

*Esther Perel*

# Casos e casos

## Repensando a infidelidade

TRADUÇÃO  
Débora Landsberg



Copyright © 2017 by Esther Perel  
Publicado mediante acordo com Harper Collins Publishers.

Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990,  
que entrou em vigor no Brasil em 2009.

Título original  
The State of Affairs: Rethinking Infidelity

Capa e foto de capa  
Adalis Martinez

Preparação  
Diogo Henriques

Índice remissivo  
Probo Poletti

Revisão  
Carmen T. S. Costa  
Luciane Helena Gomide

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (cip)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

---

Perel, Esther  
Casos e casos : repensando a infidelidade / Esther Perel ; tradução Débora Landsberg. – 1ª ed. – Rio de Janeiro : Objetiva, 2018.

Titulo original: The State of Affairs : Rethinking Infidelity.  
ISBN 978-85-470-0061-5

1. Casais 2. Casamento 3. Convívio social 4. Compromisso (Psicologia) 5. Fidelidade 6. Relações extraconjugaís  
1. Título.

---

18-13932 CDD-306.736

Índice para catálogo sistemático:

1. Infidelidade conjugal : Aspectos sociais :  
Sociologia 306.736

[2018]  
Todos os direitos desta edição reservados à  
EDITORASCHWARZ S.A.  
Praça Floriano, 19, sala 3001 – Cinelândia  
20031-050 – Rio de Janeiro – RJ  
Telefone: (21) 3993-7510  
[www.companhiadasletras.com.br](http://www.companhiadasletras.com.br)  
[www.blogdacompanhia.com.br](http://www.blogdacompanhia.com.br)  
[facebook.com/editoraoobjetiva](http://facebook.com/editoraoobjetiva)  
[instagram.com/editora\\_objetiva](http://instagram.com/editora_objetiva)  
[twitter.com/edobjetiva](http://twitter.com/edobjetiva)

*Para Jack,  
que eu amei por três décadas,  
e  
para qualquer um que já tenha amado.*

# Sumário

Introdução .....	9
------------------	---

## PARTE I: A PREPARAÇÃO DO TERRENO

1. Uma nova conversa sobre casamento e infidelidade .....	15
2. A definição de infidelidade: bater papo é trair? .....	28
3. Os casos não são mais como eram antigamente .....	43

## PARTE II: AS SEQUELAS

4. Por que a traição dói tanto .....	59
5. Lojinha de horrores .....	77
6. Ciúme .....	90
7. Autorrecriminação ou vingança .....	104
8. Contar ou não contar? .....	119

## PARTE III: SIGNIFICADOS E MOTIVAÇÕES

9. Até pessoas felizes traem .....	139
10. Um antídoto para o torpor .....	156
11. Sexo pode ser apenas sexo? .....	171
12. A mãe de todas as traições? .....	191
13. O dilema da amante .....	207

PARTE IV: PARA SEMPRE

14. Monogamia e seus dissabores .....	225
15. Depois da tempestade .....	245
<i>Agradecimentos</i> .....	263
Notas .....	267
Índice remissivo .....	275

# Introdução

Existe um simples ato transgressivo capaz de acabar com a relação, a felicidade e a identidade de um casal: um caso extraconjugal. Porém, esse ato extremamente comum é pouco compreendido.

Como terapeuta, escritora, instrutora e palestrante, venho investigando há quase três décadas as complexidades do amor e do desejo nas relações dos casais modernos. Meu primeiro livro, *Sexo no cativeiro*, explorava a natureza do desejo erótico em relações duradouras e incluía apenas um capítulo sobre infidelidade. Para a minha surpresa, sempre que eu dava uma palestra ou entrevista a respeito do livro, não importava em qual lugar do mundo, o tema da infidelidade era o que mais despertava a curiosidade de todos. Ele passaria a dominar minhas horas de vigília. Se *Sexo no cativeiro* esquadriinhava os dilemas do desejo em relações com compromisso, *Casos e casos* segue a trajetória do desejo quando ele se volta para outros lados.

