

JACQUES SALOMÉ (n. 1935) este psihosociolog, formator, scriitor și poet. Și-a obținut licența în psihiatrie socială la École des Hautes Études en Sciences Sociales (Paris). Este fondatorul Centrului de formare în relații interumane „Le Regard fertile“ de la Roussillon-en-Provence și a predat vreme de cincisprezece ani la Université de Lille III.

Filiația sa teoretică se revendică din curentul psihologiei umaniste, inițiat de Carl Rogers. La începutul carierei în relațiile interumane s-a folosit de psihanaliză, mergând în direcția propusă de Milton Erickson, pentru care subconștientul este un rezervor de resurse, nu o componentă întunecată a psihicului. În primele sale cursuri de formare, Jacques Salomé a folosit tehnici corporale ca Rebirth, bioenergia sau mijloacele de expresie scenică precum psihodrama.

Aceste numeroase experiențe l-au condus în timp la elaborarea unei metode personale: ESPERE (Energie Specifică Pentru o Ecologie Relațională Esențială), un sistem teoretic și practic, constând în concepte și instrumente proprii. A format până în prezent peste 60 000 de asistenți sociali, medici, psihologi și consultanți. A ținut conferințe, cursuri de formare și are discipoli (moderatori în metoda ESPERE și formatori de moderatori) în Franța, Belgia, Canada, Elveția, Insula Réunion. A semnat de-a lungul timpului cronici permanente în reviste de referință din presa franceză și canadiană.

A scris 70 de cărți și este coautor al unor lucrări de referință despre comunicare și cuplu, teoretician în cadrul Asociației pentru Comunicare Relațională prin Ascultare Activă. Cărțile sale au fost traduse în peste 27 de limbi.

În februarie 2014 a suferit un sever accident vascular cerebral, care i-a afectat centrul vorbirii. În prezent, la vârsta de 85 de ani, se reface și întâmpină cu deschidere această nouă provocare din viața sa cu ajutorul soției lui, Valeria, încredințat de faptul că bolile sunt limbaje simbolice care ne ajută să strigăm și să tănuim deopotrivă insuportabilul din noi și că suferința scoate la lumină posibilitățile nebănuite ale ființei.

Jacques Salomé

Întâlniri cu femei-fântână

Efectul „Izvor“

Ediția a II-a

Traducere din franceză de
VALERIA BOLLUD-SALOMÉ

CUPRINS

<i>Originile acestei cărți</i>	11
<i>Introducere</i>	13
Prima oară	18
Cum să abordăm acest subiect?	22
Ce spun bărbații despre această aventură?	114
Cum să procedăm?	131
Efectul „izvor“ și „izvorarul“	143
Urmările durabile ale efectului „izvor“	151
Cultură, tehnologie, sexologie și alte abordări	156
Există totuși multă rezistență...	162
Vorbind prin simboluri	174
Povestea punctului G	182
<i>Anexe și digresiuni</i>	189
<i>Pentru a încheia, o mică retrospectivă cronologică</i>	205
<i>Bibliografie</i>	207

Prima oară

Prima oară a fost cândva atât de demult, într-o altă viață, poate, sau de ce nu, într-o viață viitoare.

MĂRTURIE A UNEI FEMEII-FĂNTÂNĂ

Prima oară... eram încă la liceu, îndrăgostită la nebunie de un băiat care abia venise în clasa noastră, la începutul primăverii.

Prin gesturile sale, prin ținuta sa, acest băiat emana o forță deosebită, iar părul lui lung îmi inspira o teribilă blândețe...

În plus, era foarte priceput la matematică, ceea ce, nu știu din ce cauză, mi se părea că-i dădea un aspect special, deosebit.

Eu cred că m-a remarcat și, ca să nu mă uite, într-o sâmbătă dimineață, i-am cerut să-mi împrumute haina lui, sub pretext că îmi era rece și că locuiesc departe, asigurându-l că i-o voi înapoia luna viitoare, dar știind că o voi păstra cel puțin o săptămână. Cânta divin la chitară, compunea și cânta cântece, iar eu îmi imaginam că sunt scrise doar pentru mine...

