

RESENHA DE LIVRO

CASOS E CASOS: REPENSANDO A INFIDELIDADE

Yeda Maria Aguiar Portela¹

PEREL, Esther. *Casos e casos: repensando a infidelidade*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.

Há um ano lançado no Brasil, o livro *Casos e casos: repensando a infidelidade* (Editora Objetiva), de autoria da terapeuta de casal belga Esther Perel² é um verdadeiro convite à reflexão sobre um dos comportamentos mais antigos da humanidade: a infidelidade conjugal. A leitura é indicada para terapeutas clínicos, principalmente aos sexólogos, e todos aqueles que desejem mergulhar no tema. Antes da leitura, sugiro se questionar sobre o comportamento infiel, pois é um bom marco mergulhar em múltiplos olhares acerca da complexidade do entendimento que envolve a infidelidade, explorados e exemplificados a partir de experiência terapêutica de mais de dez anos de estudos sobre o tema em várias partes do mundo.

A autora começa afirmando que “[...] o adultério existe desde que o casamento foi inventado, assim como o tabu que o cerca” (p. 15), remetendo-se à realidade que envolve a relação conjugal com a transgressão, “[...] universalmente proibido mas universalmente praticado” (p. 15). Esse posicionamento vai além de acreditar que a infidelidade é casual ou mesmo frívola. Ela está presente em muitos casais comprometidos, um grande número monogâmicos, que trazem histórias de: solidão, anos de apatia sexual, desgaste emocional, ressentimentos, arrependimentos, desleixo conjugal, juventude perdida, falta da atenção almejada, drogas e pouco desejo. Nesse sentido, longe de uma leitura moralista, a autora busca uma “abordagem mais compassiva e eficaz da infidelidade” (p. 19), viabilizando compreender além de cada papel dos principais protagonistas da tríade, também uma rede interna de conexões — filhos, familiares, amigos, colegas de trabalho etc. Ao propor uma análise mais humanizada, afirma que os casos extraconjugais têm muito o que “nos ensinar sobre relacionamentos”. Entretanto, uma questão é certa, o que mais caracteriza a infidelidade

moderna com todos os seus arranjos — namoro, noivado, casamento, união estável, monogâmico, heterossexuais e homossexuais — é a noção de quebra de contrato entre dois indivíduos, causando o rompimento da confiança, o conflito e o sofrimento.

Mergulhando mais no conceito, a autora envolve um ou mais de três ingredientes constitutivos: a clandestinidade, a química sexual e o envolvimento sexual. A clandestinidade entendida como um fator que intensifica a carga erótica; por se manter na sombra da relação conjugal; e por possibilitar ao autor da infidelidade a autonomia e o controle, a sensação do risco, do perigo e a energia desafiadora da transgressão. A química sexual, por sua vez, é compreendida além de atos sexuais, — que nem sempre estão presentes —, mas como situações, sentimentos eróticos e desejos. Está mais relacionada com a energia do que com a ação; mais encanto do que relação sexual. Afinal, “nossos desejos, até mesmo os mais ilícitos, são características da nossa humanidade” (p. 24). O terceiro elemento é o envolvimento emocional que se encontra presente na maioria dos casos de infidelidade, em menor ou maior grau, levando em conta que a frequência dos encontros forma distintos graus de intimidade emocional. Por isso que a autora alerta que, as relações extraconjugais nas quais se tornam profundos casos emocionais, o(a) amante pode se tornar escoadouro legítimo para os sentimentos e as necessidades que não podem ser todas saciadas pelo casamento. Por tais razões, adverte que os casamentos sempre se fortalecem quando os companheiros podem desabafar com outras pessoas ou achar meios de dar vazão à conexão emocional.

