



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

---

FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

## “EL EROTISMO Y LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES MAYORES: ASIGNATURAS PENDIENTES”

T E S I S

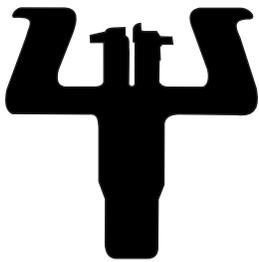
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

P R E S E N T A :

**LIC. SELMA EUGENIA IRENE  
GONZÁLEZ SERRATOS**

DIRECTORA DE TESIS:  
DRA. CARMEN MERINO GAMIÑO

COMITÉ DE TESIS:  
DRA. TERESA GUERRA TEJADA  
DRA. FÁTIMA FLORES PALACIOS  
DRA. NORMA PATRICIA CORRES AYALA  
MTRA. PATRICIA PAZ DE BUEN RODRÍGUEZ



**Facultad  
de Psicología**

MÉXICO, D.F.,

OCTUBRE 2011.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## *Dedicatorias y Agradecimientos:*

*A mis 71 años tengo mucho y a muchas personas que agradecer, así que van mis dedicatorias.*

*A la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Facultad de Psicología, que me han dado todos los amores más importantes en mi vida, como son las personas, el conocimiento, la docencia, el encuentro con los caminos hacia el mundo, y con mi mismidad como mujer universitaria.*

*Pues como no te voy a querer!!!!*

*A mi cuerpo, que ha sido mi gran acompañante, mi casa cálida y fuerte, donde he encontrado un lugar de estar, moverme, descansar.*

*Que he vivido sus transformaciones con gran sorpresa, admiración y sobretodo, mucho respeto.*

*Me ha dado el regalo de disfrutar mis cinco sentidos que me han permitido gozar de la sensualidad de la vida, con todos su sabores, tactos, aromas, escuchas, y miradas, directas, emocionadas, de los*

*sonidos y los alrededores del mundo, sus paisajes y sus caminos iluminados, amorosos, bellos, generosos.*

*Que me ha permitido fantasear, soñar, pensar, llevar a la realidad y al hecho, lo imaginado, lo deseado.*

*Que me ha dado el deseo, y el gozo del placer del eros sexual.*

*A mis ojitos, al derecho, que aún me acompaña y me da la luz para poder leer y escribir y al izquierdo que me permitió ver y tridimensionar el mundo hasta marzo de este año, espero ayudarte para que me vuelvas a acompañar.*

*A mi diabetes, que me ha enseñado a cuidarme y a escuchar mi cuerpo con más atención, atendiendo a sus necesidades para vivir saludablemente.*

*A mi Mamá y a mi Papá:*

*Francisca Serratos y Jenaro González Reyna*

*Ella, la niña de campo, provinciana con muchas historias de vida. Sencilla y compleja, bella e inteligente, observadora y con fuerza en sus decisiones, sobreviviente de una guerra de Revolución, la de México, que le dejó miedos y fortalezas para sobrevivir, pero que por ello mismo, tuvo el calor afectuoso y la protección amorosa de su hermano - padre y su cuñada - madre, quienes le enseñaron*

*saberes para enfrentar la vida con coraje, sabiduría, inquietud, curiosidad, búsqueda y lucha, fuerza para la creatividad y el trabajo, encuentros y desencuentros que me los transmitió a pesar de todo y que me dieron ejemplos a seguir, para yo enfrentar con espíritu de fortaleza, el mundo, la vida y todo lo que ésta me ha deparado para ser mejor ser humano.*

*Fue maestra, madre, trabajadora incansable, emprendedora, llena de proyectos llevados a la vida real, que aquí y ahora siguen reflejando luz, camino y energía en mi vida para, seguir con mis planes y proyectos.*

*Gracias Ma.*

*Él, el niño que sufrió hambres y penurias, que afrontó y asumió, siendo tan niño, las responsabilidades de cuidar a sus hermanitas menores y ver por su madre, mujer inteligente, bella, amorosa y prematuramente viuda de un hombre, también inteligente y pionero en aquel México de la Revolución; para buscar bajo la tierra sus tesoros del oro, que enriquecía injustamente al extranjero y que al abuelo le costó la vida.*

*Él, mi padre que enfrentó solo la vida, con miedos, con valor para sobrevivir y hacerse cargo de su propia vida, siempre con el espíritu inquieto lleno de curiosidad inteligente, encaminado a la superación*

*y a mejorar sus circunstancias, que eran tan adversas y aún así, siempre las superó, las modificó, las transformó amorosamente por su Patria, por su familia, por sí mismo, con honestidad, esfuerzo laborioso, inteligencia, superación y persistencia generosa para formar y dar a otros mucho de sus saberes y conocimientos, aunque cayera en la rigidez que lo salvó de muchas tropiezos, soledades, miedos y tristezas. Tanto y tanto me dejaste en ser honesta, comprometida en ese espíritu de superación y curiosidad humanísticas, de aventura y arrojo, para ser una viajera como tú, una pionera en mi quehacer profesional y personal, como tú.*

*Gracias Pa.*

*A mis hermanas:*

*Ruth y Griselda González Serratos*

*Ruth hermana:*

*Gracias por dar y compartir y siempre estar allí, para escuchar.*

*Griselda:*

*Con admiración y respeto por tu valiente lucha frente a lo que la vida te ha deparado y que lo has llevado con dignidad y fuerza para sobrevivir y ser mejor ser humano.*

*Eres un ejemplo querida hermana, gracias.*

*A mis hermanos:*

*Genaro, Hugo y Uriel González Serratos.*

*Genaro:*

*Por tu sensibilidad incomprensida pero, que en algún momento de mi vida fuiste un ejemplo para mi.*

*Hugo:*

*Verdadero ejemplo de persistencia por encontrar el conocimiento.*

*Lástima que te fuiste sin creer en mi y enojado conmigo, lo siento tanto.*

*Uriel:*

*Por tu lucha para ser tu mismo, y con tu buen sentido del humor, descubrimiento muy grato para mi.*

*A mis hijos:*

*Doménico y Renato Cappello González*

*Las personas más importantes en mi vida por lo que han significado para yo tener energía y transformar mis caminos y mis circunstancias de vida desde el amor.*

*Dome:*

*Gracias por tu sensibilidad, tu inteligencia, tu integridad, tu apoyo, y compañía, tu guía y orientación en cosas que yo no se y sin tu*

*ayuda, no podría seguir con algunas de las actividades que me he propuesto.*

*Renato:*

*Gracias por tu amor a la ciencia, tu persistencia en indagar sobre la vida, en sus más pequeñas construcciones biológicas, que te ha dado saberes que no muchas personas poseen. Gracias por tu bondad, dedicación, amor a tus hijas y a tu familia. También por enseñarme a reconocer mi labor profesional, apoyando y fomentando mi trabajo.*

*A Guadalupe Estrada:*

*Más que nuera eres hija. Por tu amor a tus hijas, tu inteligencia, inquietud científica y empuje para cumplir con tus metas y propósitos.*

*Eres un ejemplo.*

*A mis nietas:*

*Isabella y Giannina Cappello Estrada.*

*Mis pequeñas grandes maestras, ¡tan inteligentes y hermosas!*

*Por ser una de las experiencias más amorosas, extraordinarias y grandes que la vida me regala día con día.*

*Gracias*

*A José María Casas:*

*Compañero de vida, de aventuras amorosas, de conversaciones largas y mucho reírnos de todo en la vida. Gracias por compartir y cuando has estado, has estado y cuando no, lo he sufrido, pero gracias por la oportunidad de transformar mi vida ante esas circunstancias.*

*Te quiero mucho.*

*A mis queridísimas compañeras y antes que nada amigas entrañables, amorosas:*

*Isa Martínez, Ena Niño y Paty Bedolla:*

*Por compartir este "dolor de parto" intelectual al escribir nuestras tesis de maestría, pero más que eso, por ser compañeras de trabajo y cómplices de toda una vida profesional en el Programa de Sexualidad Humana en nuestra querida Facultad de Psicología de la amorosísima U. N. A. M.*

*Ofe Reyes:*

*Con cariño por ser también cómplice en el trabajo y compartir uno que otro viaje de aventuras extraordinarias.*

*Gracias queridas amigas - compañeras.*

*A mis maestras - amigas:*

*Dra. Carmen Merino:*

*Gracias por tu optimismo y alegría, tus sencillas explicaciones y comentarios, llenos de profundidad y sabiduría. Tan respetuosa, tan entusiasta de mi proyecto que me has dirigido con tus valiosos saberes y sabidurías, que cuando me desanimaba, con tu confianza puesta en mi trabajo, me volvía a levantar para seguir con mis pensamientos y reflexiones sobre la sexualidad y el erotismo, el placer y el gozo de las mujeres mayores.*

*Dra. Patricia Corres:*

*Gracias por tus comentarios tan respetuosos orientadores e inteligentes y que al ubicarme, me apoyaron enormemente en mi trabajo, dándome mucha luz en este camino que no me fue fácil recorrer.*

*Dra. Fátima Flores:*

*Gracias por tus sugerencias tan encaminadas a darle calidad y profundidad a mi trabajo. Por tus trabajos, que a su lectura, me proporcionaron una enorme alegría llena de luz y claridad, resultándome de gran valor para ubicar por donde estaban mis pensamientos y mi experiencia de mujer mayor tratando de entender a mis contemporáneas*

*Mtra. Patricia Paz de Buen:*

*Por tu dulzura, congruencia e inteligencia y solidaridad intelectual, de la sororidad feminista ante mi proyecto y mi trabajo.*

*Dra. Teresa Guerra:*

*Gracias por ser un estímulo como una de mis mejores maestras durante la Maestría y ahora en mi trabajo de tesis.*

*A todas ustedes por ser inteligentes ejemplos de un quehacer feminista comprometido con el bienestar y el fortalecimiento de las mujeres de todas las edades; al ser ustedes mismas mujeres bellas por dentro y por fuera, académicas universitarias, congruentes en todo lo que piensan, hacen, escriben, dicen.*

*Con admiración*

*Gracias.*

*A las mujeres mayores que me dieron la oportunidad de entrevistarlas, para tener el privilegio de escuchar sus voces eróticas, gozosas, placenteras y sabias. Llenas de un erotismo inmerso en una espiritualidad sorprendente de nuevas Grandes Diosas plenilunares.*

*Muchas Gracias*

*A todas las personas que me han brindado la oportunidad de quererlas y recibir sus sabidurías amorosas para mi transformación personal.*

*Entre ellas muy especial e importantemente:*

*Fina Sanz, María Flaherty, Rocío Ruiz, Celia Díaz,  
Marcela Lagarde, Beverly Whipple, Viviane Javelly.*

*Las amo y las respeto, son mis "gurús"*

*A quien con su apoyo cariñoso, su inteligencia, su buen humor, optimismo, paciencia, generosa solidaridad y sus conocimientos de las tecnologías modernas, me permitió y facilitó el camino para hacer mejor este trabajo:*

*Gracias Dany Marquez por ser tu mismo ante la diversidad y la adversidad.*

*Moni Figueroa agradezco tu solidaridad*

*Vianey Escobar por tus excelentes transcripciones, gracias.*

## INDICE

<b>ÍNDICE</b>	XI
<b>RESUMEN</b>	XIII
<b>ABSTRACT</b>	XIV
<b>INTRODUCCIÓN</b>	2
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>ANTECEDENTES HISTÓRICOS: UNA BREVE MIRADA A LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES</b>	9
1.1. Reflexiones y conceptos sobre la historia de la sexualidad.	9
1.2. La Prehistoria.	11
1.3. La Gran Diosa.	16
1.4. De cómo se perdió la Condición Sagrada de las Mujeres.	22
1.5. Las mujeres en el México Prehispánico y la Nueva España.	28
1.6. Los Santos Padres de la Iglesia: la misoginia.	43
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>CONCEPTOS QUE ENTORNAN, DEFINEN Y CONTEXTUALIZAN LA SEXUALIDAD, EL EROTISMO Y EL PLACER</b>	
2.1. Sexualidad: Cómo se entiende desde lo social.	47
2.2. Totalidades sexuales: los Holones.	51
2.2.1. Holón de la Reproductividad Humana.	59
2.2.2. Holón del Género.	60
2.2.3. Holón de la Vinculación Afectiva Interpersonal.	61
2.2.4. Holón del Erotismo.	63
2.3. Sexualidades e Ideologías.	65
2.4. El Erotismo.	68
2.5. El Placer.	73
2.6. La Terapia de Reencuentro en la Terapia Sexual y el Erotismo en las Mujeres.	77
2.7. La Salud Sexual como un Derecho Humano Fundamental.	86
<b>CAPITULO III</b>	
<b>NUESTRO CUERPO: SUS PLACERES Y SIGNIFICADOS EN EL EROTISMO Y LA SEXUALIDAD.</b>	91

3.1. El Cuerpo, ese pequeño espacio que habitamos: Breve Recorrido por sus Determinantes Históricas.	92
3.2. Mujeres Mayores: cómo son y qué significan.	98
3.3. Sexualidad, Sensualidad, Erotismo, Placer y Espiritualidad: sus significados en las Mujeres Mayores.	107
3.4. El Autoerotismo como Fuente de Placer para la Salud y Bien Estar Sexual.	121

#### CAPÍTULO IV

### **EL CUERPO TIENE MEMORIAS Y RECUERDOS: CUÉNTAME TU VIDA SEXUAL Y ERÓTICA DE MUJER MAYOR.** 128

4.1. Las “áreas mudas” en la investigación sobre sexualidad.	128
4.2. El enfoque cualitativo: como camino hacia el conocimiento.	131
4.2.1. Objetivos.	132
4.2.2. Generalización.	133
4.2.3. Hipótesis.	133
4.2.4. Unidades de Significado.	133
4.2.5. Las Categorías.	134
4.2.6. Marcos Conceptuales.	134
4.2.6.1. Epistemológico.	134
4.2.6.2. Teórico – Referencial.	135
4.2.7. Elección de la Muestra Estudiada. Procedimientos e Instrumentos que se utilizan.	138
4.3. El trabajo de campo: entrevistando a las mujeres mayores.	140
4.4. Las historias, análisis, interpretación y discusión.	141

#### CAPÍTULO V

### **CONCLUSIONES.** 158

5.1. Fin de esta Historia que no concluye, porque crece y se enriquece.	158
5.1.2. Seducción e Imagen Corporal.	158
5.2. El Cuerpo Subversivo y el Erotismo de las Mujeres Mayores.	162

### **BIBLIOGRAFÍA.** 171

## **“EL EROTISMO Y LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES MAYORES: ASIGNATURAS PENDIENTES”**

### **RESUMEN:**

La sexualidad erótica de las mujeres mayores ha sido reprimida, castigada, culpabilizada, ideologizada, estigmatizada, negada y, finalmente, vivida desde siempre como algo inherente tanto a mujeres como a hombres, en circunstancias diferentes y discriminatorias desde el género. Este trabajo surge de la inquietud por conocer algo de lo que sabe muy poco, de lo que se ha investigado menos, rodeado de falsas ideas: la sexualidad, el erotismo y los placeres sensuales de las mujeres mayores, que desde el feminismo son un pendiente por estudiar.