În numai câteva zile, a intrat în viața mea, mi-a alungat somnul și mi-a tăiat pofta de mâncare, mi-a paralizat gândurile și s-a strecurat în visele mele.

Mă simțeam depășită, chiar încetinită în activitățile mele cotidiene, dar, paradoxal, mă simțeam dintr-odată mai

importantă, ca și cum ceea ce simțeam pentru el îmi dădea putere și încredere, îmi confirma că puteam să am o viață deosebită!

Într-o zi, la sfârșitul cursurilor, ne-am dat întâlnire în parculețul ce se găsea în preajma liceului.

Pe atunci nu știam tot ce putea să se întâmple, să se transmită între un băiat și o fată când dragostea își făcea simțită prezența, când sentimentele se amestecau și puneau stăpânire pe unul și, poate, și pe celălalt.

Puteam simți doar emoțiile, căci cuvintele îmi lipseau pentru a mă regăsi în această revoluție interioară încântătoare și devastatoare, în același timp.

Nu știam nimic despre viața intimă a unei femei; singurele repere erau cele morale, cele ale educației primite, câteva fragmente de comentarii asupra sexului, auzite în șoapte traversate de râsete sau plânsete.

Când mi-a propus, după câtva timp, să-l urmez în camera lui, spunându-mi doar atât: „Părinții mei sunt plecați două zile”, am înțeles imediat că dorea să petreacă un moment de intimitate, un moment doar al nostru. Aceasta însemna pentru mine că eram aleasa lui, că îmi dorea prezența, că eram importantă pentru el.

Două voci se făceau auzite în mintea și trupul meu, cu aceleași intensități, dar rostind lucruri diametral opuse! Frica și dorința se înfruntau și încercau să obțină câștig de cauză, dar eu eram atât de ignorantă, încât atunci n-am știut să le descriez înțelesurile.

Îmi amintesc că dădeam o definiție neobișnuită cuvântului „respect”: credeam că, dacă un băiat mă respectă, nu îmi va cere să fac dragoste cu el.

Respect pentru oameni și cărți

Iar apoi, în camera lui, pe canapea, foarte aproape unul de celălalt, acest trup... trupul meu mi-a scăpat definitiv de sub control. Îl simțeam devenind febril, vibrant, nebun, ca și cum ar fi vrut să mă părăsească. Îl vedeam trăindu-și propria viață, fără ca eu să-i fi acordat permisiunea.

Eu și băiatul acela, el ca fermecat de simpla mea prezență, înflăcărat de atingerea mâinilor noastre, iar eu, înfricoșată, gata să urmez dorința corpului, să mă dezbrac, să mă lipesc de el.

Intensitatea acestei clipe a fost atât de acută încât Eric, da, se numea Eric, a rămas nemișcat, cu ochii închiși. O stare de exaltare îmi cuprinsese trupul, dar, în același timp, aveam impresia că voi exploda. O neliniște urca încet în mine, mă sufoca, lovindu-se de o bucurie fără margini și puternică, a cărei sălbăticie mă făcea să tremur și mă lăsa fără vlagă.

Furnicături îmi treceau prin sâni, o senzație de balonare și o strângere între coapse. Apoi, ceva a cedat și m-a eliberat dintr-odată de toată tensiunea ce mă stăpânea, pentru a se răspândi într-o căldură umedă și a aluneca insidios de-a lungul coapselor.

Delir și plăcere, abia descoperite și de îndată interzise. Eram sigură că am comis ceva ireparabil.

Cuprinsă de rușine, m-am retras, făcând apel la forța ce-mi mai rămăsese pentru a-mi reveni, a mă ridica, încercând să fac totul în așa fel încât el să nu cumva să observe ceva și, mai ales, să nu-și dea seama de nimic. Am ieșit și am luat-o la fugă. Am ajuns acasă și am stat două zile în pat, cu 41° febră.

Nu am devenit niciodată amant; inocența mea, ignoranța mea, frica și rușinea au înăbușit relația noastră.

Mai târziu, mult mai târziu, tânăra ce devenisem, adesea numită „fântână“ din cauza lacrimilor ce curgeau abundant și frecvent, a sfârșit prin a fi acceptată și onorată ca „fântână

vie“ de o anumită persoană (relație ce îmi este dragă), iar ca „fântână ce potolește setea“ de o altă persoană, alături de care am fericirea să-mi petrec acum viața... viața de femeie!

