ce odată era accesibil numai acelor persoane dispuse să caute prin magazine diferite publicații, acum, la orice oră, oriunde, se poate intra în contact cu o lume promiscuă ce promovează materiale ce fac apel la acele instanțe primare, atât de puternice, pe care le regăsim în noi.

O ultimă categorie de producții pornografice se alcătuiește din cele *audio-porno*. Aici intră toate acele numere fierbinți de tipul 89 89 899 și ocupă locul secund pe scala rapidității dezvoltării și a profitabilității acestui domeniu ce aparține industriei pornografice. Sexul prin telefon se încadrează de obicei în anumite limite ale obscenității, dar din nefericire este utilizat de din ce în ce mai mulți copii.

Evident că uzul și/sau abuzul de astfel de stimulente are și anumite efecte psihologice. Astfel, în urma unor studii efectuate în SUA la universitatea Wisconsin, s-a ajuns la concluzia că fie și numai o expunere rapidă la unele forme violente ale pornografiei poate conduce la atitudini și comportamente anti-sociale. Privitorii bărbați tind să fie mai agresivi la adresa femeilor, cu reacții mai scăzute la durerea și suferința victimelor violurilor și mult mai dispuși să accepte diferite mituri legate de viol. Cercetătorii au descoperit că pornografia (în special cea violentă) poate produce o suită de efecte nedorite cum ar fi violul sau coerciția sexuală. În mod deosebit, s-a reliefat faptul că asemenea tip de expunere poate conduce la creșterea efectelor nedorite enumerate mai sus, la creșterea fanteziilor despre viol, la desensibilizarea față de violența sexuală și de trivialitatea violurilor. Alte studii demonstrează și ele că expunerea repetată la diferite grade de pornografie are serioase efecte adverse asupra credințelor despre sexualitate în general și asupra atitudinilor către femei, în particular. De asemenea, s-a constatat că expunerea masivă dezvoltă încet-încet un gust pentru materiale ce prezintă activități sexuale din cele mai stranii ce implică și violență – sadomasochism și viol.

Alte cercetări au venit cu ipoteza că pornografia diminuează fericirea personală sexuală. Persoanele care au fost expuse la pornografie non-violentă au înregistrat o satisfacție scăzută cu partenerul lor, din punctul de vedere al aspectului fizic al partenerului, al afectivității, al curiozității și al performanței sexuale. De asemenea, acești indivizi erau înclinați să dea mai multă importanță sexului fără implicare emoțională.

Încercarea de a defini efectele sociale ale pornografiei a întâmpinat anumite dificultăți datorate unor teorii predominante asupra impactului acesteia. O astfel de teorie sugera că pornografia exercită o funcție pozitivă în societate, având o „valoare de siguranță“ pentru potențialii atacatori sexuali. Ulterior, după studii aprofundate, s-a dovedit falsitatea acestei credințe. O altă teorie afirma legătura strânsă dintre materialele pornografice și crimele extrem de violente, care implică și agresiuni sexuale, de tip viol. Însă toate studiile efectuate în acest sens n-au reușit să demonstreze o conexiune concretă între cele două aspecte. De asemenea, studiile care au fost efectuate nu pot fi concludente, întrucât o cercetare amănunțită, care să valideze acest punct de vedere, este aproape imposibil de realizat (ar fi nevoie de două grupe de subiecți bărbați, fiecare în număr de peste 10000. Un grup ar trebui supus la vizionări pornografice de-a lungul pubertății și al adolescenței, iar celălalt grup ar trebui izolat total de astfel de influențe, indiferent de forma lor. Fiecare membru al fiecărui grup ar trebui apoi monitorizat în timpul comiterii unei crime violente, dacă ar fi comis-o). Anumite statistici ale FBI-ului arată că în 80% din crimele comise în SUA au fost prezente și dovezi ale uzului de producții pornografice. Liberalizarea legilor privind pornografia în țări ca SUA, Marea Britanie, Australia și Țările Scandinave a fost urmată de o creștere a ratei violurilor. În țările în care au fost adoptate restricții privind pornografia, numărul cazurilor de viol raportate s-a diminuat.

Dacă tot am încercat să acoperim mai multe aspecte ale pornografiei (deși schematic), ar trebui poate scris câte ceva și despre perspectiva religioasă, biblică a acestui subiect. Astfel, cei care pun problema pornografiei din acest punct de vedere, pornesc de la ideea că Dumnezeu a creat bărbații și femeile după chipul și asemănarea Sa, ca ființe sexuale. Dar din pricina păcătuirii întregii lumi, s-a abuzat de sex sau acesta a fost folosit în mod eronat. Pornografia distorsionează darul sexualității făcut de Dumnezeu, care ar trebui împărtășit de către o femeie și un bărbat, numai în limitele unui mariaj. Biblia nu face referiri directe la organele genitale ci folosește eufemisme și un limbaj indirect. Scriptura condamnă în mod specific practicile rezultate din pornografie, cum ar fi expunerea sexuală (Gen.9:21-23), adulterul (Lev.18:20), bestialitatea (Lev.18:23), homosexualitatea (Lev.18:22 și 20:13), incestul (Lev. 18:6-18) și prostituția (Deut. 23:17-18).