Este trabajo aborda lo que tres mujeres mayores han expresado sobre su sexualidad y erotismo, cómo lo viven en la actualidad, qué sienten y piensan, abriendo un camino desde sus propias voces. El estudio se construyó utilizando la metodología cualitativa como instrumento de investigación, por medio de tres entrevistas: a una mujer de 62, otra de 70 y la tercera de 80 años. En cada historia se puso una semblanza de ellas. Posteriormente se realizó el análisis, donde surgieron las categorías, las unidades de significado, vinculándolas con marcos conceptuales tanto epistemológico como teórico referencial, para que los datos adquirieran un sentido coherente, significativo y congruente. De tal suerte, se llegó a un conocimiento tanto directo como real sobre estas tres mujeres mayores y su sexualidad erótica.

Podemos concluir que estas mujeres mayores están permitiendo reencontrarse a sí mismas con sus cuerpos que ya han cambiado, transformándose en una identidad renovada., colocando su erotismo en terrenos más fértiles a la creatividad espiritual y al placer de los sentidos, más allá de sólo los genitales, es decir, erotizan la vida.

## **“EROTISM AND SEXUALITY OF ELDERLY WOMEN: PENDING ISSUES”**

### **Abstract**

Erotic sexuality of elderly women has been repressed, punished, attributed guilt, ideologized, stigmatized, denied and, last, always experienced as something inherent to both women and men in different and discriminatory circumstances from the perspective of genre. This research job was generated from the interest of knowing something about which very little is known, something about which even less has been researched, rounded by false ideas: sexuality, erotism and sensuous pleasures of aged women, a big pending issue within the field of feminism.

This job analyzes what three elderly women stated regarding their sexuality and erotism, how they experience it in their present days, what they feel and think, opening a way from their own voices. The survey was constructed by means of qualitative methodology as an instrument of research, by interviewing three women: 62, 70 and 80 years old, respectively. A biographical sketch was made for each of them. The analysis was then performed, where categories and units of meaning were generated, which were connected to both epistemological and theoretical-referential conceptual frameworks, so that data will be coherent, significant and consistent. Accordingly, both direct and real knowledge was achieved about these elderly women and their erotic sexuality.

## RESUMEN

As a conclusion, these elderly women started finding themselves within their already changing bodies, turned into a renewed identity and placed their erotism in fields which are more fruitful for spiritual creativity and sensuous pleasure, beyond the mere use of genitals, i.e., by eroticizing their lives.

*Disfruta la Vida, Como la Vida Te Disfruta a Ti.*

*Isabella Cappello Estrada*  
*Mayo 2011*

## **INTRODUCCION:**

Eros amor, eros gozo, eros, placer, eros disfrute, eros pasiones, eros deseo, eros sensualidad, eros amor, eros romanticismo, eros vínculos, eros el todo y con todo, con la otredad, con el imaginario y la fantasía, con la poesía y la música, los olores y los sabores, con las miradas y caricias, el tocamiento sutil y apenas de las yemas de los dedos en la piel al desnudo de la pareja o en recuerdos y memorias del cuerpo.

Erotismo: pasiones amorosas y deseo unidos a la sensualidad, sentidas en el cuerpo y en el espíritu, en las emociones y los sentimientos todo ello construido desde la subjetividad personal y las influencias sociales.

La sexualidad humana tan llena de vida y de mitos maravillosos que han atravesado y sostenido a todas las culturas, a través de la historia de todos los grupos sociales Entenderemos como mitos a las alegorías que expresan los sentimientos de una colectividad y se convierten en un estímulo de un movimiento, que traducidos simbólicamente, representa elementos que unen a una sociedad, a una cultura a unas ideas expresadas en un personaje o en una historia, y que en sexualidad han apoyado ideas en relación con las expresiones de género y del erotismo, así como de los vínculos afectivos que se establecen entre las parejas, (sean estas heterosexuales, lésbicas u homosexuales)

La sexualidad humana ha sido reprimida, exaltada, castigada, culpabilizada, acotada, manipulada, politizada, conflictuada, satanizada, estigmatizada, negada y finalmente, vivida desde siempre, como algo inherente

a mujeres y hombres, pero en circunstancias diferentes y discriminatorias desde la ideología patriarcal.

Sexualidad, lo que se espera de nosotras las de la vulva y nosotros los del pene y lo que nos enseñan para cumplir sexualmente con lo esperado, cuentan también las expresiones de amor afectivo y los vínculos, el erotismo y las sensaciones físicas, vivas en el cuerpo con su compañera indispensable, la fantasía y el espacio de lo simbólico y sus significados desde la construcción de la subjetividad; así como en el espíritu del ser, pero según el momento del ciclo de la vida en que se ubique, puede ser que se torne muy relevante el tener hijos o no, en que la reproducción nos señale el camino y nuestra salud sexual se vea afectada por el cumplimiento de esas expectativas y mandatos sociales y culturales que invocan el papel del género como guía de nuestro comportamiento, o los vínculos afectivos sean lo más relevante para nuestra salud emocional-sexual, o bien lo erótico constituya la principal fuente de bienestar.

El presente trabajo surge de la inquietud por conocer algo de lo que se sabe muy poco, que hay un gran silencio, que casi no se habla, de lo que se ha investigado menos y que desde el feminismo es un pendiente por estudiar, la sexualidad, el erotismo y los placeres de las mujeres mayores.

A la edad en que los cuerpos de las mujeres mayores arriban al hecho de ya no producir las hormonas que las han mantenido vigentes para la reproducción, ¿que les queda sexualmente desde un enfoque de género, del erotismo y de los vínculos?

De esto y muchas cosas más, hago mención, rastreo en la poca literatura que hay al respecto y al escuchar algunas voces de mujeres mayores donde me hablaron de su sexualidad, su erotismo y sus placeres, encuentro que sus expresiones están más liberadas de la genitalidad y más cerca del gozo y la sensualidad, transformando sus experiencias sexuales en conexión con la parte espiritual de las mismas.

¿Quiénes somos las mujeres mayores en la década del 2000 al 2011? ¿A qué dedicamos nuestras vidas antes de nuestros sesenta años de edad y más?, ¿qué hacemos ahora, que sentimos que pensamos en relación a nuestra sexualidad y nuestro erotismo?, las que fuimos herederas de los años sesentas y setentas, a nuestros 20 y 30 años de edad?, épocas del existencialismo, con nuestra Simone de Beauvoir, de los hippies y la era de paz y amor, la Revolución cubana en pleno crecimiento, de la guerra de Vietnam y los Beatles, del inicio de las conciencias libertarias del feminismo primigenio e iniciático, del 68 en este México nuestro que se conmovió con ese afán de cambio y de justicia social, de conciencia de quienes éramos, para salir de una enajenación de pensamientos simplistas, baladas tontas, negaciones ante los problemas sociales tan evidentes y tan silenciados, donde las mujeres seguíamos atadas al deber ser que el patriarcado y el machismo imponían a nuestras vidas, en sus mandatos de una doble moral y anulación de nuestra identidad propia.

Abordo en este trabajo, dentro de los términos que algunas mujeres han expresado sobre su sexualidad y su erotismo a sus 60, 70 y 80 años de edad,

lo que ellas viven, sienten y piensan ahora, para abrir una puerta desde sus voces y no de lo que se ha, creído falsa y tendenciosamente, para conveniencia del patriarcado que crea e impone políticas, tanto para hombres como para mujeres, que enajenan el discurso social de la sexualidad y su ejercicio desde la equidad de género que sea incluyente del placer y los deseos eróticos y más especialmente para las mujeres mayores.

Reviso en el primer capítulo de manera breve, los antecedentes históricos, el papel de las mujeres como portadoras de sabiduría y conocimientos que mantuvieron a la humanidad para su sobrevivencia.

En el segundo capítulo planteo los conceptos que le dan entorno al trabajo. Estos conceptos son: la sexualidad desde una perspectiva social. Bajo la luz de los holones sexuales de Eusebio Rubio A.(1994), planteo la importancia de los vínculos afectivos, el género, el erotismo, y la reproducción. Desde la perspectiva de La Dra. Fátima Flores y el Dr. López Austin, incluyo el concepto de ideología en la sexualidad, por la enorme importancia que tiene para entender como se han planteado desde el poder, los controles sobre la sexualidad, en especial en contra de la de las mujeres mayores y su cuerpo, el autoerotismo, el placer, las fantasías eróticas, y la mirada de la Terapia de Reencuentro de Fina Sanz (1997, 1998).

El tercer capítulo lo dedico a reflexionar al rededor del cuerpo, su transformaciones y significados . A las mujeres mayores explicando de manera breve quienes son. A ver la sexualidad de las mujeres mayores, como la viven y que significa en esta sociedad patriarcal y por último al comportamiento

autoerótico como fuente de crecimiento para la salud emocional y sexual de la mayores.

En el cuarto capítulo explico la importancia del método cualitativo como valiosísimo instrumento de investigación que me permitió encontrarme con los relatos de algunas mujeres mayores que entrevisté, y que me maravillan, me sorprenden gratisimamente, pues de manera muy poderosa van iluminando con su propia luz, su mismidad e identidad social, sexual, erótica, gozosa, ya que al surgir las categorías que las definen, se van delineando y aclarando, con ello no solo confirman algunas cosas encontradas en la literatura, no, considero que va más allá y permiten un conocimiento enorme y rico para darle a la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores, un entorno y una interpretación desde lo conceptual, más significativo, verdadero y profundo. Este trabajo es el antecedente a una investigación mucho más amplia que haré próximamente.

En las conclusiones incluyo dos trabajos que presenté en foros de congresos tanto nacionales como internacionales. Estos me permiten dar una mirada final al tema de mi tesis.

°Uno trata sobre la seducción y la imagen corporal, como elementos que nos permiten sentirnos identificadas con el placer y ganar en autoestima e identidad propia de mujeres con erotismo propio; y el otro trata sobre el cuerpo subversivo y el erotismo en las mujeres. En este último presento lo que Emilce Dio Bleichmar nos enseña como algo fundamental, la narcisización de nuestra sexualidad como mujeres, es decir el apropiarnos del placer erótico que es

nuestro y no para el servicio del otro. Esto nos lo tendrían que haber enseñado desde niñas, pero nosotras las mayores vivimos entonces una época de transición donde de la sexualidad no se hablaba mas que para cuidarnos la virginidad y velada pero enfáticamente se nos mencionaba el no embarazarnos sin estar casadas. Considero que nunca es tarde para aprender a narcisizar nuestra sexualidad erótica. Tendremos, además, que comunicarlo a las demás mujeres mayores.

Considero que este trabajo sea el principio de más investigación en el terreno de la sexualidad erótica y el placer de las mujeres mayores. A lo mejor, en ese futuro trabajo indagar con más mujeres mayores de diversos sectores socioeconómicos y culturales, las preguntas que me hace Carmen Merino y que son muy inquietantes cuando me plantea: ¿qué nos queda de las normas ancestrales que por un tiempo nos atraparon? y ¿como y cuando logramos liberarnos?, ¿merced a que batallas y descubrimientos, hemos logrado , a una edad avanzada, movernos de las ataduras y mandatos machistas patriarcales?

Lo hecho hasta aquí me ha producido mucha inquietud y disfrute, pero también mucha angustia por mis congéneres las mujeres mayores que requieren de mucha información en beneficio de su salud sexual, a la que tienen derecho, para vivir una vida de buen trato y calidad, desde si mismas y reconocidas por la socio-cultura.

Por otro lado, también me inquieta saber, y a Carmen también, ¿que pasa con el erotismo y el placer de los hombres mayores?, ¿cómo lo viven? ¿que

## INTRODUCCIÓN

similitudes y diferencias que puede haber entre las y los mayores y su sexualidad erótica?

## **CAPÍTULO I**

### **ANTECEDENTES HISTÓRICOS, UNA BREVE MIRADA A LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES**

*“La memoria del pasado es todo el fruto que nos queda”*

*Antonio Roa Bastos*

*Vigilia del Almirante. 1917.*

#### **1.1. HISTORIA DE LA SEXUALIDAD: REFLEXIONES Y CONCEPTOS**

¿Existirá una historia de la sexualidad?

Se preguntó Bhattacharyya, en el 2002.

Es claro que para cualquier actividad humana, tenemos que considerar que se da y transcurre en un tiempo, un espacio, un contexto; esto es, que la sexualidad humana tiene una historia, se presenta y se expresa así, en un tiempo, un contexto y un espacio; por lo tanto, se puede pensar que si existe una historia de la sexualidad.

Algunas de las historias humanas estarán más documentadas que otras, estarán más estudiadas que otras. La historia de la sexualidad se va planteando como una serie de viñetas que describen un momento y un escenario en cada época. Los sucesos históricos de la sexualidad, que han quedado escritos, han abierto una constante, revelando uno de los grandes temas que sostienen la existencia humana.

El discurso acerca de la sexualidad no se da en el vacío, y sí, es en cambio, una reflexión que tiene que ver con el tiempo y la sociedad en la que se da, es decir en un momento histórico (Bullough, Vern 1994). Así mismo estoy totalmente de acuerdo con Jeffrey Weeks (1994) cuando en su artículo *La Sexualidad e Historia: Reconsideración*, remarca la idea de que la sexualidad se entiende como un concepto histórico. Foucault (1979), (citado por Weeks en 1994:183) textualmente señala algo que es fundamental:

*“La sexualidad no debe entenderse como una especie de supuesto natural que el poder trata de mantener bajo control, ni como un terreno oscuro que el conocimiento trata de revelar gradualmente. Sexualidad es el nombre que se da a un concepto histórico”*

La historia de la sexualidad, cuando se redirecciona con la investigación científica, ha venido a ser un arma en las manos de aquellas personas que urgen hacia el cambio, así cada generación escribe su propia historia pues la va a mirar desde una perspectiva diferente buscará respuestas diferentes. Lo anterior nos lleva a que mediante la investigación sistemática – bien sea cuantitativa o cualitativa – podemos obtener datos históricos que respalden nuevas interpretaciones, que nos llevan y demandan acciones importantes en la búsqueda de la salud sexual.

