

Homosexualidad

DESDE UNA MIRADA BIOENERGÉTICA

por: Agustina Cámara y María Paula López
tutora: Silvana Palombo

Septiembre 2013 - BioEscuela

Hipótesis - Introducción

- *¿Qué factores influyen en la elección de una orientación homosexual?*

Empezando con esta pregunta nos vimos enredadas en un sin fin de probabilidades y situaciones que podían llegar a ser lo que influía en esta elección.

Encarada desde una implicación personal, la búsqueda de respuestas se encontraba limitada por nuestras propias vivencias y miradas sobre el tema.

Pensando en la homosexualidad como una consecuencia de factores o hechos puntuales, sin darnos cuenta estábamos considerándola una patología, siendo esta afirmación contradictoria a nuestra creencia.

Nos veíamos en la imposibilidad de responder ésta pregunta.

Necesitábamos abrir la mirada, desde un lugar sentido conectar con otras historias, experiencias y vivencias de personas que nos rodean.

A través de varias conversaciones fuimos desenredando lo personal de lo que realmente queríamos hablar: la aceptación a uno mismo y hacia el otro, la sexualidad integrada al amor y la capacidad de sostener el placer en los vínculos y en la vida.

Para nuestra investigación nos encontramos con la dificultad de una escasa información en libros y artículos sobre el tema que vamos a abordar, desde una mirada bioenergética. Nos llamó la atención el no dar con información actualizada en relación a los avances en psicología al día de hoy, además los textos encontrados presentan contradicciones discursivas y difieren a nuestra mirada sobre el tema.

- *Como es vista la homosexualidad*

Abordamos el tema con la afirmación de que la homosexualidad no es una patología o enfermedad. Ya que el término fue sacado del Manual Diagnóstico y Estadístico de Enfermedades Mentales en el año 1974. A partir de este suceso se llevaron a cabo investigaciones científicas que demostraron que la homosexualidad, lesbianismo y bisexualismo no tenían como característica pérdida del juicio de realidad, alteración del pensamiento o de las habilidades sociales o vocacionales (*American Psychological Association "APA", 1974*).

Se determinó que la homosexualidad no implica un trastorno psicológico en sí misma pero la discriminación social puede tener como consecuencia depresión, ansiedad y baja autoestima.

[...] *Entre los muchos mitos modernos referidos a la relación (que hemos ido ideando para liberarnos de casi dos mil años de represión de los instintos), uno de los más ambiguos es el de la normalidad y la anormalidad en el terreno sexual. {...} Es probable que la ambigüedad de ambos se derive del hecho de que no entendemos del todo las implicaciones psicológicas y simbólicas de la sexualidad; y "normalidad" y "anormalidad" son, después de todo, términos peligrosamente relativos, cuyo significado cambia según los individuos y la época en que estos viven. [...]* (*"Relaciones Humanas", Liz Greene, Pág. 141*)

Uno factor muy influyente en el despertar de la sexualidad es el ámbito familiar.

Éste es el más importante para todos, el lugar en donde nos identificamos, de dónde venimos, en donde recibimos contención y amor. Pero en la gran mayoría de las familias existe el rechazo a que una persona del grupo familiar tenga una orientación sexual que no es la convencional para ellos, que no se adapta a la "norma". En ese primer momento el sentirse expulsado puede desencadenar muchos conflictos a nivel psíquico y corporal, por el hecho de estar censurado el sentir de sí mismo. Además este rechazo no viene solo de la familia sino que de la sociedad en si y es entonces donde la persona de orientación homosexual interioriza este conflicto rechazando su propia naturaleza, negándola. ¿Cómo puede una persona entregarse a un vínculo de amor sexual cuando se niega el propio deseo?

Es notable la poca información que hay sobre la homosexualidad y como inciden los viejos arquetipos instaurados en los seres humanos; como todavía se está atado a definir que es normal y que es anormal y la dificultad que esto genera a la hora de aceptar el cambio en la sociedad.

