|  |
| --- |
| **El miedo es el motor de la sexualidad de hoy"** |
|  |
| |  |  | | --- | --- | | http://diario.elmercurio.com/images/mer30/punto.gif | http://diario.elmercurio.com/images/pixel.gif | | [http://diario.elmercurio.com/images/mer30/mas-imagenes-ya1.gif](javascript:return%20false;) |   Pelearon por conseguir mayor libertad sexual, pero hoy las mujeres enfrentan la sexualidad como un deber. Sobreexigidas, sienten el sexo como una demanda más; insegurizadas por el discurso ambiente, se autoimponen cumplir con estereotipos que no las representan; perfeccionistas, se centran más en el rendimiento que en las emociones, y si no logran cumplir con todas las expectativas internas y externas, se angustian.   http://diario.elmercurio.com/images/mer30/punto.gif  Por Daniela Mohor W. Catherine Blanc es sin lugar a dudas una de las sexólogas más mediáticas de Francia. Aparece en programas de televisión entregando nuevas luces sobre las complejidades de la sexualidad humana, tiene una columna fija en la revista Psychologies y es regularmente entrevistada en otras publicaciones de gran lectoría.   Por eso, puede parecer sorprendente que sea la autora, entre otros, de un libro titulado: "La sexualité des femmes n´est pas celle des magazines" (La sexualidad femenina no es la de las revistas).  Pero en realidad, tiene sentido. Porque lo que emprende ella es casi una cruzada para revertir la imagen errónea que, a su juicio, se transmite del sexo en la sociedad de hoy.   -La sexualidad está mal reflejada en los medios en general. Cuando digo medios, hablo de todos los soportes: la publicidad, las películas, el discurso de la gente, las revistas e incluso la educación que se da en este tema. Se convierte la sexualidad en algo que asusta, que es deber o rendimiento. Cuando en realidad la sexualidad es antes que nada un asunto de emoción. Habla de la construcción de la intimidad de cada uno, es decir de su capacidad de manejarse consigo mismo y con el otro. -explica por teléfono esta psicoanalista, especializada en estudios biológicos, psicológicos y sociales de la sexualidad humana.  En su consulta de París, Catherine Blanc recibe a mujeres, hombres y parejas con dificultades sexuales. Y lo que ha visto en los últimos años la preocupa.  -De lo que fue la reivindicación de una libertad maravillosa de la mujer de poder ser libre en su sexualidad y de ejercerla no sólo para reproducirse o para cumplir con su deber conyugal, pasamos a un deber de perfección. Las mujeres deben ser madres perfectas, profesionales perfectas, dueñas de casa perfectas y también amantes perfectas. Yo me pregunto ¿cómo puede una ser perfecta en permanencia y en todos los ámbitos? Por qué ejercemos tanta violencia contra nosotras, autoimponiéndonos saber hacerlo todo en todas las áreas de la vida. De la libertad pasamos al deber, y ésa es la mejor manera de no encontrar una sexualidad plena.   Mujeres rivales   En su consulta, Catherine Blanc se enfrenta a mujeres que reconocen acongojadas no tener placer. Y a otras que confiesan librarse a prácticas sexuales que no les gustan por temor a parecer "gansas" o "trancadas".  -Hablan de todo eso como si tuvieran una enfermedad vergonzosa, cuando en realidad es parte de la vida de cada una. La sexualidad es algo progresivo: Uno aprende a crecer, madura, aprende a confiar en sí misma y en el otro. Sólo en esas condiciones se puede descubrir el goce sexual -dice.  El problema, explica la experta, es que hoy las mujeres se han puesto competitivas en su sexualidad. Les preocupa "rendir para darle placer al otro, para ser mejor amante que las demás", y al estar pendiente de esa rivalidad, se olvidan de ellas mismas.   -(Esta presión) se la imponen ellas mismas, pero también los hombres y los medios, como las revistas femeninas, que cuando llega el verano publican artículos que dan la idea de que si uno no despierta su instinto animal o su sensualidad, entonces su pareja está en riesgo, porque hay afuera muchas otras mujeres capaces de hacerlo. La sexualidad de hoy es una sexualidad cuyo motor de base es el miedo: el miedo a no ser como el resto, cuando en realidad nadie sabe cómo es el resto. Todas somos diferentes, todas tenemos altos y bajos, porque nuestra vida no consiste en estar siempre dispuestas y disponibles para la sexualidad. Hay momentos en que tenemos preocupaciones, en que tenemos penas, en que somos demasiado jóvenes, en que tenemos miedo a envejecer, o en que estamos dedicadas a la maternidad y no estamos, por lo tanto, 24 horas al día escuchando nuestro cuerpo.  