*Llegados a cierta edad y si llevamos años con la misma persona, las relaciones hace tiempo que dejaron de ser como esos encuentros sexuales que nos cuentan las malas películas románticas. Vayan unos ejemplos de sobra conocidos:*

* *Hacer el amor salvajemente en unas escaleras mientras llueve. Aunque también dudo que lo hicieran los protagonistas de “Nueve semanas y media”.*
* *Tampoco lo hacéis como las típicas películas americanas, que tal como están en el recibidor se lanzan a hacerlo de pie como si fueran a desahuciarlos a los dos minutos.*
* *Siquiera tenéis esos encuentros amorosos, filmados en primeros planos, que duran horas y en los que la pasión pone en marcha músicas melosas y romanticonas. Todo lo más, lo que probasteis en su momento de hacer el amor con el “Bolero” de Maurice Ravel porque ponía a cien a la Bo Dereck en “10, la mujer perfecta”. Y que en vuestro encuentro no afecto en nada a lo de siempre. A que no.*

*No, amigas y amigos, la vida en pareja es otra cosa.*

* *Es buscar diez minutos para un mal sexo mientras el bebé duerme su siesta.*
* *Es quedarse a medias porque los niños entran sin llamar a exigir su cuota de atención.*
* *Es la aparición de esos maravillosos padres/suegros con llave propia que vienen un domingo a las nueve de la mañana para darnos una grata sorpresa.*
* *Es los consabidos: “no me apetece”, estoy cansado” ... de él, de ella o de ambos.*

*Y a pesar de todo, de las interrupciones, inapetencias, candidiasis, menstruaciones y enfermedades de cada miembro de la familia, todavía nos habrá dado tiempo de hacer el amor una, cien y mil veces. Incluso probar todas esas posturas de las que somos capaces y se nos permiten.*

*Al final, llegada la madurez plácida y habiendo cumplido con todo el registro amoroso, terminan apareciendo a los momentos difíciles: El tedio de la repetición si nunca fuimos curiosos y abiertos de miras; la disminución de lubricación por parte de ellas, con la consabida dificultad para la penetración ya que a esa sequedad se añade que vuestras erecciones, al igual que las mías, son más cortas y blandas y muchas veces no permiten culminar un coito con éxito.*

*¿Qué hacer entonces? Muchas de ellas y bastantes de ellos, pasados los 65, eligen cerrar la barraca y decir lo de “Se terminó el follar”. Prefieren dedicarse a las excursiones del IMSERSO, los encuentros en el centro de jubilados con amigos en la misma situación que ellos, hacer calceta, las partidas de cartas y esa tediosa televisión hecha ya para viejos que se tragan cualquier cosa.*

*Pero podéis negaros. Podéis decir «yo no me entrego, todavía nos quedan muchas otras cosas por probar». Podéis leer —este librito, por poner un ejemplo—, ir a museos, estudiar alguna cosa, aprender a bailar tango, pasear sin rumbo... tener eso que llamamos inquietudes. Y si tenemos esas inquietudes, ¿por qué no añadir cosas nuevas a la intimidad casi perdida y partiendo de la experiencia acumulada?*

*Si os dais cuenta, casi todo el sexo del que he hablado en este capítulo, hace referencia al “coito”, al famoso mete-saca que a lo largo de la Historia se nos vendió como el único modo de mantener relaciones sexuales “sanas” —heterosexuales y homosexuales— entre parejas, sin que se entendieran como algo “sucio”.*

*Amigas, amigos, si precisamente lo hermoso del sexo es que es sucio, debe ser sucio para ser real y divertido. No ha de estar rodeado de esa aura falsa de las películas románticas.* ***El sexo, para que sea bueno de verdad, ha de tener sudor, saliva, fluidos, lubricantes, juguetes, cremas...*** *siempre, claro, que deseéis ir más allá del follar para entrar plenamente en el “juego del amor”.*

*Y para el juego del amor, todo y que no esté centrado en la penetración obsesiva modo émbolo, es primordial usar vuestros respectivos sexos: vulva y pene —coño y polla, si preferís cualquier otra acepción— pero como un elemento más del juego, ya que necesitaréis manos curiosas, lenguas voraces, mordiscos suaves, uñas delicadas... y muchas, muchas palabras, preguntas, propuestas, ideas, juegos, curiosidades.*

*Para el juego del amor es necesario que os entreguéis el uno al otro y no escondáis nada y probéis todo lo que nunca os atrevisteis a pedir o proponer porque pensabais: «...no sé qué le parecerá...», «...pensará de mi que soy una tal...», «...imaginará que tengo una amante...» o, la peor de todas: «...esa guarrada es pecado...».*

*Si tenéis paciencia, si elimináis los términos “pecado”, “guarrada”, “normal”, “raro”, “vicioso” y otros por el estilo, si empezáis a dedicaros el uno al otro, descubriréis cuánto y qué extenso placer puede producir una sola mano recorriendo el cuerpo, que sensaciones delicadas se consiguen en zonas que no son los órganos sexuales. La delicia de descubrir el otro cuerpo a través de la lengua o los besos húmedos. Lo que se os ocurra.*

*Si volvéis a sentir la necesidad de jugar, podréis experimentar la caricia furtiva en la cocina, en el baño, en el sofá; olvidando, claro está, el consabido: «si me toca es que quiere tema»; porque es bonito empezar a hacer el amor sin prisa un domingo por la mañana y perpetuar la complicidad y el deseo hasta la tarde, la noche... y si me apuráis, hasta culminar al día siguiente por la mañana, que es cuando los hombres tenemos los niveles más altos de testosterona y, caso de desear penetración, es cuando tendréis el pene más en forma.*

*COMENTARIO PARA ELLOS*

*Lo hagáis como lo hagáis, lo que pretende deciros este capítulo es que usar la penetración como juego, es muy divertido; incluso terminar el coito si así os place a ambos. Pero no la uséis como el único recurso. No destinéis esa polla que tanto os enorgullece como aquellos viejos consoladores que estaban pensados para meterse en una gruta y poco más. Vuestro pene es más que eso, forma un todo con vosotros que tenéis más miembros con los que acariciar y satisfacer a vuestra pareja.*

*Y si ella no os lo pide por vergüenza o por pudor, preguntad vosotros. Tocad y preguntadle si aquello le gusta o prefiere otra cosa. Seguid de ese modo hasta que perdáis toda inhibición y pudor y seáis capaces de regalaros cualquier cosa.*

*COMENTARIO PARA ELLAS*

*No seáis mojigatas. El tiempo de la moral férrea y de ir al confesor a que se divirtiera y excitara con vuestras cuitas, terminó hace tiempo.*

*Si gozasteis del sexo con vuestros amantes, podéis continuar aplicando esa sabiduría que todas escondéis pero que os puede convertir en amantes deliciosas.*

*Y si no gozasteis con el sexo, leed libros, que los hay. Uno muy aconsejable, todo y que se descatalogó, pero se puede encontrar en bibliotecas, se titula: “Tu sexo es tuyo” de la autora Sylvia de Béjar. Leed sobre vuestro cuerpo y experimentad en él para poder pedirle a vuestro amante que os haga aquello que deseáis. Y si no cumple... pues podéis cambiarlo por otro, por otra o por “juguetitos” (tenéis un capítulo específico para ellos) que pueden substituir a los malos amantes.*

*Sea como fuere: Pedid, exigid, gozad. Hoy por hoy sentir placer es gratis. No esperéis al día en que os lo cobren.*