A través del tiempo, así como de la historia, los cuerpos han sido tocados de alguna manera con significados distintos y diversos; sin embargo, se puede plantear que existen cosas en común a lo largo de las experiencias histórico -

sociales, que los modelan y modulan en sus expresiones. Aún así, una vez que se acepta que el significado social de los comportamientos sexuales, se hace a través de contratos complejos delineados históricamente, pero adaptados por las restricciones del contexto inmediato, la sexualidad será parte de ese contrato del momento en que se da. Así, las expresiones de la sexualidad son determinadas por las amplísimas estructuras sociales; esto es lo que hace difícil rastrearlas en el tiempo.

Como decía ya en 1972, mi querido amigo, Vern Bollough, el historiador, “la sexualidad en la historia era un “campo virgen”, y ahora esto ha ido cambiando hacia nuevas necesidades que al ir apareciendo, van haciendo historia, en especial, en la sexualidad de las mujeres mayores.

## **1.2. LA PREHISTORIA**

A la paciente luz de la evolución, nuestros antepasados tuvieron que cazar, erguirse y que su cerebro se desarrollara para poder sobrevivir. Si nos referimos a la época cuaternaria, se encuentra al *homo erectus* de cromañón, con un cerebro desarrollado y que en lo social vive en comunidad para poder protegerse de los depredadores, pero vive en promiscuidad sexual, que permite que la especie se defiendan y sobreviva.

Según Fernández de Castro (1990), defender a la pareja como algo natural, no se sostiene y solo se puede pensar en “la pareja para toda la vida” por los mandatos socioculturales o religiosos, quedando en algunas culturas y en algunas personas actualmente, reminiscencias de aquellas prácticas de vivir en grupos promiscuos. Pero tampoco se descarta el hecho de que algunas

parejas actuales son felices con el amor recíproco y pueden acompañarse por muchos años, o permanecen como parejas únicas por cuestiones morales o las obediencias religiosas.

La historia de la raza humana empieza con la mujer (Miles, R., 1989) portadora del cromosoma humano original la X - y eso sigue siendo así -; lo cual, ha permitido por miles de años la adaptación evolutiva que asegura la supervivencia de la especie, logrando mediante su función reproductora, proporcionar el estímulo cerebral para la comunicación y la organización social. Sin embargo, los científicos - hombres - como son los biólogos, antropólogos, arqueólogos etc., nos han querido explicar que el origen de nuestra especie fue el hombre cazador, que fabricaba herramientas y era señor de la creación - con ello se creía, que por eso tenía tiempo para pensar -, esto es explicado con ejemplos de dioses creadores, andróginos o bisexuados en todo caso. Pero la mujer hacía su tarea de manera menos espectacular, muy en silencio pero también muy activa, para asegurar el futuro de la humanidad, ya que su trabajo y técnicas, como descubridora de la agricultura; su cuidado a los hijos; a la recolección de semillas, así como de plantas para la alimentación de hembras y machos; al hogar, con el fuego que era vital para sobrevivir a los malos climas. Es decir, la mujer primitiva estaba totalmente ocupada desde el amanecer hasta el anochecer.

Se sabe por los estudios antropológicos y arqueológicos, que las mujeres de esa época, no sobrevivían mucho, el promedio de vida era de entre 20 y 30 años. En ese período corto de vida, las mujeres desarrollaron una amplísima

gama de técnicas, actividades y organizaciones sociales, como era: proteger al grupo con alimentación y hogar, cocinar, trabajar las pieles; confeccionar prendas de vestir, tejer con fibras que encontraba en el medio; construir refugio y hogar; fabricar herramientas para múltiples actividades comunitarias, entre otras las flechas para la cacería; desarrollar conocimientos sobre las plantas que eran curativas; etc. Por otro lado, a pesar de ese período corto de vida de las mujeres, que a veces no llegaban a los treinta años, es digno de reconocer que - sobre todo su biología - era de gran poder de adaptación, generadora de vida. Las mujeres y sus hijos no dependían de sus hombres cazadores para obtener los alimentos necesarios (Miles, R., 1989).

Todo lo anterior, fueron elementos clave para el destino y sobrevivencia de la tribu y por ende de la raza humana, aún que, por las mismas razones antes expuestas, han supuesto algunos científicos, con una evidente ideología patriarcal y misógina, que por “tanta actividad” dentro de sus chozas, “no tenían tiempo para pensar”; luego entonces, suponían estos investigadores, que tenían “menos desarrollado su cerebro. Tannahill, R. (1992); Miles, R. (1990); Adovasio, J. M.; Soffer, O. y Page, J. (2008) hacen mención en sus libros y ensayos, de que estas ideas eran el punto de vista predominante, hasta hace poco, ya que la arqueología desde hace 100 años, y hasta muy recientemente, era un campo profesional predominantemente masculino, lo que ha hecho que sea difícil encontrar señales y evidencias tangibles, de que las mujeres hubieran tenido un papel relevante en la prehistoria. Indebidamente, los investigadores de diversas disciplinas, han dado por hecho que los restos

encontrados en los sitios arqueológicos, y que son visibles como puntas de flechas, armas de piedra etc., fueron fabricados por los hombres; es decir, que en esas investigaciones hay un sexo invisible, el sexo femenino. Este no aparece en la prehistoria y lo que si hicieron esas mujeres – que por cierto fue valiosísimo – para la sobrevivencia de la especie humana, no se puede observar ni han quedado restos en piedras o huellas; por lo tanto, “no existieron” (Adovasio, J.; Soffer, O.; y Page, J (2008)

Paradójicamente, las piezas obtenidas en una semana de cacería, que los hombres traían, no eran suficientes para que la tribu se alimentara de manera eficiente y sostenida, ya que la carne se echaba a perder muy pronto y no se podía almacenar; en consecuencia, sólo la recolección que hacían las mujeres podía alimentar eficientemente a la tribu y que ésta sobreviviera. Esta recolección implicaba una actividad inteligente para distinguir, evaluar, memorizar el uso, almacenamiento y la utilidad de plantas, insectos, animales pequeños, semillas recolectadas, para luego hacer algo que las hiciera comestibles; es decir cocinarlas. ¿Quién hacía esto? Las mujeres.

Trabajaban muchísimo durante el día y por períodos muy largos; siendo así que, ellas llevaban acabo las cuatro quintas partes del trabajo para la sobrevivencia de la colectividad. Además cargaban con los críos para - mientras recolectaban - cuidarlos. Sin embargo, la arqueología no da cuenta de cómo hacían esto, no hay huellas.

Se ha dado mucha atención al trabajo del hombre cazador que suponía una organización social compleja para lograr la tarea.

Sally Slocum, en su artículo “Woman the gatherer: male bias in anthropology” citada por Miles, R. (1989), hace mención a que las antropólogas con una visión diferente, defienden la idea opuesta o antagónica, señalando que cuando los hijos dejaban de mamar, las mujeres tenían de organizarse para darles de comer de otra manera, tuvieron que aprender a afrontar vínculos más complejos desde lo socio-emocional, crear nuevas técnicas e inventos desde la cultura, más allá de la recolección extensa y esto tenía implicaciones complejas, donde se requería más inteligencia.

Se ha prestado demasiada atención a las técnicas que se necesitaban para cazar, y muy poca a las técnicas que requerían los trabajos de la recolección y la crianza de los hijos. (Miles, R., 1989)

Por las investigaciones arqueológicas y antropológicas, que han estudiado los huesos de esas mujeres de la prehistoria, es claro que no llegaban a los 30 años y con ello se ha inferido que ellas realizaban trabajos muy extenuantes y a veces peligrosos, como cuidar a los hijos mientras hacían el trabajo de recolectoras para alimentar y cuidar a la tribu, lo que no permitió que vivieran largo tiempo.

Nos parecen tan conocidas y cercanas, esas historias, aquí y ahora después de miles y miles de años.

Pero, ¿será que, así era la realidad de esas mujeres? o ¿que los investigadores antropólogos y arqueólogos en su mayoría varones, con una ideología patriarcal sexista, interpretaron de diferente manera los hallazgos? Es, hasta ahora, a fines del siglo pasado y lo que va del XXI, que han entrado a

estos campos del conocimiento más mujeres científicas, con otra perspectiva, la de género; viendo la prehistoria de las mujeres de otra manera, no invisibilizándolas.

Sin embargo, todo lo que se sabe, al menos de los primeros 1500 años de la existencia del homo sapiens, en relación a su vida personal, es que desarrolló una cierta clase de pensamientos y prácticas religiosas; de creencias humanitarias que llevaron al cuidado de los enfermos, las personas viejas y de enterrar a sus muertos; pero su vida sexual permanece en el misterio, de cómo la vivían, esos primeros seres humanos.

### **1.3. LA GRAN DIOSA**

Según Erich Neumann (The Great Mother, citado en Milles, R., 1989) “*La Gran Diosa es la encarnación de la Personalidad Femenina que se revela tanto en la historia de la humanidad como en la historia de cada mujer*”. Esto nos hace pensar que la mujer en la prehistoria y siempre, ha tenido un papel importante en la conformación de las diversas sociedades humanas.

Lo anterior se ve muy claramente en un himno de alabanza a Dios, “*La Exaltación de Inanna*” Ishtar, diosa del amor, diosa omnipotente. *Enheduanna* ó *En Hedua’na*, primera sacerdotisa – poeta sumeria, hija de *Sargon I*, compone esta alabanza que se considera es el primer poema escrito en la historia de la humanidad, esto fue aproximadamente por el año 2300 a.C. (Advasio, J. M.; Soffer, O.; y Page, J., 2005) (Miles, R., 1989)

Esta alabanza, marca la atención sobre que el primer Dios fue mujer, *Inanna*. Cuando la humanidad surge de entre las tinieblas de la prehistoria,

los sumerios – en el territorio que hoy es Irak - le rendían culto a esa Diosa, con himnos llenos de un audaz erotismo, donde le daban las gracias por *“sus mechones enredados, su regazo de miel, su vulva rica como una nave del paraíso, por su generosidad natural que fluye de su útero de forma tan abundante que debía honrarse cada lechuga como si fuera el cabello púbico de la “Señora”*”. Pero el Ser Supremo, la Diosa, era algo más que quien daba placeres, también se le veneraba por su capacidad y pasión bélica mencionada por *Enheduanna* cuando señalaba que la Diosa *“era un dragón que destruye con fuego e inundaciones y que llena los ríos de sangre”*, Por cierto, esta sacerdotisa – poeta, ejerció y gozó temporalmente del poder que le otorgaba el ser hija de *Sargon I*, pero su gran autoridad estaba ubicada en su papel de gran *“ministra de la Luna Diosa”*, ella era la voz y profeta de *Inanna*, la primera divinidad, de la *Gran Madre*, deidad cuyo poder y adoración se extendió por todo el mundo; era tan antigua, como el mismísimo tiempo. La fuerza y posición central de la primera “Dios – Mujer” fue un secreto muy bien guardado, que hemos olvidado, lo que 5000 años atrás todo mundo sabía. El jurista romano Lucio Apuleyo,(Miles, R., 1989: 38) describió a la Gran Diosa, mientras ella le hablaba:

*“yo soy naturaleza, madre universal, dueña de todos los elementos, hija primordial del tiempo, soberana de todas las cosas espirituales, reina de los muertos... Si bien se me rinde culto en muchos aspectos, se me conoce por infinitos nombres*

*y se me propicia con toda clase de ritos diferentes, toda la tierra me venera”*

Se han encontrado figurillas muy hermosas con antigüedades de entre 25000 y 15000 años, hechas de piedra y marfil, en Europa; de barro en Egipto; así en muy diversos lugares en Asia y Europa en el transcurso de miles de años, donde parece que la condición sagrada del sexo femenino duró más de 25, 000 años; era la mujer especial y mágica (Miles, R., 1989).

Por ejemplo, en Austria, la famosa “*Venus de Willendorf*”, mide 11 centímetros, siendo la segunda figura más conocida del *Pleistoceno Tardío*; es decir, aproximadamente entre 22, 000 y 24,000 años – descubierta en 1908 en un bancal del río Danubio - (Adovasio, J. M.; Soffer, O.; Page, J., 2008). Aunque se había plasmado en pinturas rupestres, la *Venus de Willendorf* no solo está desnuda, sino que es rubicunda, de exuberante robustez y gordura; con grandes pechos, barriga y caderas con evidente grasa; una vulva muy clara y detallada; lo mismo que su profundo ombligo; carece de rostro y si presenta unos mechones de pelo enrollados alrededor de la cabeza – como en el *Poema de Enheduanna* – o sería un gorro que nos hace pensar en tejedoras (Adovasio, J. M; Soffer, O.; Page, J., 2008). Se han hecho muchas hipótesis de lo que significa o representa esta figura extraordinaria. Algunos mencionan que era una representación de las mujeres de su época; muchos otros, que era una diosa, posiblemente aquélla representaba la fertilidad, considerándola la madre diosa universal y todopoderosa. Algunos más, señalan que estas viejas imágenes simbolizaban la comunión entre la sexualidad y la espiritualidad

(Qualls - Corbett, N., 1988) Nunca sabremos que tenía en mente su autor o autora cuando la creó. Pero si podemos imaginar que cuando la crearon, quienes hacían estas imágenes, ya pensaban de manera simbólica; es decir, ya había un lenguaje, representaban el mundo natural que les rodeaba y a lo mejor, el mundo espiritual también. Carl Jung (1964, 1984, 1990) las consideraba arquetipos, que son una forma pre – existente de pertenecer a la estructura heredada de la psique común de todo el mundo; que están llenas de energía o rodeadas de ella, como para activar y transformar contenidos inconscientes; así el arquetipo libera energía muy específica, que se reconoce concientemente, se siente en el cuerpo, expresada en las emociones; por ejemplo, la Diosa del amor, que aparece en muchas culturas y pueblos, cuando se activa su arquetipo surge una sensación, sentimientos de vitalidad, amor, belleza, pasión sexual, erotismo y la espiritualidad se renueva. Jung señala que si un arquetipo se pierde, se presenta un “*descontento en nuestra cultura*”, produciendo un temor; es decir, por ejemplo, sin la vitalidad femenina que produce un equilibrio en el principio colectivo patriarcal, aparece la esterilidad; la creatividad y el desarrollo personal, se sofocan.

