

Introducción

Sexo. Dije que mi próximo libro empezaría por esta palabra. No soy sexóloga, ni exprostituta, actriz porno o una adolescente que desafía las reglas para escandalizar a los adultos. Ni una mujer que acaba de separarse y ha decidido romper con todo, caiga quien caiga. Tampoco considero que sé más del sexo que las demás, ni he descubierto la rueda. No tengo ningún talento especial para el sexo, pero se me da bien y he resultado ser muy curiosa. De hecho, poseo una imaginación extraordinariamente sucia y no exagero si afirmo que precisamente por eso estoy en la mejor etapa de mi vida.

Todo esto me ha traído éxito y fracaso a partes iguales, y un buen modo de resumirlo parte de la anécdota de un amigo que vivió durante unos meses en Alemania: su compañero de piso le decía a menudo, con su sonrisa torcida, *ignoriert diese chaos ist ignoriert dich auch* («ignorar este caos es ignorarte a ti»). Mi provechoso caos: nunca he entendido qué significa eso de que el sexo es sucio, y a continuación añadir que lo deberías guardar para alguien a quien quieras mucho. Ni una cosa ni la otra, el sexo eres tú y tú te das a quién y cómo te apetece, y pase lo que pase, hagas lo que hagas, el guion sale adelante y está bien, cuanto sucede

conviene si lo decides libremente. ¿Hacerlo más? ¿Hacerlo menos que quién? ¿Y qué más da?

Pero éste no era el mensaje imperante cuando hace una década Sylvia de Béjar publicó *Tu sexo es tuyo*¹ y entregó al mundo un libro instructivo, exhaustivo e incitante —resultado de años de investigación y con la colaboración de reconocidos sexólogos— que invitaba a reflexionar sobre la sexualidad de la mujer, a disfrutar más. En aquel momento y en aquel libro se reivindicaba la necesidad imperiosa de las mujeres de tomar el sexo y la palabra para quejarnos públicamente de lo poco que nos conocían los hombres, algunos de los cuales al parecer no sabían cómo tratarlos y requerían entrenamiento, y recordaba a las mujeres las bondades de pensar más en el sexo (¿por lo visto no lo hacíamos ya tanto como ellos?) y estudiar nuestros genitales con rigor científico.

Nos vino de maravilla. Pero han pasado diez años y ya somos usuarias avanzadas, gracias a nuestra experiencia y a las aportaciones de muchos otros puntos de vista como el de José Bustamante, Antoni Bolinches, María Llopis, Beatriz Preciado, Jean-Claude Kaufmann, André Comte-Sponville, Guillermo Ferrara, Chimo Fernández de Castro, Gianni Vattimo... o la teóloga y monja benedictina Teresa Forcades que, para sorpresa del clero, afirmó recientemente que no aparece en la Biblia una sola referencia negativa hacia el sexo. Nos hemos limpiado de incultura y de casi todos los miedos, pero también deberíamos limpiarnos ahora de la afición al reproche, pues por mucho que nos hayamos quejado y reivindicado «lo mal que lo hacen los hombres», las cosas no han terminado de arreglarse; algún engranaje sigue sin andar ajustado del todo.

¿Dónde está ahora el problema, pues? Las mujeres hemos al-

1. Barcelona, Plaza & Janés, 2001.

canzado cierto nivel de usuarias avanzadas del erotismo y ya sabemos diferenciar romanticismo y un buen polvo, y también sabemos apreciar los puntos de contacto entre ambos. Al igual que hemos empezado a producir los libros que deseamos leer, podemos producir las relaciones sexuales y/o amorosas que nos convienen y reinventarnos cualquier etiqueta: llámame zorra, fresca o ingenua, que igual me gusta. Es responsabilidad nuestra, no soy partidaria del victimismo: si no me sienta bien una etiqueta, también te lo diré, dialogando contigo. No me da miedo equivocarme y tiendo a pensar durante las conversaciones, mis ideas surgen y se aclaran pronunciándolas.

Además, estos últimos años, observo que la crisis ha puesto de manifiesto la relevancia de las relaciones personales satisfactorias, con complicidad, para construir la identidad, para salir adelante anímica y solidariamente en un contexto hostil, donde hay mucho «para siempre» que dura... tres meses. Perdidos como estamos todos, hombres y mujeres ya no nos sentimos en ligas distintas, nos queremos prestar la atención que merecemos, y el siguiente paso será aprender a expresar lo que deseamos sin reivindicar ni discutir, pasar el diálogo a limpio: el sexo es de todos, somos del sexo, nos sienta bien, nos apetece y enriquece compartirlo.

