



<http://groups.google.com.br/group/digitalsource>

**esther perel**

# **sexo no cativoiro**

**driblando as armadilhas do casamento**

*Tradução*  
**Adalgisa Campos da Silva**



## Orelha do livro:

Por que o sexo, que era tão bom no início, fica sem graça para casais que afirmam se amar com a mesma intensidade de quando se conheceram?

Podemos desejar o que já temos?

Por que a chegada dos filhos tantas vezes significa o desastre erótico?

A boa intimidade sempre leva ao bom sexo?

*Esther Perel* procura responder a essas perguntas difíceis, enfrentando os obstáculos e ansiedades que surgem quando a busca pelo amor seguro entra em conflito com a necessidade da paixão. Ela nos convida a explorar a união paradoxal da domesticidade e o desejo sexual, e explica o que é necessário para trazer a sensualidade de volta ao recesso do lar.

"Tão revelador quanto claro, agradável e acessível. Perel oferece ao casal moderno estremecido uma singela riqueza de experiência."

*Publishers Weekly*

"Perel diz coisas tão contraditórias à cultura predominante, que soam como blasfêmias. Mas ao mesmo tempo em que você se choca, admite que ela está certa. As idéias de Perel são como o refrão de uma boa canção - instantaneamente familiares, porque ressoam profundamente. Impressionante em sua força intuitiva e absoluta precisão."

*The Observer*

© 2006 by Esther Perel

"Wild things in Captivity", retirado de THE COMPLETE POEMS OF D.H. LAWRENCE by D.H. Lawrence, editado por V. de Sola Pinto e F.W. Roberts, © Estate of Frieda Lawrence Ravagli 1964, 1971. Reproduzido sob permissão de Pollinger Limited e do proprietário. Todos os nomes e detalhes pessoais de indivíduos desse livro foram modificados para proteger sua privacidade.

Todos os direitos desta edição reservados à  
EDITORA OBJETIVA LTDA. Rua Cosme Velho, 103  
Rio de Janeiro - RJ - CEP: 22241-090  
Tel.: (21) 2199-7824 - Fax: (21) 2199-7825  
www.objetiva.com.br

Título original:

*Mating in Captivity — Reconciling the Erotic + The Domestic*

Capa

Fátima Agra sobre design original de HarperCollins Publishers

Imagem de capa

Outras Imagens Ltda.

Revisão

Fátima Fadel

Lília Zanetti Freire

Ana Kronemberger

Editoração Eletrônica

Abreu's System Ltda.

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO-NA-FONTE  
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ.

---

P497a

Perel, Esther

Sexo no cativeiro / Esther Perel; tradução Adalgisa Campos da Silva. - Rio de Janeiro: Objetiva, 2007

243p.

ISBN 978-85-7302-827-0

Tradução de: *Mating in captivity — reconciling the erotic + the domestic*

1. Sexo no casamento. 2. Casais - Comportamento sexual - Aspectos psicológicos.

3. Excitação sexual. 4. Relação homem-mulher - Aspectos psicológicos. I. Título.

06-4459.

CDD 306.87

CDU 392.6

07.12.06

12.12.06

017268

---

**A meus pais, Sala Ferlegier e Icek Perel.**

**Sua energia continua viva em mim.**

# Agradecimentos

NUNCA ESCREVI UM LIVRO antes. Achei que não agüentaria a solidão. Para surpresa minha, descobri que, para a mesa de escrever, eu podia levar o prazer que sinto em colaborar e em bater papo à meia-noite. Costumo pensar conversando — é falando que minhas idéias surgem e ficam claras. Algumas pessoas me ajudaram a falar, outras, a escrever. Devo muito a elas, muito mais que esse modesto tributo. Já que passamos dois anos refletindo sobre amor e sexo, deixe-me dizer que, em cada palavra, vai um beijo de gratidão.