Dito isso, este não é apenas um livro sobre infidelidade. *Casos* tem muito o que nos ensinar sobre relacionamentos — o que esperamos, o que acreditamos querer e o que sentimos merecer. São uma janela excepcional para nossas posturas pessoais e culturais em relação ao amor, ao desejo e ao compromisso. Ao examinar o amor ilícito sob diversos ângulos, espero envolvê-lo, leitor, em uma exploração provocadora, inteligente e franca das relações modernas em suas várias vertentes. Eu gostaria de estimular uma conversa entre você e seus entes queridos sobre questões como fidelidade e lealdade, desejo e cobiça,

ciúmes e posse, franqueza e perdão. Incentivo você a se questionar, a dizer o indizível e a não ter medo de desafiar a correção sexual e emocional.

Meu papel como terapeuta é criar um espaço seguro em que a diversidade de experiências possa ser explorada com compaixão. Como autora, espero fazer o mesmo. Nesse sentido, este não é um livro prescritivo para a superação da crise provocada por um caso, embora eu espere que seja de alguma serventia àqueles que atualmente estão no meio de uma, seja em que papel for. Na verdade, meu objetivo é apresentar uma conversa mais produtiva sobre o assunto, que no final das contas fortaleça todas as relações ao torná-las mais sinceras e mais resilientes.

A conversa sobre casos hoje em dia tende a ser desagregadora, avaliativa e míope. No âmbito da cultura, somos cada vez mais abertos ao falar de sexo, mas a infidelidade continua envolta em uma nuvem de vergonha e silêncio. Torço para que este livro ajude a romper com esse tabu e inaugure uma nova maneira de pensar e falar de um de nossos mais antigos jeitos de ser. Muito já foi escrito sobre prevenção e cura, mas muito pouco foi dito sobre os significados e motivações dos casos; menos ainda foi dito sobre o que podemos aprender com eles e como eles podem influenciar e transformar nossas relações.

Certas pessoas consideram essas questões irrelevantes. Só os fatos interessam, dizem elas. O avião caiu: pegue os sobreviventes e corra. Mas é cada vez maior o número de pessoas que me procuram porque gostariam de saber o que aconteceu, por que o avião caiu e se poderiam ter feito alguma coisa para evitar a queda. Elas querem entender a situação, aprender com ela e voar de novo. Para todas essas pessoas, eu gostaria de partir de onde a conversa geralmente para e enfrentar algumas das questões mais incômodas que a infidelidade traz à tona.

Nas páginas seguintes, vou examinar as muitas facetas dos casos extraconjugal — abordando a dor e os danos causados pela traição, bem como a emoção e a autodescoberta inerentes à transgressão. Quero analisar a tensão entre as vastas oportunidades de um caso e o perigo iminente fortemente vinculado a ele. O que devemos entender em relação à dualidade entre as dimensões libertadora e empoderadora do amor adúltero e do dano que pode infligir?

Também pretendo incluir os círculos mais amplos da família, da comunidade e da cultura. Espero enraizar essa discussão de nossas relações mais pessoais em um contexto histórico e social mais amplo.

Ao propor outro tipo de visão sobre esse assunto incendiário, sei muito bem dos riscos que assumo. Crenças sobre a infidelidade estão entranhadas na nossa psique cultural, e questioná-las sem dúvida será visto por alguns como irreverência perigosa ou parcialidade moral da minha parte. Embora eu prefira contornar a condenação irrestrita a fim de permitir uma investigação cuidadosa, não aprovo a dissimulação ou acho a traição uma bobagem. Todos os dias me sento com a desolação no consultório. Entender a infidelidade não significa justificá-la. No entanto, em todas as situações, à exceção das mais extremas, ficar nos termos mais simplistas do julgamento não tem serventia alguma.

Eu gostaria de falar um pouco sobre como coletei as informações para este livro. A minha pesquisa não é um estudo científico baseado em evidências nem um estudo sociológico fundamentado em dados coletados em diversos sites para pessoas em busca de casos. Minha abordagem é parecida com a de um antropólogo e de um explorador. Converso com as pessoas e as escuto. A matéria-prima para este livro veio das minhas sessões de terapia, cursos, palestras mundo afora, bate-papos informais e das centenas de pessoas que me mandaram cartas e deixaram comentários no meu site, meu blog, meus TED Talks e minha página no Facebook.

Na minha prática psicoterápica, passei os últimos seis anos concentrada sobretudo em casais que lidavam com a infidelidade. Com essas pessoas, mergulhei a fundo no tema. Como encontro os companheiros tanto sozinhos como juntos, tive acesso privilegiado à experiência do companheiro infiel e não somente à dor do traído. Tenho a sorte de trabalhar com pessoas do mundo inteiro, o que me ajudou a fornecer diferentes perspectivas culturais, mas tenho consciência de que meus pacientes não necessariamente representam um leque de grupos econômicos e sociais, já que estar ali é uma possibilidade e escolha deles.