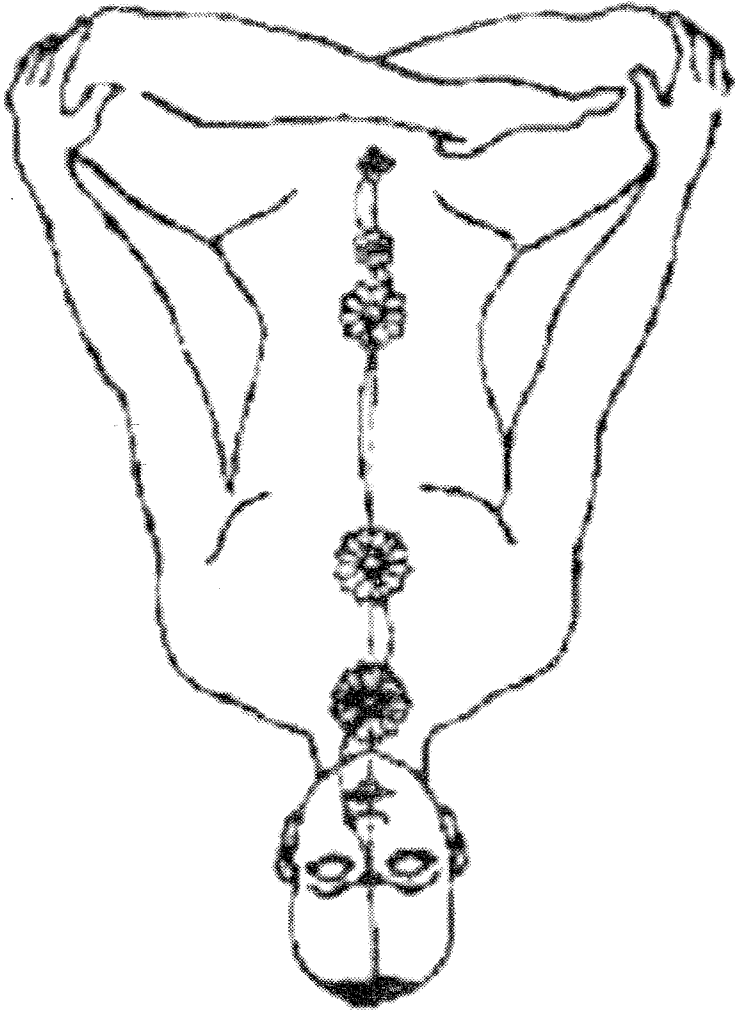
Conform Bibliei, sexul este rezervat pentru următoarele patru scopuri:

1. Sexul trebuie să stabilească uniunea într-un singur trup ,
2. Sexul trebuie să furnizeze legăturii maritale intimitatea sexuală.
3. Sexul are ca scop plăcerea mutuală a soților.
4. Actul sexual a fost dat pentru procreare.

Se spune că pornografia se adresează numai bărbaților și că femeile sunt împotriva ei. Acest argument se bazează pe tratarea femeilor ca o clasă aparte, definită după apartenența la un anumit sex. Dar, în realitate, femeile nu sunt doar o masă compactă de automate nediferențiate și există printre femei păreri pro și contra, așa cum există și la bărbați.

Opinia generală a acestor ultimi ani, referitoare la problematica pornografiei, este aceea că nu este necesar ca tuturor să ne placă, dar să existe posibilitatea de a putea alege, după preferințele personale, ceea ce să consumăm. Oamenii iau decizii în funcție de ceea ce sunt și cred și sunt responsabili de acțiunile lor. Preferința pentru pornografie sau atitudinea contra ei poate fi discutată într-un cadru liber. După unii, dreptul la pornografie ar face parte din dreptul fundamental la liberă informare, el fiind o consecință directă a dreptului la libera alegere a consumatorului.

YOGA - TEHNICI ANTISTRES



„Nu există tortură mai nemărginită pentru om
ca propriile gânduri.“

John Webster

Societatea modernă este suficient de familiarizată cu termenul de *stres* pentru a ști că o expunere constantă (chiar și una de scurtă durată) poate fi sursa unor tulburări ale minții sau/și ale corpului. Efectele imediate, cum ar fi amețelile periodice, anxietatea, tensiunea, insomnia, nervozitatea, cramele musculare, pot conduce la o serie de probleme cronice de sănătate dacă persoanele afectate nu fac ceva pentru a ieși din situația stresantă. Pe lângă medicamentele de profil, există și unele metode holistice, foarte eficiente, pentru stoparea influenței dăunătoare a stresului. Unele dintre acestea sunt foarte vechi; câteva modalități terapeutice ce derivă din aceste tehnici au fost reabilitate și aplicate în maniere moderne pentru diminuarea stresului și a efectelor sale.

Tehnici yoghine pentru eliberarea de stres

Este un lucru bine cunoscut acela că indivizii stresați poartă în trupurile lor o cantitate mare de tensiune fizică. În aceste cazuri, deblocarea naturală produsă de pozițiile yoga poate fi de ajutor. În perioada de odihnă dintre poziții, tensiunea abdominală este eliberată prin respirația adâncă. Beneficiile pozițiilor yoga (*asana*), a exercițiilor de respirație (*pranayama*) și a meditațiilor (*dhyana*) includ o creștere a conștiinței trupului, o eliberare a tensiunii musculare și o mai bună coordonare între minte și corp; conferă un mai bun management al stresului și asigură o stare generală de bine.

Tehnici yoghine de respirație

Tradițiile vechi terapeutice, precum și cercetările medicale moderne susțin ideea unei relații intime între felul cum respirăm și sănătatea noastră fizică, emoțională, mentală și spirituală. Acestea au demonstrat faptul că respirația naturală sănătoasă nu numai că reprezintă un factor al longevității, al stării generale de bine și al autodezvoltării dar, de asemenea, este de mare folos în anumite afecțiuni medicale precum

astmul, digestia defectuasă, insomnia, lipsa de energie, tensiunea arterială mărită, anxietatea, atacurile de panică, arsurile stomacale și multe altele.

