

## JOGANDO OS ENTULHOS NA LIXEIRA

ANA CRISTINA CANOSA GONÇALVES

**Christyne Rose Cavalcante:** *Faxina Sexual: Jogando os Entulhos na Lixeira*

O livro nasceu do intenso desejo da autora de poder partilhar alguns aspectos de grande significado no que tange ao exercício pleno, autêntico e saudável da sexualidade humana.

Nos seus dez capítulos, abordando temas como: jogos sexuais infantis, sexualidade na adolescência, masturbação, orgasmo feminino, ejaculação e orgasmo masculino, fantasias sexuais, sexo oral, sexo anal, homossexualidade e aposentadoria sexual, vemos surgir reflexões a respeito da maneira como a maioria das pessoas lida com tais assuntos, sobrecarregando-os de emoções negativas, mitos, tabus, estabelecendo crenças errôneas sobre o comportamento sexual humano. A autora, esclarecendo a temática com naturalidade, objetividade, propriedade técnica e graça, cria assim uma proposta para varrer, deletar, arrumar, procurar, separar, atualizar, descobrir e limpar inúmeros entulhos sexuais que vão obstruindo progressivamente o lugar para a construção do que ela chama de um “vazio fértil”, capaz de ser preenchido lentamente com novos conteúdos, a serem escolhidos e selecionados pelo próprio indivíduo com sua bagagem chamada experiência de vida.

Percebendo a realidade da vivência negativa do comportamento sexual de muitas pessoas, “Faxina Sexual” toma como ponto de partida a necessidade do aprendizado baseado em forma mais equilibrada e saudável das experiências sexuais, desde aquelas vividas na infância, as da adolescência até a vida adulta.

O livro desmistifica a masturbação, propondo ressignificar todos os ensinamentos errôneos sobre esta prática, que não faz mal a saúde, não é pecado, feia ou inútil. Muito pelo contrário. Segundo a autora, principalmente na adolescência, além de aliviar a tensão sexual ainda proporciona mais conhecimento da funcionalidade do órgão sexual e dá oportunidade de o (a) jovem experimentar sensações bem interessantes. A masturbação é entendida como fazendo parte do processo de auto-conhecimento corporal, sendo que muitas vezes, é a partir das sensações extremamente agradáveis desfrutadas pelas meninas durante a masturbação, que

mais tarde muitas mulheres atingem o tão almejado orgasmo. Há no livro um capítulo dedicado ao Orgasmo Feminino, que é referido como um momento intenso de sensações físicas e emocionais, tendo uma duração de três a dez segundos. Muitas vezes, para ser alcançado é necessário além de auto-conhecimento sexual, treino. Já o homem, tende a confundir ejaculação com orgasmo, desconhecendo que apesar de serem fenômenos fisiológicos que quase sempre estão interligados, na verdade são distintos, e é possível ejacular sem sentir um intenso orgasmo e ter orgasmo sem ejacular. Estes mecanismos estão explicados no Capítulo “Separando ejaculação de Orgasmo”

Outra dificuldade que Christyne Rose revela em seu livro é que no campo do exercício da sexualidade humana é a assumpção dos desejos sexuais mais secretos. É sabido que as fantasias sexuais constituem forte combustível para a manutenção de uma vida sexual mais colorida, sensual e estimulante. Em particular, explorar o campo fértil e ilimitável das fantasias pode estimular o apetite sexual, aumentar a excitação, permitir o indivíduo a gozar a riqueza de sua imaginação e identificar necessidades afetivo-sexuais ocultas. Uma vasta relação de fantasias sexuais constrói um rico cenário na cabeça de homens e mulheres homo e heterossexuais.

A mente humana, muitas vezes funciona como depósito de inúmeros tabus, mitos e crenças sobre o sexo oral. Afinal, ninguém aprendeu que essa modalidade é algo natural, habitual e amplamente desejada por ambos os sexos. A autora sugere que é possível treinar com inúmeros exercícios de musculação sexual a arte do sexo oral. E assim ficar apto(a) para iniciar ou reiniciar com mais eficiência e determinação essa prática.

Enquanto o sexo oral está de um lado ainda com alguns seguradores resistentes, a prática do sexo anal recebe uma tempestade maior de repressão. O livro esclarece a anátomo-fisiologia do ânus e para aqueles que desejam a experiência, propõe estratégias para facilitar a prática com objetivos de obtenção de prazer para ambos os parceiros. Outro tema altamente contaminado de preconceitos é a homossexualidade, já que ainda persiste a vinculação do sexo ressaltando a reprodução, pois a ordem social associa o erotismo a uma série de ritos procriativos. Segundo a autora, a orientação sexual não tem uma explicação concreta e delimitada para ser expressa facilmente; é algo complexo e profundo, como qualquer outra emoção sentida na espécie humana. Para ela ao invés das pessoas se preocuparem com os porquês da orientação homossexual, deveriam se focalizar na mudança de atitude, aprendendo como lidar de uma forma mais saudável com essa questão.

Concluindo a reflexão sobre os temas polêmicos do comportamento sexual humano, “Faxina Sexual” enfatiza que durante muitas décadas a sociedade resistiu a encarar o exercício da sexualidade na terceira idade e faz um chamamento á desmistificação da “aposentadoria sexual”.

O livro aborda idéias que funcionam como inúteis entulhos e que ainda insistem em obstruir a sexualidade humana, resistindo a serem jogados á lixeira – seu devido lugar!