

Column Marja Moors

Vrijplaats

Als relatietherapeut zie ik veel echtparen worstelen met de vraag hoe een langer durende relatie levend te houden. Na een jaar of 7 of als er kinderen komen, dommelt het fysieke verlangen naar elkaar makkelijk in slaap. Eenvoudig is het niet, opwinding blijven vinden in het al wat belegen echtelijk bed. En een vaste relatie en lekker vrijen, staan voor de meesten van ons hoog op het verlanglijstje. Vaak schiet bij de vervulling van de ene wens de andere erbij in.



Er zijn verleidelijke boeken geschreven over hoe de huwelijkse sex *alive and kicking* te houden. Maar het is als met de meeste dieetboeken: liever na de laatste bladzijde er nog een nachtje over slapen dan daadwerkelijk aan het dieet. Het blijft toch tobben. Er zijn stellen die parenclubs bezoeken. Er een minnaar op na houden is een mogelijkheid. Het geeft variatie en opwinding maar meestal ook gedoe. Monogamie is wel zo overzichtelijk. En aan dat overzicht geven we vaak de voorkeur, zeker als er ook kinderen in het nest zijn.

De droom biedt hier een vrijplaats. Onze hersenen werken 's nachts anders, we plannen en overdenken minder, we dóen gewoon (of doen we eindelijk gewóón?). Als ik echtparen de suggestie geef om bij een sexuele stagnatie eens wat nieuwe erotische prikkels in de relatie te importeren door het bekijken van pikante films of boekjes is de schok vaak groot. 'Nee zoiets is niets voor ons'. Het onderbewuste weet wel raad met dit type terughoudendheid; de droomerotiek stoort zich niet aan de beleidsregels van het koppel. De opdracht een paar weken dromen te noteren levert in de meeste gevallen prikkels op maat en een gezond ontregeld zelfbeeld.

Volgens de literatuur zijn dromen over sex vrijwel altijd positief. Tenminste, als het bijbehorende gevoel in de droom prettig is. Met wie

je al slapende ook vrijt: je buurman, je tandarts of je zwager, de beelden van overgave aan elkaar kan een uitwisseling van energie symboliseren en de belofte van een mogelijke geboorte van iets nieuws. Een dromerige vrijpartij kan je zwanger maken van een creatieve impuls.

Gayle Delaney beschrijft in haar boek 'Erotische dromen' hoe je je door het richten van je dromen, kunt bevrijden van oude remmingen en je seksuele techniek kunt verbeteren. Erotische dromen kunnen ons tonen wat we werkelijk willen, wat ons heeft ontbroken en wat we misschien al hebben zonder het te beseffen.

Zou het niet mooi zijn als meer mensen zich bewust zouden zijn van de experimenteer- en speelruimte die er is in het 'rijke droomse leven'? We kunnen ongetemde sex hebben met wie we willen in ons eigen slaapkamer, zonder voorbehoedsmiddelen en zonder schuldgevoel. Onze geliefde partner hoeft het huis niet uit, hij of zij mag er gewoon naast blijven liggen. Poly-amorie (van meer mensen tegelijkertijd houden) en/of meerdere minnaars, het is allemaal de gewoonste zaak van de wereld.

Marja Moors



Erotische dromen – Dr. Gayle Delaney – 1994 – ISBN – 90-6134-430-1