Ao ampliar o conceito infidelidade, principalmente no mundo contemporâneo, somos remetidos a conceitos fluidos, devido à era digital, em que o acesso à internet

¹ Psicóloga Clínica, sexóloga, doutora em Humanidades e Artes com menção em Ciência da Educação pela Universidade Nacional de Rosário (ARG), Mestre em Sexologia (UGF-RJ) e Especialista em Educação Sexual (UCAM-RJ). Título de Especialista em Educação Sexual pela Sociedade Brasileira de Estudos em Sexualidade Humana (SBRASH). Diretora da SBRASH desde 2014. Membro da Comissão de Educação e Formação Contínua da Federação Latino-americana de Sociedades de Sexologia e Educação Sexual (FLASSES). Comissária de Polícia Civil (SPC-RJ). Coordenadora do Projeto SAP-MULHER (Sala de Acolhimento Psicológico para Mulheres em situação de violência doméstica - IML-Aruama-RJ). Email: yportelapsi@terra.com.br Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7412944514910830>

² Mesma autora do best-seller “Sexo no cativo”, lançado no Brasil em 2007 pela Editora Objetiva.

está a “um click” de um encontro virtual e/ou presencial, oferecendo uma gama sempre crescente de contatos possíveis e ilícitos. No entanto, o conceito ainda permanece aderido aos estereótipos de gênero, nos quais os homens são socializados a se envolverem com muitas mulheres; e as mulheres a manterem dedicação exclusiva ao companheiro. Por outro lado, na atualidade, e em boa parte do mundo, a ética dos relacionamentos não é mais ditada por autoridades religiosas, tornando as relações mais livres sobre suas escolhas.

Definido o conceito, a autora faz uma viagem no tempo para entender as conjugalidades atuais ao ressaltar as diferentes intencionalidades da união entre dois indivíduos. Saímos do modelo de casamento como aliança econômica e o adultério, considerado, muitas vezes, o espaço do amor, para casamentos nos quais o livre arbítrio e o amor legitimam a relação. O sexo, antes objetivado para a procriação, foi substituído pelo sexo recreação. O amor moderno colocou o sexo sendo originado de nosso desejo, deixando de ser uma característica somente de nossa biologia para se tornar uma marca de nossa identidade, de nossa liberdade e de nossa realização pessoal.

A questão é que, apesar de desejar o amor moderno, ainda almejamos tudo o que a família tradicional deveria suprir – segurança, filhos, bens móveis e respeitabilidade – além de querermos que o(a) parceiro(a) provoque o desejo – mantendo a chama acesa –, que nos ofereça o mistério, a aventura e o risco, e, é claro, a felicidade para sempre. Acreditamos ainda que a infidelidade não deveria acontecer já que todas as motivações são satisfeitas no casamento. Assim, antes a traição ocorria porque não era papel do casamento oferecer amor e paixão. Hoje, ela ocorre, porque o casamento não consegue suprir o amor, a paixão, o erotismo e a atenção total que são prometidos.

Como anteriormente mencionado, a infidelidade é uma quebra de contrato sob diversos aspectos: na falsidade, no abandono, na rejeição, na humilhação, ou seja, em todos os aspectos que o amor prometia proteger o casal. Além do mais, faz verdadeiro estrago na saúde mental de muitas pessoas com o surgimento de doenças e sintomas: depressão, ruminação obsessiva, hipervigilância, torpor, dissociação, acesso de fúrias inexplicáveis e pânico descontrolados, dentre outros. Nesse passo, a autora nos oferece caminhos para o trabalho psicoterapêutico na recuperação do pós-caso, dividindo-o em três fases: a crise, a elaboração de sentido e a imaginação.

Os primeiros socorros no consultório são necessários para fazer com que o casal ou um dos elementos da relação separem o que sentem a respeito do caso, das decisões que tomam sobre a relação. Técnicas terapêuticas são apresentadas, tais como: fazer com que o casal cultive uma perspectiva dupla que englobe as experiências distintas do casal, algo que, muitas vezes no consultório,

eles são incapazes de fazer sozinhos; sugere-se o incentivo à escrita; atender o casal individualmente em diferentes horários; solicitar que o casal conte a sua história de origem, a sua história de amor, dentre outras. Técnicas também são apresentadas na fase de elaboração de sentido e na fase da imaginação.