Visto desde la Bioenergética, Lowen en su libro "Amor y Orgasmo" describe el cuerpo de personas homosexuales con muchos rasgos esquizoides y orales. Describe un cuerpo muerto, deprimido, con una búsqueda de la vitalidad exclusivamente en la pareja del mismo sexo.

[...] El cuerpo del individuo homosexual no puede tolerar fuertes sentimientos heterosexuales. Los combate "haciéndose el muerto", es decir volviéndose entumecido y paralizado, sin sentimiento. El acto homosexual es una reacción a esta parálisis y falta de vida; es un intento de recuperar las sensaciones genitales. [...]" (Amor y Orgasmo", A. Lowen, pág. 120)

A lo largo de su libro Lowen, habla de la imposibilidad de rendirse a la insatisfacción oral en post de la genitalidad, como un factor común en la homosexualidad. Lo que evaluamos de las descripciones que Lowen hace de sus pacientes, es que presentan características en sus complejos o resoluciones edípicas que podemos también reconocer en personas de orientación heterosexual.

"[...] La relación de Joan con su padre estaba cargada de la transferencia hacia él de sus necesidades orales sin satisfacer. Los sentimientos sexuales hacia su padre se complicaban e intensificaban debido a su anhelo de satisfacción oral. El problema edípico se vuelve insolucionable cuando se compone de sentimientos orales y genitales. El dilema del homosexual, tanto masculino como femenino, es la incapacidad de renunciar al funcionamiento infantil en favor del adulto [...]" (Amor y Orgasmo", A. Lowen, pag. 140)

Por lo que desarrollamos previamente, no consideramos ese tipo de vinculación con el padre o la madre características particulares o específicas de personas con orientación homosexual. Esto nos hace considerar que la definición del objeto de deseo trasciende la situación edípica. Consideramos que hay muchos factores que definen la orientación sexual de una persona.

- **La naturaleza y cultura internalizadas en el ser humano**

Lo biológico y natural son cuestiones intrínsecas del ser humano. Su necesidad de amor, contacto y el desarrollo de su vida sexual son tendencias naturales del mismo, exponiéndolo a un estado de necesidad vincular. El ser humano necesita sociabilizar, así a través de los ritos es que deviene la cultura.

Si consideramos que la cultura es algo innegable de la humanidad, afirmamos que ésta es natural para la misma.

Las relaciones entre naturaleza y cultura son ambiguas y constitutivas para la humanidad. "Merleau-

Ponty describe que es imposible "[...] *superponer en el hombre una primera capa de comportamientos que se denominarían "naturales" y un mundo cultural o espiritual fabricado. Todo está fabricado y todo es natural en el hombre {...}, en el sentido de que no hay una palabra, ni una conducta que no deba cualquier cosa al ser simplemente biológico, y que al mismo tiempo no se sustraiga a la simplicidad de la vida animal, no desvíe de su sentido a las conductas vitales, por una suerte de escape y por un genio de lo equívoco que podrían servir para definir al hombre [...]*".

Desde la mirada bioenergética, se considera éste el motivo que estructura el carácter de las personas, su necesidad del vínculo y reacción ante éste. Es lo que Lowen describe como naturaleza secundaria, cuando el hombre desarrolla sus defensas. En una naturaleza primaria estarían las necesidades vitales, relacionadas al si mismo. A través de la búsqueda de la satisfacción de estas necesidades es que las personas vamos desarrollando lo que sería nuestra "máscara", lo que nos defiende de las frustraciones y del miedo a no encontrar satisfacernos. Es en los primeros años de vida, en donde nos encontramos más indefensos y donde dependemos de nuestros padres como fuente de alimentación y nutrición de nuestro cuerpo, alma, mente y espíritu.

Esto nos ayuda a pensar que la orientación sexual de una persona es algo que se constituye desde lo cultural y desde la vivencia particular de cada individuo. Las relaciones entre nosotros, las historias de cada uno, familiares, experiencias de nuestros antecesores y de nosotros mismos nos conforman, nos nutren, nos influyen y nos determinan.