Otro ejemplo de estas figuras, es el hallazgo en el año de 1925 por arqueólogos del Museo de Moravia, de la llamada *Venus de Vestonice*, con una edad de 26,000 años; encontrada en la ahora, República Checa. Son figuras también rubicundas, muy similares a la de *Willendorf* y a las de otros lugares explorados en Medio Oriente.

Se puede vislumbrar, mirando hacia el pasado, de hace miles de años, que las mujeres estuvieron distantes de ser invisibles, lo que pasó es que estábamos ciegos para ver su importancia y valor, olvidándose muchas experiencias históricas humanas, en cuanto a su desempeño y acción social, para darle fuerza simbólica a la tribu y al grupo humano al que pertenecían. De acuerdo con investigaciones arqueológicas más recientes de Adovasio, J. M.; Soffer, O.; Page, J. (2005) ahora sabemos que las hembras y las mujeres han sido tan importantes como los machos y los hombres, ellas inclusive más, cuando se pone en activo y en juego, el surgimiento como especie; así mismo, del éxito como colonizadores y pobladores del planeta, a través de miles y a lo mejor millones de años. Recientes estudios arqueológicos demuestran la existencia de pruebas con marcas femeninas, que plasman su presencia e importancia, en la vida histórica humana, en casi todas partes del mundo. (Adovasio, J. M; Soffer, O.; Page, J.; 2008)

Ya se sabe que si hubo una guerra de los sexos, pero también hubo un esfuerzo por parte de ambos sexos, para acoplarse y colaborar, estando en juego la supervivencia.

En la historia de la humanidad hay múltiples ejemplos de mujeres que desempeñaron actividades sociales de gran importancia como ser: poetas, reinas, madres, amantes, atletas, comerciantes, soldados, marineras, agricultoras, cazadoras, ministras de la Gran Diosa etc.; a medida que las primeras mujeres, desde hace miles de años, aparecen como individuo, que fueron ocupando su lugar en la historia humana; es claro que eran fuertes,

nadie les había dicho aún que eran débiles físicamente, sumisas e inestables emocionalmente o peor aún, intelectualmente incapaces e inferiores. Eran mujeres reales llenas de energía, conocedoras de su fuerza. Numerosos datos históricos dan fe de que esas fuerzas eran muy reconocidas en los espacios sociales, donde esas primeras mujeres disfrutaban de derechos legales; libertades física y a sexuales; acceso al poder, a la educación; una ciudadanía plena con derecho a poseer propiedades; a custodiar a sus hijos y a mantenerse económicamente. (Miles, R., 1989).

El valor dado a las mujeres en los códigos legales y en las costumbres sociales se debía a su categoría especial femenina proveniente de su vínculo directo establecido con la Gran Diosa, o Nuestra Señora, que en cada pueblo, tribu, clan ó cultura, tenía su propia versión, representaciones, rituales y costumbres respecto a ella. Así por miles de años, parecía eterna para quienes la veneraban en muchos pueblos de todo el mundo.

Rosalind Miles (1989) se plantea “*si este sería el reto que el hombre se vio forzado a aceptar*”. Entonces, ¿cuál era el lugar del hombre en relación al culto a la *Gran Madre* o Gran Diosa? ¿Era el consorte prescindible y disponible? Ó la mujer era todo y el hombre nada; difícil de entender estas posturas. El hombre tendría que tener un lugar y algún significado en la creciente consciencia humana de aquellos momentos de la historia. “*El orgullo masculino se alzó para aceptar el reto del poder femenino; y al iniciar la guerra sexual que representaría una división sexual y social durante miles de años, el hombre buscó imponer su*

*virilidad a través de la muerte y destrucción de todo aquello que había hecho de la mujer la Gran Madre, Diosa, guerrera, amante y reina”* (Miles, R., 1989: 56).

La mujer, en un principio era quien sostuvo y protegió a la tribu para que sobrevivieran; por ello, era especial, mágica; según las investigaciones, ligándola con la menstruación a su vez vinculada a la luna, - no se conocía por supuesto – el proceso de la reproducción, y mucho menos la relación con el acto sexual. La mujer solo paría a los hijos, esto la hacía poderosa, los hombres no parecían jugar ningún papel en esto. Ella tenía el poder indiscutible del gobernante; es decir, el de la vida y la muerte. Esto la convierte en foco y vehículo del primer pensamiento simbólico.

El matriarcado, solo fue una etapa del ascenso humano hacia la civilización, porque hay evidencia histórica indiscutible de la Gran Diosa, eje central y sostén de los sistemas sociales, como una forma de organización que gira alrededor de la mujer. Organización que era sustancialmente igualitaria, donde las mujeres asumían el poder, participando en todas las actividades de la sociedad junto con los hombres. Parte de las características matriarcales eran esas formas de libertad de la mujer para ejercer el poder, tener derechos como individuos, ser respetadas y honradas como compañeras, todo esto socialmente no tenía nada de extraño, donde los hombres se sometían a esa organización social.

#### ***1.4. DE CÓMO SE PERDIÓ LA CONDICIÓN SAGRADA DE LAS MUJERES.***

¿Pero qué fue lo que terminó con esta condición sagrada de las mujeres? Existen algunas explicaciones (Miles, R., 1988) (Adovasio, J. M.; Soffer, O.; Page, J., 2005).

Cuando la lucha por la sobrevivencia fue menos importante, ésta disminuyó progresivamente, dando paso a la lucha, más difícil y ardua, que era en relación *al significado*.

Como ya se mencionó anteriormente, en la cultura de los sumerios, una de las tradiciones más antiguas del mundo, consideraban que en la creación no hay un dios, sino una diosa, *Araru*, también llamada *Inanna – Ishtar*, siendo ella la que crea a un primer hombre de barro, *Eabani* (Fernández de Castro, 1990) Pero también es de remarcar, que en muchas de las culturas ancestrales – como ya había mencionado anteriormente - había una conceptualización de dioses bisexuados, es el caso de los mexicanos (Rodríguez, M. J., 1988) *Hometéotl* y *Homeciuatl*, o *Siva* y *Kali* en la India; así como en muchas otras culturas, que formaban un solo elemento originario en un solo cuerpo. En el paso del matriarcado al patriarcado, el hombre impone su poder, justificando ser él mismo, un dios con una función femenina; como es un dios que pare; es decir, un “*dios creador*”. Ejemplo de esto sería *Yavé* o *Yahvé*, el andrógino creador de la mitología hebrea. Esta androginia aparece en muchas leyendas y en la mitología de muchas culturas, como paradigmas de parejas mortales o inmortales, que dan origen a toda la humanidad. Pero... sucede algo muy importante para ganar en la lucha de los sexos; esto se ve reflejado en la siguiente historia del *Rey Marduk*, (Miles, R., 1989: 57)

quien derroca a la *Gran Madre* en la Épica de la Creación babilónica, hacia el año 2000 a.C., expresado en el siguiente poema:

*“Disparó una flecha, le atravesó el vientre de ella,  
Hendió sus partes íntimas, desgarró su corazón,  
Destruyó su vida  
Derribó su cuerpo y se erigió triunfante sobre él”*

Para Carl Jung (1990) el secreto de todos los rituales de iniciación masculinos residía en que para renacer, no como hijo, sino como hombre y héroe se pasa nuevamente a través de la madre, abrazando el dolor, la sangre y el miedo esto no implica ninguna identificación solidaria con la mujer. Por lo contrario, la clave está en la apropiación del nacimiento como misterio masculino, para liberarse del dominio femenino creado por el matriarcado; esto no solo significaba imitar y aventajar a la mujer, sino le usurpaba su poder que permitía la creación de nueva vida; por ejemplo, Zeus pariendo de su cabeza a Atenea. En tanto que el pensamiento humano avanzaba hacia el cambio de la dominación de los hombres, iban cruzando el umbral mental que separaba el entendimiento y la interpretación de los acontecimientos en el terreno de lo simbólico y mágico, para comprender el principio de la causa y el efecto; es decir, el papel que el hombre jugaba en la creación de los niños; esto se hacía evidente, donde los ritmos y ciclos de la mujer eran asuntos humanos, no divinos ni mágicos. En el momento en el que el hombre sabe que él determina el embarazo cuando penetra con su pene la vagina de la mujer y ella queda preñada, - en ese momento de la historia, no se sabía con exactitud el

mecanismo fisiológico interno de la fecundación - pero al darse cuenta de qué papel jugaba en la producción de un embarazo, se inicia toda una revolución, generando más resentimiento y resistencia hacia las mujeres.

Jean Markdale (citado en Miles, R., 1989: 59) Lo explica muy claramente:

*“Cuando el hombre empezó a afirmar que era esencial para la fecundación, las vejas actitudes mentales se derrumbaron súbitamente. Fue una revolución muy importante en la historia del hombre y es sorprendente que no se le dé el mismo valor que se le otorga a la rueda, la agricultura y la utilización de los metales... Puesto que el hombre se había estado engañando durante siglos, la igualdad no era suficiente. El hombre comprendía ahora todas las implicaciones de su poder y estaba dispuesto a dominar...”*

Y entonces..., el hombre tenía un arma poderosa, que mejor que su pene; el falo, que adquiere características simbólicas de enorme trascendencia y que le da poder sobre la mujer. En tanto el hombre empieza a construirse un sentido para sí y de sí mismo, esto le va dando fuerza para oponerse a la de la mujer.

El pensamiento fálico invirtió las primeras creencias en relación a la creación, las cuales habían perdurado por miles de años; es decir, la mujer deja de ser el recipiente de la naturaleza, ya no es más la creadora del hombre, ya no es mágica. El falo usurpó al útero como la fuente, símbolo de la creación, la vida y el poder. Ahora es el hombre quien crea a la mujer, como recipiente de

sí mismo; así, el sol derrotó a la luna, el rey a la reina y de este modo en todos los pueblos, de China a Perú las mujeres quedaron reducidas a poco más que inferiores, servidoras y propiedad de los hombres, lo cual constituía un robo a su identidad, creándose otros sistemas sociales simbólicos y mentales, con lo que les robaron su libertad, su autonomía, inclusive el más elemental de los derechos, el poder controlar, decidir y ser dueñas de su propio cuerpo; quedando bajo la tiranía y sometimiento del monopolio sexual al servicio del hombre; puesto que, una vez descubierto que tan solo se requería de un hombre para la fecundación, esto fue suficiente para crear la ideología que le diera ese lugar al hombre, como ser único, necesario y por ello con poder sobre la mujer.

Este proceso iniciado en el Neolítico, se que continuó en la *Biblia* con *Lilith*, *Adán* y *Eva*. *Lilith* es mencionada en la *Biblia* (*Isaías* 34, 14 y *Job* 18,15) como la primera mujer de *Adán*, que no fue *Eva*. Ella fue hecha de barro al igual que *Adán*, pero en un acto de rebeldía, al no aceptar la imposición machista de someterse al hombre, a *Adán*, lo abandona, escogiendo la libertad, porque no se dejó humillar. Claro que esto no se menciona y se trata de eliminar para conveniencia de la opresión patriarcal borrándose de la conciencia colectiva (Fernández de Castro, Ch., 1990).

Este personaje: *Lilith*, no aparece en las versiones bíblicas cristianas católicas y protestantes, mas que como una “*bestia salvaje*”. Recientemente en 1967, en la “*Biblia de Jerusalén*”, si se le menciona, sin ninguna explicación.

Pero retornemos a *Adán* y *Eva*:

*“Entonces Yavé Dios hizo caer sobre el hombre un sueño letárgico, y mientras dormía tomó una de sus costillas.... formó Yavé Dios a la mujer y se la presentó al hombre”*

*Génesis II 21-22 .*

Es decir, *Eva* le “*debe la vida*” a *Adán*, quien le pone nombre ella; con esto, nace el machismo; así, la sumisión de la mujer.

Simbólicamente, *Eva* es la mujer más importante de nuestra historia, se dice que es la madre de la humanidad y muy poca es la mención que se hace de ella en la Biblia.

*Eva* es la primera en contactar con la seducción, el engaño, el orgullo, la rebelión, la desobediencia, la maldad y el pecado. Según la mitología, *Eva* es seducida y convencida por la serpiente: “...y en el momento en que comáis se abrirán vuestro ojos y seréis como dioses, conocedores del Bien y el Mal” (*Génesis III, 5*). El fruto que se comen *Adán* y *Eva*, es el “*fruto prohibido*”; pero ¿qué es lo que está prohibido? **EL CONOCIMIENTO**, fruto que lo ha cortado *Eva* del “*Árbol de la Ciencia*”. El pecado de *Eva* fue - como menciona la Doctora Patricia Corres (2006) -, un acto intelectual, pues la mueve la curiosidad, hecho castigado por *Yavé* que la sentencia de manera machista; cuando le dice: “*con dolor parirás a tus hijos y, no obstante, tu deseo te arrastrará a tu marido que te dominará*” *Génesis III, 16*.; es decir, el mandato es el sometimiento al hombre, carga a *Eva* y al resto de las mujeres, con la fama de malas y pecadoras, lo que aún persiste en Occidente. Marcando con esta influencia la formación y construcción de la

identidad femenina, así como en el pensamiento y los mandatos que posteriormente elaborarán los *Grandes Padres* de la Iglesia Católica.

Más adelante, se hará una breve mención de como posteriormente en el Alto Medioevo, un poco más de 1000 años d.C., los Santos Padres de la Iglesia: San Pedro, Santo Tomás, San Agustín, ven a las mujeres desde la misoginia y se continúan difundiendo estas ideas hasta nuestra época actual. Ha sido muy difícil luchar en contra de ellas.

En el siguiente inciso mencionaremos la otra raíz de la sexualidad de nosotras las mexicanas, para después, continuar brevemente con la historia hasta el siglo XX.

### **1.5. LAS MUJERES EN EL MÉXICO PREHISPÁNICO Y LA NUEVA ESPAÑA**

Mujeres hechas de dura piedra o con barro, ese barro de tierra y agua, esa arcilla moldeada y cocida a fuego. Las de Tlatilco, las de Michoacán, las de Colima, en México – así como las Mochicas de Perú -.

Estas mujeres, que son parte de nuestra historia simbólica, me parece que son ejemplos de lo que fueron nuestro orígenes sexuales, como mujeres mexicanas.

Un lugar emblemático, de los más viejos y de gran riqueza, lo constituyen los hallazgos de Tlatilco, México. Allí los arqueólogos han encontrado un gran número de esculturitas hechas en barro. Estas fueron encontradas en las tumbas y representan mujeres que recibían los muertos para su viaje al otro mundo. Las figuras eran “*muertas*”, es decir rotas, durante el ritual mortuorio.