Casos extraconjogais e segredos caminham de mãos dadas, por isso este livro contém muitos segredos. Em geral, é impossível contar o segredo de alguém sem traer o de outra pessoa. Alguns dos detalhes que dão à história sua pungência inconfundível são exatamente os que tive de esconder em prol da confidencialidade. Todas as pessoas retratadas neste livro foram cuidadosamente encobertas a fim de proteger seu anonimato, mas me esforcei para preservar suas palavras características e a precisão emocional de cada situação.

Por fim, faço um agradecimento. Ao pesquisar e escrever este livro, fui inspirada e instruída por inúmeros pensadores, escritores e especialistas. Mas um livro que supera todos os outros é aquele ao qual devo meu título. O *State of Affairs: Explorations in Infidelity and Commitment* original é um compêndio de perspectivas sociológicas sobre a infidelidade que consolida o tema como digno de pesquisas acadêmicas sérias. Ao ler artigo detalhado atrás de artigo detalhado, me senti instigada a me aprofundar no tema do adultério e sondar suas dimensões psicológicas com uma abordagem inclusiva e multidimensional.

Gostemos ou não, as aventuras amorosas vieram para ficar. E toda a tinta derramada em conselhos que recebemos sobre como tornar nossos relacionamentos “à prova de casos” não conseguiu refrear o número de homens e mulheres que pulam a cerca. A infidelidade acontece em casamentos bons, em casamentos ruins e até quando o adultério é punível com a morte. Acontece em relações abertas em que o sexo extraconjugal é cuidadosamente negociado de antemão. E a liberdade de deixar uma relação ou pedir o divórcio não tornou a traição obsoleta. Depois de mergulhar no assunto, passei a entender que não existe verdade única, não existe tipologia abrangente para descrever essa prova de fogo de paixão e traição. A única coisa que posso lhe dizer com certeza é que nada do que vou dizer é invenção.

*Esther Perel, Nova York, janeiro de 2017*

## Parte I

# A preparação do terreno

# 1. Uma nova conversa sobre casamento e infidelidade

*Levaria tempo demais para explicar a união íntima de contradições na natureza humana que faz com que o amor em si às vezes assuma a forma desesperada da traição. E talvez não haja explicação possível.*

Joseph Conrad, *Some Reminiscences* [Algumas reminiscências]

Neste exato momento, em todos os cantos do mundo, alguém está traíndo ou sendo traído, pensando em ter um caso, aconselhando alguém que está no meio de um ou completando o triângulo como amante secreto. Nenhum aspecto da vida de um casal causa mais medo, fofoca ou fascínio do que um caso. O adultério existe desde que o casamento foi inventado, assim como o tabu que o cerca. Foi legislado, debatido, politizado e demonizado ao longo da história. Porém, apesar de sua condenação geral, a infidelidade tem uma tenacidade que ao casamento só resta invejar. A tal ponto que é o único pecado que tem dois mandamentos na Bíblia, um por consumá-lo e um só por pensar nele.

Em todas as sociedades, em todos os continentes e em todas as épocas, independentemente das punições e dos impedimentos, homens e mulheres escaparam dos limites do matrimônio. Em quase todos os lugares onde as pessoas se casam, a monogamia é a norma oficial e a infidelidade é a clandestina. Portanto, como devemos entender esse tabu consagrado pelo tempo — universalmente proibido mas universalmente praticado?

Nos últimos seis anos tenho tido essa conversa — não somente entre as paredes enclausuradas do meu consultório terapêutico, mas em aviões, jantares, congressos, na manicure, com colegas, com os caras que consertam a TV a cabo e, é claro, nas redes sociais. De Pittsburgh a Buenos Aires, Nova Déhli a Paris, venho conduzindo minha própria pesquisa aberta sobre casos extraconjugais na atualidade.