- ***Orientación sexual***

La orientación sexual resultaría de la compleja interacción de varios tipos de factores: medio-ambientales, psico-cognitivos y biológicos. En la mayor parte de las personas queda configurada en su temprana edad. Es importante comprender y admitir que, al menos hasta donde hoy se conoce, hay muchas razones para explicar la orientación sexual de una persona y que estas razones serían diferentes para cada individuo.

La Asociación Psicológica Americana (APA) define por orientación sexual:

"atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia hombres, mujeres o ambos sexos. Existe a lo largo del continuo que va desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva e incluye diversas formas de bisexualidad. Comúnmente se discute si la orientación sexual es solamente una característica de un individuo, como su sexo biológico, su identidad de género o edad.

Esta perspectiva podría ser incompleta ya que la orientación se define en términos de relación con otros.

Además, hay pruebas importantes recientes que sugieren que la biología, incluidos los factores hormonales genéticos o innatos, desempeñan un papel importante en la sexualidad de una persona. "

Los seres humanos no pueden elegir entre la homosexualidad, bisexualidad o la heterosexualidad. En la mayoría de las personas, la orientación sexual irrumpe en la temprana adolescencia sin que haya ninguna experiencia sexual previa. Aun cuando podamos elegir actuar o no de acuerdo a lo que sentimos, consideramos insostenible que la orientación sexual es una opción deliberada que puede modificarse voluntariamente.

Nos ayuda a pensar esta cuestión preguntarnos: ¿Recordás cuando elegiste sentir atracción sexual por una persona de tu mismo sexo o del sexo opuesto?

Por otro lado existe la identidad de género, que no creemos que sea causa o consecuencia de una orientación homosexual, sino una cuestión paralela.

Por lo tanto, la orientación sexual se distingue de otros aspectos de la sexualidad:

- al sexo biológico (es decir, el hecho de ser hombre o ser mujer)
- a la identidad de género (es decir, a la conciencia de ser varón o mujer)
- al rol social de género (es decir, a la aceptación y cumplimiento de las normas culturales para la conducta femenina y masculina).
- a la conducta sexual (las personas podrían, o no, expresar su orientación sexual en sus conductas).

- *Polaridad femenino/masculino - masculino/femenino*

Para tratar el tema de la sexualidad es inevitable pensar en la polaridad masculino/femenino. Nos encontramos con una barrera enorme: **el lenguaje**. La identidad de las personas se está expandiendo por encima de las posibilidades de explicarlas.

En la actualidad, la definición de un género no abarca todas las diversidades existentes, así como las posibilidades de explicar lo que implica una pareja y lo que concebimos por amor sexual. Estamos en un momento donde las sexualidades y los géneros son indefinibles, van desde dos polaridades extremas con todas sus posibilidades intermedias: masculino-femenino, homosexualidad-heterosexualidad.

Creemos que las palabras y el lenguaje nos están mostrando la gran problemática social a la hora de

expresar estos temas: la falta de aceptación y la ignorancia de las sexualidades diversas. Sentimos que el lenguaje y estas polaridades binarias bien arraigadas a la cultura, promueven significaciones dentro de su propia lógica y no alcanzan para expresar sensaciones, emociones y sentimientos que vive nuestra sociedad posmoderna.

Lowen escribe en su libro *“Amor y Orgasmo”*, *“[...] en otros términos, la homosexualidad es también un intento inconsciente de establecer una relación heterosexual. Theodor Reik hizo un comentario al respecto que creo que es válida, que en una relación homosexual una parte de la pareja inconscientemente imagina que el otro es del otro sexo, aunque conscientemente tenga claro el hecho de que no lo es. En la relación homosexual un integrante de la pareja desempeña el papel del sexo opuesto, aunque esta distribución de papeles se pueda invertir más tarde [...]”* (pág. 114)