Stresul ne afectează tiparul natural de respirație.

Cu fiecare aspirare, în corpul nostru intră oxigenul (aerul pur) ce declanșează transformarea substanțelor nutritive în combustibil. Cu fiecare expirație, dioxidul de carbon (aerul toxic) este eliberat din organism. Prezența oxigenului purifică vasele de sânge și ajută la înviigorarea fiecărei celule în parte. Pentru a menține vitalitatea organelor interne este necesară o cantitate suficientă de oxigen. În condiții normale, corpul are un tipar natural de respirație, încet și regulat. În condiții de stres, corpul prezintă simptome precum musculatură încordată, lipsă de concentrare, anxietate, hiperactivitate și reacții nervoase, iar respirația devine rapidă și superficială. De asemenea, o caracteristică a persoanei aflate sub stres este aceea de a-și reprima respirația frecvent. Astfel, fluxul de oxigen ce intră în organism este limitat, plămânii sunt incapabili să funcționeze normal, iar în organism se acumulează toxine reziduale ce afectează regenerarea celulelor. Studiile medicale au demonstrat că celulele nesaturate de oxigen sunt factorii majori ce contribuie la formarea cancerelor, a deficienței imunitare, a bolilor de inimă și a atacurilor cerebrale. O bună respirație purifică sângele și stimulează buna funcționare a celulelor, a glandelor și a mușchilor. Un alt rezultat pozitiv al respirației normale este efectul de calmare pe care îl are asupra emoțiilor, a fricii și anxietății sistemului nervos.

Pranayama

Yoga oferă o multitudine de tehnici de respirație pentru indivizii afectați de stres. Aceste modalități yoghine poartă numele de *pranayama* (prana+ayama). Termenul *prana* poate fi tradus prin forța primordială a vieții care reglementează toate activitățile din acest univers: *ayama* este un cuvânt polisemantic, în acest caz traducându-se prin control sau reglementare. Pranayama reprezintă variate modalități de aspirare, de expirare și de reținere a pranei. Această prana este intercorelată cu conștiința (citta), atât la nivel cosmic cât și individual. Pranayama este divizată prin yoga pentru a crea o sinergie între forța

de autoenergizare a vieții și treimea umană reprezentată prin minte, corp și spirit, prin reglementarea științifică a pranei. Cea mai simplă formă a pramayamei este *nadi shodhanam* (purificarea canalelor) ce constă în respirația alternativă printr-o nară sau alta. *Nadiile* sunt canalele nervoase subtile prin care curge prana. Shodhana este un termen sanscrit ce înseamnă curățire. *Nadi shodhanam* este o tehnică ce are ca scop deblocarea tensiunilor și a rezistenței în fața canalelor energetice, calmând și întărind astfel nervii sensibili.

Exemplu de exercițiu de respirație prin metode *nadi shodhanam*: Ridicați mâna dreaptă în fața nasului și îndoiți cele trei degete din mijloc în interiorul palmei. Puneți degetul mare lângă nara dreaptă. Cu inelarul presați ușor nara stângă și respirați prin narina dreaptă. Respirația trebuie să fie înceată, regulată și profundă. Apoi, închideți nara dreaptă cu ajutorul degetului mare și eliberați-o pe cea stângă, expirând adânc și regulat prin ea. Deci, aspirăm prin nara dreaptă și expirăm prin cea stângă. Începeți acest exercițiu pornind de la 5-10 reprize; în timp, o serie de 10 sau mai multe reprize, efectuate practic oriunde, vă pot ajuta să mențineți sub control stresul și anxietatea. Pranayama se practică întotdeauna însoțită de o asana (poziție yoga) potrivită, cum ar fi cele ce măresc volumul plămânilor și ajută la desprinderea mușchilor de pe coaste sau de pe coloana vertebrală. Respirațiile se efectuează întotdeauna pe stomacul gol și trebuie făcute la intervale regulate. De asemenea, exercițiile pranayama trebuie supravegheate de un expert yoghin.

Meditația yoga

Meditația, una dintre cele opt componente ale practicii yoga, este pasul final înainte de atingerea extazului spiritual. Marele proroc Patanjali a descris yoga ca fiind *yogaschittavrittinirodhah*, ceea ce înseamnă întreruperea completă a tuturor fluctuațiilor mentale. Când se ajunge la acest stadiu, se poate considera că meditația (*dyana*) este perfectă și se atinge yoga (unirea conștiinței individuale cu cea cosmică). Acesta este zenitul meditației.

La un nivel mult mai mic și mai accesibil, meditația s-a dovedit utilă în reducerea stresului și a anxietății, în reducerea tensiunii arteriale, în îmbunătățirea creativității și a concentrării.

Tehnica Meditației Transcedentale (MT) a devenit populară încă din anii 70, când yoghinul Maharishi Mahesh a promovat-o ca fiind o modalitate către atingerea fericirii și a unei sănătăți perfecte. Acesta spunea că: „MT îndrumă conștiința către acel infinit rezervor de energie, de creativitate și inteligență ce zace ascuns în fiecare dintre noi.“ MT este o procedură simplă, naturală, lejeră ce se practică dimineața sau seara, în ședințe de câte 15-20 de minute, într-o poziție confortabilă, ținând ochii închiși. În cursul meditației, mintea fluctuantă devine treptat stabilă și individul experimentează o stare unică de „alertă odihnitoare“. Corpul se relaxează, iar mintea transcede toate activitățile mentale pentru a experimenta astfel cea mai simplă, mai pură și mai înaltă formă a Conștiinței.

