

**Wat
weet
je
van
elkaar?**

**EEN OPEN BOEKJE
OVER RELATIES,
LIEFDE EN LUST**

STINE JENSEN

**PEPPER
BOOKS**

Een open boekje

Dit essay verscheen eerder in de box Mag ik je wat vragen over lust & liefde (2016). Het concept werd bedacht samen met Leo Wentink. Het essay is voor deze box herzien.

Nur 730/LP052201

Bisac PHI000000 / FAM029000

© MMXXII Pepper Books

© MMXXII Tekst: Stine Jensen

Vormgever omslag, kaarten en doosje:

Oranje Vormgevers

Alle rechten voorbehouden, inclusief het recht van reproductie in zijn geheel of in gedeelten, in welke vorm dan ook.

Pepper Books is een imprint van Uitgeverij Kluitman Alkmaar B.V.

pepperbooks.nl

stinejensen.nl

‘En jullie, hoe doen jullie het eigenlijk?’ Op een borrelavondje gooide een collega de vraag in de groep.

Het gesprek viel stil. Wat was dat nou voor een vraag? Klaarblijkelijk een interessante én een ongemakkelijke. Genoeg voor een pijnlijke stilte in ieder geval.

Ik schonk de glazen bij. ‘Hoe bedoel je?’

‘Ik bedoel: doen jullie iets op seksueel gebied? Ontwikkelen jullie je nog?’

‘Zoals in?’

‘Nou, ik heb zelf al heel lang een vaste relatie, en daarvoor heb ik niet zo heel veel vriendjes gehad. Op een gegeven moment dacht ik: is dit het nou? Of is er meer?’

Er werd gekucht, aan een trouwring gefriemeld. We kenden elkaar weliswaar aardig goed allemaal. Als bevriende collega's waren we vaak samen op stap geweest, en tijdens die werkdagen wordt er flink wat geouwehoerd, maar over seks hadden we het niet met elkaar. Misschien was het dus wel een spannende vraag.

Voorzichtig kwamen er wat verhalen los. Over seks in lange relaties, over porno kijken, over hoe je de passie in je relatie houdt, hoe het is als je kinderen hebt en meerdere rollen vervult voor elkaar. Over verlangens en taboes. Over lust en liefde. Over alleen zijn of samen zijn.

Mooi, en ook openhartig.

Ik realiseerde me dat er een tijd was geweest dat ik zulke gesprekken, soms giechelend en dan weer ernstig, voerde met mijn vriendinnen. Ergens was dat opgehouden, zo pak 'm beet na mijn dertigste. Kwam dat omdat mijn vriendinnen en ik daarvoor nog zoekende waren, nog niet wisten met wie en hoe we ons leven

wilden leven? De meesten van mijn vriendinnen hebben inmiddels een vaste relatie en kinderen. Natuurlijk gaat het niet allemaal vlekkeloos. Een enkeling is gescheiden, een ander heeft wel eens een affaire. Gesprekken gaan over het algemeen over werk, huizen, de rolverdeling en de kinderen, en als we al een vraag aan elkaar stellen over seks, dan is het vooral deze: doen jullie het nog?

Die avond praatten de mannen mee, en dat gaf het gesprek een aardige dimensie. Sommige clichés werden bevestigd (mannen kijken vaker naar porno), andere clichés konden meteen van tafel (een man wil vaker seks en is er meer mee bezig). En ja, sommigen zochten naar manieren om hun seksleven spannend te houden en nieuwe dingen uit te proberen. Een van de mannen was een tantracursus gaan doen om te kijken of de band met zijn partner verdiept kon worden.

Een van mijn collega's overwoog een tv-programma te maken over mannen en vrouwen tussen de dertig en vijfenvertig jaar die zich afvragen welke rol seksuali-

teit in hun leven speelt. Na drie emancipatiegolven is lust geen zonde meer, wij vrouwen zijn bevrijd, alles mag en kan gezegd worden, maar wat betekent seksualiteit in een mensenleven, in haar leven? Heeft ze écht durven en kunnen genieten? Hoe kun je dat onderzoeken? En hoe film je een proces dat over zulke intieme vragen gaat? Hoe verbeeld je geilheid zonder dat het al te plat wordt?