Nos vemos con la dificultad de darle forma a una idea que lo que está necesitando es que la desarmemos, que le quitemos la estructura que la está sosteniendo. No hay conductas femeninas y masculinas adecuadas o formas de fusionarse correctamente biológicas o correctamente espirituales. Citando a Pablo Esteban Rodríguez en el prólogo del libro de Simondon en *“La individuación”*, *“[...] la ética está relacionada con la afectividad y la emoción, es decir, no depende de prescripciones universales válidas para cualquier sujeto, pues ese sujeto, en esa instancia, no puede imponerse una “regla de conducta que lo caracterizaría en su singularidad, dado que nunca es el mismo sujeto. Los valores trascienden las normas que pueden ser válidas en un espacio y tiempo dados, pero trascendencia no equivale a eternidad, sino más bien a la posibilidad de continuar el devenir, de dejar abierta la acción a lo inesperado sin tratar de reducirla a lo esperable.[...]”*

Creemos que tenemos que abrir los términos de masculino femenino en el sentido separador, continuar en este tipo de terminología es romper el devenir constante tan propio de los humanos. Quizás nos sirvan para explorar nuevas maneras de pensarnos.

“[...] Pensar es estar atento al devenir, para el cual no hay imagen. El pensamiento debe ser fiel a ese devenir y captar el movimiento no de modo objetivo, para decir la verdad de lo que ocurre, sino como simple participación en lo que el mundo es, y no en lo que necesitamos que sea. [...]”

Podríamos estar más atentos al sentir de las personas y detenernos menos en intentar adaptar los comportamientos a lo que entendemos bajo “sentido común”. Si las personas llegamos a esto es porque el devenir nos trajo hasta acá, y así como dice Simondon:

"[...] Una Verdadera ética sería aquella que tuviera en cuenta la vida corriente sin entregarse a la corriente de esta vida, que supiera definir a través de las normas un sentido que las supere {...} Haría falta que los valores no estén por encima de las normas sino a través de ellas, como la resonancia interna de la red que forman y su poder amplificador. [...]" (La individuación, prólogo E. Rodriguez, pág. 15)

El miedo a "desbordar", ese querer controlar y entender bajo formas establecidas que nos dejan dentro de las líneas de lo conocido, es lo que nos impide aceptar, entregar y confiar. ¿Por qué siempre tenemos que conocer? ¿Qué es lo que nos genera tanto miedo a lo desconocido? ¿Qué es lo que tenemos que controlar? Creemos que tenemos que sentir y acompañar a nuestros pacientes a lo desconocido, también desconocido por nosotros mismos.

El ser humano necesita de formas y parámetros para sentirse seguro, definirse. ¿Es necesario definirse, no se trata de sentirse, ser uno mismo?

La búsqueda de abrirse al vínculo desde el corazón entregándose al amor sexual, no difiere ni en la identidad de género ni en el objeto de deseo. El encuentro con el otro nos abre la posibilidad de explorarnos, de completarnos como seres vinculares. Para eso no es necesaria la separación en cuanto a elección, porque en el fondo es lo mismo y en el momento de una elección hay una exclusión y si hablamos de amor hablamos de inclusión.

La búsqueda del placer, apertura y amor ¿Cómo sostenerla si intentamos darle una forma y separarla? en ese momento también nos separamos interiormente dividiendo el cuerpo, dejando afuera lo que nos completa, sin poder sostener el placer y no pudiendo incluir el sentimiento desde el corazón abierto al amor. Alexander Lowen en "Amor y Orgasmo":

"[...] El sentimiento de que el corazón "se abre" hacia el amor es una verdad en el cuerpo. Puede que relacionar el amor con el corazón no se ajuste a la visión científica. Pero, entonces, la ciencia no está interesada en los sentimientos, sino sólo en los mecanismos. Cuando una persona habla del amor sin ninguna sensación corporal de esta emoción, está hablando de una imagen, no de un sentimiento. [...]" (pág., 406)

• *Tratamiento*

Creemos que en casos de sexualidades indefinidas, géneros nómades o no convencionales, los pacientes están en una búsqueda de identidad sexual, que implica también la identidad como individuo. Muchas veces las personas presentan dificultades para generar vínculos profundos, debido a no sentir su sexualidad como propia. Es un buen acompañamiento el del terapeuta, enseñar desde el trabajo con el cuerpo, que existe el vínculo desde el amor sin necesidad que sea un amor sexual, que todos nos

merecemos y necesitamos cuidado, compañía y contención.

