



LEZERSDILEMMA

Lezers vragen andere lezers om raad bij problemen en dilemma's.
Huwelijk voortzetten zonder seks?

Vanaf het begin van mijn relatie, vijftien jaar geleden, word ik niet seksueel opgewonden door mijn man. Heel lang heb ik gedaan alsof. Ik hoopte dat er iets zou groeien en wilde mijn man niet teleurstellen of afwijzen. Het ontbreken van geilheid is uiteindelijk voelbaar geworden voor mijn man. We worstelen al een paar jaar met dit thema en proberen van alles: van ingewikkelde standjes en sekspauzes tot therapie bij een seksuoloog. Niets helpt en ik begin zelfs een afkeer van het hele onderwerp te krijgen. Mijn man wil niet leven zonder seks, ik inmiddels wel. Ik ben op het punt mijn man de vrijheid te geven met anderen naar bed te gaan, maar dit wil hij niet. De kinderen zijn de reden dat ik de relatie wil voortzetten, maar hoe?

Vrouw (46), naam bij de redactie bekend.

EIGEN VERANTWOORDELIJKHEID We hebben een vorm van seks ontdekt voorbij 'zin of geen zin' hebben. Het gaat niet over geil zijn, maar over elkaar nieuwsgierig ontmoeten. Niet over klaarkomen, maar over lang intiem samenzijn, inclusief penetratie. Seks als meditatie om de relatie te verdiepen. We oefenen allebei in een individuele seksuele meditatie, waarbij we alleen voor onszelf verantwoordelijk zijn. Wat we delen met de ander is daardoor een liefdevolle extra in plaats van voorzien in een behoefte. Wij noemen dit tantra. Veel stellen ontdekken elkaar hiermee opnieuw op seksueel vlak. *Caroline van Wijngaarden (57) en Jan den Boer (60), Vleuten*