A diferencia de otras figuras halladas en los valles cercanos, estas presentan ojos y peinados bonitos.

A ellas les llamaron las “*bellas damas*” tlaticas, que son graciosas, irradian encanto y coquetería, son joviales bailarinas, adornadas en el pelo y la ropa de faldas cortas, tiene pequeños los pechos que van desnudos. No eran gordas ni robustas como las representaciones de Europa y Medio Oriente, sin embargo, las de Michoacán si presentan pechos abundantes.

Las mujeres de barro de América, (al igual que en Europa las Venus de la prehistoria) son un enigma en relación a su significado; pero existen algunas hipótesis al respecto.

Estas figuras tlaticas son más recientes, tienen una edad de 2,500 a 3,200 años, a.C., ubicándose en el período preclásico de los pueblos mesoamericanos.

Solo fragmentos y nada más, por eso parecieran ser insignificantes en cuanto a lo que se puede saber sobre la posición de la mujer, sus derechos y significados y su sexualidad, hace 3,200 años a. C. en lo que hoy es América.

Existen en el sur de América, las Mochicas, de Perú (Antón, F., 1975) Son más eróticas y explícitas, son similares a las de Colima México. Sus expresiones representadas en arcilla, son cercanas a la vida cotidiana, exhiben y exageran la representación de los órganos genitales, son naturalistas en sus expresiones sexuales y pertenecen al contenido erótico más antiguo de América.

Estas esculturas representaban a las mujeres de ese momento, reflejando lo que significaban simbólicamente.

Ahora bien, haré mención, revisando autoras y autores dedicados a la antropología, de lo que en relación a la sexualidad se sabe pasaba en el mundo de los aztecas; en particular, haré mención a la sexualidad de las mujeres mexicas, nuestras antecesoras.

¿Será que la actual situación de pasividad y subordinación de las mujeres mexicanas se inició con los españoles durante la conquista?, o ¿lo podemos encontrar ya desde la época prehispánica?, ó ¿será que se juntan dos tradiciones culturales en donde entran en contacto puntos similares sobre lo que la mujer simboliza, sumando elementos ideológicos tan semejantes que se potencia la visión de hombres poderosos, fuertes, agresivos y mujeres pasivas, sumisas, dóciles? (Rodríguez, M., 1988)

La Dra. Monique Legros (1982) en su magnífico ensayo "*Acerca de un diálogo que no lo fue*", donde interpreta el significado adoptado en lo femenino en la sociedad mexicana prehispánica, nos señala claramente dos discursos, que son antagónicos y se enfrentan a la hora de la conquista de los españoles. Uno - señala la Dra. Legros - es el práctico y el otro es el mítico, ambos están expresando ideas, ideologías, sentimientos, afectos tendencias mentales e intelectuales. El discurso práctico esta identificado con la forma de pensar cristiana novohispana y el discurso mítico esta asimilado a la mentalidad religiosa, ambos discursos opuestos, rivales irreconciliables en absolutamente todo; solo en un punto no: la dominación masculina; es decir, el discurso hispano era muy masculino y patriarcal; en la sociedad mexicana también existían creencias, valores, prácticas y costumbres en las que estaba presente

la superioridad masculina patriarcal. Es entonces que en este punto se unen fuertemente ambas culturas, sostenidas por la ideología patriarcal, de que los hombres son los dominantes y superiores, las mujeres mexicas son las que tienen que someterse a ese mandato masculino.

La antropóloga María Isabel Morgan, en sus muy cuidadosas investigaciones sobre “*Sexualidad y sociedad en los aztecas*” (1983), encuentra que la sociedad azteca tenía una ideología patriarcal sobre la que se organizaba todo el orden de las interacciones entre hombres y mujeres, éstas no tenían en ese orden social, ninguna posibilidad de ocupar cargos públicos, ni religiosos como sacerdotisa. Así mismo, dentro del espacio privado de la familia no le era permitida la poligamia, solo los hombres podían tener estas prácticas y derecho a herencia. A la mujer se le exigía castidad prematrimonial y fidelidad conyugal, siendo las mujeres botín de guerra para los aguerridos aztecas.

A las conductas sexuales humanas siempre se les han impuesto códigos sociales, límites que las restringen, dependiendo del lugar y el momento histórico; esto se va viendo históricamente de manera muy clara en la educación, diferenciada hacia mujeres y hombres de todas las culturas.

En el caso de la cultura nahua, es notable que no eran aceptables las conductas y prácticas que solo estaban dirigidas a la obtención del placer erótico y el coito debía ser una actividad hacia la procreación “*para hacer siembra de gentes*” (León Portilla, 1977; citado en Rodríguez, M., 1988). Sin embargo, aunque el goce era permitido, (López Austin, 1980) “*su abuso causaba la ira de los dioses*”.

De nuevo en la literatura antropológica, nos encontramos con que las mujeres nahuas - al igual que en otras culturas y pueblos en el mundo -, no tenían poder público ni derechos sexuales ni sociales. Estaban encerradas pagando obediencia a los amos hombres; pero se pregunta María Rodríguez (1988), la antropóloga estudiosa de la mujer mexicana: ¿Por qué si estas mujeres no tenían el poder, ni su voz era escuchada, las diosas eran tan respetadas y la imagen de la Diosa Madre tan poderosa? Tanto que el nombre de la diosa Cihuacóatl, se le daba al jefe del ejército, siendo éste, el segundo en importancia después del *Rey o Huey Tlatoani*.

No se puede negar la importancia de la mujer en la sociedad nahua, pero el lugar lo tenía como hija, madre, esposa compañera y no más.

Existe una posición de algunos autores, antropólogos que sostienen que es “natural” que las mujeres sean sumisas, pasivas; por sus estructuras, características biológicas; que siempre fue, es y será así; idea, que por cierto, de ninguna manera comparto. Pero otra corriente de estudiosos, tiene una posición totalmente opuesta, donde se remarca el hecho, de que esta situación se fue dando - aún ahora -, por las construcciones sociales incuestionables e inamovibles que pugnan, porque las cosas no cambien para la mujer y se queden igual para el ejercicio del poder del hombre. En el Capítulo II haré mención a la ideología y la sexualidad (Flores, F., y Parada, (1992) que nos proporciona un contexto muy claro para explicar estas fuerzas encontradas en la construcción de lo femenino.

Por otro lado, en relación a la posición social de la mujer mexicana, muy connotados antropólogos y antropólogas como Ana M. Gamio de Alba (1941); Josefina Lomelí (1945); Gertrudis Fierro (1960); Miguel León Portilla (1980) y varias personas más, nos presentan una idea muy romántica de la situación social de la mujer azteca antes de la conquista; es decir, que han considerado que las mujeres de aquel momento histórico ocupaban un lugar muy importante en la sociedad, siendo tratadas con respeto y diferencia (ahora en el papel actual de las mujeres nahuas ya no es así). Según Alma Luisa Spota (1967), tenían igualdad jurídica y social con los hombres, pero otros autores como Walter Krickeberg (1982), (citado por Rodríguez M., 1988: 22) niegan esto, incluso, este investigador sostenía que *“la mujer no tenía derechos iguales a los hombres. Se le exigía castidad premarital y fidelidad conyugal - lo que no se le pedía al hombre - sus actividades se reducían, salvo las de solicitante matrimonial, comadrona, curandera, ama de casa, a la educación de las hijas... toda vida pública y civil, se encontraba bajo el signo masculino; también la religión era dominada por los bélicos dioses solares. Los sacerdotes eran siempre hombres, mientras que las mujeres desempeñaban en la vida religiosa solamente únicamente funciones modestas, como eran las hechiceras y curanderas”*.

Miguel León Portilla, (1980) señala que las mujeres de entonces recibían en el hogar, una esmerada educación desde niñas, aprendiendo diversos oficios propias de su sexo, - como ahora - cocinar, tejer, bordar, atender a los hijos, atender los partos, sirviendo en los templos; por el misterio del eterno femenino de la creación, merecía y era digna de respeto y amor. En el ensayo de León

Portilla, titulado *“El papel de la mujer”* de 1980, (citado por Rodríguez, M., 1988: 20) nos explica lo anteriormente mencionado y sugiere que la visión mexicana sobre la mujer era de aprecio y estima, como encarnación terrestre de las deidades femeninas. Pero también señala que *“la mujer era un ser totalmente desprovisto de motivaciones propias, por lo cual los hombres se sentían responsables de los actos femeninos y trataban de protegerla de los apetitos sexuales y de la ambición descontrolada a las que la sometían las deidades”*. En esta visión idealizada de León Portilla, me encuentro de nuevo con un ideología patriarcal, en relación a que la mujer era débil y falta de decisiones propias. Entonces, ¿en qué quedamos? Mi admirado maestro Don Miguel León Portilla. Tal parece que de todas formas las mujeres eran sometidas a estereotipos de comportamientos *“propios de la mujer”*.

En el caso de la sociedad mexicana (López Austin, A., 1989), las concepciones relativas al cuerpo humano, y en particular en el caso de la sexualidad, formaban parte de un sistema ideológico; que dicho sistema se integraba a otros para formar una cosmovisión y satisfacer intereses particulares de determinados grupos.

En relación a la conducta sexual de las mujeres mexicanas, ellas eran educadas bajo una doble moral: para los hombres era flexible y laxa; para las mujeres por el contrario, era muy severa y estricta, reprimiéndoseles toda conducta con alguna connotación erótica.

Desde muy jóvenes en la pubertad los padres la enseñaban de manera muy estricta con las siguientes recomendaciones que le advertían claramente su deber moral: (Rodríguez, M., 1988: 134)

*“Por donde vayas hija, ve con mesura y honestidad, no apresurada ni riéndote ni mirando de lado como a medio ojo, ni mires a los que vienen de frente ni a otro alguno en la cara, sino irás tu camino derecho, mayormente en presencia de otros. De esta manera cobrarás estimación y buena fama...si encuentras a alguien en el camino y si se ríe contigo, tu no rías, más pasa callando, no haciendo caso de lo que te digan, ni pienses ni tengas en algo sus deshonestas palabras. No tengas trato poco honesto con los hombres, no sigas los malos deseos de tu corazón... no entres sin justa causa en casa alguna, porque no te levanten alguna calumnia y lo padezca tu honor..” (Sahagún, B., 1979).*

Por otro lado, cabe mencionar que la sociedad mexicana estaba dividida en dos clases: los *pipiltin* y los *macehualtin*, que tenían relaciones de explotación y dependencia; prácticamente no había movilidad social y en alguna de estas dos clases sociales estaba incrustada la mujer. Esto hace que no se pueda estudiar o conocer a las mujeres de un grupo y de otro, como un grupo social homogéneo, las mujeres de cada una de estas clases sociales vivían de diferente manera, pero en ambos casos se les educaba para ser muy recatadas

decorosas, calladas. Aún así, la *Cuhualpilli* tenía una educación mucho más estricta que la de la mujer *macehualtin*.

Gerónimo de Mendieta (citado por Rodríguez, M., 1988: 47) señalaba al respecto del trato que se le daba a las mujeres mexicas “*Parece que querían que (las mujeres) fuesen ciegas, sordas y mudas*”.

En términos generales, las mujeres tenían una situación social de sometimiento y subordinación en relación a los hombres (Rodríguez, M., 1988). Eran sacadas de la participación en las actividades de los hombres; es decir, del ámbito público.

A las doncellas se les exigían virtudes como ser vírgenes, obedientes, honradas, recatadas, mansas, discretas, solícitas a servir a las necesidades y deseos de los demás, castas; cuidaban mucho su fama, viviendo en prácticamente cautiverio forzoso en sus casas. Sin embargo, había mujeres que servían en los templos, pero no en puestos de poder sino, en el servicio de mantener limpio el templo, preparar los alimentos para el ídolo y sus ministros.

En referencia al placer sexual, así como a la felicidad de la reproducción, Alfredo López Austin (1989: 328) hace mención de se señalaba con mucha claridad que: “*pocas son las cosas que hacen de la tierra un sitio agradable, y entre éstas se encuentran en lugar preeminente el deleite sexual y el gozo de la procreación valiosos dones de la divinidad a los hombres*”.

Algo muy importante, es que en la cultura mexicana la vida sexual se exalta y no la degrada un vínculo original con el pecado, la maldad, la culpa, el castigo, como sucede en el cristianismo. Aún así, la sexualidad era compleja en

cuanto a sus concepciones y su importancia era fundamental en las relaciones sociales que estaban llenas de restricciones, tabúes, condicionamientos, temores y pudores, en especial para las mujeres. Todo este aparato ideológico constituía un cuerpo de creencias, prácticas, costumbres; de gran importancia tanto en la vida cotidiana e íntima, así como en la vida pública de los antiguos nahuas. En tal caso, en esa sociedad a los hombres se les enaltecía y la mujer tenía una importancia secundaria.

La abstinencia se consideraba dañina, pero la castidad era de enorme valor moral; entonces esto se resolvía con desaconsejar a las y los jóvenes, a tener pensamientos eróticos. Sobre la masturbación – López Austin no encontró referencias - entonces no se sabe sobre este comportamiento sexual, que pasaba en la cultura nahua. Había una promesa de que los jóvenes que ejercían la castidad, tendrían posteriormente un larga vida sexual, en cambio para las mujeres se suponía que sus deseos eróticos siempre estaban presentes hasta la vejez.

En la cultura nahua, se consideraba que el hombre con el orgasmo y la eyaculación perdía cada vez más su fuerza, se agotaba de energías; no así la mujer, porque no arrojaba ningún líquido que la debilitara; por lo tanto, consideraban que era insaciable. Existe una historia (citada por López Austin, 1989: 334) de unas mujeres ya viejas que tuvieron relaciones sexuales con unos jóvenes y el señor *Netzahualcoyotzin*, cuando le llevaron ante su presencia a estas mujeres viejas, les preguntó:

*“Abuelas nuestras , ¿es verdad que todavía tenéis deseo de deleite carnal? ¿Aún no estáis hartas siendo tan viejas como sois? Y ellas respondieron, Señor nuestro y rey, oiga vuestra alteza: vosotros los hombres cesáis de viejos de quererla deleitación carnal por haber frecuentádola en la juventud, porque se acaba la potencia y la simiente humana; pero nosotras las mujeres nunca nos hartamos, ni nos enfadamos de esta obra, porque es nuestro cuerpo como una sima y como una barranca honda, que nunca se hinche, recibe todo cuanto le echan y desea más y demanda más, y si esto no hacemos, no tenemos vida”*

Se sabe que la búsqueda del placer sexual en los y las adultas no era reprimida si se enmarcaba en los límites de la moderación.

