

COSAS DE CAMA

Todavía, hablar de sexualidad produce inquietud, nerviosismo, vergüenza. Aún no tenemos una actitud abierta ante estos temas que, por otra parte, a todos nos afectan. Cada vez más son las parejas que dicen que ya no se aman o desean como al principio, como cuando eran novios. Es como si el tiempo desgastara la relación o se perdiera el deseo sexual hacia la pareja.

Los problemas sexuales comienzan cuando falla la comunicación, cuando deja de haber palabras. Para que haya una buena sexualidad en la pareja tiene que haber armonía. A estos problemas, se va sumando una tensión emocional que va en aumento. Esta problemática relacional donde primero se refleja es en la pérdida del interés en las relaciones sexuales. En este ambiente, es frecuente observar a hombres y mujeres que castigan a sus parejas retirándoles las relaciones sexuales, el cariño, las atenciones, los besos...

Está claro entonces que lo sexual en una pareja es el reflejo de la dinámica de la relación. El tiempo no desgasta el deseo sexual, sino que la relación misma va evolucionando con el tiempo, por lo tanto, el deseo y el amor también van a sufrir una evolución. Al principio de una pareja el sexo suele darse de continuo, a todas horas, es la novedad. Conforme pasa el tiempo, se vuelve algo más de la vida cotidiana.

El deseo no es sólo de carácter sexual. Es todo aquello que nos proporciona algún tipo de satisfacción y placer. Es lo que hace que las personas se muevan, tomen decisiones. Dentro de ese deseo se haya el deseo sexual propiamente dicho. Diríamos que hay deseos que satisfacen más que una buena relación sexual. En este sentido, no es que desaparezca el deseo en la pareja, sino que el deseo se pone en otras cosas. Con el paso del tiempo la energía de los deseos se ha puesto en otros elementos. Está claro que si hay que hacer algo para estimular o despertar el deseo de nuestra pareja. Las relaciones hay que cuidarlas cada día, la sexualidad es un elemento más del vínculo entre esas personas.

En muchas ocasiones es la vergüenza la que nos impide hacer cómplice al otro de nuestros deseos. No hay dos personas que gocen de la misma manera. En este sentido, para que haya buenas relaciones sexuales tiene que producirse una complicidad entre ambos. Debemos poner atención en los gustos del otro. Sólo aceptando que somos diferentes podrá haber entendimiento y placer mutuo. Si cada uno va a su aire, lo más normal es que alguno quede insatisfecho. Históricamente encontramos casos de hombres y mujeres que buscan fuera de sus parejas el tipo de relación sexual o actos que les hacen gozar, porque con sus parejas no se atreven a realizarlo. Un aprendizaje muy importante es saber que una persona puede asumir diversas funciones, madre, mujer, amante, trabajadora, compañera... en la sexualidad tenemos que dejar al margen ciertas cuestiones morales.

Para llevarnos bien con los demás, primero tenemos que llevarnos bien con nosotros mismos. Por ello, tenemos que ser más tolerantes con nuestra manera de gozar. La sexualidad no es más que nuestra forma de relacionarnos con el mundo para la obtención de placer. Una sexualidad ampliada, permitirá al individuo un amplio abanico de satisfacciones.

Verónica Romero