



“Te amo y te deseo”.

La pareja en plenitud

Quienes dicen que el cuerpo es capaz de gozar sin sentimientos de por medio están en lo cierto, pero es necesario enfatizar que esa satisfacción no se compara con el placer que puede obtenerse en la cama cuando a los compañeros sexuales los une el amor.

Por: Psicólogo Sexólogo Silvestre Faya
Foto: Archivo Siglo Nuevo

Las parejas que experimentan su sexualidad con amor alcanzan la plenitud de la vida y no sólo en el aspecto erótico, pues sus encuentros íntimos les proporcionan un inmenso placer que a su vez aumenta la unidad de su relación.

De entrada, aquellos que tienen la fortuna de mantener un vínculo que combina atracción física y amor, disfrutan de una vida sexual frecuente y duradera, y ello redundará en que también se preocupan por tener espacios para hablar, acompañarse, verse a los ojos y por supuesto, expresar su cariño de todas las formas posibles. Su nexo profundo les brinda la oportunidad de entregarse incondicionalmente, de compartir el deseo y la sensación de pertenecerse el uno al otro dentro de un mismo proyecto de vida.

En contraparte, existe un erotismo que implica sólo el ejercicio del gozo carnal sin sentimientos de por medio. A él recurren muchas personas que por temor al compromiso afectivo deciden limitar su sexualidad exclusivamente a la búsqueda de satisfacción. Sin embargo, tal afán de no involucrarse emocionalmente por lo general esconde un fuerte miedo al dolor, por ejemplo al que les ocasionaría ser engañados o abandonados -en ocasiones esto es una reacción ante una experiencia pasada. No obstante, quienes se conforman con esa 'comodidad' de complacerse sin arriesgar, no viven realmente.

Cuando hombres y mujeres sólo buscan experimentar sensaciones físicas, en algún momento inevitablemente les entrará la duda de qué habría pasado si hubieran jugado la car-

ta más grande: querer sin límites. Vaya, como cerrando los ojos y dejándose ir, dándose por completo. Si ello ocurre, probablemente sospechen la verdad: que el miedo los priva de conocer la plenitud de los amantes, la cual consiste en saberse muy querido y deseado.

Así, tenemos que se presume de lo que se carece, pues es falsa la frecuente afirmación de que los orgasmos obtenidos como mera reacción del cuerpo son iguales a los que suman amor y pasión. No hay un punto de comparación entre los climaxes de las parejas enamoradas a los que consiguen quienes sólo buscan dar rienda suelta a sus instintos. Lamentablemente el autoengaño es la manera más simple de justificar el terror a involucrarse al 100 por ciento. Innumerables sujetos que inventan pretextos para no llegar a profundizar en su relación, interiormente se sienten solos y vacíos, aun después de haber alcanzado un orgasmo extraordinario; prefieren ignorar que la comunicación sincera de los auténticos amantes, esa que sólo se consigue con amor, es la que puede permitirles compartir de lleno sus expectativas e intereses.

SIN COMPROMISO NO HAY AMOR

El compromiso de una pareja implica que cada uno se entregue sin reservas al otro, confíe en él y en el lazo que los une, lo acepte sin condiciones, y así ambos vivan unidos en la aventura de un constante descubrimiento mutuo. Quienes combinan amor con deseo saben aprovechar cada instante y lugar para gozarse de todas las maneras posibles: con pa-



labras, tiernas caricias y apasionado sexo.

Frecuentemente se dice que la rutina sexual es la tumba del cariño y esto es en parte cierto. Si no hay sentimientos de por medio difícilmente hay una buena comunicación, y si los esposos no dialogan con honestidad, entonces la separación -primero en pensamiento y luego en cuerpo- empieza a destruir la relación. Por otro lado, si los dos hablan con claridad de lo que les gusta y disgusta, no hay razón para caer en el hastío.

¿Por qué algunos individuos dicen que con el tiempo se acaban las ganas? La res-

puesta la dan ellos mismos, con su proceder: son personas que guardan en la memoria viejos rencores de acciones que las lastimaron. Si no hay amor entre dos seres es fácil aferrarse a lo negativo y olvidar que la vida es como un río que fluye, y que la única manera de disfrutarla es dejándose llevar. Por el contrario, si existe el amor hay confianza para todo, incluyendo la libertad de pedirle más en la cama al compañero, y sabemos que el erotismo requiere de la práctica frecuente y la búsqueda incesante de nuevas sensaciones; los amantes eternos son aquellos que saben cómo sa-



carle partido a todos sus impulsos, sin importar la edad o los años que tengan juntos. No buscan motivos para postergar los encuentros sexuales, los inventan para tenerlos constantemente.

AMOR ES IGUAL A GOZO

En general la mujer tiende a buscar el aspecto romántico en una relación, aunque desde la década de los sesenta hay muchas féminas que al igual que los varones se concentran sólo en el aspecto físico de la sexualidad. A las personas con esa mentalidad les es más común dejarse llevar con mayor facilidad por las sensaciones placenteras del coito y buscar únicamente el deleite.

No obstante, es indiscutible que ellas y ellos notan la diferencia entre la simple satisfacción carnal y hacer el a-

mor con quien se mantiene un vínculo afectivo; ni siquiera los besos saben igual. Las parejas que se aman no sólo consiguen el estallido momentáneo de un orgasmo, sino que experimentan en cada aspecto de su vida la sensación de plenitud. Y claro, su cama no se vuelve un sitio rutinario y predecible, cada caricia, palabra y momento es único.

El amor es la envoltura del mayor de los regalos que puede dar un ser humano: a sí mismo.

La gente que se aferra a la idea de que no se necesita querer al otro para recrearse con el sexo, se queda en la antesala del placer; en cambio, los que gozan a su 'media naranja' con cada pliegue de su cuerpo y espíritu, atesoran todo sentimiento y vivencia compartidos, y así se regocijan en

el éxtasis erótico como algo cotidiano. Una vida sexual extraordinaria puede convertirse en el motor de todas nues-

tras acciones; el camino para alcanzarla es el amor. www.sexologosilvestrefaya.com

No se conforme

¿Por qué limitarse a una superficial satisfacción física, si puede tener más? Ame, goce, entréguese.

Amar

- Comparta amor y sexualidad con su pareja, con ello aumentará su unidad.
- Destaque cada instante vivido.
- Todo ser humano necesita sentir que avanza por el camino correcto. Hable con su 'otra mitad' de lo que le gusta y disgusta en su relación.
- Exprese su cariño en todas las formas posibles.

Gozar

- Durante el encuentro íntimo no piense, disfrute.
- No apremie, deléitese profun-

- damente con cada sensación.
- Experimente nuevas tácticas de acercamiento, pregunte sus anhelos y fantasías.
- Otórguese permiso para deleitarse y deleitar.
- Cada orgasmo es un canto a la vida y despierta una sed insaciable del amante.

Entregarse

- Quienes se aman tienen la oportunidad única de darse sin reservas.
- El amor no se da a cuenta gotas, es como un río caudaloso lleno de pasión.