En relación a la virginidad de la mujer, se sabe claramente que era muy valorada, el himen íntegro se equiparaba a una joya muy preciada. Si la joven después de la ceremonia del matrimonio, no presentaba públicamente un paño sangrado ó no tenía su himen íntegro, era un enorme motivo de repudio.

Ellas ya casadas debían ser monógamas, no así los maridos.

Su vestimenta debía ser recatada y se le aconsejaba a la joven *pilli* que no se diera al deleite carnal y la posición de inferioridad de la mujer es, al final, una expresión de la sexualidad, aunque no lleve implícitos placer, pasión ni atracción sexual.

El control social de la sexualidad y las prácticas eróticas, era dentro de los temores hacia lo sobrenatural.

Existían varias creencias sobre la sexualidad femenina que marcaban una represión muy intensa; como por ejemplo: el cuidado a la virginidad, a la castidad, la menstruación como impura; la finalidad primordial de la sexualidad femenina era la de parir hijos y nada más.

En el momento de la conquista, se hace una mezcla de culturas, ideologías, creencias, valores; ese mestizaje es sostenido por una educación muy estricta - otra vez - hacia las mujeres. Solo haré mención de algunos ejemplos.

En los siglos XVI Y XVII, se consideraba que cualquiera que fuera su condición social, una mujer casada debería estar laboriosa; constantemente muy ocupada con las tareas de la casa, siendo motivo de gran orgullo el que toda la casa y los niños estuvieran muy cuidados; que supiera tejer, bordar, cocinar; dedicada a sus labores con una gran abnegación y docilidad; que fuera muy creyente, practicante, obediente de la religión católica; muy honesta, sumisa al marido y a sus superiores. Si era una dama o virreina, eran pocos los superiores a quienes debía respetar, no así para: la esclava, una muchacha de servicio, una mujer trabajadora de la ciudad o del campo, que debía respetar y obedecer a muchas personas, jerárquicamente arriba de ellas, como eran los señores ricos, los eclesiásticos, capataces exigentes en extremo, comerciantes, caciques; por supuesto, a todos los varones de la familia, especialmente al marido, si era casada. Pero otro personaje también muy especial a quien tenía

que obedecer, era a la suegra ó a las mujeres ancianas; cargando todo el peso de la humillación de clase social, y de género (Gonzalbo, P., 1985)

Sin embargo, fue interesante que a pesar de toda esta educación de sometimiento, las mujeres no se resignaban a vivir al margen de las actividades que se hacían en las calles, aún que se predicara el recogimiento y la clausura. Tanto las que tenían posibilidades económicas, como las pobres; pero más las pobres, participaban en acontecimientos festivos, procesiones, actos religiosos y populares.

Las novohispanas, además de asistir a toda clase de eventos callejeros religiosos, estaban presentes en los de alboroto que alteraban el orden de las ciudades, para protestar contra los abusivos comerciantes o los monopolios que le subían el precio a los alimentos básicos; ellas, las pobres, azuzaban a revoltosos que protestaban por las injusticias sociales del momento.

El mundo colonial novohispano, requería de mujeres, esposas abnegadas, muy trabajadoras, madres prolíficas, así como mujeres vírgenes que se dedicaban consagradamente a Dios y al cuidado de los templos; todo esto para mantener un frágil equilibrio entre la riqueza y la miseria, entre lo grosero, la espiritualidad exagerada, entre el dominante déspota y la sumisión total, absoluta; para ello, se le enseñaba a las niñas a hacer lo “*que siempre se hizo*”, y comportarse de acuerdo a su rango social y su posición económica pero siempre dentro de la doctrina cristiana que era de sometimiento. Algo en lo que estaban de acuerdo, era que el varón estaba encargado de corregir los defectos de la esposa y él llevaba la dirección, control de la familia y de la casa, siendo

su poder absoluto, el cual no se discutía. Aún así, al varón se le recomendaba que debía ejercer su dominio con respeto a la esposa.

A las mujeres se les enseñaba, en algunos casos a leer, pero no a todas. Esto no iba solo, tenía que aprender con docilidad las labores propias del hogar; pues consideraban que el pensamiento de la mujer no era firme y si ligero y variable; por eso, debía apartarse del ocio, ser muy diligente, activa y prudente, ser virgen hasta el matrimonio, saber guisar de manera sobria para que alimentara, primero a los varones de más jerarquía, después a toda la familia; fuera casada o soltera, con ello granjearse la voluntad de todos.

En los siglos XVIII y XIX, se vio la necesidad de que las mujeres recibieran primero que nada, una educación moral, además de la civil, la científica; para que educaran y formaran a sus hijos desde muy pequeños, como buenos ciudadanos leales a la sociedad novohispana; así mismo, que el esposo pudiera contar con ella, para formar una familia racional y con una conversación discreta, no ridícula, ni frívola, útil para los intereses del marido.

Todo lo anterior nos plantea que la educación de las mujeres, en los siglos del dominio español, posteriores a la conquista y hasta la independencia de México, estaba dirigida a la sumisión y obediencia de ellas, para beneficio del dominio patriarcal masculino. Es posible entonces, que pudiéramos suponer que la sexualidad de las novohispanas, también estuviera bajo el dominio de los hombres y en el terreno de la sumisión de ellas a ellos.

Así que me planteo las siguientes preguntas. ¿Cómo se fusionan las dos culturas: la indígena y la hispana en el momento de la conquista, en relación a

lo femenino y lo masculino? ¿Qué papel jugaban las mujeres y los hombres; es decir, genéricamente que aportaron ambas culturas?. Lo que señala la Dra. Monique Legros (1982), (citada por María Rodríguez, 1988) en relación a la dominación masculina de ambas culturas, mexicas e hispana, es que, los dos discursos y sus significados se enfrentaron: el indígena era mítico y el otro era muy práctico, aunque ambos discursos eran muy masculinos y patriarcales; por lo tanto, lo mítico y lo práctico, se encontraron en una fuerte coincidencia. En la sociedad mexicana, también existían creencias, valores, prácticas y costumbres en las que estaba presente la superioridad masculina. Es entonces, que en este punto se unen fuertemente ambas culturas, sostenidas por la ideología patriarcal, de que los hombres son los dominantes y superiores, y como resultado, las mujeres mexicas son las que tienen que someterse doblemente a ese mandato masculino, emanado de las dos culturas, por ser mujeres y conquistadas.

Las mujeres indígenas ceden su sexualidad y erotismo al hombre conquistador español, se someten y esto poco a variado hasta la época actual en esa relación desigual entre el hombre y la mujer.

La mezcla o mestizaje de ambas culturas se inicia simbólicamente con *Malinalli*, también conocida como *La Malinche*; es decir, con esta mujer que “estaba destinada a perderlo todo, para encontrarlo todo” (Esquivel, L., 2006).

Creando *La Malinche* que el extranjero Hernán Cortés terminaría con las terribles costumbres de los sacrificios humanos, se sometió; no lo que se ha dicho injustamente de ella, en cuanto a que traicionó a su pueblo, no, eso no

fue así. Al confiar en el conquistador, lo único que se encontró, es que la crueldad de los españoles, no era menos sangrienta por ambiciosa y llena de codicia, que la de los mexicas.

Posteriormente, en el siglo XVII, con otra mujer emblemática, la novohispana, Sor Juana Inés de la Cruz, ya en una permanente búsqueda de su identidad como mujer inteligente, escribe sobre el amor, el erotismo, la felicidad, los celos, la esperanza y el orgullo de ser mujer; plantea de manera muy adelantada a su tiempo, el problema del sexo en relación con el desarrollo intelectual, podríamos decir que se vislumbra en sus escritos un problema de género, por la triste condición de las mujeres en aquel momento y lo expresa muy claramente cuando escribe: “*¿Qué podemos saber las mujeres, sino filosofía de la cocina?*”

En esa sociedad de la Nueva España, la sexualidad y el erotismo eran regulados y normatizados con el matrimonio, sublimando el amor de manera muy idealizada, cosa que seguimos viviendo en la actualidad. Las mujeres creían y esperaban, y aún lo hacen, que un hombre las va a proteger cuidar, mantener y llenar de felicidad plena.

Entonces para terminar, es claro que el mestizaje fortaleció el patriarcado y el sometimiento de las mujeres, eso sigue influyendo en el comportamiento erótico y sexual de las mujeres actuales de éste País.

### **1.6. LOS SANTOS PADRES DE LA IGLESIA Y LA MISOGINIA.**

En este apartado solo mencionaré de manera muy breve, la influencia del pensamiento de los considerados Grandes Padres de la Iglesia, que han

influido, y siguen vigentes, en la conformación del comportamiento sexual de las personas católicas. Es una de las ideologías que nos impacta como mujeres, aquí y ahora, por ser una de nuestras raíces y que sostiene ideas misóginas en contra de la mujer.

Desde el apóstol Pablo, (citado en Sadock, B. *et.all*, 1976: 22) ya él señalaba que la sexualidad era un don de la naturaleza, pero enfatizaba que el hombre no debía ser esclavo de su “carne de pecado”, porque esto era muy negativo para su cuerpo y su alma. El apóstol decía: “...*aquel que pueda abstenerse del sexo, debe vivir soltero, aquél cuyos impulsos sexuales son demasiado fuertes debe casarse.*” También señaló: “*es bueno para un hombre el no tocar jamás a una mujer y permanecer soltero*”.

Al consolidarse la familia, por mandato de Jesucristo, la mujer adquirió garantías para una posición social protegida, ya que se sentía segura dentro de la familia, teniendo alimento y techo asegurados mientras el esposo viviera, pero con esto no se crea que hubiera mejorado sustancialmente la posición de la mujer en cuanto a derechos ó a ocupar cargos públicos o religiosos, porque no era igual al hombre.

Entre los grandes padres de la Iglesia está San Agustín de Hipona (354 - 430 d. C.) que decía que la *copula carnalis* entre esposos no difiere de la que se tiene con una prostituta, y solo se justificaba si era para tener hijos, más no para el “*placer de la carne*”, porque esto llevaba a la debilidad de la mente. Dos siglos después el papa Gregorio (509 - 604 d. C.) avaló la doctrina agustiniana diciendo que las relaciones conyugales no están exentas de pecado. Para San

Agustín, las relaciones sexuales no debían “provocarse” y se debía evitar frecuentar a las mujeres, porque eran consideradas como la causa de todos los males. También, (citado en Sadock, B. et.all, 1976: 22) este Santo Padre de la Iglesia Católica, consideró que *“las mujeres no deben ser iluminadas ni educadas en forma alguna. De hecho deberían ser segregadas, ya que son la causa de las insidiosas e involuntarias erecciones de los santos varones”*. San Agustín luchó por separar los afectos de la pasión sexual.

Incluso el papa Clemente de Alejandría llegó a decir que *“Toda mujer debería de sonrojarse ante la idea de ser mujer”*

En el siglo XII, (1224 a 1274 d. C.) uno de los teólogos más importantes del cristianismo y también considerado uno de los grandes padres de la iglesia, cuyas ideas se convirtieron en doctrina de la iglesia católica, Santo Tomás de Aquino, hizo una serie de planteamientos completamente misóginos, al estar convencido de que las brujas existían encarnadas en las mujeres que eran seres defectuosos y endebles que estrictamente hablando, éstas eran un monstruo de la naturaleza, pues el varón tiene más poder de razón que la mujer, porque Dios preparó para la actividad intelectual y así mismo decía que la mujer está sujeta al varón porque él es su comienzo y su fin; ya que el padre debe ser más amado que la madre, pues es el principio activo de la procreación, mientras que la madre es tan solo el principio pasivo. Es decir, que las mujeres debían ser sumisas y guardar silencio.

Todo lo anterior conforma una ideología poderosa planteada por los Santos Padres de la Iglesia, como doctrina de la Iglesia Católica, que al ser

aceptada como tal, esto a matizado el pensamiento y el comportamiento sexual; pero no solo eso, sino muchos otros aspectos de la vida cotidiana, de la política y por supuesto de toda la sociedad occidental, siendo su efecto real en los límites y dificultades eróticos y sexuales que han causado tanto daño a las mujeres, aunque también a los hombres, con quienes convivimos. (Sussman, N. en Sadock, B.; Kaplan, H.; Freeman, A., 1976; Tanahill, R., 1992)

Es interesante que los efectos de las ideas de San Agustín en especial, se ven reflejados en la época Victoriana, donde de nuevo el ascetismo y las relaciones sexuales solo para tener hijos, se ven de nuevo en las costumbres y conductas sexuales entre las parejas de esposos con limitaciones y prohibiciones.

No ampliaré más sobre la historia, porque considero que estas son las influencias más poderosas sobre nuestras inhibiciones hacia el gozo y el placer. Queda clarísimo que las mujeres en la historia han sido atrapadas por las ideologías patriarcales, machistas y misóginas. Que en el caso de nosotras las mujeres mexicanas, en especial las mujeres mayores del siglo XXI, nos han dejado huellas muy dolorosas y enfermizas, de sometimiento, culpas, vergüenza, castigo y mucho maltrato hacia nuestra vida placentera, erótica y sexual, aquí y ahora; pero que a pesar de todo, pareciera que se empieza a respirar nuevos aires eróticos para el cambio, que las mujeres mayores vislumbran otras posibilidades más saludables para expresar su sexualidad erótica de manera más libre, apropiándose con más consciencia de su cuerpo lleno de posibilidades vitales, sensuales y eróticas.

## **CAPITULO II**

### **LA SEXUALIDAD: CONCEPTOS QUE ENTORNAN, DEFINEN Y CONTEXTUALIZAN LA SEXUALIDAD, EL EROTISMO Y EL PLACER DE LAS MUJERES MAYORES.**

*“La sexualidad y la sensualidad saludables se basan en algo personal, en esta sensación antigua y siempre nueva de unión desinteresada que puede crear una nueva relación, una nueva vida o una nueva sociedad”*

*George Lenard*

*(en Anand, M., 1991:349)*

El interés en este capítulo, es traer a la reflexión, las ideas conceptuales de lo que estamos tratando en relación a la sexualidad, el erotismo, el placer y las mujeres mayores en general. Para ello, revisé lo que plantean importantes investigadores del campo de la sexualidad humana e incluyo, un trabajo mío sobre la Terapia de Reencuentro desde la propuesta de Fina Sanz.