Éste vínculo le va a ayudar al paciente a confiar en el terapeuta y en él mismo para entregarse al proceso de crecimiento e integración.

Desde la bioenergética, el trabajo con la respiración brinda un abrir emocional del cuerpo. Profundizar la respiración, aumentar las sensaciones pélvicas y sentir las piernas que nos sostienen, aumenta los sentimientos sexuales y la sensación de uno mismo.

Esto ayuda a la persona a tener una mayor conciencia de su deseo y reconocer las emociones alojadas en el cuerpo.

En el proceso de la terapia podemos acompañar al paciente a que pueda aceptar su orientación sexual, su cuerpo biológico (si es que la persona siente que éste le pertenece) , soltando la mirada excluyente y discriminatoria del otro.

Solo a través de que encuentre su objeto natural y experimente con él una satisfacción real, es que la persona va a ir contactando el sentir de su sexualidad plena integrada al amor.

Esta integración de corazón y genitales se trabaja (entre otros ejercicios) con el stud, en donde se tocan todos los posibles bloqueos que provocan la escisión.

Trabajar a través de los ejercicios los comportamientos activos y pasivos del paciente va a aumentar su capacidad de autoexpresión. Contactar con la agresividad, la potencia y la gracia, la sensibilidad, la necesidad de contacto, de amor y la capacidad de brindarlo.

La autoexpresión solo puede lograrse a través de la ferviente sensación de estar en el propio cuerpo. Y son los sentimientos del cuerpo, los que nos fortalecen para poder sostener el placer sin culpabilidad.

Para todas las personas, indistintamente del sexo u orientación sexual, el tratamiento es el de abrir el corazón, poder confiar en uno, en la vida y entregarse al amor.

- *Conclusión*

La homosexualidad es algo social y cultural. Y si es parte de la cultura, es parte del ser humano y de su naturaleza. Es imposible separar lo biológico y natural de lo amoroso, de lo sexual, de lo espiritual, del alma y del sentir.

Si lo pensamos desde su aspecto biológico, la conformación anatómica del hombre y la mujer fueron concebidas para procrear. Pero, ¿Todas las relaciones de amor deben tener el fin de la procreación? o ¿No es amor otras formas de concepción? acaso ¿No hay parejas heterosexuales que no pueden concebir y acuden a tratamientos que asisten estas dificultades? y eso ¿deja de ser amor? Acaso la conciencia ¿no hace que podamos diferenciar el placer del amor sexual de la procreación como única finalidad de la sexualidad?

Los seres humanos somos seres sexuales. A través y a lo largo de nuestra vida está intrínseca la sexualidad, nos atraviesa y nos define.

Nuestro trabajo de investigación es una primera aproximación a este tema ya que es un universo de variables y de formas, en nuestras conversaciones sobre el tema se abrieron muchas temáticas que no fueron abordadas con profundidad. Dejamos la tesina abierta, las dos con mucho énfasis para seguir profundizando sobre todo lo que nos tocó personalmente y poder llevarlo como experiencia en nuestra vida y como futuras terapeutas.

- *Nuestro proceso*

Paula

Comencé esta investigación con muchas preguntas, viendo la homosexualidad siempre desde afuera, desde una orientación heterosexual. No me parece seguir separando en términos de heterosexualidad y homosexualidad, ya que a través de toda la tesina fui abriendo muchas formas de vernos sexualmente, comencé a hacerme otras preguntas como ¿cuándo supuestamente elegí ser heterosexual? a partir de esa pregunta también me conteste a mí misma, nunca lo elegí, y empecé a ver que había un montón de factores, desde historia, vínculos, acontecimientos, sensaciones, fijaciones, deseos y sobretodo sensaciones corporales que me hacían orientarme a una sexualidad del otro sexo. También siempre aborde la tesis con la sensación que no descarto encuentros con mi mismo sexo ya que es una forma de incluir desde el amor un montón de experiencias y vivencias. Compartir esta tesis con Agustina me hizo dar cuenta que no tenemos diferencias en cuanto al vínculo amoroso, coincidíamos en