A diferencia de lo que cree mucha gente, Catherine Blanc piensa que la cantidad de mujeres con dificultades sexuales no ha disminuido. El discurso, insiste, no da cuenta de la realidad. Y eso lleva a muchas mujeres a asustarse y angustiarse si no viven la intimidad de la manera en que otras mujeres dicen vivirla.  -Lo maravilloso es que hoy se habla de la sexualidad. El problema es que eso sirve sólo si podemos hacernos y hacer preguntas al respecto. Pero hoy se habla triunfalmente de la sexualidad, sin que se hayan conseguido todos esos triunfos. Y eso asusta -dice la psicoanalista-. Agrega: "El camino que siguen las mujeres de hoy, el que seguirán las de mañana y el que siguieron las de ayer, cambia en la forma, pero la problemática del encuentro con la sexualidad, de la transición obligada desde el pudor, el miedo, el temor, el descubrimiento, la incomprensión y luego la comprensión, la falta de confianza y luego la confianza, siempre ha existido y existirá".  -¿Cómo debe darse ese encuentro con la sexualidad?   -No hay un camino automático. Todas no tenemos los mismos padres, no hemos vivido las mismas dificultades, no tenemos a la base el mismo bagaje ni la misma lectura de los retos de una relación de pareja, porque vimos modelos distintos en nuestros padres o en los adultos que nos rodearon. Tampoco conocemos a las mismas personas. A algunas mujeres las atrae más bien el "bad boy", a otras los hombres ultrarrespetuosos que ni las tocan. Es una mezcla de muchas cosas y avanzamos con un paso incierto. La única clave está en decir "pare" cuando sentimos que lo que ocurre no se parece a nosotras. Hay que saber postergar un encuentro, un beso, un acto amoroso que no nos representa. Y no es fácil, porque con el afán de no ser distinta al resto, de gustarle al hombre que una quiere seducir, de no parecer gansa, muchas veces se dice que sí a cosas para las cuales en nuestra mente aún no estamos preparadas.   Para ejemplificar lo complejo del encuentro con la sexualidad -no sólo el primero en la vida, sino que cada ocasión en que se da una primera vez, ya sea porque se empieza una nueva relación o porque se vive una nueva situación en la relación de pareja-, Catherine Blanc usa la imagen de un trampolín y una piscina.   Cuando uno está a cinco metros sobre el agua, sabe que técnicamente no corre ningún riesgo, que puede lanzarse al agua, que ésta no es un muro, que no se hará daño y que aunque salte mal, quizás no demostrará tener un estilo atlético, pero no corre un riesgo grave. Sin embargo, la aprensión persiste. En ese contexto, al igual que en un "primer" encuentro sexual, lo importante es saber por qué se va a lanzar al agua. También es importante no quedarse en el temor.   -Hay que encontrar un punto medio, tener claridad sobre las motivaciones de uno y no forzarse a cosas que uno no quiere. Pero también hay que tener el valor de probar cosas para poder constatar que no hay peligro ahí, aceptando que no todo sale siempre perfecto".   La ambivalencia de la sexualidad femenina   Una de las principales dificultades que enfrentan las mujeres, según Catherine Blanc, es combinar su identidad de esposa y madre con la de amante. Cuenta que, generalmente, las mujeres que son infieles viven una sexualidad muy distinta con sus amantes a la que viven en su matrimonio.  -Ellas se despiertan todos los días con su marido al lado, entonces les cuesta mostrarles una imagen desconocida de ellas mismas, prefieren mantenerse fiel a la imagen que mantienen en su relación cotidiana. Con el amante en cambio, como están en un espacio prohibido y reducido, en el que no hay tiempo para hablar mucho ni para compartir cosas cotidianas, se atreven más. No es fácil ser una amante libre que se atreve a la falta de pudor cuando se es la madre que lleva los niños al colegio.  -¿Cómo se resuelve ese conflicto dentro de la pareja?  -Hay que entender que en nuestra vida regularmente surgen cosas inoportunas. Las parejas jóvenes tienen la preocupación de fundar un hogar y de mostrar que tienen una relación sólida. Lo hacen no sólo porque lo quieren, sino también porque buscan cumplir con las expectativas de la sociedad. Dentro de eso es difícil ubicar la sexualidad y para la mujer saber cómo manejar esta doble imagen. También tiene que ver con que hay mujeres que sobreactúan su capacidad sexual en un principio y luego se sienten en dificultad cuando en la pieza de al lado tienen un niño durmiendo. Hacer el amor requiere perder la cabeza. Cuando se hace el amor, el área del cerebro que maneja la razón deja de activarse y otras zonas se activan. Abandonarse a la sexualidad y gozar requiere que uno no piense en nada más. Apenas surge el pensamiento "estoy haciendo demasiado ruido" o "cómo me veré en este momento", uno sale de lo que es el sentir para entrar nuevamente en el área de la razón. Cuando uno tiene cierta dificultad en confiar en el otro o si está concentrada en su rol de madre es lógico que eso pase. No hay que culparse por sentirse un poco desestabilizada en la sexualidad. Hay que saber darse tiempo, tomar conciencia de lo tierno que es lo que está ocurriendo y aceptar que la sexualidad en esa etapa toma un camino más tranquilo, sabiendo que volverá a ser más activa con la condición de que uno no se deje estar.   