#### **2.1. SEXUALIDAD, ¿CÓMO SE ENTIENDE DESDE LO SOCIAL.?**

*“Pocos temas evocan tanta ansiedad y placer, dolor y esperanza, discusión y silencio, como lo son las posibilidades eróticas de nuestros cuerpos”*

Con esta frase de Jeffrey Weeks, (1989: IX) planteada desde 1985 en su libro *“Sexualidad y sus descontentos”*, doy inicio a una reflexión sobre algo que también constituye un descontento, porque poco se ha investigado: la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores. Hay mucho que explorar, y

también faltan muchas cosas por nombrar en relación con la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores, para que hagamos visibles y socialmente aceptados, el deseo y el placer.

Dado que como bien señala este autor, las características sexuales masculinas y femeninas para obtener placer son diferentes en maneras muy limitadas; ya que el hecho mismo de nacer, crecer, expresar nuestros cuerpos eróticos, relacionarnos afectivamente con la otredad y el morir, van vinculados a la manera en que las sociedades organizan el potencial erótico humano. Es decir, cada cultura en sus procesos históricos, varían de manera muy relevante en las formas en que se organizan, en las costumbres relacionadas con el matrimonio, la familia, los vínculos entre hombres y mujeres, entre los mismos hombres y las mismas mujeres, sean jóvenes o adultos mayores, entre adultos y menores, la ley, la religión y la moral; por tanto, en la importancia que se le da cultural, social e históricamente, a la sexualidad.

De acuerdo a Jeffrey Weeks (1997), no hay una esencia absoluta en lo que le hemos denominado sexualidad; en lo referente a lo erótico, esto tiene un significado solo en culturas específicas, entonces tenemos un problema para encontrar el equilibrio entre el relativismo de manera absoluta, que nos lleva a una dificultad para encontrar un lenguaje común y la posición de un falso universalismo, que nos diría que todos somos iguales.

Cuando se ha buscado una verdad que sea única - para todos - sobre la sexualidad, el cuerpo y el erotismo, a llevado a la humanidad a que se niegue la diversidad sexual humana, así como a la falta de opciones, que se pongan

limites a la autonomía de las personas, trastocando el cuerpo y sus placeres, convirtiéndolos en algo de lo que no se habla, ubicándosele como impropio e indecente.

Hay que subrayar, que todo el comportamiento sexual puede tener connotaciones, tanto peligrosas, como alegres; con gran facilidad y “naturalidad” se convierte en un elemento de poder y dominio ó para darle fuerza y energía individual a las personas.

Cabe señalar que, la ciencia positivista, si tiene mucho que decir y que marcar, sobre la sexualidad, en cuanto al conocimiento descriptivo, pero es más importante para mi, saber y conocer cómo son las maneras que encontremos, mediante la investigación cualitativa, de vivir el erotismo, el placer y la sensualidad de hombres y mujeres, desde la niñez hasta la etapa de las personas adultas mayores; en función de lo que piensan, hacen, sienten y viven sexualmente, ya que la sexualidad adopta muchas formas, independientemente de lo que las personas hagan sexualmente; lo importante, es que estos comportamientos se dan en un contexto socio-cultural y en un momento histórico; con ello, tienen diversos significados y valores, no son hechos aislados. Por lo anterior, como sociedad tenemos que aprender a vivir con toda esta diversidad de manifestaciones y variaciones sexuales, remarcando que son una condición fundamental como valor humano; así mismo, con los comportamientos sexuales que se expresan en las diversas etapas de la vida, en el entorno sociocultural y el momento histórico que estén

viviendo las personas. No hagamos juicios de valor, que dañen o impidan la apertura al conocimiento.

Rubio, E. (1994) señala que la estructuración mental de la sexualidad es el resultado de las construcciones que el individuo hace a partir de las experiencias que vive y que se originan en diversas potencialidades vitales; como son la de procrear; la de pertenecer a una especie dimórfica (hombres y mujeres); la de experimentar el placer físico - emocional, durante la respuesta sexual y la de desarrollar vínculos afectivos con otras personas, en referencia al amor, (Fina Sanz, 1995) (Rubio, E., 1994) Lo anterior, se denomina, los holones sexuales, tema que ampliaré más adelante, a partir del inciso 2.2.

Dado que la sexualidad se manifiesta en todos los niveles de la existencia humana, resulta muy complejo definirla y estudiarla desde una perspectiva reduccionista. Algo importante a considerar, es que la ciencia pretende estudiar a la sexualidad, está en la búsqueda de una línea o camino que le permita la integración del conocimiento sobre este tema. La sexualidad, que es vista desde muchas ópticas y disciplinas científicas, tiene múltiples explicaciones, perspectivas, definiciones, entendimientos; por lo tanto, una formulación integral satisfactoria de la sexualidad es todavía una tarea deseada pero no alcanzada.

Cuando la sexualidad adquiere significados importantes en y para la vida de cualquier ser humano, podemos pensar en que esos significados se desarrollan mediante construcciones de tipo mental, simbólico y subjetivo. Esto hace difícil crear una definición absoluta de tipo conceptual sobre sexualidad;

como refiere J. Weeks (1986), (2011) - a quien le escuché decirnos recientemente en el 20º Congreso Mundial de Salud Sexual en Glasgow - que éste es un concepto inacabado, que no existe una verdad absoluta sobre la sexualidad y el cuerpo, no hay nada definitivo. Yo considero que algo que nos caracteriza a los seres humanos es lo cambiante, dinámico y evolutivo de nuestro comportamiento sexual; por ello, el pensamiento de Jeffrey Weeks me crea un buen entorno para ubicar mis ideas sobre la sexualidad de las mujeres mayores, que no tienen ya el componente de la reproducción; es decir, tener hijos, ya no ser joven corporalmente; que entrarían en lo que entendemos por diversidad sexual, no es por la orientación sexo erótica, sino porque la sexualidad de las mayores tiene otros matices e intereses psíquicos, emocionales, afectivos, vinculares, sociales, eróticos y corporales; que si se contemplan desde la perspectiva del derecho al placer y al gozo, considero que van a potenciar la vida de las mujeres mayores.

Con base en lo anterior, puedo entrar a explicar en el siguiente inciso, las totalidades sexuales, llamadas holones sexuales, que me permiten ubicar la sexualidad y el placer de las mayores en otra perspectiva de comprensión.

## **2.2. TOTALIDADES SEXUALES: LOS HOLONES**

Eusebio Rubio Aureoles, desde 1994, - a lo mejor un poco antes, desde los 80`s - propone un modelo conceptual de la sexualidad humana, que lo desarrolla a partir de la Teoría del Sistema General de Karl Ludwig von Bertalanffy (1945, 1968). Lo denomina el Modelo de los Cuatro Holones Sexuales.

Esta perspectiva señala que la sexualidad está organizada y conformada por cuatro holones o subsistemas, a saber: reproductividad, género, erotismo y vínculos afectivos. Este planteamiento lo hace bajo la reflexión del problema que implica el estudio de la sexualidad humana, a la que considera que tiene *“sus misterios, la fascinación por resolverlos y el poder sentido por el saber sexual”* (Rubio, 1994: 18); que ha sido una motivación durante siglos, para entender, conocer, estudiar la sexualidad humana; pero ya en el siglo pasado, el XX, se ha encaminado hacia la investigación y el conocimiento científico objetivo.

Para este autor, la sexualidad es, sobretodo, una abstracción; es decir, como se conceptualiza y como se formulan planteamientos teóricos que la explican. Pero otro problema para estudiar científicamente este tema, se refiere a que a la sexualidad se le ha estudiado con estrategias diversas que aseguren que las conclusiones sean objetivas, producto de la realidad que se esté estudiando y de la fenomenología a la que se haga referencia. Luego entonces, la metodología científica busca que haya certeza en los datos obtenidos mediante la medición científica.

Dicho sea de paso, con este modelo, sabemos que se construyó, en parte, la definición más actual sobre el concepto de sexualidad humana, así como el de salud sexual, que se formuló de alguna manera, por las aportaciones del colega y amigo Juan José Borrás (q.e.p.d.) y María Conchillo, de Valencia, España; planteados por la Organización Mundial de la Salud, OMS. (Rubio, 2011, conferencia en el 20° Congreso Mundial de Salud Sexual)

En relación al concepto de sexualidad la Organización Panamericana de la Salud, la Organización Mundial de la Salud, promueven la definición elaborada por la Asociación Mundial de Sexología, ahora Asociación Mundial de Salud Sexual WASS, (2000: 6) que dice:

La Sexualidad es *“un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través del pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre ni de la misma manera. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.”*

Pero en 1983 Eusebio, con base en la Teoría del Sistema General de Bertalanffy (1968) y la propuesta de los sistemas como holones, por Arthur Koestler (1980) – *Holón*, en griego quiere decir *Todo* - desarrolla el modelo de los holones sexuales. Es decir, los elementos o subsistemas de la sexualidad, que por si mismos sean aplicables a las diversas metodologías de estudio, señalando esta aplicabilidad a varias disciplinas como la: antropológica, sociológica, psicológica y biológica en las que se han desarrollado algunos modelos explicativos de la sexualidad humana.

Rubio (1994) considera cinco modelos que han aportado una explicación para conceptualizar la sexualidad. No voy a entrar en mucho detalle sobre los primeros cuatro modelos, solo los enunciaré de manera breve. El que si voy a ampliar, es el de los Holones de la Sexualidad o Modelo Sistémico de la Sexualidad de Eusebio Rubio. Este modelo me ha sido de mucha utilidad en mi práctica profesional como educadora y terapeuta sexual y para efectos del presente trabajo; usaré este modelo por el apoyo, la luz y la claridad conceptual que permite a mi investigación, para ubicar e interpretar y con ello entender lo que las mujeres mayores me relatan en relación a su sexualidad, erotismo y placeres en las entrevistas que tuve con un grupo de ellas.

Los modelos en cuestión son: el Psicoanalítico, el Empírico-Positivista, el de la Secuencia de la Conducta Sexual, el Sociológico de Ira Reiss y el Sistémico de la Sexualidad.

El más conocido es el **Modelo Psicoanalítico** desarrollado por Sigmund Freud a fines del siglo XIX y principios del XX. Este modelo que revolucionó e influyó en el pensamiento, en la cultura de manera muy profunda; le da importancia a lo biológico, a lo innato; se desarrolla en la conformación del aparato intrapsíquico, de la energía que la llamó libido, proveniente de lo biológico, de las pulsiones contrapuestas como son las manifestaciones libidinales placenteras de vida, *eros* y las pulsiones agresivas de muerte, *tánatos*.

El segundo es el **Modelo empírico – positivista de la sexualidad**, que se refiere a la manera en que el empirismo científico busca hacer una reducción

de la realidad percibida, definirla mediante variables aisladas, que hay que definir operacionalmente, estudiar si se interrelacionan; para establecer una medición que nos permita la predicción de los comportamientos que se desean estudiar. Un ejemplo puede ser: que se de la erección del pene de un hombre, cuando se le se le presenta un estímulo visual sexual; con estas variables se hagan mediciones de tipo experimental cuantitativo; es decir, que la conducta sexual sea medible y verificable.

El tercer modelo es el de la **Secuencia de la Conducta Sexual**. En este modelo se le da importancia a tres aspectos o niveles de observación: 1) los procesos internos, como son los afectivos, actitudinales, de información, de expectativas, imaginarios y fisiológicos; 2) Los estímulos externos que se refieren a aspectos de naturaleza aprendida o no aprendida y que se les ha asignado alguna característica erótica; y 3) la conducta manifiesta desarrollado por Donn Byrne (1986), que son los actos instrumentales; es decir, aquello que lleve al individuo a tener una excitación sexual y por ello una actividad también sexual. Todo lo anterior está enunciado en variables que se operacionalizan; por lo tanto, se pueden medir, evaluar, relacionar y conociendo su funcionamiento incluso se podrían controlar, predecir u utilizar de manera experimental.

El cuarto es el **Modelo Sociológico de Ira Reiss** (1986), que tiene también características empírico-positivistas. Este modelo trata de explicar la sexualidad en sus niveles sociales. Ira introduce el concepto de guión sexual que ya habían propuesto antes Simon y Gagnon en 1984, pero lo aplica de

manera muy interesante como guión cultural, haciendo referencia a un modelo de interacción que se compone de papeles o roles sociales. Estos son códigos compartidos por quienes forman un grupo social, que implica que entienden todos, lo que se debe hacer sexualmente; con ello lo que se espera que se haga como aceptable para dicho grupo (¿Con quién? ¿Cómo? ¿Para qué? ¿Porqué?). Con esto, Ira Reiss(1994:27) propone una definición para entender la sexualidad como *“el conjunto de guiones culturales compartidos acerca de las conductas de excitación erótica que se supone inducen a la excitación erótica y a las respuestas genitales”*.

El quinto modelo llamado el **Modelo Sistémico de la Sexualidad**, que desarrolló Eusebio Rubio en 1983, 1984 y 1992, a partir de la Teoría del Sistema General, propuesta originalmente por Ludwig von Bertalanffy desde 1945 y desarrollada en 1968 (citado por Rubio, 1994: 28). Este marco conceptual donde hay unos *“principios de funcionamiento y características de los sistemas que se encuentran presentes en todos los niveles de jerarquía, y por lo tanto, permite el desarrollo de conceptos que tengan aplicabilidad vertical”*; es decir, que se puedan usar con independencia del nivel de estudio que se elija: se el biológico, el psicológico, el social, el cultural; ya que las características de los sistemas presentes en un nivel, aparecerán también en los otros; por ejemplo, esto facilita la posibilidad de ver cada uno de estos niveles involucrados en todos los niveles; con esto se plantea algo muy interesante, que la sexualidad no es ni biológica, ni psicológica, ni tampoco social de manera absoluta o exclusiva, sino que las manifestaciones sexuales las

encontramos en todos esos niveles y más; es decir, por todas las disciplinas humanísticas, permitiendo un conocimiento más integral de la sexualidad, ya que todos los sistemas están conformados por elementos en interacción, que forman a su vez sistemas.

Es Arthur Koestler, que en 1980 (citado por Rubio, 1994), propone llamarles a estos sistemas: *holones*, que significa *Todo* en griego.

Entonces, considera que la sexualidad está formada por sistemas que denomina ***Holones Sexuales***.

Al desarrollar estas ideas de los Holones de la Sexualidad, (Rubio, E., 1994: 29) propone que:

*“la sexualidad humana es el resultado de la interacción de cuatro potencialidades humanas que dan origen a los cuatro holones (o subsistemas) sexuales, a saber: la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva interpersonal”.*

Como bien señala este autor, estos holones de la sexualidad se pueden aplicar de manera vertical; es decir, que cada uno de ellos se manifiesta en todos los niveles de estudio del ser humano; por esto se pueden estudiar conceptualmente en los niveles biológico, social y psicológico.

