



General | | Actualitzat el 26/11/2020 a les 07:34

# Com gaudir del sexe sense penetració?

*Entrevistem a Jüne Pla, autora de Clímax, un manual il·lustrat per gaudir del sexe sense penetració*

[inicentrareport] **Jüne Pla** és de Marsella, treballa com a dissenyadora de personatges de videojocs i li encanta el sexe, el rhythm & blues i el hip hop de la dècada dels 2000.

El fet que el cantant de hip hop R. Kelly estigués involucrat amb tota la moguda del #metoo la va molestar bastant. Aquest va ser un dels motius que la va impulsar a dibuixar sobre sexe. Això sí, **sexe sense penetració**.

Històricament ens han fet creure que el sexe passa única i exclusivament pel coit. Que la penetració és l'única via de satisfacció. La June va decidir obrir un **compte d'Instagram** (<https://www.instagram.com/jouissance.club/>) per explicar a tothom que hi ha vida sexual més enllà de la penetració. El seu compte ja té més de 500 mil seguidors.

Davant de l'èxit del compte d'Instagram (<https://www.instagram.com/jouissance.club/>) ha decidit fer un llibre: "**Clímax, un manual il·lustrat per aprendre a gaudir del sexe sense penetració**". En només quatre mesos ha aconseguit vendre més de 50.000 exemplars. Nosaltres hem volgut entrevistar la Jüne Pla des del punt de vista de les mapaternitats.

[GotaVerdaPle] **Quin creus que és el motiu pel qual el coitocentrisme prengui les regnes de la nostra societat?**

[GotaVerdaBuit] Potser perquè els homes sempre han tingut el monopoli de la sexualitat. La seva visió del sexe s'ha estès per tot arreu sense que ens n'adonem. En pornografia, per descomptat, però també en pel·lícules, en literatura, medicina, filosofia, Tot! Se suposa que el penis representa per a ells força, vigor, virilitat ... I el penis ha de penetrar, preferiblement una dona.

Hi ha la creença que el penis causa molt de plaer. Tot i això, si observem detingudament les xifres i els estudis realitzats sobre aquest tema, veiem que la majoria de les persones amb vulva (94%) no pot arribar a l'orgasme mitjançant una simple penetració.

És hora de desfer aquest mite, de manera que tothom tingui dret al seu orgasme, però també cal desfer-nos d'aquesta pressió social que hi ha sobre el penis i la penetració, que sovint crea problemes d'erecció o d'ejaculació precoç, tardana. ... Crec que és el moment de deixar que les persones que tenen vulva parlin perquè tinguin un nou punt de vista, menys centrat en la norma i les ordres judicials que tots coneixem.

[GotaVerdaPle] **Com podem cuidar la relació de parella sense que la penetració sigui la protagonista?**

[GotaVerdaBuit] És curiós. Com a conseqüència d'aquesta prohibició històrica i cultural de penetrar vam oblidar que teníem mans i boca. Fins i tot vam inventar una paraula molt restrictiva per als temps en què utilitzem aquestes parts del nostre cos, l'anomenàvem ?jocs previs?. Odio aquesta paraula perquè per a mi és l'única vegada que puc arribar a l'orgasme i sovint s'envia massa ràpidament perquè això passi.



I això és exactament el que volia explorar al meu llibre, volia imaginar com podia ser el sexe si ja no ens poguéssim penetrar. I resulta que hi ha centenars, si no milers, de maneres de tocar-se. De seguida ets més creatiu quan intentes evitar el fàcil.

**[GotaVerdaPle] Què passa amb la nostra vida sexual quan hi ha criatures pel mig? Com cal cuidar la nostra vida sexual i afectiva després d'això?**

[GotaVerdaBuit] Tothom reacciona diferent a aquest tipus d'esdeveniments. Hi ha persones que durant l'embaràs tenen un desig molt fort de tenir relacions sexuals, persones que es recuperen d'una episiotomia i senten ganes d'estar amb la seva parella. Però de fet no sempre és així.

A mi mateixa em va costar de pensar de tenir relacions sexuals després de tenir el meu bebè. Crec que en aquests casos cal escoltar el cos i no forçar-te si no en tens ganes. De vegades el cos necessita un descans i tenir una criatura ho trastoca tot, tant físicament com mentalment, i també trastoca la líbido.

***Sovint el sexe s'associa amb l'amor, de manera que s'ha de practicar sigui com sigui***

Sovint el sexe s'associa amb l'amor, de manera que s'ha de practicar sigui com sigui. Vull subratllar que no cal tenir relacions sexuals per demostrar que encara t'estimes una altra persona. Hi ha molta pressió davant d'aquest fet, i realment passarà quan passi, sense forçar la situació.



---

[GotaVerdaPle] **La rutina, el desgast, el fet que determinades pràctiques siguin tabú per algunes parelles... com es pot començar a treballar aquesta espurna de desig?**

[GotaVerdaBuit] Crec que no hi ha cap miracle. Per lluitar contra els tabús, cal sortir de la zona de confort i obrir un diàleg. I això no és fàcil per a algunes persones.

He rebut molts missatges de gent que em deia que el llibre era només un trampolí per iniciar la discussió sobre el sexe i que els ha servit per desbloquejar molts temes dels quals mai havien parlat.

[GotaVerdaPle] **La quarantena és precisament un d'aquets moments en els quals et diuen que "no hi pot haver sexe" quan realment el que volen dir és que no hi pot haver penetració...**

[GotaVerdaBuit] És un bon moment per començar. Imagineu-vos menjar cada dia el mateix. És avorrit oi? Deixar de pensar en el coit com a tot del sexe és una bona manera de descobrir alternatives i fer quelcom que potser abans ni t'havies plantejat fer. [ficentrareport]