Cu o mare simplitate, esențialul a fost spus. Urmează multe alte mărturii care vor cizela, vor explora și vor aduce ceva în plus mărturiei acestei femei, dar bazele discuției au fost deja stabilite.

Cum să abordăm acest subiect?

Să nu spun nimic, să păstrez totul pentru mine, căci acesta e secretul meu. Aș vrea să mă eliberez, să-mi dezvălui secretul, să-l împărtășesc cu cineva care ar putea să mă asculte, fără să spună nimic, mai ales să nu spună nimic. Mai târziu, poate, mai târziu, de dragul unei amintiri.

MĂRTURIE ANONIMĂ

Printre femeile cărora le-am pus întrebări sau pe care le-am invitat să mi se dezvăluie, multe mi-au vorbit despre dificultatea, pe de o parte, de a îndrăzni să se aventureze în această descoperire și, pe de altă parte, de a găsi cuvintele potrivite pentru a împărtăși experiențele și trăirile lor. Câteva au descoperit cu multă brutalitate că păstrau în ele și între ele, și mai ales între ele și bărbați, niște cenzuri, în general imaginare și aproape imposibil de depășit! Dar ceea ce m-a uimit cel mai mult a fost libertatea incredibilă cu care câteva dintre ele dezvăluiau și exprimau, cu o creativitate impresionantă, ceea ce părea, până atunci, de nespus.

Femeie-fântână! Ce denumire stranie! Credeam că toate femeile au o mică fântână. De fapt, nici măcar nu-i spuneam așa, credeam că acest fenomen este ceva natural și normal, o curgere de bucurie și de dorință. E adevărat că, pentru mine, acest

flux nu este întotdeauna prezent, că variază în funcție de zile, de emoții, de partener sau poate de temperatura exterioară, de soare sau de lună, nu știu prea bine de ce, poate și de perioada de ciclu, de ce nu?

Am descoperit acest subiect datorită unui prieten care își punea întrebări. Mi se pare că, înainte de toate, această fericită țâșnire depinde de capacitatea mea de a-mi da frâu liber, de încredere și de dăruire. O consider un cadou al iubirii. De când am auzit vorbindu-se despre asta, am încercat să port discuții cu femei și bărbați, dorind să-mi satisfac curiozitatea ce s-a trezit în mine. Unii se întreabă: „Cum poți să ai o rezervă ascunsă?” Știu că, pe vremea când îmi alăptam copiii, chiar înainte de a începe să sugă, sânii mai aveau foarte puțin lapte, ba chiar aproape deloc. Deduc deci că cel care îmi producea urcarea laptelui era de fapt un stimulent exterior, plânsul copilului sau primii picuri de lapte supti. De ce n-ar funcționa asemănător și această mică fântână? Se alimentează cu siguranță printr-o stimulare. Evident că este mult mai ușor să împărtășești această țâșnire cu un bărbat care cunoaște fenomenul, căci el nu va pleca brusc, umilit și umilindu-te, crezând că e acoperit de urină. În plus, bărbatul care cunoaște și apreciază această ofrandă va și să declanșeze și să alimenteze bucuriile și plăcerile legate de acest izvor nesecat. Pot să mărturisesc că este fără de sfârșit atunci când apucăm împreună aceleași cărări, ale ascultării și ale descoperirii. Atunci când parcurgem infinitul din noi, într-o abandonare a corpurilor. Atunci când această sursă este provocată, pot să vă spun că întregul meu corp este în așteptare, și-o dorește. O țâșnire chemând o alta după sine. Corpul meu parcă este adus, prin extensie, într-un fel de imponderabilitate. Odată ce sursa este în curgere, se manifestă o poftă nesățioasă; corpul meu, dăruit celuiilalt, mângâie misterele profunzimilor noastre. Nu voi aborda partea tehnică, întrucât nu este de competența mea, chiar dacă am descoperit că acest fenomen este mult mai semnificativ cu un „izvorar“

