

Esther Perel

EROTIKUS
INTELLIGENCIA

A vágy megőrzése tartós párkapcsolatban

Open Books

EROTIKUS INTELLIGENCIA HÚSZ ÉVVEL KÉSŐBB

Az itt következő könyv, az *Erotikus intelligencia* eredetileg 2006-ban jelent meg. Miközben a huszadik évfordulóra szánt előszón dolgoztam, rácsodálkoztam, hogy az *Erotika* – ahogy gyakran rövidítem – eddig negyven évet átfogó pályámnak éppen a középpontjában áll. Ez a felismerés késztet arra, hogy beszámoljak a kötet születéséről, arról, hogy mit jelent számomra 2026-ban, és milyen interpretációkra számítok még jóval azután is, hogy én már nem leszek, azonban a kultúránk, a kontextus és az emberiség fejlődik tovább.

A könyv a *The Psychotherapy Networker* című magazin számára írt, jóval rövidebb cikkből nőtt ki. A magazint akkoriban Rich Simon szerkesztette, aki az elsők között bátorított arra, hogy dolgozzam ki az elképzeléseimet, és vessem őket papírra. A mentorom volt, a szerkesztőm és kedves barátom. Meghallgatott, provokált, és segített, hogy meg tudjam fogalmazni azokat a paradoxonokat, amelyekkel a terápiás ülések során a rendelőmben találkozom.

Miért kopik meg a jó szex olyan partnerek között, akik éppúgy szeretik egymást, mint azelőtt?

Miért nem következik a jó intimitásból jó szex?

Miért okoz a szülőségre átállás gyakran szexuális katasztrofát?

Akarhatjuk-e, amit már megkaptunk?

Miért csábító, ami tiltott?

Milyen érzés, amikor szeretünk?

Miben más, ha vágyakozunk?
És miért nem beszél erről senki?

Korábban pszichoterapeutaként elsősorban olyan kapcsolatokra koncentráltam, amelyeknek a szereplői faji, hitéleti vagy kulturális szempontból eltérő háttérrel rendelkeztek. Az intimitással és vággyal kapcsolatos kérdések a munkám elválaszthatatlan velejárói voltak, de ritkán kerültek felszínre. A szülők óvatosan közelítettek az effajta ellentmondásokhoz, és gyakran egyáltalán nem beszéltek a szexről. Ami abszurditásnak tűnt számomra, hiszen az 1990-es években a szexualitás új hajnala virradt fel.

Kulturális szempontból a szex teljesen körülvelt minket: áradt a tévéből, a pletykalapokból, az internetről, a pornográfiából. Az emberek társadalmi életük részeként kéjes örömmel vitatták meg a Clinton–Lewinsky-botrány körülményeit, Pamela Anderson és Tommy Lee szexvideójának ügyét, a *Szex és New York* új epizódját vagy a Paris Hilton nevű ifjú örökösnővel kapcsolatos legfrissebb pletykákat. A fogamzásgátlás, a gumi óvszer, a Viagra és az alkalmi szex a nyugati világ szexuális szabadságának soha nem látott kiteljesedését hozta, miközben az AIDS alaposan megtépázta ennek a szabadságnak az illúzióját, és szörnyű következményekkel járt.

Úgy tűnt, mindenki folyton a szexről akar beszélni, de nem úgy, mintha ez személyesen is érintené. A pácienseim fészkelődni kezdtek a székükben. Visszafojtották a lélegzetüket. Az volt a benyomásom, hogy sokan elakadtak egy zavarba ejtő elágazásnál: végre szabadon felfedezhették *volna* szexualitásuk végtelen tájait, de azon kapták magukat, hogy semmi kedvük hozzá, és nem értik, miért nincs. Lassacskán rájöttem, hogy az emberek nagyon hosszú ideje szégyellik magukat a *saját* szexuális életük miatt. E pácienseim érdekes módon mind arról beszéltek, hogy a párkapcsolatuk – ellentétben a szexuális életükkel – kiválóan működik, és ez csak még jobban

összezavarta őket. Mindez rettentően kíváncsívá tett. Megsejtettem, hogy a szerelem és a vágy más forrásból származik, és más irányba halad. Kapcsolatban és konfliktusban is állnak egymással.

Tanulmányozni kezdtem a modern szerelemben felmerülő vágy kérdéseit, és megkértem a pácienseimet, hogy tartsanak velem ezen az úton. Arra biztattam őket, hogy beszéljenek a szexuális életükről vagy a hiányáról, valamint arról, hogy milyen *szexre vágyanak*.

Az ember kinyit egy ilyen ajtót, aztán csodálkozva nézi, hogy ki jön be rajta.

Egy nő, aki azt mondja, hogy az érzelmi intimitás számára a szexhez vezető híd, és ha ez a fajta kapcsolat hiányzik, a teste nem mutat érdeklődést.

Egy másik nő, aki az ellenkezőjéről számol be: az érzelmi intimitás számára akadály. Egész nap másokról gondoskodik, vagyis számára a névtelen, a felelősség terhe nélküli szex a legizgatóbb.

Egy férfi, aki a felesége legnagyobb meglepetésére elárulja, hogy BDSM-mel szeretne kísérletezni.

Egy leszbikus pár, aki férfi párokat szerepeltető pornót néz, mert a kevés érzelemmel, erős intenzitással működő szexet találja izgalmasnak.