experiencias, vivencias y cosas que nos pasaban, a partir de ahí me di cuenta que el fin era el mismo y que las etiquetas de homosexualidad o heterosexualidad me parecían absurdas, esto que hablamos en la tesis de separar, definirse, confirmo que lo importante es aceptarse y aceptar al otro, que amar es incluir, que elegir a quien amar es imposible, que las diversas formas de vincularse sexualmente nos enriquecen en explorarnos, en amarnos a nosotros mismos. El trabajo con la bioenergética a través de estos años me llevo a esto, a poder entregarme a mí misma y a un vínculo de amor, a poder sentir sin miedo, a sentir placer y disfrutarlo sin boicotarlo. Quiero agradecer a Agustina por abrirse y brindarme un montón de información y vivencias que no transité, que todo este trabajo siempre fue desde el corazón para poder vernos internamente, aunque a veces sentí mucha frustración por no poder poner en palabras todo lo que me estaba dando cuenta. También un agradecimiento a Alejandra una guía con amor que su forma de explorar la sexualidad me abrió la mirada, las sensaciones y el camino para experimentar mi sexualidad más plenamente. Y a quien comparte mi sexualidad gracias por explorar juntos y mostrarme un océano para entregarme al amor.

Agustina

El proceso de investigación me resultó muy movilizante. Fue muy enriquecedor el trabajo compartido. Ambas tenemos orientaciones sexuales distintas y fue algo maravilloso, porque juntas contábamos con una amplia gama de sentimientos y pensamientos. Paula me deleitaba con su gran apertura para sentir la sexualidad, encontrándome por momentos desorientada y limitada a comprender. Me resultaba difícil, desde mi orientación homosexual, adentrarme en este tema y encontrarme con puntos de vista que sentía que negaban algo, para mí tan natural, como es sentir amor por una persona. Me enoje mucho, muchas veces, me desilusione, me puse en cuestionamiento. Me encontré también con mi agresividad y me abrió las puertas a conectar con mi potencia. Desde esta agresividad positiva para satisfacer mis necesidades más blanditas, me vi distinta en mi actitud ante el amor y en el encuentro con el otro. Y siempre fue mi corazón y mi cuerpo los que me recordaban una vez más todo lo que siento. Solo bastaba pararme frente a quien amo y todos mis enriedos perdían fuerza y daban lugar a mis sentimientos y a mis ganas de disfrutar de mí misma y del amor. Esto me demostró que no hay nada más valioso que sentirse y que las respuestas (si es que aparecen las preguntas) no están en ningún otro lugar más que en uno mismo. Entender que cada uno es único y que hay tantas sexualidades como personas me alivió. Porque en el fondo entendí que todos estos enojos o frustraciones que sentía no estaban solo en lo que leía, sino también en mí y en mi incapacidad de aceptarme y aceptar a los demás. Comprender la sexualidad desde la inclusión y la aceptación es un regalo que me dio este proceso. Gracias Pau por la compañía, gracias Mar por el amor.

- *Bibliografía*

- LOWEN, Alexander. "Amor y Orgasmo". Barcelona, Editorial Kairós 1998.
- LOWEN, Alexander. "Miedo a la Vida". Barcelona, Editorial Papel de Liar 1980
- FOUCAULT, Michel. "Historia de la Sexualidad 1: La voluntad del saber". Buenos Aires, Siglo Veintiuno Editores 1976.
- ZELCER, Beatriz (compilado por). "Diversidad Sexual". Buenos Aires, Lugar Editorial 2010.
- REICH, Wilhelm. "La Revolución Sexual". España, Editorial Planeta – Agostini 1945.
- SIMONDON, Gilbert, "La individuación a la luz de las nociones de forma y de información". Buenos Aires, Editorial Cactus y La Cebra 1989.
- GREENE, Liz. "Relaciones Humanas". Barcelona, Editorial Urano 1986.
- GARRIGA, Joan. "El buen amor en la pareja". Barcelona, Editorial Destino S.A. 2013.

- *Páginas web*

- www.apa.org
- www.cha.org.ar
- <http://es.wikipedia.org>