Por fin nos queremos ver como personas, y como decía la lúcida coreógrafa y bailarina Pina Bausch: «Todos somos distintos. Seguro que hay muchos niveles posibles de ser mujer y muchos de ser hombre, así como muchos ámbitos en los que ambos se unen, pero siempre he atendido mucho más a la persona».

Entonces, ¿a qué viene todo esto de andar compitiendo? ¿Crees que todos los hombres o mujeres son iguales? Pades dependencia emocional, tensión, eres inconstante, inquisidora, demasiado racional en el amor? ¿Críticas a tu pareja a sus espaldas? ¿Afirmas que «el amor es ciego»? Falta de confianza, amantes secre-

tos, amantes imaginarios, falta de compromiso, encaprichamientos, lees demasiadas novelas de amor, pones esperanzas irreales en cada relación, manipulas... ¿Y la persona, dónde queda la persona con la que te quieres relacionar?

Desde el inicio de la civilización, la sexualidad ha sido tema de múltiples tratados, doctrinas, enciclopedias, y de escritos procedentes de las más dispares disciplinas del conocimiento; ha sido considerada como base fundamental de algunas religiones y como motivo de vergüenza y fuente de pecado en otras; ha sido descrita, representada, juzgada, pontificada, condenada, escondida, negada y, más recientemente, investigada. Ahora faltaría llevar el tema a la sinceridad cotidiana de sus protagonistas, nosotros.

Ahí estamos ahora. Vamos a poner sobre la mesa otros temas que importan cuando hablamos de sexo, más allá de la moral, del desempeño, del rendimiento: bienestar, autoestima, criterio, optimismo, felicidad sexual. Todo positivo, nunca negativo. Y no, no me viene a la memoria ningún libro de sexo así: vamos a apreciar las bondades de la sexualidad más allá de un orgasmo de más o de menos, vamos a sonreír cuando hablemos de sexo. Demos un paso adelante y reconozcamos que lo que falla en el sexo cuando el sexo falla es que quizá nos quejamos y exigimos demasiado..., cuando lo único que deberíamos hacer es relajarnos y disfrutar.

Este libro, idealmente, podría ser algo así como una cooperativa. La de los Seres Sexuales Unidos que dialogan, debaten y de paso se divierten compartiendo confidencias. El buen sexo no es algo que tengas que exigir ni comprar ni adornar. Te lo tienes que construir, utilizando la imaginación y la autonomía: busca en cuanto eres y está a tu alcance el material indispensable para el ejercicio de los sentidos, objetos apropiados a tus acciones y a tus características físicas y anímicas, poténialas con tu trabajo íntimo y personal y según tu libre elección, y habrás dado con la fórmula: un plan seguro para desembocar poco a poco en descu-

brimientos espontáneos y conquistas según tu ritmo natural y el de tu pareja.

Principio dominante: el de dejar hacer, como en el juego genuino; tener fe en el valor inmenso de una actividad libre desarrollada para hacerte feliz y compartir.

Si no podemos hacerlo, si no podemos hablar abiertamente de sexo en estos términos, no es que no estemos informados, no; es que algo más sucede, algo que no aparecía en los manuales de instrucciones de hace diez años. Quizá necesitan una actualización, pues nos hemos sofisticado para lo bueno... y para lo malo. Ya no nos basta con saber dónde está el clítoris y el perineo, y los prejuicios y tópicos han ido fluctuando: no se llega virgen al matrimonio, pero en ocasiones se confunde el sexo con la gimnasia, que tampoco.

El cambio consistirá en que las mujeres nos podamos quitar del todo ese anticuado moño de institutriz que usábamos hace diez años para señalar dónde está el clítoris, el punto G o el coxis, en que podamos confiar en que los hombres están atentos y les apetece satisfacernos. En cuanto comprendamos que lo que importa es que el sexo nos guste a nosotras, de veras, y que a partir de ahí a ellos les apetece jugar a nuestro juego sin complicaciones, el sexo será compañerismo, que es de lo que se trata, pues las relaciones no deberían ser por más tiempo estrategias de manipulación mutua: basta ya de manuales de «cómo conquistar a un hombre» o «cómo seducir a una mujer».