Asanele și Mudrele

Cercetătorii filosofiei yoga au stabilit demult că asocierea dintre asane (poziții fizice) și mudre (cele mai ingenioase inovații yoga), pranayama și meditație are un imens efect terapeutic asupra corpului, minții și spiritului. Asanele sunt considerate a fi cel mai important sistem de cultură fizică deoarece înțelege într-un mod surprinzător felul cum funcționează corpul și conștiința umană. Scopul asanelor este acela de a crea un flux liber de energie vitală ce intră și iese din corp, pentru a-i perfecționa modul de funcționare. Mudrele ajută la reducerea stresului fizic și la energizarea întregului trup. Pozițiile greșite (ex., lucrul în fața calculatorului, în aceeași poziție, timp de mai multe ore) sunt cauzatoare de stres și provoacă contracții ce inhibă circulația energiei și a elementelor nutritive în corp. Ele permit acumularea în organism a toxinelor și deșeurilor. Întrucât mintea și corpul sunt conectate, blocajele fizice combinate cu cele mentale reprezintă sursa durerilor și a tulburărilor din ambele sfere. O poziție greșită slăbește flexibilitatea și acumulează *vata* (aer stătut) în oase. Statul sau odihna (în timpul lucrului, al privitului la televizor sau al dormitului) într-o poziție incorectă, pentru mai mult timp, poate stresa corpul fără ca noi să avem conștiința acestui lucru. Ulterior, crește rigiditatea corpului, a minții și a emoțiilor, conducând la tot felul de afecțiuni, cum ar fi: durerile de spate, cele de umăr, de mijloc, dureri sau amorțeală în picioare, etc. Cele mai simple poziții de relaxare ce ajută la înlăturarea

anxietății și a iritabilității nervoase sunt *poziția cadavrului* (savasana), *poziția crocodilului* (makarasana) și *poziția copilului* (balasana). *Poziția crocodilului* este de mare ajutor pentru femeile care suferă de crampe severe în timpul menstruației sau sunt incapabile să se relaxeze stând pe spate. În această poziție yoghinul stă pe burtă nemișcat, cu fața în jos, precum un crocodil ce stă la pândă în apă. În *poziția copilului*, yoghinul stă asemenea unui făt în uterul mamei sale. Această poziție ajută la concentrarea respirației către sistemul de organe din regiunea pelvisului, creându-se impresia unui masaj și a unei tonifieri a acelei zone.

Pornind de la ideea că în curând vom putea beneficia de îndrumare de specialitate în arta yoga, prin deschiderea unor centre specializate în practicarea și predarea acestor modalități de relaxare, de disciplină și de perfecționare a trupului, a minții și spiritului, iată denumirea câtorva asane și mudre ce și-au dovedit eficiența în afecțiuni precum:

- **Stresul și tensiunea** – savasana, sarvangasana, pranayama, makarasana, mudrele yoghine;
- **Frustrarea** – padmasana, metoda lui Nadi Shodhanam, mudrele yoghine;
- **Migrenele** – viparitarani, sarvangasana, pranayama;
- **Pierderea încrederii și a concentrării** (aceste exerciții se practică numai sub supraveghere) – bhujangasana, matsyasana, mudra Vajroli, trikonasana, meditație;
- **Frica** – virabhadrasana, sirsasana, siddhasana;
- **Înaintarea în vârstă** – savasana, padmasana, mudrele yoga;
- **Indigestia** – savasana, mudra Vajroli și alte mudre, ardha matsyendrasana, vajrasana;
- **Insomnia** – halasana, exerciții de respirație profundă, ardha matsyendrasana, trikonasana.



Walter van der Windt, *Infinity*

**ÎN LOC DE ZECE REGULI PENTRU
O ARMONIE SEXUALĂ,
NOTIȚE FINALE**

„Regula de aur este că nu există regulă de aur.“

George Bernard Shaw

Acum, după ce v-am trecut printr-o serie de aspecte sexuale, unele cunoscute, dar care se cereau reamintite, altele necunoscute, care trebuiau aduse la lumină, este timpul unui mini voiaj în ceea ce oamenii de știință, cercetătorii în ale sexualității umane, numesc arhetipuri. Punctul nostru de vedere este că și numai auzul acestui cuvânt – *arhetip* – așezat lângă termenul sexualitate, are rostul crunt de a inhiba. De aceea, vom trece ușor și într-un limbaj cât mai accesibil și mai deschis printr-un șir de aspecte ale intimității cuplului ce nu au fost surprinse în capitolele anterioare. Rugăm persoanele pudibonde să se oprească aici sau să continue lectura și să se consterneze.

Pornim de la ideea extrem de vehiculată într-o publicație recentă de succes, despre care cititorul nostru, cult și dezinhibat, a auzit cu siguranță. Este vorba despre cartea și ulterior sintagma de succes – *Femeile sunt de pe Venus, bărbații de pe Marte*. Primul adevăr pe care avem de gând să-l rostim, fără cruzime, este că, și jurăm că este adevărat, el vrea sex, iar ea dragoste romantică. Primul impas. Uneori par că sunt de pe planete diferite, iar dormitorul nu face excepție, femeia și bărbatul menținându-și clar diferențele. Drumul spre inima bărbatului trece prin sex, permițându-i să-și sesizeze sentimentele afectuoase odată cu nevoia de dragoste. Paradoxal, sexul este cel care permite bărbatului să simtă nevoia de dragoste romantică, în timp ce dragostea primită ajută femeii să simtă nevoia de sex.