avizat, cum este numit de câteva dintre noi. Cred că fiecare femeie deține această sursă, că această curgere poate fi lejeră sau abundentă, că poate apărea în urma unei stimulări manuale, dar și pe parcursul penetrării agile a penisului. Mi-ar plăcea să le spun copiilor mei să îndrăznească să exploreze cu încredere, să îndrăznească să primească și să ofere, dăruind desfătare și bucurie trupului. Mi-ar plăcea să le spun fiilor mei să îndrăznească să nu se grăbească atunci când vine vorba de îmbrățișări și mângâieri. De asemenea, să îndrăznească să-și lase sexul să danseze și să-l mângâie astfel pe cel al partenerii, o invitație formidabilă pentru a stimula această sursă profundă. Mi-ar plăcea să le spun fiicelor mele să îndrăznească să-și asculte cele mai profunde îndemnuri și să îi iasă celuiilalt în întâmpinare cât mai generos posibil, ca și cum s-ar destăinui. Da, dragostea, dăruirea de sine și ascultarea celuiilalt în abandonarea corpurilor. Îndrăzniți să vă deschideți, să vă oferiți și să lăsați divinul să izvorască cu încetineală, cu efervescență, cu uimire, cu stângăcie, dar și cu râsete. Călătorii sacre, infinite, pe cărările delicioase ale descoperirilor, ale căutărilor, ale ascultării, ale senzației. Această izvorare este ca o naștere, pe care o întâmpin, o însoțesc, și întreaga mea ființă, dintr-odată încordată, dă la iveală și oferă această congestionare, un cadou al dragostei, scânteii ale fericirii sublime, senzații dincolo de noi, ușurări imprezvizibile, frumuseți de o savoare unică, gingășii multicolore. Deși trupul pare că se videază, el este mai degrabă acaparat de un bine profund, de o delicată explozie în care inima, corpul și sufletul se topesc și se confundă. Pe cărările dragostei, văile, dealurile și culmile invită corpurile îmbrățișate la o revelație a sublimelor izvoare subterane, la o plutire în lacuri imprezvizibile, propunându-ne să ne lăsăm inundați, abandonăți, învăluiti.

Unele femei sunt concise și termină repede, altele au nevoie de mai multe cuvinte pentru a îndrăzni să spună ceea ce li

se pare mai important, dar fiecare exprimă binele, adevărul, profunzimile sale.

În existența mea de femeie, în ceea ce a dat savoare vieții mele de femeie și mai ales vieții mele sentimentale, au existat trei momente de cotitură. Unul, când am început să iubesc sexul unui bărbat. Un altul, când am început să-l iubesc pe al meu. Și cel de-al treilea, când aceste două prime iubiri s-au acordat și am început să curg, să devin fântână. Ce aș putea să mai adaug, restul aparține vieții mele intime!

* * *

Nu este la fel, dar cum să mă exprim?

Când el nu e aici, trupul mi se deschide la simpla amintire a prezenței lui și simt atunci cum plăcerea mea urcă, se amplifică foarte repede. Mă înalț, îmi simt sexul devenind imens, receptiv, iar apoi, la fel de repede, vidul revine, mă aspiră. Dar, în mod curios, această coborâre către necunoscut, această cădere neașteptată în profunzimile mele, este și ea tot plăcere. Este o senzație extraordinară, chiar dacă mie nu-mi place tot ce izbucnește din mine. Totul se petrece prea repede, fără el și totuși cu gândul la el.

Când se află aici, este cu totul altceva, inima îmi tresaltă, ea este cea care îl dorește, cea care îl caută, cea care i se alătură.

În prezența lui, sexul meu simte nevoia să se pătrundă cât mai mult de dorință și nu vreau să mă satisfac imediat, căci am timp destul. Atunci când iubitul meu este aici, am timp destul la dispoziție. Îl savurez în mine. Îi șoptesc: „Nu te mișca, nu te mișca. Încet, încet să mergem unul către celălalt, prin mici atingeri subtile, prin câteva vibrații oferite și primite, prin senzațiile noastre imperceptibile.” Atunci, dintr-odată totul izbucnește, se împrășteie, sexul meu râde, tremură de plăcere și îmi pot imagina că el dansează în mine. Cum să vă spun

Respect pentru oameni și cărți

toate acestea fără să par narcisistă, nebună sau de-a dreptul obsedată? Să spun că, momentan, trec prin toate aceste stări, dar cel mai minunat este că nu mă deranjează deloc!