Egy pár, amelynek tagjai legjobb barátként jellemzik egymást, és közben kihűlő szexualitásukra panaszkodnak.

És természetesen az ifjú anya, akinek a gondolatai között a szex a legutolsó. Visszatér valaha az étvágya? Minden valószínűség szerint igen. De ahhoz nem kellett terapeutának lennem, hogy tudjam, egy ideig még küszködni fog. Én a magam részéről, két kisfiú anyjaként a saját szexuális nehézségeimmel voltam kénytelen szembenézni. Nem a vágy hiányzott belőlem, hanem a logisztikai bonyodalmakkal és a kimerültséggel kellett megküzdenem, nehezen csalogattam elő azt a „nőt”, aki az összes ház körüli feladat elvégzése

után az „anya” háta mögött bújt meg. Bevallom, nemcsak klinikai, hanem személyes okokból is egyre jobban érdekelt a téma.

A pácienseimmel együtt léptem be ebbe a világba, és nagy lelkesedéssel keltünk útra. Arra biztattam őket, hogy egyedül és együtt is vizsgálják meg a vágyaikat, ők pedig kiválóan és bátran végezték el a feladatot. Szívesen beszéltek olyan részletekről, amelyeket régebben tabunak tartottak volna. Gyakorlatokat találtam ki, és ők elmondták róluk a véleményüket. Máig használom azokat, amelyek működőképesnek bizonyultak. Az üléseket a közös munka öröme itatta át, és rájöttem, hogy csak akkor tarthatok velük lépést, ha a lehető leggyorsabban továbbképezem magam.

Mindig is érdekelt az erotika. Ez irányú műveltségem nagy részét a képzőművészetnek, zenének, színháznak és a személyes tapasztalataimnak köszönhettem. Most viszont éjszakákon át olvastam a téma legnagyobbjait: Jack Morin, Helen Fisher, Sigmund Freud, Roland Barthes, Ethel Person, Michel Foucault és még sok más szerző munkáit. Idősebb mentorok és kortársak között kerestem további szupervíziót. Bulikon spontán felméréseket végeztem. Mindenkit erről kérdezgettem magam körül.

A kérdéseim a szexre irányultak, de a politikával, társadalommal és fejlődéssel is kapcsolatosak voltak. A nyugati társadalmakban akkor erősödött meg az egyenjogúság, amikor a különféle dominanciajátékok is elfogadottá váltak. E jelenség a terápiás üléseken is érdekes formákat öltött. Hogy jobban megértsem a BDSM iránt érdeklődő klienseimet, több amerikai államban szexbarlangokat kerestem fel. Megsejtettem, hogy mire gondolhatott az egyik páciensem, amikor azt mondta, hogy ő a főlényhelyzetben tudja átélni, hogy él. De értettem és elfogadtam, hogy a felesége valószínűleg soha nem fogja ezt így látni.

E munka nagy része a *The Psychotherapy Networker*-ben megjelenő cikk alapjául szolgált, csakhogy a megjelenés után is makacsul folytattam a téma kutatását. Mire Tracy Brown – aki hosszú szerkesztői

pályával a háta mögött lett irodalmi ügynök – felhívott, már bőven volt anyagom. Tracy mindennap átlapozta egy közeli könyvesbolt magazinosa állványát, és véletlenül ráakadt a cikkem országos lapokban átvett változatára, amelyet az „erotikus intelligenciáról” szóló írásként reklámoztak a címlapon. Akkor már rég vadászott valamire és főként valakire, egy témára és egy szerzőre, hogy ügynökként dolgozni kezdhessen vele. Úgy érezte, hogy a cikkben ott van az a szikra, ami lángra lobbanhatna. Kemény munkával szültük meg azt a vázlatot, amely a HarperCollins zseniális szerkesztője, Gail Winston asztalára is eljutott, és ő nem egyszerűen elfogadta az alapötletet, hanem minden szinten támogatta is.

Magabiztosan láttam munkához, de az alázat és talán a kétség sem hiányzott belőlem, sejtettem, hogy miben kevés a tudásom. Még soha nem írtam könyvet. Nem ment könnyen a lineáris történetmesélés, amire pedig nagy szükségem lett volna. A segítség Sarah Manges személyében érkezett, aki nap mint nap leült mellém, rendet rakott bennem, az elképzelésekből mondatokat formált, és a mondatok aztán bekezdésekké, majd fejezetekké nőttek, míg végül megszületett ez a könyv. Éjszakába nyúlóan beszélgettünk, írtunk és szerkesztettünk, oldalakat küldtünk Gailnek, aki mestere annak, hogy lenyisszantsa a felesleget, és formát adjon a maradéknak. Hajnaltájt gyakran hívtam Skype-on a barátomat, Laura Blumot, akivel négy közös nyelvünk van, és ő nemcsak hozzászólt a szerkesztői döntésekhez, hanem a multikulturális nézőpont megteremtésében is sokat segített, márpedig az nélkülözhetetlen, ha e történeteket pontosan akarjuk elmesélni.

Miközben egyre többet tanultam meg Sarah és Laura írástudományából, ők is tanultak tőlem: elmerültek az üléseimen elhangzott beszélgetések anonimizált átirataiban, és megértették, miért olyan nehéz egy kapcsolat lineáris elbeszélése. Az tud egy kapcsolatról írni, aki elfogadja, hogy sok nézőpont, kulturális kontextus, nagy és kis pillanat létezik, ráadásul mind régi sebekre utal, és elmúlt korok üzenetét