Despre relații sexuale reușite

Americanul are aici un răspuns – *what your mother couldn't tell you and your father didn't know...* În mod ideal și arhicunoscut, pentru ca relațiile sexuale să fie reușite trebuie să existe o comunicare afectuoasă și înțelegere. Dacă funcționează perfect comunicarea, prin înțelegerea și folosirea ideilor din acest capitolăș, va crește considerabil intensitatea și calitatea relațiilor sexuale. În zilele noastre, femeile așteaptă mai mult ca niciodată de la sex. Pentru mamele și bunicile noastre, sexul era ceva făcut pentru ei, un mod prin care femeia

își satisfăcea bărbatul. Acum, când metodele de prevenire a nașterilor sunt mai sigure și super-accesibile, iar societatea acceptă mult mai ușor nevoile sexuale și dorințele femeilor, ele au o libertate mare de a-și explora și de a se bucura de propria senzualitate. Pentru multe femei, un interes mai mare pentru sex reflectă și nevoia lor de a-și găsi echilibrul prin împăcarea cu propria latură feminină. Deprinzând noi metode de apropiere, bărbații și femeile pot rezolva împreună această problemă. Sunt necesare însă tehnici speciale pentru ca bărbatul să-i asigure partenerei satisfacția sexuală de care are nevoie acum. Metodele tradiționale folosite de secole sunt acum depășite. Nu este suficient ca bărbatul să obțină ce vrea de la femeie. Ea dorește mai mult. Vrea să aibă orgasm, iar el trebuie să învețe asta. Totuși, cum ea vrea mai mult, și pretențiile lui cresc în mod firesc. Ei nu vor să renunțe la pasiune în relațiile pe care le au. De aceea, din ce în ce mai mulți masculi preferă divorțul unei căsătorii lipsite de zvâc.

O viață sexuală reușită ne umple inima de dragoste și ne poate împlini aproape toate nevoile sufletești (știi că este o idee hazardată, dar este pur și simplu a mea – aderăți?). Contactele tandre, pasionale, senzuale, lungi, scurte, rapide, rafinate, jucăușe, soft, hard, romantice, orientale, erotice, simple, reci și fierbinți sunt toate o parte importantă a menținerii pasiunii. Relațiile sexuale reușite împlânzesc femeia, o fac să-și deschidă inima pentru a simți dragostea și să-și amintească sigur de afecțiunea partenerului. La bărbați, reușita actului iubirii se traduce prin eliberarea acestuia de toate frustrările și-i permit să-și reînvie pasiunea și atașamentul față de femeia sa. Alchimia sexului reușit generează în creier și corp substanțe care le permit celor doi să se bucure unul de celălalt. Hormonii masculini, care sunt răspunzători de stimulare, se concentrează rapid către orgasm. Pentru femeie, plăcerea ia naștere mult mai încet și rămâne mult timp după orgasm; stimularea se realizează încet, cu mult înainte de a deveni o dorință fizică pentru sex. Pot trece zile înainte de a dori să aibă relații sexuale. Stimularea bărbatului este imediat sexuală. Aștepta câteva zile înseamnă un efort enorm pentru el (iar ele știi asta!). Neînțelegându-se această diferență între cei doi, este foarte ușor ca el să se simtă respins fără motiv, iar ea să se considere exploatată. Unii bărbați știu asta și-i lasă femeii inițiativa actului. Asta este o tehnică bună, dar aveți grijă dom-

nilor să nu fiți ulterior calificați drept molâi... Receptivitatea sexuală a femeii este modul cel mai intens de a-i transmite bărbatului că este iubit. Sexul poate fi mijlocul cel mai puternic de a redeștepta dragostea bărbatului. Când mama ne spunea că drumul spre inima unui bărbat trece prin stomac, aprecia cu vreo zece centimetri prea sus. Doamnelor, *sexul* este drumul direct către inima bărbatului.

Secretul unei relații sexuale perfecte este iubirea. Cu cât apuci să cunoști pe cineva mai bine, iar intimitatea continuă să crească, cu atât există mai multe șanse de succes într-o experiență sexuală.

Cum se poate ameliora sexul

Sexul se poate îmbunătăți întotdeauna, dar ca în orice domeniu este nevoie de informații noi și de ocazia de a-l practica. Cei mai mulți bărbați nu au fost niciodată învățați să facă dragoste. O dată ce pot avea o erecție sau se pot masturba, se așteaptă oarecum de la ei să fie experți în sex. Desigur, ei știu unde trebuie să-și introducă penisul și cum să ajungă la orgasm, dar arta de a-i oferi femeii un orgasm este cu totul altă poveste. Cum te poți aștepta de la bărbați să știe ce le face pe femei fericite, când ei nu sunt femei? Și fiindcă, de secole, bărbații sunt buricul pământului, centrul universului, sursa tuturor bucuriilor și a creativității și a invențiilor, eroii și supra-eroii din povești, este absolut logic ca ei să muncească mai mult pentru o relație, inversându-se astfel rolurile sexuale clasice. Deci, bărbații au nevoie să înțeleagă trupul femeii și ce anume o excită. În cele mai multe cazuri, bărbatul chiar crede că știe deja ce face o femeie fericită în pat. El presupune în mod greșit că ceea ce-l face pe el fericit, o face și pe ea. Iar atunci când femeia nu este mulțumită, el crede că este ceva în neregulă cu ea și nu cu metodele lui. Faptele reale stau cam așa și nu se pot schimba – chiar dacă bărbatul spune *te iubesc, piersicuța mea*, el cu siguranță n-o va face decât după ce își va fi atins scopul. După ce latura sa masculină și-a făcut cu succes treaba (ejacularea), el se întoarce către latura sa feminină și-și trăiește din plin sentimentele. Când el și partenera au orgasm, bărbatul simte cumva că și-a făcut treaba și a fost răsplătit din plin prin aprecierea și dragostea ei. Cheia și de această dată, constă în comunicare. Pentru a ne îmbunătăți propria plăcere și performanță sexuală trebuie să ne ocupăm în principal de satisfacția celui-

Ialt. Dacă avem dubii despre cum celălalt vrea să fie atins, stimulat, iubit, există o tehnică atât de simplă – întrebați! Iată câteva sugestii:

- Ce-ți place când faci dragoste cu mine?
- Cum te-ai simțit când am făcut asta?
- Ai vrea mai mult sex? Cam cât într-o săptămână?
- Ai vrea uneori un preludiv mai lung? Sau mai scurt?
- Este vreun fel nou în care ai vrea să te mângâi? Vrei să-mi arăți?