Otra dificultad que la psicoanalista ha visto en las parejas tiene que ver con la tendencia a querer poseer al otro y pensar que lo conocen de memoria.  -Cuando uno está en pareja tiene esa tendencia extraña de querer que el otro le pertenezca. Pero el otro tiene que seguir siendo otro para que lo echemos de menos, lo valoricemos, lo imaginemos, lo pensemos. Todo eso alimenta la sexualidad. Tiene que haber una distancia respetuosa, aunque se trabaje en el mismo proyecto: la familia.   La experta dice no creer que despertar el deseo mutuo requiera grandes puestas en escena ("no es porque uno propone darse un baño de tina juntos que va a revitalizar el erotismo de la pareja", dice). Insiste en que lo importante es que cada uno, desde su dimensión más misteriosa, deje aparecer nuevas maneras de acercarse al otro.  -Eso no se logra cambiando de ropa. Es algo que tiene que corresponder a la realidad de lo que se siente en ese momento.   Deseo e invasión   Además de "La sexualité des femmes n'est pas celle des magazines", Catherine Blanc ha escrito dos libros más. Uno de ellos se llama "Sexualidad femenina: el deseo". Por su formación, Catherine Blanc tiene una visión muy psicoanalítica del asunto.  -Hay que dejar de pensar que el deseo es sólo deseo sexual. Desde la infancia, el deseo toma distintas formas, entre ellas el sexual. Y hay momentos en que el deseo sexual es demasiado costoso, demasiado impúdico, es percibido por nuestro insconsciente como peligroso, como lo que el otro espera de uno, como el deber que tengo que cumplir o como una traición a la educación que recibí. El deseo padece muchas cosas: nuestro juicio, nuestra moral, nuestros miedos, nuestras angustias, nuestra defensa, nuestra agresividad.   Catherine Blanc asegura que todas las personas -salvo las que tienen depresión- están animadas por el deseo. Pero ocurre que en algunas oportunidades, por razones diversas, no son capaces de manifestar ese deseo. En muchas ocasiones eso se da por un mecanismo de protección.   -Puede ser también una expresión de agresividad -no de maldad- hacia al otro, como manera de resistir a sus demandas y de recuperar el poder. En ese caso, es la expresión de una omnipotencia, una manera de decir "yo soy el árbitro de lo que está en juego en mi sexualidad y no dejo que el deseo del otro sea lo que lo determina".   La biología de la sexualidad, explica la especialista, también tiene que ver. El hombre, dice, hace el amor no sólo porque siente deseo. Cuando está angustiado, estresado, enojado o tenso, hacer el amor le permite descargar esas sensaciones. Para la mujer, en cambio, tener relaciones sexuales es aceptar que entren en ella.  -Aunque le hagan el amor con todo el amor del mundo, para ella es una nueva agresión, una vez más se entra en ella como la vida que le pide que haga esto, esto y esto otro. Entonces, hay veces en que cierra la puerta. No tener deseo es una manera de decir: "primero tengo que repararme". Las mujeres no tienen menos deseo que los hombres; salvo que para desear, la mujer tiene que tener el sentimiento de que está llena de cosas que dar y abierta para recibir. Cuando estuvo todo el día con los niños, enfrentando el estrés de la vida, etc., muchas veces está sobrecargada y siente que haciéndole el amor la van a invadir más aún.   Por eso, explica Catherine Blanc, ellas deben aprender a decir que no. Pero también deben reflexionar sobre las razones que la llevan a dejarse invadir de esa manera por la vida en general.  -Hay que preguntarse si no es posible jerarquizar y decir que no a otras cosas para estar más disponible para la sexualidad. Muchas veces nos dejamos pasar a llevar por unos y otros al querer ser madre perfecta, profesional perfecta, amiga perfecta. De tanto querer ser perfecta, la sexualidad se resiente. Hay que saber ser un poco imperfecta, dejar de ser esa guerrera victoriosa que puede con todo, porque ese sistema de omnipotencia daña mucho el lado más animal y espontáneo, la frescura y paz interior que requiere la sexualidad.  **Hoy las mujeres se han puesto competitivas en su sexualidad. Les preocupa "rendir para darle placer al otro, para ser mejor amante que las demás", y al estar pendientes de esa rivalidad, se olvidan de ellas.**    Por Daniela Mohor W.. |