Diversos casos e situações clínicas são apresentados e analisados em suas particularidades, tais como: a descoberta do caso através do telefone celular, computador etc.; a infidelidade percebida não só como perda de amor, mas como perda da identidade; o resgate da autoimagem tanto para o(a) traído(a), quanto para o(a) protagonista, que muitas vezes não se vê no papel de adúltero; a angústia da incerteza do caso e a dor da certeza; a traição como busca do próprio eu; o poder sedutor que envolve a transgressão; a medicalização do adultério e o vício em sexo, dentre outros temas abordados. Ressalta-se que, quando se desenvolve o trabalho terapêutico, os indivíduos apresentam diferentes formas de lidar com os seus próprios sentimentos. Alguns conseguem exprimir seus sentimentos e, ao entender suas próprias emoções, permitem com que reconheçam, nomeiem e assumam as especificidades de seu sofrimento. Entretanto, muitas pessoas se fecham sem jamais identificar “seus pontos nevralgicos emocionais”, dificultando sair do conflito emocional. Por isso, é importante para o terapeuta que conheça todas as nuances que envolvem a intrincada história da infidelidade e a dor envolvida. Portanto, o papel do terapeuta não é reduzir a traição somente a sexo e a mentiras, ignorando os vários outros elementos constitutivos, que criam as nuances do suplício e influenciam o caminho que levam à cura.

Escrever sobre infidelidade, não pode deixar de fora a exploração do ciúme, quando há um capítulo todo dedicado a este sentimento. Dentro da cultura da possessividade conjugal, o ciúme tanto pode ser definido como força destrutiva que precisa ser contida para não se tornar motivação para crimes passionais; como pode ser concebido como prova de amor e guardião da monogamia, dependendo da cultura. O ciúme cega, traumatiza, humilha, se alimenta de dúvidas, porém ajuda a entrar em contato com as inseguranças, o medo da perda e a falta de autoestima. Estes elementos são fundamentais para serem trabalhados na terapia no momento em que o indivíduo se despe de sua essência romântica, reconhece a sua vulnerabilidade e sai do jugo da vitimização. O ciúme pode levar à violência - agressão ou até espancamentos; pode levar a sentimentos de excitação, de carga erótica que às vezes se segue à descoberta de um caso - afinal, “eros não obedece às nossas racionalizações” (p. 97); também pode se misturar a sentimentos de inveja do(a) protagonista da infidelidade. Quanto à possessividade, a autora afirma

que este sentimento envolve o desejo de ter e controlar o outro com a fome do amor, mas também com a perversão do amor. Assim, se por um lado não queremos perder o(a) nosso(a) companheiro(a) e nos mantemos vigilantes, por outro lado, é sabido que o amor privado de liberdade e transigência voluntária não é amor. Ainda somos frutos da cultura do amor romântico, onde o ciúme e a possessividade ainda estão associados à conjugalidade. Entretanto, estamos caminhando para a era da livre escolha e da igualdade, quando estes sentimentos tendem a perder legitimidade e passam a ser motivo de vergonha. O ciúme se tornará de vez um conceito/sentimento politicamente incorreto.

A autora explora também outros sentimentos que envolvem a infidelidade, tais como: a oscilação entre depressão e indignação; a autorrecriação; o ódio; a rejeição; a vingança; a busca da justiça restaurativa, dentre outros. Desta forma, faz parte do processo terapêutico e da cura a exploração de todos esses sentimentos que levam à revelação do sentido e das consequências da infidelidade para o casal. Muitas razões do comportamento infiel estão associadas à tese do “sintoma”, que revela uma condição preexistente, seja na relação problemática ou uma pessoa problemática. Mas há também a tese da busca da infidelidade como forma de autodescoberta, de busca por uma nova identidade e, nessas circunstâncias, a experiência da traição é descrita como crescimento, investigação e transformação pessoal.

A(O) amante também tem o seu espaço na análise sobre infidelidade. Segundo a autora, muitos terapeutas trabalham em torno do casal e a(o) amante é vista(o) como patógeno, não levando em conta a pessoa que fez parte da tríade. A compreensão de seu papel também é parte importante da dinâmica do casal. “Sem a perspectiva do terceiro, é impossível irmos além da compreensão parcial da maneira como o amor traça o seu caminho tortuoso pela passagem de nossas vidas” (p. 222).