Cum pot fi atinse culmile plăcerii

Femeilor le place cel mai mult să converseze (când nu li se cere să treacă direct la subiect). Pentru a se relaxa sau apropia de cineva, le place să se învârtă în jurul subiectului și să descopere treptat ceea ce vor să spună. Este ca atunci când, fiind la telefon cu obiectul atracției sale, femeia întreabă «Iubitule, ce haine porți?». El îi răspunde, iar zece minute mai târziu cei doi sunt implicați într-o partidă de sex fierbinte prin telefon. Aceasta este o metaforă perfectă a felului cum se bucură femeia de sex. Întrebate ce anume vor de la bărbați, femeile spun mereu că vor un iubit cu mâini lente. Lentoarea procesului face să crească plăcerea, astfel că atunci când degetele și limba lui îi ating sâni, sfârcurile ei sunt în erecție și tânjesc după mângâieri. Când el trece la interiorul coapselor, vulvă, labii, clitoris și vagin, ea este deja umedă, fierbinte și gata să fie atinsă (nu, nu este un pasaj *sf* dintr-o carte ordinară de tipul celor scrise de Sandra Brown ci realitatea goală. Este ceea ce, realmente, se întâmplă în pat sau oriunde altundeva între două persoane care-și iubesc trupurile fără inhibiții). Bărbatul este altfel. Atingerea directă a penisului îi sporește enorm plăcerea. Multe femei nu înțeleg asta și îi frustrează pe bărbați, așteptând prea mult înainte de a le atinge și mângâia - freca zona genitală. Dacă asemenea atingere îi pare prea directă, femeia îi poate reduce bărbatului mult din frustrare, apăsându-l cu toată greutatea ei pe zona pubiană.

Am reținut deci că trebuie să prelungim cât mai mult momentul penetrării în cazul femeilor, iar pe bărbați să-i stimulăm direct, rapid. Acum, tot în sarcina bărbatului intră și acest chin al așteptării. Întrucât neexistând lubrifierea adecvată, se va lovi de un interior aspru și neprimitor. Etapele clasice către împerechere sunt: dezbrăcarea utiloți-

lor (dacă ei există), stimularea manuală și/sau orală a organelor genitale, asigurarea unui preludiu rezonabil pentru ea și abia apoi penetrarea, mișcarea teribilă de frecare și orgasmul.

Ce putem spune și ce nu în pat

Există anumite propoziții, remarci sau întrebări care inhibă bărbatul. Dintre acestea amintim:

- Nu faci ce trebuie.
- Nu-mi place asta.
- Au! Mă doare!
- Nu mă atinge în acest fel.
- Nu așa.
- Nu încă.
- Nu acolo.
- Nu-s gata încă.
- Ce faci?

Dacă avem o idee despre ceea ce femeile nu trebuie să spună, iată câteva exemple din ceea ce un bărbat este indicat să spună:

- Ești așa de frumoasă.
- Mă exciți.
- Îmi place să-ți simt moliciunea pielii.
- Îmi plac sânii tăi. Îmi place să te țin în brațe (asta cel puțin este o afirmație la țanc, mereu!)
- Ești bună. (nu la suflet...)
- Ești fierbinte (și nu, *Iubito, ai febră?*)
- Te iubesc numai pe tine...

Aceste mesaje rostite clar sau șoptite la ureche o ajută pe femeie să se simtă iubită, ceea ce o deschide față de dorințele ei sexuale cele mai intense. Din cauza filmelor și a revistelor care se concentrează asupra femeilor cu trupuri perfecte, ei îi vine mai greu să accepte că partenerul ei îi adoră cu adevărat corpul.

Dintre adevărurile sexualității masculine trebuie să știm și să înțelegem că bărbatul, întotdeauna, chiar dacă partenera lui e Cindy Crawford, se uită după alte femei. Asta chiar dacă este absolut îndrăgostit de partenera sa. Tot ce poate face o femeie în acest caz este să spună: «Mihai, este OK dacă te uiți, dar, pentru Dumnezeu, nu te