Sarah Manges, extraordinária editora, você foi minha bússola. Você me manteve no rumo quando as rajadas de idéias ameaçavam me arrastar. Laura Blum, você elevou meu estilo. Não sendo falante nativa de inglês, perco certas nuances da língua que seu senso poético sempre capta. Michele Scheinkman, só sei que uma idéia faz sentido depois que ela tem o selo de sua aprovação. Gail Winston, minha editora na Harper Collins, você acreditou em mim como uma mãe. Fez com que eu catasse minhas idéias dispersas e escrevesse sem usar jargão. Mary Wylie, quando você editou o artigo original que deu origem a este livro — "In Search of Erotic Intelligence: Reconciling Sensuality and Domesticity" [A procura da Inteligência Erótica: a Conciliação da Sensualidade com a Domes-ticidade] —, você sabia até onde iríamos? Muitas vezes você entendia antes de mim o que eu queria dizer. Miriam Horn, você foi a primeira pessoa a dar forma ao artigo original. Rich Simon, você pôs esse projeto todo para andar. Uma simples pergunta na primavera de 2002 — Em que você anda pensando ultimamente? — levou-me a lhe mandar algumas idéias soltas que, 11 versões depois, acabaram nas páginas de uma revista de vanguarda, *The Psychotherapy Networker*. A reflexão poderia ter acabado ali, com um artigo interessante. Mas

Tracy Brown, você bisbilhotava tudo o que aparecia nas bancas de jornais como só uma agente empreendedora sabe fazer. Você bateu o olho na capa da *Utne Reader*, que reproduzira meu artigo da *Networker*. Ficamos ligadas na mesma hora, e começamos essa viagem incrível. Agora recomendo você a torto e a direito. Ilana Berger, você me iniciou no mundo da terapia sexual. Tem sido uma mentora e uma amiga. Peter Fraenkel, você acreditou no projeto antes de seu começo. Michael Shernoff, ao oferecer uma perspectiva gay, você não me deixou descambar para clichês heterossexuais. Patti Cohen e David Bornstein, sinto-me honrada por ter sido acolhida em seu círculo de escritores. Deborah Gieringer, Sandy Petrey e Katherine Frank obrigada por terem sido leitoras e pensadoras com tanto tino. Phillis Levin, você é minha musa poética. Shelly Kellner, você trouxe ordem para o meu caos. Seu apoio na pesquisa foi impecável. Anya Strzemien, você passou horas me ouvindo no gravador e transcrevendo. Podemos trabalhar juntas de novo? Miriam Baker, obrigada pela metáfora maravilhosa do cativo.

Não há como exagerar a contribuição de meus pacientes. Sinto-me honrada por sua confiança em mim. Obrigada por me deixarem entrar em suas almas e por me autorizarem a usar suas histórias para enriquecer a vida de outras pessoas. A lista também inclui amigos. Não posso citar todos os que se sentaram à minha mesa de jantar analisando as complexidades do desejo, mas vocês sabem quem vocês são, e não sei como lhes agradecer.

Jack Saul, estamos juntos há quase um quarto de século. Sei que você gostou do assunto que escolhi! Eu não teria conseguido terminar este projeto sem seu apoio e seu entusiasmo constantes. Sempre que eu saía, você entrava em cena. Adam, meu filho mais velho, você é meu guru em informática. Representou muito para mim você se interessar tanto por meu trabalho, mesmo quando ele me tirou de casa. Noam, meu caçula, prometo que, quando você tiver idade, adorarei deixar você ler meu livro.

## WILD THINGS IN CAPTIVITY

Wild things in captivity  
while they keep their own wild purity  
won't breed, they mope, they die.

AH men are in captivity,  
active with captive activity,  
and the best won't breed, though they don't know why.

The great cage of our domesticity  
kills sex in a man, the simplicity  
of desire is distorted and twisted awry.

And so, with bitter perversity,  
gritting against the great adversity,  
the young ones copulate, hate it, and want to cry.

Sex is a state of grace.  
In a cage it can't take place.  
Break the cage then, start in and try.\*

*D. H. Lawrence*

---

\* Um ser silvestre em cativeiro, / embora mantenha a pureza selvagem, / não procria, definha, morre. / Os homens estão todos no cativeiro / tocando a lida da vida / e os bons não procriam, mas não sabem por quê. / A grande jaula de nossa domesticidade / mata o sexo no homem, a simplicidade / do desejo é distorcida, desvirtuada. / Assim, com amarga perversidade, / nervosos com a adversidade, / os jovens copulam, acham ruim e querem chorar. / Sexo é um estado de graça. / Não pode ocorrer na jaula. / Então quebre a jaula e comece a tentar.