Caminhando para a parte final do livro, a autora se dedica à discorrer sobre a monogamia e os seus sabores, dentre eles, a perspectiva atual de que a monogamia, como forma de exclusividade sexual e emocional obrigatória, é bem difícil manter, sendo este o principal argumento para rever o conceito e estimular a mudança de comportamento. A proposta de alguns estudiosos vanguardistas é estimular o movimento denominado “nova monogamia”, ou seja, outras formas de “não monogamia consensual”, aumentando as conexões plurais, na quais as relações conjugais são baseadas em comunicação refletida e respeito zeloso. Neste sentido, a liberdade dada ao outro, estimula a manutenção de relações mais estáveis, sem mentiras e traições - “se aprovamos a liberdade do

outro dentro da relação, talvez fiquemos menos propensos a buscá-la em outro lugar” (p. 260). A autora vê a mudança cultural em relação ao casamento monogâmico tradicional como parte de um movimento social mais amplo sobre a constituição familiar, um processo de adaptação à liberdade, à concordância e ao respeito mútuo. O poliamor é um de vários tipos de conjugalidade dessa tendência. Na atualidade, a fidelidade tem sido cada vez mais eletiva, uma expressão de prioridade e lealdade entre os casais.

Quanto aos casais que passaram por uma crise fundada na infidelidade e tiveram a oportunidade de trabalhar o conflito juntos, muitos casamentos se romperam, desmoronados. Outros casais saíram mais fortalecidos, em que a crise de infidelidade serviu como um trampolim para mais intimidade, compromisso e sexualidade. Não é garantia que um casal em crise devido ao episódio de infidelidade permaneça junto por ter feito terapia, porém os pares tendem a se tornarem mais próximos. Grande parte dos casais citados no livro escolheram trabalhar o conflito e fortalecer o vínculo.

Enfim, a autora esclarece que a infidelidade precisa ser vista não apenas como patologia ou sob o viés moralista. É necessário ampliar o olhar sobre a dinâmica relacional que envolve a infidelidade. A função do terapeuta é “emprestar um ouvido cuidadoso à ressonância emocional de experiências transgressoras bem como a seus efeitos colaterais” (p. 155) para não perpetuar a compartimentalização que fundamentou o próprio caso. Tendo esta postura, o terapeuta prepara o palco para todas as decisões que serão tomadas depois pelo casal.

Ao longo do livro, foi apresentado que a forma como as pessoas passam por uma crise conjugal, pautada na infidelidade e a sua compreensão, depende de uma série de fatores, dentre eles a cultura. A maioria dos casos apresentados foram atendidos nos Estados Unidos, que ocupa a 19ª posição na taxa de homicídio de mulheres,³ segundo a Organização das Nações Unidas (2015). Neste mesmo ranking, o Brasil ocupa a quinta posição com uma perspectiva de crescimento dos homicídios femininos nos anos seguintes, com cerca de 13 assassinatos por dia⁴ (2019), sendo uma grande parte relacionada à violência doméstica. Essa realidade brasileira chama atenção de especialistas quanto à compreensão do fenômeno. Percebe-se que, no livro, a autora pouco explorou a questão da violência que envolve os casos de infidelidade conjugal em um sentido mais social, restringindo-se, na sua maioria aos casos apresentados no consultório. No Brasil, a cultura patriarcal e machista está no cerne da violência contra a mulher, quando o sentimento de poder do homem sobre a mulher edifica

³ https://www.mapadaviolencia.org.br/pdf2015/MapaViolencia_2015_mulheres.pdf

⁴ http://www.forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2019/06/Atlas-da-Violencia-2019_05jun_vers%C3%A3o-coletiva.pdf

a prática de feminicídio e da agressão contra a mulher. Para os homens brasileiros, o machismo é um valor, internalizado desde a infância e reforçado por diferentes meios de socialização, tornando-os orgulhosos de seus atributos agressivos. Por sua vez, o ciúme, a possessividade e a rejeição são os sentimentos mais justificados pelos agressores para legitimar os seus atos violentos. Ressalta-se que, a violência contra a mulher no Brasil é considerada um problema de saúde pública e uma ofensa aos direitos humanos.