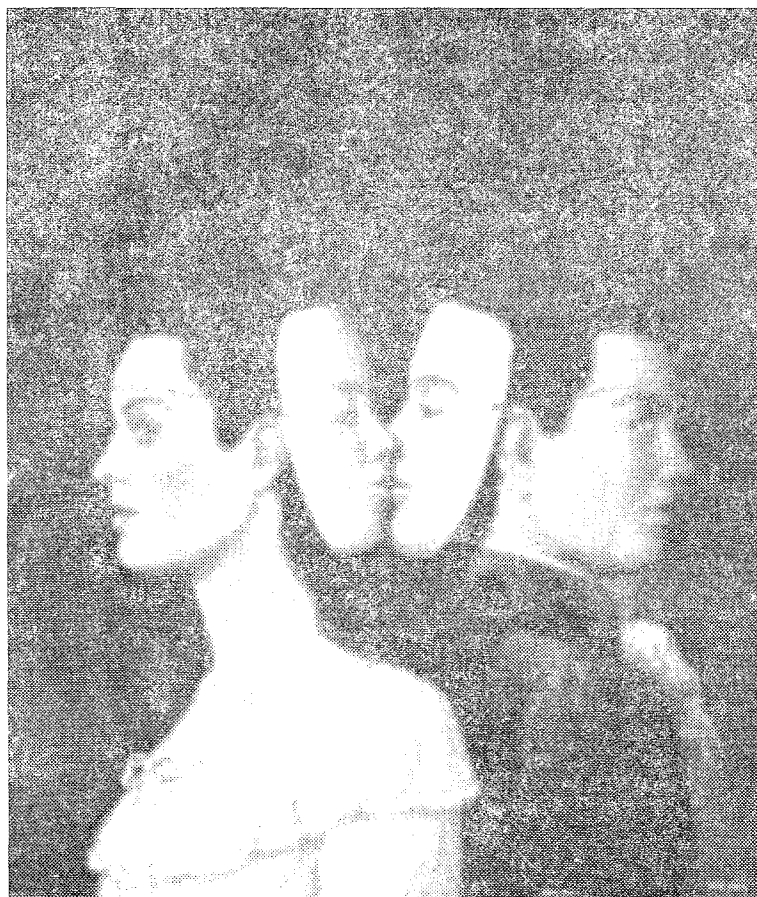
chiorî!» Iar Mihai ar fi bine dacă ar răspunde: «Da, era o femeie frumoasă. Îmi plac femeile frumoase. Sunt norocos că am o iubită/soție așa de frumoasă. Tu ești cea cu care vreau să fiu.»

Un ultim aspect pe care îl vom lua în discuție este monogamia – groaznică pentru unii, unic mod de a trăi pentru alții. Ideea de a avea *toată viața* relații sexuale cu aceeași persoană pare extrem de plictisitoare. Dacă vom învăța să facem sex/dragoste spontan, nu mecanic, plictisul nu are cum să apară. Cu timpul, sentimentele legate de sex se schimbă, dar pasiunea poate crește. Mulți bărbați sunt de părere că secretul căsniciilor lor stă în fidelitatea absolută. Acești bărbați au intuit că monogamia le face pe femei să se simtă deosebite și iubite. Dacă ele nu simt că sunt adorate, vor refuza să se deschidă. Este o mișcare perfectă, în formă de sferă, inițiată și suportată de bărbați. Încrederea este esențială pentru ca o femeie să poată continua să fie interesată de partener. *La dona e mobile*. Și bărbatul, de asemenea. Pentru el este ușor să fie excitat de o femeie dacă este atras de ea. Dar menținerea atracției nu merge automat. Nu este suficient ca el să o iubească. El trebuie să simtă că femeia este încă atrasă de el, că este deschisă. Trebuie să simtă că o poate face fericită.

La începutul unei legături, când ea-l privește în ochi, apoi își mută privirea, el primește mesajul clar că ar putea fi cel care s-o facă fericită. Această privire îi dă curajul de a risca respingerea și de a iniția o legătură. Mai târziu, după ce a dezamăgit-o de câteva ori, ea nu-l mai privește așa și el nu mai simte că o poate face fericită. Dintr-o dată sau treptat, atracția încetează. El poate să o mai iubească, dar nu mai este atras de ea; își poate imagina relații sexuale cu alte femei sau le poate suprima în cele din urmă. Este încă monogam, dar nu mai există pasiune. A rămâne prizonier într-o relație lipsită de pasiune nu este o alegere pe care oamenii de astăzi sunt dispuși s-o facă. Este sănătos și natural ca, într-o legătură amoroasă, valurile pasiunii să crească și să scadă. Perioadele în care nu simțim această atracție sexuală sunt ca zilele noroase, când nu răzbate soarele. O zi noroasă nu înseamnă că soarele nu există. Înseamnă doar că pe moment este acoperit. Zilele noroase sunt cele în care apare tentația. Când atracția pentru partener este blocată, ea apare în altă direcție. Și în acest caz, comunicarea dintre cei doi va rezolva, într-un fel sau altul, situația.

În timp ce bărbații tânjesc după experiențe sexuale formidabile, femeile tânjesc după latura sentimentală. Chiar și femeia conducător, dură, orientată spre eficacitate, pune mare preț pe romantism. Dacă vom reuși să înțelegem aceste diferențe, să le acceptăm ca pe niște fapte programate genetic, vom putea să reducem nivelul frustrărilor, la ambele sexe, și să profităm de dragoste, în toate formele în care ea se poate manifesta.

Notă la notițe. La o primă vedere, poate părea că acest material acordă o importanță mai mare nevoilor sexuale ale femeilor, că partea feminină beneficiază de o atenție sporită într-o relație sexuală. Dacă ați citit totuși printre rânduri și v-ați făcut o idee despre modul de declanșare al senzualității feminine, veți putea exersa cu prima ocazie și vă veți bucura că, aparent, am pus femeia în centrul acestui articol...



