

ничего нового открыть уже невозможно. А ведь именно новизна и поддерживает огонь желания. Поэтому если супруги воспринимали секс как возможность совместного поиска (но не разных сексуальных объектов каждый для себя!) и творческого подхода, если двое периодически включают воображение и умеют вовремя освеселить восприятие друг друга, сделать «перезагрузку», сменив место, время и стереотипы, — они имеют гораздо больше шансов долго наслаждаться интимными отношениями в браке, а не терпеть их, превратив секс из удовольствия в «супружеский долг».

Кроме того, когда мы слишком тесно общаемся и видим друг друга в откровенных нарядах и позах чересчур часто, когда соблазн превращается в будничность, желание постепенно угасает и наслаждение становится рутинной. Поэтому не переусердствуйте с «открытостью» и «натуральностью». К примеру, когда вы ходите по дому обнаженными большую часть времени, вы рискуете примелькаться и потерять притягательность: то, что доступно, не интересно.

В наши дни все больше людей склоняются к тому, чтобы не отказывать себе ни в каких удовольствиях, поэтому, как только секс с постоянным партнером теряет остроту и новизну, не все готовы работать над отношениями, включать фантазию, и вообще, далеко не все настроены отлаживать, дарить ощущения. Если партнер стремится только получать, он будет искать другого человека, потом — опять и опять нового, превращаясь в «бегуна на короткие дистанции», не знающего и не умеющего что-либо делать с отношениями, когда они становятся хотя бы сколько-нибудь длительными.

Что же делать, чтобы не стать жертвами этой ловушки? Главное — не жить в плену стереотипов вроде «любовь живет три года». Любовь — понятие динамическое, оно не может быть конечным, оно развивается и трансформируется, как и любое другое чувство, меняясь со временем, но только от вас самих зависит, какими будут эти перемены. Не бойтесь фантазировать и экспериментировать, это привнесит в отношения драйв и является прививкой от скуки, а еще дает возможность лучше понять друг друга, так как с течением времени мы меняемся,

меняются наши тела, потребности и желания, и то, что подходило пять лет назад, уже может утратить притягательность, а то, что важно сейчас, без «экспериментов» так и останется неоткрытым.

Ну и, конечно, не бойтесь отдавать любовь, говорить о ней. Многие полагают, что все и так само собой разумеется, и не проносят важных слов, не считают нужным быть ласковыми, боются то ли избаловать партнера, то ли оказаться слишком откровенными и оттого уязвимыми. И в результате отношения обкрадываются, из них уходит романтика, чувственность и нежность — остается «голый секс» как супружеская обязанность. Но все, что является обязанностью, перестает быть желанным, а секс без эмоций можно получить и с любым случайным партнером — чем же тогда будут отличаться от него муж или жена? Подумайте: ведь один нежный жест, одно ласковое слово могут сделать порой больше, чем полдня разговоров и тонны упреков или просьб...

Есть и еще один нюанс: когда секс становится не в радость и партнер перестает вызывать желание, некоторые предпочитают сделать паузу. Иногда это бывает оправданно: если соскучиться друг по другу, отношения могут вспыхнуть ярче. Но чаще всего события развиваются по схеме «все временное имеет тенденцию становиться постоянным», и люди просто привыкают обходиться друг без друга, в результате желание и потребность друг в друге гаснут совсем.

Поэтому важно помнить: сексуальные отношения — лишь отражение отношений личностных, и, если на этом уровне не все в порядке, самый классный секс не спасет положения. И наоборот, если отношения в паре благополучны, неполадки в сексуальной сфере всегда поправимы.