Cele care îmi scriu îmi spun că, pentru a nu cădea pradă împotrivorilor, denigrărilor sau discreditărilor celor apropiați, trebuie să aibă în suficientă măsură afirmare de sine.

O prietenă, în timpul unei încercări naive din partea mea de a îndrăzni să-i vorbesc despre toate acestea, mi-a răspuns imediat: „Oprește-te, delirezi, vei suferi pentru ceva ce nu există. Amintește-ți că, în timpul liceului, ai avut deja o problemă cu vezica urinară. Uite, și mie mi s-a întâmplat să fac pipi în chiloși la nunta verișorului meu, așa de mult am râs, ca de o glumă ridicolă, care mi s-a părut delirantă. Nu trebuie confundată sexualitatea cu insuficiența urinară!“ Mi-am dat seama că nu sunt înțeleasă! Asta m-a întristat, pentru că eram convinsă că pot să-i spun totul acestei prietene, căreia îi destăinușisem în trecut o mare parte dintre intimitățile mele, așa cum făcuse și ea cu ale ei. Mi-am dat seama că nu e în stare să mă asculte, ba mai mult, cu remarca ei, m-a aruncat înapoi, în copilărie, ceea ce m-a iritat și m-a destabilizat puțin.

* * *

Când am încercat să vorbesc despre asta, să mă confesez prietenelor pe care le credeam apropiate, ele au râs. Toate! Am fost stupefiată, căci obișnuiam să avem între noi o mare libertate de exprimare. Râsul lor l-am perceput ca pe o respingere. Una dintre ele mi-a spus: „Asta este încă o chestie de-a bărbaților, lucruri pe care și le spun între ei, nu este o chestie care le privește pe femei!“ Nu este o chestie care le privește pe femei! Dimpotrivă, abia după ce făcusem această descoperire m-am simțit cu adevărat femei! Cel mai rău a fost faptul că reacția lor m-a blocat. Mi-am interzis să mai împărtășesc ceva cu ele, să le spun mai

multe, să-mi declar entuziasmul. Cred că, în acest fel, am pierdut câteva prietene. Dintr-odată, mi s-au părut nedemne de încrederea mea. Dacă nu putem vorbi despre asta între noi, atunci despre ce altceva suntem constrânse să vorbim?

* * *

Când mă vedeam cu acest prieten, care știa că sunt lesbiană, ne plăcea să evocăm trăirile și descoperirile recente, să împărtășim evoluția relațiilor noastre intime (dar mai ales alor lui). De astă dată, îl frământa problema plăcerii și modul diferit în care femeile și bărbații percep senzațiile, resimt și-și imaginează anumite lucruri. M-a invitat să vorbesc despre trăirile mele, despre modul în care ajungeam la plăcere. „Poate că așa voi înțelege mai bine ce se întâmplă între mine și prietena mea“, mi-a spus pentru a mă încuraja.

Am îndrăznit să-i destăinui faptul că recent am renăscut, ca femeie-fântână. I-am vorbit despre plăcerea pe care am cunoscut-o, despre gratitudinea pe care i-o purtam trupului meu, care a îndrăznit să se abandoneze în acest fel, și recunoștința mea față de „izvorar“ („fântânarul“ meu, cum o numeam cu mulțumire pe partenera mea de viață), cea care mi-a revelat acest miracol.

El mi-a dezvăluit experiența lui, mult mai prozaică, din care s-a ales numai cu frustrări și regrete.

„Am crezut că face pipi pe mine, te asigur, așternuturile erau complet ude! N-am știut deloc cum să reacționez, am lăsat-o să creadă că-mi este indiferent, dar pentru mine era important, la naiba, era patul meu! Am simțit-o jenată, s-a închis pentru câteva minute în baie, apoi, cu un uscător, a vrut să usuce așternuturile. Acum, când mă gândesc, poate că ea nu era jenată, trebuia să știe despre ce e vorba, dacă nu era pentru prima oară când i se întâmpla. Cred că reacția mea stupidă trebuie