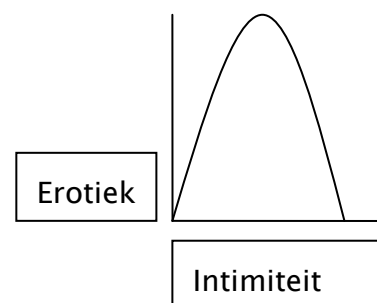


Erotische intelligentie

Erotische intelligentie is: zien dat de ander iemand is die je nooit zult leren kennen, die je nooit zult kunnen vasthouden, die je steeds opnieuw zult moeten veroveren, op een speelse en vragende wijze, dat dit zien je kwetsbaar maakt, en dat je die kwetsbaarheid kunt te dragen.

Intimiteit en erotiek zijn beiden nodig in de relatie. Het een versterkt het ander, mits zij niet té overheersend zijn. Geen intimiteit verkleint erotiek, voldoende intimiteit vergroot erotiek, teveel intimiteit verkleint erotiek. Geen erotiek verkleint intimiteit, voldoende erotiek vergroot intimiteit, teveel erotiek verkleint intimiteit. Ze kunnen niet altijd in ons leven zijn. Daar zijn wij mensen en onze relaties te dynamisch voor. Ze kunnen ook niet altijd op hetzelfde moment plaatsvinden.



Alle levende, dynamische organisme hebben afwisselend verandering/groei en stabiliteit/stilstand nodig.

Verandering is de enige constante. Dat geeft onze intieme relatie veel onzekerheid. De mate waarin je deze onzekerheid kunt dragen, bepaalt je passie. Om de onzekerheid die passie voedt in te brengen in je relatie, hoef je dus alleen maar je eigen illusie van zekerheid over je relatie los te laten. In plaats van te zien wat je wilt zien en kunt tolereren, zien wat je nog niet weet. Ieder mens blijft veranderen en is daardoor mysterieus. En laat dat van jezelf ook zien: je beperkt jezelf en je partner wanneer je jezelf intoomt omwille van de liefde. Dat intomen komt de hartstocht en echt contact niet ten goede. Nieuwsgierigheid en je eigen authentieke zelf bloot geven wel.

“Er is moed voor nodig om jezelf ertoe te zetten naar plekken te gaan waar je nooit geweest bent...je grenzen te verkennen...hindernissen te nemen. En op een dag was het pijnlijker om strak in knop te blijven dan om te gaan bloeien.”

Van Tokio tot Djibuti tot Queens in New York; mensen die dicht op elkaars lip zitten, hebben niet de neiging nog meer intimiteit op te zoeken. Zij voelen zich al genoeg verstrengeld.



Waar de ander ophoudt en jij begint

Elkaar liefhebben zonder jezelf te verliezen, is een dilemma van intimiteit. We willen zowel een band als autonomie. De behoefte beïnvloed hoe we liefhebben en hoe we de liefde bedrijven. Erotische intimiteit gaat over jezelf vinden en jezelf verliezen. Je ondergaat een gevoel van eenwording en egocentriciteit, van wederzijdsheid en egoïsme. Tegelijkertijd binnen de ander en binnen jezelf te zijn. Om een te kunnen zijn, moet je eerst twee zijn.

Onze aandacht gaat voornamelijk naar wie we lief hebben, zelden op ons eigen vermogen om lief te hebben.

Ik spreek dus ik besta

We leven in een maatschappij die heel veel verbaal communiceert. Wellicht kan de grote vraag om verbale intimiteit de waarde van niet-verbale communicatie minimaliseren. Lichamen spreken ook. Rituelen spreken ook.

Seks is moeilijk, nietwaar?

Stress en angst houden erotiek tegen. Een ontspannen, ongeremde, ongecontroleerde, niet bange, niet oordelende houding ten opzichte van lichamelijk genot helpt de erotiek. Belangrijk bij erotiek is de seksuele zelfonthulling van onze fantasieën.

Seks is vies, doe het met iemand waarvan je houdt

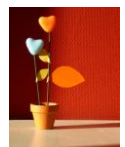
Sommige mensen verwachten dat seks in een relatie betekenisvol moet zijn. Een uiting van liefde. We willen ons bijzonder voelen. Dat geeft een enorme druk! En het sluit heel veel momenten waarop je seks kunt hebben uit. Seks is een spel. Een spel dient geen ander doel dan het spel zelf.

Sommige mensen vinden dat seks spontaan moet komen. Wees eens niet spontaan! Het gebeurt niet vanzelfsprekend. Je moet altijd moeite doen. Hoe langer je elkaar kent hoe spannender dat wordt. Hoe meer je namelijk kunt verliezen. "Zou het vanavond weer klikken?" Schep een erotische ruimte en kijk wat er in de ruimte gebeurt. Dat kost tijd, ruimte, en is nooit gegarandeerd. Maar, het geeft mogelijkheden. Blijf spelen. Omdat het leuk is.