BIBLIOGRAFIE
SAU
LISTA DE AUTORI PREA IMPORTANTI
PENTRU A NU-I PLAGIA

- Ali-Sami.** Corps reel. Corps imaginaire, ed Dunod, Paris, 1984.
- André, J.** „Psihanaliza și sexualitatea feminină“, ed TREI, 1997.
- Anzieu, D.** „Corps réel, Corps imaginaire“, ed Bordas, Paris, 1984.
- Bataille, G.** „Erotismul“, ed Nemira, București, 1998.
- Baudry, P.** „Erotismul și pornografia“, ed Eurosong&Book, București, 1998.
- Biberi, I.** „Eros“, ed Albatros, București, 1974.
- Bojor O, Popescu O.** „Elixirul dragostei. Iluzie sau realitate.“ Casa de editură Eolia, București, 1994.
- Bergson, H.** „Teoria râsului“, Institutul European, Iași, 1992.
- Bonnet, G.** „Perversiunile sexuale“, ed Științifică, București, 1999.
- Chapman G.** „Cele cinci limbaje ale iubirii“, ed Curtea Veche, București, 2000.
- Curran D, Renzetti MC.** „Women, men and society“, ed Allyn and Bacon, USA, 1992.
- Desprats-Péquignot, C.** „Psihopatologia vieții sexuale“, ed Vest, Timișoara, 2001.
- Eibl-Eibesfeldt, I.** „Iubire și ură“, ed Trei, Iași, 1998.
- Enăchescu, Constantin.** „Psihosexologie“ ed. Universal DALSI, București, 2000.
- Evola, Julius.** „Metafizica sexului“, ed Humanitas, București, 1994.
- Fein E, Schneider S.** „Regulile seducției. Cum se cucerește un bărbat“, ed Humanitas, București, 1997.
- Foucault, M.** „Istoria sexualității“, ed de Vest, Timișoara, 1995.
- Freud, S.** „Studii despre sexualitate“, ed. TREI, București, 2001.
- Freud, S.** „Totem și tabu“, ed Științifică, București 1991.
- Freud, S.** „Vina de a fi femeie. Noi prelegeri de introducere în psihanaliză“, ed Mediarex, București, 1990.
- Fromm E.** „Arta de a iubi“, ed Anima, București, 1995.
- Gérent, C.** „Savoir vivre sa sexualité“, ed Dangles, Paris, 1998.
- Godrfroid, I.** „Psihiatria femeii“, ed Dacia, Cluj-Napoca, 2000.
- Greer J, Stuart R.** „The sexual aggressor“, ed Van Nostrand Reinhold Company Inc., USA, 1983.
- Habra, G.** „Iubire și senzualitate“, ed Anastasia. 1994.
- Jacques, A.** „Psihanaliza și sexualitatea feminină“, ed TREI, București, 1997, 2003-12.

- Kaufmann, J-C.** „Trupuri de femei – Priviri de bărbați. Sociologia sânilor goi“, ed Nemira, București, 1998.
- Kelleher, K.** „*When it's ok to laugh in the bedroom and when it's not*“ – Los Angeles Times, 12 martie 2001, articol extras din rubrica fixă a autoarei „Birds & bees“.
- Laqueur, Th. „Corpul și sexul. De la greci la Freud“ București, 1998.
- Leonelli, E Le.** „Dragoste și sex“, ed Doina, București, 1997.
- Mitrofan, I; Ciupercă, C.** „Psihologia relațiilor dintre sexe“, ed Alternative, București, 1997
- Ortega y Gasset, J. „Studii despre iubire“, ed Humanitas, București, 1995.
- Ortega y Morris, D.** „Le couple nu“, ed Bernard Grasset, Paris, 1972.
- Parrinder, G.** „Le sexe dans les religions du monde“, ed Le Centurion, Paris, 1986.
- Penton-Voak IS, Perret DI.** „Female preference for male faces changes cyclically: Further evidence. Evolution and Human Behavior, the Official Journal of the Human Behavior and Evolution Society, volume 21, no 1, January 2000“.
- Pop, A.** „Sex fără restricții, dar...“, ed Universal Dalsi, București, 1998.
- Rădulescu, S.** „Sociologia și istoria comportamentului sexual „deviant“, ed Nemira, București, 1996.
- Reuben, David** „Tot ce ai vrut să ști despre sex, dar ți-a fost teamă să întrebi“, ed Curtea Veche, București, 2002.
- Roux, Guy; Laharie Muriel** „L'Humour - Historie, Culture et Psychologie“, Publications de la Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression et d'Art-Thérapie.
- Schnabl, S.** „Bărbatul și femeia – relații intime“, ed Eus, Chișinău, 1993.
- Shorter, E.** „Les corps de femmes“, Editions du Seuil, Paris, 1984.
- Solomon.** „Cântarea cântărilor. Biblia“, Ediția 1928, Societatea Biblică pentru răspândirea Bibliei.
- Starenkyi, D.** „Cele cinci dimensiuni ale sexualității feminine“, ed Ideea, Cluj, 1995.
- Stekel, W.** „Psihologia eroticii feminine“, ed Trei, București, 1997.
- Stekel, W.** „Psihologia eroticii masculine“, ed Trei, București, 1999.
- Stubbs, Kenneth Ray.** „Poziții sexuale secrete“, ed Pro Editură și Tipografie, București, 2003.
- Șelaru, M.** „Comportamentul sexual aberant“, ed Moldova. Iași, 1993.

- Tinayre, M. „Istoria iubirii“, Casa de editură și presă Viața Românească, 1992.
- Totoianu, IG. „Sexualitatea umană“, Casa de editură Mureș, Tg. Mureș, 1996
- Tudose, F. „Erotica în cotidian – o incursiune în psihosexualitatea de fiecare zi“, ed Infomedica, București 2001.
- Ungureanu, Măndru. „Sex și sexologie“, ed Medicală, București, 1994.

Autorii doresc să mulțumească doamnelor
Carmen Mihăilescu, Ștefania Duduman, Florentina Dobrescu
pentru ajutorul oferit în realizarea acestei cărți, prin comentariile,
observațiile și sugestiile lor.

De asemenea, mulțumim colectivului editurii Infomedica pentru
interesul constant și susținerea necondiționată a efortului nostru
de-a lungul procesului de elaborare a lucrării.

