

Baw mnie

tekst Agata Domańska

Choć stroimy sobie żarty z religii czy polityki, to w kwestii pożycia seksualnego często stajemy się śmiertelnie poważni. Tymczasem śmiech nie tylko rozładowuje napiętą sytuację, ale też pozwala czerpać prawdziwą radość z erotycznych uniesień



Małgorzata Zaryczna
seksuolożka,
psycholożka
i terapeutka,
www.mago-psychotherapia.pl

Karmieni od dzieciństwa mitem o jedynej i prawdziwej miłości, w łóżku pragniemy romantycznych doznań, zjednoczenia ciał i dusz. Z kolei tradycja chrześcijańska i patriarchalny model społeczeństwa każą wiernym spełniać małżeński obowiązek, lecz za główny cel stawiają im prokreację.

Dużo zamętu wprowadza też współczesny kult przyjemności, który co prawda stawia seks na piedestale, tyle tylko, że traktuje go wyłącznie jako źródło doraźnej rozkoszy, pozbawia natomiast głębi. Zaleca jako najlepszy lek na chandrę, samotność czy stres, ale też nienaturalnie wyśrubowuje standardy. Nie mieć ochoty na seks czy nie czerpać z niego przyjemności – po prostu wstyd.

I gdzie tu miejsce na niczym niezamąconą radość z seksu albo szczery śmiech? Ten ostatni, zwłaszcza w alkowie, prędzej

kojarzy się kochankom z... byciem wyśmianym.

– Większość ludzi uważa, że śmiech czy żarty podczas seksu są nie na miejscu, bo to jakby z sacrum czynić profanum – uważa Małgorzata Zaryczna, seksuolożka i psycholożka. – Nasza kultura nawet pewnych siebie obciąża poczuciem winy i nadmierną odpowiedzialnością w stosunku do erotycznych figli.

Taka postawa może stać się poważnym problemem. Tym bardziej, że w łóżku jesteśmy nadzy nie tylko fizycznie, ale i emocjonalnie, więc bardziej wrażliwi i podatni na krytykę.

– Jednym z najgłębiej zakorzenionych ludzkich lęków jest obawa przed ośmieszeniem i upokorzeniem, a kiedy się boimy, nie jest nam do śmiechu – konstatuje Małgorzata Zaryczna.

Trudne początki

To prawda: intymne sytuacje konfrontują nas z naszymi kompleksami i strachami. Właściwie powinniśmy się z nich śmiać, pomyśleć, że inni mają dokładnie takie same



problemy, tymczasem niepotrzebnie je rozdmuchujemy. Idąc do łóżka, chcemy być ze sobą jak najbliżej, ale coraz częściej jesteśmy od siebie... jak najdalej. Mężczyzna, zamiast na partnerce, skupia się na tym, czy się sprawdzi. Z kolei umysł kobiety bardziej od seksualnych fantazji potrafi zaprzętać troska o to, czy on nie zauważy faldki na jej brzuchu.

– W rezultacie w tym łóżku spotyka się dwoje ludzi, którzy są skupieni na sobie, zamiast na partnerze – zauważa seksuolożka.
– Skoncentrowani na potencjalnych potknięciach, nie tyle czerpiemy radość z seksu, co staramy się zapobiec klęsce. Więc śmiech w łóżku? Jaki śmiech?

Tymczasem trochę dystansu i poczucia humoru przydaje się, nawet bardzo, zwłaszcza na początku erotycznej relacji. Nie tylko tej pierwszej w życiu, ale z każdym nowym partnerem. Wtedy bowiem towarzyszy nam lęk przed nieznanym. Konfrontujemy się z nową sytuacją, nową osobą, nowymi oczekiwaniami i... bardzo się spiny. Często nastawiamy się na to, że ten pierwszy raz powinien być wspaniałym, niezapomnianym przeżyciem. A gdy tak się nie dzieje – co jest dość powszechne – stres, zażenowanie, poczucie klęski i dyskomfort sięgają zenitu. Im więcej napięcia, tym trudniej poczuć się swobodnie i zwyczajnie sobą cieszyć. I koło się zamyka. >