# Sumário

## Introdução

### 1 - Da Aventura ao Cativo:

Por que a Busca por Segurança Mina a Vitalidade

### 2 - Mais Intimidade, Menos Sexo:

O Amor Busca Proximidade, mas o Desejo Precisa de Distância

### 3 - As Ciladas da Intimidade Moderna:

Conversar não É o Único Caminho para a Proximidade

### 4 - Democracia versus Sexo Quente:

Desejo e Igualitarismo não Jogam Segundo as Mesmas Regras

### 5 - Topo o Desafio!:

A Ética de Trabalho Protestante Assume a Degradação do Desejo

### 6 - Sexo É Sujo; Salvo para Alguém que Você Ama:

Quando o Puritanismo e o Hedonismo se Chocam

### 7 - Matrizes Eróticas:

Diz-me como Foste Amado, e Eu te Direi como Fazes Amor

### 8 - A Chegada dos Filhos:

Quando Três Ameaçam Dois

### 9 - De Carne e Fantasia:

No Santuário da Mente Erótica Encontramos um Caminho Direto para o Prazer

### 10 - A Sombra do Terceiro:

Repensar a Fidelidade

### 11 - Apimentar de Novo o Sexo:

Trazer Erotismo para Casa

## Notas

## Bibliografia



# Introdução

A HISTÓRIA DO SEXO nos casais institucionais modernos muitas vezes menciona a diminuição da libido e inclui uma longa lista de álibis sexuais, que pretendem explicar o inescapável fim do erotismo. Agora, ao que parece, todo mundo, desde o noticiário matinal ao *New York Times*, tece considerações a esse respeito. Ficamos sabendo que muitos casais hoje quase não transam, mesmo quando as partes declaram se amar. Hoje, os casais estão muito ocupados, muito estressados, muito envolvidos na criação dos filhos e muito cansados para transar. E, se tudo isso não bastasse para embotar seus sentidos, os antidepressivos, que tinham como função aliviar o estresse, acabam sendo a gota d'água. Trata-se, de fato, de um desdobramento irônico para os *baby boomers* que, cerca de trinta anos atrás, inauguraram uma nova era de liberação sexual. Agora que podem transar à vontade, esses homens e mulheres e as gerações que se seguiram parecem ter perdido o tesão.

Embora eu nada tenha contra a exatidão desses relatórios da mídia — nossas vidas certamente são mais cheias de estresse do que deveriam —, parece-me que esse interesse quase exclusivo na frequência e na quantidade de relações sexuais enfoca apenas as razões mais superficiais do mal-estar que tantos casais sentem. Acho que entram mais coisas nessa história.

Psicólogos, terapeutas sexuais e observadores sociais há muito tempo andam às voltas com o nó górdio de como conciliar sexualidade e domesticidade. Dão-nos muitos conselhos sobre como fazer compras no mercado de especiarias para acrescentar outros sabores ao sexo numa relação institucional. A diminuição do desejo, dizem-nos os técnicos, é um problema de horário que pode ser resolvido com o desenvolvimento da capacidade de organizar e

estabelecer prioridades; ou é um problema de comunicação que pode ser atenuado com a verbalização do que se quer exatamente em termos de sexo.

Sou menos propensa a usar um enfoque estatístico para falar de sexo — se você ainda transa, com que frequência, quanto tempo dura, quem goza primeiro e quantos orgasmos você tem. Em vez disso, quero propor perguntas que não têm respostas fáceis. Este livro fala de erotismo e da poética do sexo, da natureza e dos dilemas do desejo erótico. Quando se ama alguém, como é? E quando se deseja alguém, de que maneira é diferente? Uma intimidade gostosa sempre leva a um sexo gostoso? Como é que tantas vezes o nascimento do primeiro filho significa o fracasso erótico? Por que o proibido é tão erótico? É possível querer o que já se tem?

Todos nós temos uma necessidade fundamental de segurança, que nos impele a relacionamentos institucionais em primeiro lugar; mas temos também uma grande necessidade de aventura e empolgação. O romance moderno promete que é possível satisfazer esses dois conjuntos distintos de necessidades num lugar só. Mesmo assim, não estou convencida. Hoje, procuramos numa pessoa o que, no passado, uma cidade inteira oferecia: base, significado e continuidade. Ao mesmo tempo, esperamos que nossos relacionamentos institucionais sejam românticos bem como gratificantes emocional e sexualmente. Será de espantar que tantos relacionamentos desmoronem sob o peso de tantas expectativas? É difícil gerar entusiasmo, suspense e desejo com a mesma pessoa de quem você espera conforto e estabilidade, mas não é impossível. Convido você a pensar em maneiras pelas quais pode introduzir risco no que é seguro, mistério no que é familiar e novidade no que é duradouro.

No caminho, vamos abordar como a ideologia moderna do amor muitas vezes entra em conflito com as forças do desejo. O amor desabrocha numa atmosfera de proximidade, aconchego e igualdade.

## Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