Die vraag maakte de tongen los van de aanwezige regisseurs, cameramannen en redacteurs. We probeerden een tv-programma over seks te noemen waar we echt iets aan gehad hadden. Of een programma waarvan we het idee hadden dat het over ons ging. We kennen natuurlijk de documentaires van feministe Sunny Bergman over seks, zoals *Beperkt Houdbaar*, *Sletvrees* en *Sunny Side of Sex*, die je ervan bewust maken hoezeer seksualiteit wordt beïnvloed door de (beeld)cultuur. Maar deze documentaires en de daarin gepresenteerde onderdrukkingshypothese staan soms ver af van onze individuele ontdekking en (plezierige) beleving

van lust. Bergman opent je ogen voor blinde vlekken. Maar ze biedt geen handvat voor hoe het wél zou kunnen. Wat kun je zélf veranderen, ontdekken en onderzoeken?

Aan het andere einde van het spectrum zijn er programma's geweest als *Sputten en Slikken* (voor de coole jongere), *Beter in bed*, *Sex Academy*, *Veertig dagen zonder seks én Veertig dagen met seks* (voor stelletjes met sleur). Een seksgoeroe (Goedele Liekens) of een bekende Nederlander (Arie Boomsma, Nicolette Kluijver) schiet iemand in zo'n programma te hulp met trucs en tips. Daarnaast is er nog een categorie probleemprogramma's zoals *Seksverslaafd*. Bij vlagen zijn al deze programma's informatief, al is het esthetisch genoeg vaak ver te zoeken. Het is in de eerste plaats voyeuristische televisie.

Zelf was ik ooit hoopvol gestemd toen – een tijdje geleden – alweer het programma *Lauren! en de liefde* werd aangekondigd. Hierin verkent Lauren Verster - die naar eigen zeggen uitsluitend ervaring heeft met mo-

nogame heteroseksuele relaties – het brede terrein van de liefde door middel van een aantal experimenten, onder andere een tantramassage, en zoenen met een vrouw. Hoewel de serie een leuk kijkje in de keuken geeft van een aantal workshops en festivals die je kunt bezoeken, blijft hij aan de oppervlakte omdat geen enkel experiment leidt tot transformatie of nieuwe inzichten. Het blijft een beetje aapjes kijken bij ‘rare’ anderen (stellen met een open huwelijk, lesbiennes op een festival, een celibetair).

Kortom, er liggen nogal wat kansen.



Kletsen over seksen

De dagen na die bewuste avond dacht ik verder na over lust en liefde. Hoe voer je een gesprek over lust en liefde? Welke vragen kun je aan elkaar stellen? En wat kom je dan te weten? Hoe vraag je verder? Waar zit de schaamte, wat houd je voor jezelf?

Neem bijvoorbeeld de volgende vraag: ‘Met hoeveel mensen heb jij het bed gedeeld?’ *What’s in a number*, zou je zeggen. Maar er wordt verdomd veel over gelogen: een paar eraf (schaamte), een paar erbij (ook schaamte of egoboost). Het is natuurlijk ook een beetje eng, zo met de billen bloot. Want hoe open en transparant we ook menen te zijn, zeg ergens publiekelijk dat je met meer dan tweehonderd vrouwen naar bed bent

geweest, zoals Jeroen Pauw deed, en je krijgt weliswaar ‘respect’ van de mannelijke interviewer, maar je bent ook het gesprek van de dag en onderwerp van menige discussie. Opvallend genoeg roert het ‘openhartigste’ boek van de afgelopen tijd, Karl Ove Knausgård’s zesdelige autobiografie *Mijn strijd*, het onderwerp seks helemaal niet aan. Alles komt voorbij: depressie, vaderschap, drank en relaties, maar geen woord over lust en seks.