No podemos, ni debemos, escudarnos más en la guerra de los sexos, ni educar así a las nuevas generaciones. Hablar de que nos gusta el sexo con desparpajo y sin ser sexólogos no debería resultar para nada indiscreto, políticamente incorrecto ni vergonzoso, ni un equipo está en desventaja respecto al otro, nos hemos quitado mil vendas de los ojos con libros y películas, y la mejor amiga de mi madre ya encarga la novedad erótica de moda en la tienda

del barrio sin siquiera pestañear... ¿Y ahora qué? Nos falta expresar, simple y llanamente, que el sexo nos gusta, normalizarlo hasta el punto de poder reírnos, todos juntos, de nuestras contradicciones y lagunas sin que ofenda ni nos haga sentir acomplejados o en desventaja. Se trata de compartir pistas y quien primero llegue al tesoro del mapa, que avise.

¿Te atreverías a decirle a un pretendiente —con el que pretendes acostarte— en la primera cita que te gusta el sexo? ¿Se lo has dicho alguna vez a tu pareja de años? Pues eso, vamos a trabajar un pelín todo este asunto y... lo bien que sienta.

Por otro lado, no se trata de un club restringido ni hay que pasar ninguna prueba especial para entrar. Al igual que somos del sexo por el mero hecho de haber nacido de él, nos puede gustar hablar y opinar de sexo tanto si lo practicamos como si no: la libertad consiste en vivir el sexo que deseas con calma, no el que quieren que vivas los demás o al ritmo que crees que quieren que lo vivas... Tenemos el sexo que merecemos. Y hay que ganárselo, como si de un amigo se tratara, sin hacer trampas, con honestidad y diciendo las cosas claras.

Además, no sólo estoy convencida de que, frente a la violencia y la apatía de la sociedad actual, sería muy positivo que expresáramos con más confianza en nosotros mismos lo que nos gusta del sexo —¡y lo que no nos gusta del sexo en determinados momentos!—, sino que propongo ponerlo en práctica en toda su riqueza y amplitud. Sinceridad sexual para hablar de la propia felicidad sexual y para todos, sea cual sea la edad, educación, aspecto físico y desparpajo adquirido.

Despleguemos entre todas nuestras ganas de que el sexo nos guste, convenciéndonos primero a nosotras mismas, para luego poder compartir el juego sin quejas, reproches ni malentendidos.

Juguemos con ganas y hablemos claro, en primer lugar con nosotras mismas y nuestro deseo. Decir «me gusta el sexo» ya es en sí poner en su sitio la inutilidad de la queja, de tanto «Me hace mal esto o lo otro...», «No me dedica tiempo» o «No me entiende». Si nos gusta, si nos gusta de veras el sexo, ¿dónde está el problema? Si nos gusta, que se note. Además, no tienes por qué estar siempre al ciento por ciento, ni lo tiene que estar el otro, que es otra gran ventaja. El sexo es un baile, y tiene descansos y cambios de ritmo a discreción... ¡Faltaría más!

Voy a compartir lo que he aprendido y acumulado, y cómo y cuánto me ha ayudado a comprenderme mejor y comprender a los demás (atención, reconoceré muchos defectos y errores), no sólo para que me guste el sexo y poder afirmarlo sin miedo al qué dirán, sino, sobre todo, para que no deje de gustarme un solo día de mi vida.

También está en tu mano cultivar y mantener la felicidad sexual y para ello sólo necesitamos responsabilizarnos de la reciprocidad que ello comporta: tú me das placer y yo te doy placer, compartimos. Hazlo, no lo dudes más ni desconfíes, da y recibe sexo con generosidad y conscientemente; esa energía intercambiada enriquecerá tu crecimiento personal y te ayudará a afrontar lo que venga, ya sean problemas cotidianos, michelines o patas de gallo de tanto reír.

El objetivo es poder considerarlo y compartirlo con el mundo («¡Oye, mundo, me gusta el sexo!»), con la cabeza bien alta y los ojos sonrientes, como faceta completa y satisfactoria de la existencia: el sexo no sólo crea vida —«existo gracias al sexo de mis padres y voy a hablar con ellos de todo esto cuanto antes»—, sino que nos carga de energía positiva por los cuatro costados. ¿No te lo crees aún? En fin, a lo que íbamos: en cuanto puedas afirmar «me gusta el sexo» también te gustarás más. ¿Te parece poco?