De beste elixer voor passie is verwachting

Je kunt begeerte niet dwingen, maar je kunt wel een sfeer scheppen waarin hartstocht gemakkelijker opgewekt kan worden. Hoe kun je haar in een ander tempo verleiden? Hoe kun je haar zin laten krijgen in de reis? Zonder dat je toenaderingspogingen voelen als druk, te abrupt en indringend.

Wijs seks niet af, maar geef ruimte aan de mogelijkheid. Zeg niet nee, maar: "Misschien." Of "Laten we zoenen." Of "Haal me maar over." Of "Langzaam." Seks doet er toe. Geef zo'n belangrijk deel van jezelf niet op. Voor jou, voor je huwelijk en voor je kinderen. Op de uitgebreide lijst van dingen die je kinderen nodig hebben, staat ook ouders die seks hebben.



Fantasieën

Fantasieën geven je mogelijkheden. Zij leren je anders te kijken naar het probleem en de oplossing. Fantasieën houden geen rekening met grenzen van je geweten, je cultuur, je zelfbeeld. Dat geeft vrijheid. Datgene waardoor we geprikkeld worden, boste vaak met het beeld dat je van jezelf neerzet, of met een overtuiging die je vasthoudt.

Er is een groot verschil tussen gewone fantasieën en seksuele fantasieën. Bij gewone fantasie is het verband tussen wat je wilt en waarover je fantaseert verfrissend ongecompliceerd. Bij seksuele fantasieën doe je alsof. Het is een simulatie, een opvoering, geen werkelijkheid. Als een gewone fantasie proza is, is een seksuele fantasie poëzie, waarbij je denkt in symbolen. Ga eens op zoek naar wat de poëzie zou kunnen betekenen.

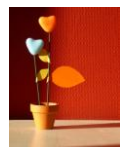
Niet de verlangens maken het ons moeilijk, het is de verplichting die we voelen deze verlangens na te jagen. Laat je niet opjagen door de chronische aandoening geluk. Wees tevreden.

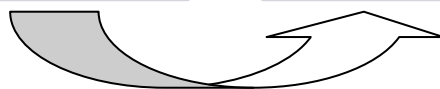
“Ik weet dat je naar anderen kijkt, maar ik weet niet precies wat je ziet. Ik weet dat anderen naar je kijken, maar ik weet niet wie ze zien. Opeens ben je niet meer zo bekend. Je bent niet langer die entiteit die ik ken en waar ik niet meer nieuwsgierig naar hoef te zijn. Je bent eigenlijk een mysterie. Ik word er een beetje nerveus van.
Wie ben je? Ik verlang naar je.”

Affaires

De structuur van affaires, leent zich bij uitstek voor passie. Bij een affaire is er altijd de derde partij die thuis zit. Wanneer deze derde partij het toneel verlaat, is het stuk dan nog spannend?

In iedere relatie, is er een derde. Een kind, een psycholoog, een vriend, drugs, een hobby, een minnares, een fantasie, een reis, een droom, een ouder, een baan. Als de deze derde wordt verbannen uit de relatie, en alleen buiten het huwelijk ruimte krijgt, dan is het ook daar waar hij gezocht wordt. Erken dat de schaduw er is.





Erotische intelligentie slaat een brug tussen intimiteit en erotiek.

Erotische intelligentie
<ul style="list-style-type: none"> • Dragen van je eigen kwetsbaarheid, erkennen dat je verlaten wordt door je geliefden. • Onze seksualiteit is onderdeel van onze persoonlijkheid, en ontwikkelt zich steeds. • Waar verbondenheid de vrijheid beneemt, geeft erotiek de vrijheid terug. • Vermogen jezelf te blijven in de aanwezigheid van de ander. • Creeër naast een intieme wij, een sterke ik. Een seksuele identiteit, die van jezelf is. Met eigen beelden, met eigen verlangens, die reageert op de ander en onverwacht opgewonden raakt. • Eerst afstand overbruggen om intimiteit te voelen, om vervolgens weer veilig afstand te kunnen scheppen die ruimte geeft aan erotiek. • Proust: De echte ontdekkingsreiziger gaat niet op zoek naar nieuwe landschappen, maar kijkt er met andere ogen naar. • Stimuleer je tevredenheid. Zo is het goed. Zo is het genoeg. • We bezitten onze partner niet. Onze relatie is niet vanzelfsprekend. Hij is eindig. • Begrijp dat schommelingen in de erotische intensie bij de relatie horen. Een relatie is een dynamisch en levend organisme. • Er is altijd wel een plek waar je nog niet bent geweest samen. Er is altijd iets van de ander dat je nog moet ontdekken. • Constante investering doet tevredenheid toenemen. Continu veroveren, versieren, aandacht geven. Je partner is niet vanzelfsprekend. • Seks is een spel. Een spel dient geen ander doel dan het spel zelf. • Wees speels in je relatie. • Het gewone buitengewoon te maken. • Agressie integreren in plaats van uitroeien. • Niet bezitten, steeds veroveren.