We – mannen én vrouwen – zijn de schaamte nog lang niet voorbij. Misschien is dat ook helemaal niet zo erg. In onze schaamte tonen we onze menselijkheid en kwetsbaarheid. Sterker nog, een totaal gebrek aan gêne kan afschrikwekkend zijn. Zo kwam *Het Parool* in de zomer van 2015 met een studentenseksspecial waarvoor ze zes studenten in bed fotografeerde, met daarbij een kort interview en een tekstje waarin het aantal bedpartners werd vermeld. Ondanks de jonge leeftijd – tussen de twintig en vijftientig – lag het aantal partners gemiddeld boven de veertig. Bij één jongen

stond er: ‘Net iets minder dan honderd’, en: ‘Ik heb seks nodig voor mijn mentale gesteldheid’. Hij was drieëntwintig jaar. Jeroen Pauws ‘200’ verschrompelde prompt tot een bescheiden aantal. Wat lagen ze er zelfbewust bij, zo half ontbloot onder de lakens! Echt spannend waren de interviews niet, het leken eerder seksadvertorials.

Ik tikte een vriendin die naast me zat aan. ‘Zeg... wat vind jij hier nou van? Had jij al vijfentwintig bedpartners gehad toen jij net twintig was?’

‘Nee joh, dat aantal haal ik bij lange na niet, en ik ben al bijna vijftig,’ grinnikte ze. ‘Maar misschien is het wel de nieuwe generatie. Misschien ligt de slettenbakperiode wat vroeger tegenwoordig. In ieder geval zijn ze enorm wereldwijd en zelfbewust.’

‘Ja, maar misschien dat vooral exhibitionistische types die zichzelf enorm lekker vinden, willen figureren in een dergelijke rubriek.’

‘Ik schrik niet echt van het aantal bedpartners. Mijn generatie was ook niet bepaald preuts. Ik weet niet

precies met hoeveel mensen ik naar bed ben geweest, maar ik schat rond de tien of vijftien. Ergens heb ik het lijstje met het precieze aantal vast nog liggen. Maar ik ken ook echt wel vrienden en vriendinnen met veel meer onenightstands. Zelfs wel richting de honderd. Kijk, wij moesten er fysiek nog voor werken, opgetut en uitgedost de straat op, de kroeg in, op zoek om iemand te veroveren. Nu kun je lekker lui in je oude kloffie vanaf je bank een beetje swipen. Met je prachtige gefotoshopte profielfoto vang je meer vliegen. Een seksdate is dan snel geregeld.’

Klopt. Al klinkt dat ook wel erg gemakkelijk, alsof een hele generatie al tinderend van seksdate naar seksdate hobbelt. De vijf studenten ten spijt, de christelijke calvinistische traditie heeft ons opgezaald met een van schaamte doordrenkte seksualiteit – denk alleen al aan woorden als schaamstreek en schaamhaar. En ook de conversatie over deze Het Parool-editie maakte meteen duidelijk dat een gesprek over lust en liefde – van het aantal bedpartners tot monogamie –

ook altijd een gesprek is over ethiek en moraal, en de vraag: wat is normaal?

‘Hoewel het een van de intiemste bezigheden is, bestaan er rond seks een heleboel invloedrijke, door de samenleving bekrachtigde opvattingen die voorschrijven hoe een normaal mens gevoelsmatig en praktisch met dat onderwerp dient om te gaan,’ schrijft Alain de Botton terecht in zijn boek *Meer denken over seks*.

In lust en liefde ontmoet je wie je was, bent of zou willen zijn. Seks is in die zin als yoga of sport. Ga vijftien minuten mediteren en je komt alle weerstanden tegen: gebrek aan concentratie en aandacht, vrolijkheid, enzovoort.

Je slaapkamergedrag vertelt je iets over je persoon. Dingen waar je elders tegenaan loopt in het leven, keren terug in de slaapkamer: openheid, onzekerheid, avontuur, verlegenheid, communicatie, remmingen, vermoeidheid, zelfbewustzijn, zorg, schaamte, leugens, dominantie, onderdanigheid, enzovoort.

Volgens sommige psychologen gaat het daarom in de

spreekkamer vroeg of laat altijd over seks. Wil je iemand écht leren kennen, dan mogen vragen over lust en liefde dus niet ontbreken.