No mundo inteiro, as respostas que obtenho quando menciono “infidelidade” vão da condenação amarga à aceitação resignada, da compaixão prudente ao franco entusiasmo. Na Bulgária, um grupo de mulheres considerava o flerte dos maridos lastimável, mas inevitável. Em Paris, o assunto traz frisson imediato à conversa durante um jantar, e percebo quantas pessoas já estiveram dos dois lados da situação. No México, as mulheres se orgulham do crescimento dos casos femininos, pois os consideram uma forma de revolta social contra a cultura chauvinista que sempre criou espaço para que os homens tivessem “duas casas”, *la casa grande y la casa chica* — uma para a família e outra para a amante. A infidelidade pode ser onipresente, mas a maneira como a interpretamos — como a definimos, sofremos por ela e falamos dela — no fundo está ligada à época e ao lugar específicos onde o drama se desenrola.

Deixe-me perguntar: quando pensa em infidelidade, quais são as primeiras palavras, associações e imagens que passam pela sua cabeça? Elas mudam se eu usar as expressões “caso amoroso” ou “romance”? Que tal “encontro”, ou “aventura”, ou “relacionamento”, ou “amizade colorida”? Suas reações são enviesadas em direção à reprovação ou à compreensão? Para que lado recai sua empatia — o da pessoa namoradeira, da infiel, da amante, dos filhos? E as respostas mudaram por causa de fatos de sua vida?

Convicções acerca de casos extraconjugais estão profundamente arraigadas na nossa psique cultural. Nos Estados Unidos, onde vivo e trabalho, a conversa tende a ser visceral, carregada e polarizada.

“A infidelidade? É um impedimento”, diz uma pessoa. “Quem trai uma vez trai sempre.”

“Poxa”, retruca outra, “a monogamia não é natural.”

“Que papo mais furado!”, replica uma terceira. “Nós não somos gatos no cio, somos seres humanos. Sejamos adultos.”

No mercado americano, o adultério é vendido com uma mistura de denúncia e excitação. Capas de revistas promovem a obscenidade enquanto pregam

a falsa beatice. Como cultura, nos tornamos tão abertos do ponto de vista sexual, que chegamos ao limite do transbordamento, mas, no que se refere à fidelidade sexual, até as mentes mais liberais podem permanecer intransigentes. O curioso é que nossa insistente censura mantém o vigor da infidelidade sob controle sem revelar como ela é frequente. Não temos como fechar os olhos para o fato de que ela acontece, mas todos podemos concordar que não deveria acontecer. Os eleitores clamam por pedidos públicos de desculpas ao mesmo tempo que examinam os detalhes de péssimo gosto. Dos escalões mais altos das elites política e militar à sua vizinha, a infidelidade indica narcisismo, falsidade, imoralidade e deslealdade. Sob esse ponto de vista, ela nunca será uma simples transgressão, uma aventura sem sentido ou um amor genuíno.

O discurso contemporâneo sobre o tema pode ser resumido da seguinte forma: a infidelidade deve ser um sintoma de que um relacionamento deu errado. Se você tem tudo de que precisa em casa, não deveria ter motivos para pular a cerca. Os homens traem por tédio e medo de intimidade; as mulheres traem por solidão e sede de intimidade. O parceiro fiel é o maduro, comprometido, realista; o infiel é egoísta, imaturo e carece de controle. Casos são sempre danosos e nunca podem socorrer um casamento ou ser aceitos. O único jeito de restabelecer a confiança e a intimidade é pela confissão da verdade, o arrependimento e a absoliação. Por fim, o divórcio gera mais amor-próprio do que perdão.

O tom moralizador da conversa atual tende a atribuir o “problema” a casais ou indivíduos falhos, evitando as questões maiores que o alcance do fenômeno pode incitar. A infidelidade diz muito sobre o casamento — não só o seu casamento, mas o casamento como instituição. Também nos faz mergulhar na cultura do merecimento atual, em que vemos nossos privilégios como ponto pacífico. Será que realmente achamos possível culpar algumas maçãs podres pela proliferação da infidelidade? Não é plausível que todos os milhões de amantes traidores sejam patológicos.

## A FAVOR OU CONTRA?

Há poucos termos neutros para descrever o adultério. O opróbrio moral há muito é o principal instrumento de contenção de nossos ímpetos rebeldes,

a tal ponto que não temos palavras para falar do assunto sem ele. A linguagem ao nosso alcance aperta contra o peito o tabu e o estigma representados pela infidelidade. Enquanto os poetas falam de amantes e aventureiros, o vocabulário preferido pela maioria das pessoas inclui traidores, traíras, mentirosos, viciados em sexo, mulherengos, ninfomaníacos, galinhas e piranhas. O léxico todo é organizado em torno de um eixo de transgressões que não apenas reflete nosso juízo como o fomenta. O próprio termo “adultério” é derivado da palavra latina que significa corrupção. Ainda que lute para trazer uma perspectiva mais equilibrada a esse tema, tenho consciência da linguagem parcial que em geral usarei.

Entre os terapeutas, também é raro o diálogo equilibrado, isento. Casos extraconjugaís são predominantemente descritos em termos de danos causados, com o enfoque ou na prevenção ou na cura. Pegando empréstimos da linguagem da criminalização, os clínicos volta e meia rotulam o cônjuge fiel de “vítima” e o infiel de “culpado”. Em geral, existe muita preocupação com os traídos e conselhos minuciosos de reparação para que os infiéis ajudem o parceiro ou a parceira a superar o trauma.

A revelação de um caso pode ser arrasadora; não surpreende que a maioria das pessoas queira tomar partido. Quando falo para alguém que estou escrevendo um livro sobre infidelidade, a reação imediata costuma ser a questão “Você é a favor ou contra?”, como se houvesse somente essas duas opções. Minha resposta é “sim”. Por trás dessa réplica enigmática há o meu desejo sincero de entabular uma conversa mais nuancada e menos crítica acerca da infidelidade e dos dilemas concomitantes. As complexidades do amor e do desejo não se submetem a categorizações simplistas de bom ou mau, vítima e culpado. Para deixar claro, não condenar não quer dizer aprovar, e existe um mundo de diferença entre compreender e justificar. No entanto, quando reduzimos a conversa a um juízo de valor, não nos resta conversa nenhuma.

Também não nos resta espaço para pessoas como Benjamin, um senhor amável de setenta e poucos anos que me abordou após uma palestra em Los Angeles para perguntar: “Continua sendo traição quando a sua esposa não sabe mais o seu nome? Minha esposa tem Alzheimer”, explicou. “Ela está em um asilo há três anos, e eu a visito duas vezes por semana. Faz catorze meses que estou saindo com outra mulher. O marido dela está no mesmo andar. Nós nos reconfortamos.” Talvez Benjamin seja um dos “traidores” mais legais que

conheci na vida, mas ele não está sozinho. Muitos têm grande interesse no bem-estar do companheiro ainda que mintam para eles, assim como muitos que foram traídos continuam a amar o traidor mentiroso e desejam encontrar uma maneira de continuar juntos.

Em prol de todas essas pessoas, estou empenhada em achar uma abordagem mais compassiva e eficaz da infidelidade. É comum as pessoas verem um caso como um trauma sem volta, e de fato certos casos são um golpe mortal em um relacionamento. Porém, outros podem inspirar mudanças que eram tremendamente necessárias. A traição corta fundo, mas a ferida pode ser curada. Casos podem até se tornar produtivos para o casal.

Como acredito que algum bem possa ser extraído da crise da infidelidade, volta e meia me perguntam: “Então você recomendaria um caso extraconjugal a um casal que esteja em crise?”. Minha resposta? Muitas pessoas têm experiências positivas, transformadoras, ao enfrentar doenças terminais. Mas eu não recomendaria ter um caso, assim como não recomendaria ter um câncer.

## VOCÊ JÁ FOI AFETADO PELA INFIDELIDADE?

Assim que adquiri o interesse pelo tema da infidelidade, passei a perguntar aos membros da plateia se alguém já tinha tido um caso. Não é surpresa nenhuma que ninguém tenha levantado a mão. Não é muita gente que assume publicamente ter pulado a cerca ou ter sido enganado.

Levando esse fato em conta, mudei a pergunta para “Quantos de vocês já foram afetados pela infidelidade?”. Era impressionante o número de mãos levantadas, e isso aconteceu em todas as plateias às quais fiz essa pergunta. Uma mulher viu o marido de uma amiga beijar uma bela desconhecida no trem. Agora a questão de contar ou não a ela pesa sobre a amizade. Uma adolescente descobriu que a mulher com quem o pai levava uma vida dupla tinha a mesma idade que ela. Uma mãe não conseguia entender por que o filho permanecia com “aqueла sem-vergonha”, como se referia à nora, que não era mais bem-vinda nos almoços de domingo. Os ecos de segredos e mentiras ressoam por várias gerações, deixando para trás amores não correspondidos e corações despedaçados. A infidelidade não é meramente a história de duas ou três pessoas: ela conecta redes inteiras.