Poder utilizar conceptos que se pueden aplicar a los diversos niveles y disciplinas que nos aporten conocimientos, permite una amplitud, una luz muy importante sobre dichos conocimientos, sin estrechar la visión a relaciones solo bilaterales reduccionistas, que nos dan muy poca información y un pobre conocimiento del tema que estemos estudiando. Es por ello, que los holones

sexuales me apoyan enormemente para la interpretación de las entrevistas a las mujeres mayores, lo que en estos espacios me dijeron, dándole un sentido de verdadero conocimiento integral sobre la sexualidad, el erotismo y el placer de estas mujeres, versus lo que un solo punto de vista parcializado, o una metodología más cerrada o positivista, nos acota las perspectivas de saber desde las propias voces de las mujeres mayores, como viven su sexualidad aquí y ahora a los 60,70 y 80 años.

En este modelo, la Integración, es un concepto central para darle una perspectiva de interacción entre los sistemas u holones sexuales; por cierto, también en la propuesta de la Terapia de Reencuentro de Fina Sanz, que describo mas adelante, el concepto de integración es fundamental.

Por integración entendemos en este modelo, que un elemento no puede estar aislado, pues cuando actúa éste, está vinculado a los otros sistemas u holones, dándole significados y sentido de tipo mental, tanto individual como social. *“Literalmente, la sexualidad se construye en la mente del individuo a partir de las experiencias que su naturaleza biológica y la interacción con el grupo le hacen vivir” (Rubio, E., 1994: 31).* Luego entonces, se puede decir que nuestras sexualidades son complejas, esto se debe a que los significados están ubicados interactivamente en los cuatro holones. Esto permite la construcción integral e integradora de la sexualidad. Es decir, que los significados del Holón de la reproducción como posibilidad, está vinculado interactuamente con el Holón del Género, que se refiere a la pertenencia a uno de los dos géneros,

femenino o masculino. La vinculación con el Holón del erotismo; es decir, que significa el placer como experiencia en relación a los otros dos holones y el de los vínculos afectivos, también que significa y como está relacionado este Holón con los otros tres. Estas interacciones amplían las perspectivas conceptuales y de comprensión de la sexualidad. Permitiendo con lo anterior, que los holones operen de manera integradora y que se pueda aplicar este conocimiento a varios campos del quehacer profesional; como es la educación, la investigación como tal, la terapia sexual, etc. Es entonces, que los significados de las experiencias permiten una construcción e integración conceptual y aplicada de la sexualidad.

Ahora bien, describir de que se trata cada uno de los Holones que conforman la sexualidad, permitirá conceptualizarlos de manera integral e integradora.

### ***2.2.1. Holón de la Reproductividad Humana.***

Los seres humanos son seres vivos con un desarrollo biológico que permite una potencialidad de reproducción con sus complejidades de organización para que esta reproducción sea eficiente.

Por *Reproductividad*, (Rubio, E., 1994: 32) se entiende: *"tanto la posibilidad humana de producir individuos que en gran medida sean similares (que no idénticos) a los que los produjeron, como las construcciones mentales que se producen acerca de esta posibilidad"*

Aunque este Holón es identificado como biológico, y así se le estudia y se le investiga desde la ciencia; sin embargo, tiene implicaciones, expresiones y

manifestaciones psicológicas, sociales y de vínculos afectivos, sumamente importantes; que van más allá de lo biológico y que lo hacen un aspecto muy humano por sus implicaciones en el plano psico-emocional, sociocultural, político y económico.

### **2.2.2. Holón del Género.**

En la evolución de los seres humanos apareció en algún momento el sexo; es decir, que en una misma especie surgieron dos formas o dimorfismo sexual, hembras y machos, órganos sexuales reproductivos diferentes y dos formas de comportamiento diferente para las hembras que para los machos.

*“El género se entiende como la serie de construcciones mentales respecto a la pertenencia o no del individuo a las categorías dimórficas de los seres humanos: masculina y femenina, así como las características del individuo que lo ubican en algún punto del rango de diferencias”. (Rubio, E., 1994: 34)*

La expresión del género atraviesa toda la existencia humana, y se ve en una gran cantidad de interacciones entre hombres y mujeres entre grupos sociales. Tan importante es este Holón, que conforma la identidad individual misma, pues el género es el referente de nuestra construcción mental interna de ser hombres o mujeres.

Es John Money, quien desde los años 50 y junto con Anne Erhardt en 1972, nos señalan que el género es la mismidad, unidad y persistencia de la individualidad personal, como hombre o como mujer o ambivalente, más especialmente en los planos de la autoconciencia y el comportamiento.

Money señala que la expresión pública de la identidad de género, se llama *papel genérico* y este es dictado por la sociedad; es decir, a que debemos jugar genéricamente mediante guiones predeterminados por ésta, institucionalizando el género mediante estereotipos y guiones que permiten el manejo del poder como regulación de la conducta de lo que deben hacer los hombres y las mujeres.

El concepto de género que considero me es muy útil porque abarca diversos aspectos, ubicando el análisis de la sexualidad erótica, sensual y placentera, de las mujeres mayores desde la diversidad en un contexto histórico y sociocultural, es el de Marcela Lagarde que señala:

*“Más allá de las características biológicas del sexo, existe el género: se trata de un complejo de determinaciones y características económicas, sociales, jurídico-políticas y psicológicas, es decir culturales, que crean lo que en cada época, sociedad y cultura son los contenidos específicos de ser mujer o ser hombre. Los géneros son históricos..., producto de la relación entre biología, sociedad y cultura...; devienen y presentan una enorme diversidad.”*

Lagarde (1990: 165),

### **2.2.3. Holón de la Vinculación Afectiva Interpersonal.**

Los seres humanos somos seres sociales y tenemos la necesidad de relacionarnos con otros seres humanos. En general, no nos gusta estar en la soledad absoluta. La sexualidad no se da en el vacío de la soledad, aún que es verdad que hay juegos eróticos de soledad, como es el autoerotismo (más adelante ampliaré este tema). Los seres humanos establecemos vínculos de

afecto desde el momento mismo del nacimiento, en concreto con la madre, garantizando la sobrevivencia de la criatura recién nacida, lo que le da confianza, estabilidad física y emocional, que le permite una adaptación y desarrollo sanos.

Rubio (1994: 37) define la vinculación afectiva de la siguiente manera: *“...entendemos por vinculación afectiva, la capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausente, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos se derivan”*

El amor es una forma muy cotidiana de establecer vínculos afectivos y la que más se reconoce.

Paradójicamente el amor, como sensación física y afectiva, se puede vivir como la mayor fuente de gozo, alegría y plenitud cuando estamos relacionados con alguien que responde a ese afecto, pero así también puede ser una fuente de gran dolor y desesperación, cuando la persona amada se aleja y nos abandona emocional y físicamente. Algo muy importante es lo que Eusebio llama: *la presencia de resonancia afectiva intensa*. Esta es la que permite que se haga presente por sus significados, la interacción con los otros holones sexuales. *“los seres humanos nos vinculamos gracias a que los afectos provocados por los otros (el o ella) son suficientemente intensos como para tratar de mantenerlos o evitarlos.”*

El amor es una forma ideal de establecer vínculos afectivos. Tanto, que en toda la historia humana este tema ha sido tocado en muy diversas formas de expresiones, como sucede en la literatura, la música, la pintura; es decir en general, por el arte. Pero también ha sido estudiada por diversas disciplinas del conocimiento, como sucede en la psicología, la sociología, la biología, y la antropología.

#### **2.2.4. Holón del Erotismo.**

Lo que se entiende e identifica de manera más común y estereotipada como sexual, es lo referente a lo erótico. Es decir, que se confunde lo sexual con lo erótico y lo identificamos con la respuesta sexual investigada por W. Masters y V. Johnson desde una metodología empírico positivista realizada en su laboratorio en los años '60.

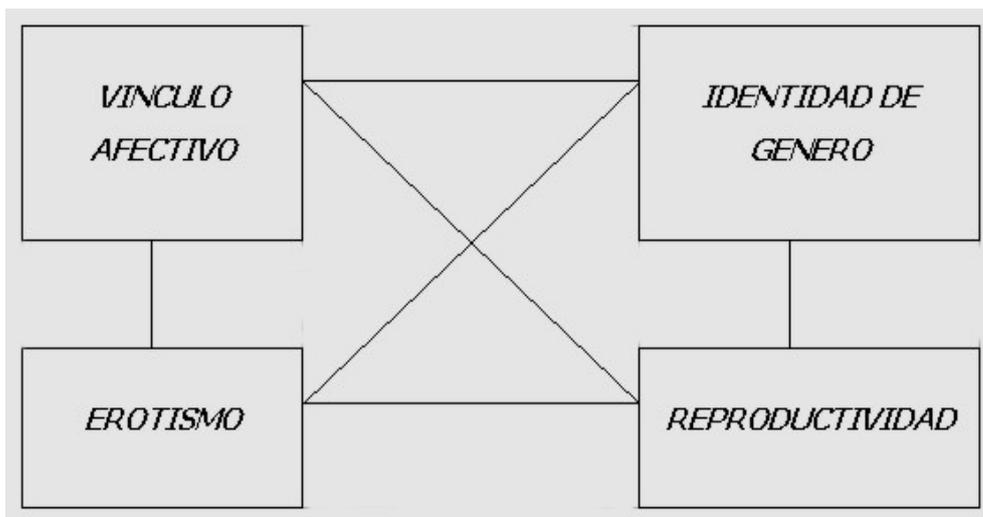
Pero existe otra visión en donde se relaciona lo erótico con la parte referente al amor. Sin embargo, se que se puede tener una experiencia muy erótica sin necesariamente haber de por medio la parte amorosa.

Esto me parece que me hace conocer lo erótico como algo más relacionado con las experiencias de gozo y placer que se pueden vivir en lo individual y subjetivo o también en relación con la otredad. Esto se vive en el cuerpo, en las sensaciones, en toda la piel y tiene un efecto físico y emocional de gran fuerza y poder, que puede, en ocasiones, vivirse de manera pasional.

Para Rubio (1994: 36) el erotismo son *“los procesos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la*

*calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias”.*

Es verdad que el erotismo, como ya mencioné antes, tiene niveles de expresión corporal, pero los emocionales y mentales subjetivos, son vividos a través de sus significados y sus símbolos, por eso son construcciones, si bien muy subjetivas; es decir, desde la persona misma y sus experiencias personales, tiene un matiz de significados sociales que frecuentemente están bajo las regulaciones que hacen que el erotismo sea muy humano como experiencia viva, pero cada sociedad y cada cultura tiene sus propios patrones o guiones eróticos, permitiendo una enorme diversidad en sus expresiones y en sus códigos. Lo anterior hace que se tenga que normar de acuerdo a los valores de cada sociedad y cultura, donde las religiones con valores represivos antiplacer, han jugado un papel muy definido por sus ideologías, tema que trato en el siguiente inciso.



Modelo de los Cuatro Holones Sexuales de Eusebio Rubio (1994)

### **2.3. SEXUALIDADES E IDEOLOGÍAS**

Al reencuentro y relectura del artículo de la Dra. Fátima Flores y Cols. (1994: 203), cuyo título retomo para este inciso, ella nos señala que los conceptos sexualidad e ideología, se *“tejen y entretejen en el imaginario social”* y desde esta perspectiva se puede entender mejor la posición de las mujeres mayores en relación a su sexualidad, erotismo y placer.

Este tema me parece que es de suma importancia porque la sexualidad y sus expresiones corporales y psíquicas, se ven matizadas o inmersas en un sistema de pensamiento que nos señala las concepciones que se hacen sobre la constitución y funcionamiento del cuerpo desde lo sexual y lo erótico, en términos muy amplios. Me refiero a la ideología.

Para apoyar mis planteamientos sobre ¿por qué considero de tanta importancia la ideología en relación a la sexualidad, como algo que va marcando las relaciones entre las personas, el manejo del poder para dominar las ideas, los pensamientos, los comportamientos eróticos y sexuales de las personas, dentro de un grupo social? Retomo al maestro Dr. Alfredo López Austin (1989:9) que considera que *“la ideología es un conjunto sistematizado de representaciones, ideas y creencias que históricamente surgen en una sociedad dada, incluye la visión de la parte centra y más importante del cosmos: el ser humano”*

Aquí se incluye desde actos del entendimiento muy simples, hasta conceptos que son muy complejos y elaborados, desde simples actitudes hasta valores que le dan orden y rigen al grupo social en sus comportamientos.

Los elementos de la ideología están articulados y sistematizados entre sí, proporcionándoles una estructura congruente.

Se incluyen representaciones, ideas y creencias que se condicionan desde lo social y este condicionamiento “no es advertido por el propio productor del proceso ideológico” (Engels, citado por López Austin 1989: 17)

En la ideología se pueden distinguir dos planos, según Limoeiro Cardoso (citada por López Austin, 1989); uno es el abstracto que comprende sistemas articulados de ideas y el otro es el de la actualización de esas ideas, así como su institucionalización.

Cada sistema ideológico tiene como característica que es un conjunto articulado de elementos por formas muy específicas de acción sobre un ámbito en la estructura social.

En interés de este trabajo que me ha planteado la curiosidad y la pregunta de ¿qué pasa con la sexualidad y el erotismo, el placer de las mujeres mayores? Resulta muy importante hacer mención de que papel juega la ideología en la sexualidad de este grupo de personas, dado que aunque esta allí como componente fundamental de sus vidas, no se permite que se exprese o no se considera que sea algo que esté presente en ese momento por las regulaciones sociales, apoyadas y reproducidas, por las instituciones y las personas, estableciéndose un control de gran poder que tiene un sentido de sometimiento y sujeción de la persona desde lo psicológico y lo social; por lo tanto, de las expresiones comportamentales. En el caso de la sexualidad, el erotismo y el disfrute del placer, son particularmente ideologizados como

expresiones no aceptables que hay que controlar y reprimir mediante prohibiciones culpigenizadoras. Esto se logra con bastante eficacia mediante el poder controlador de algunas religiones, que ven a estas expresiones como una amenaza y un peligro destructivo.

Lo anterior, como señalan Fátima Flores y Lorenia Parada (1994); establece conflictos, que en el caso de las mujeres mayores, al no tener los mismos derechos en lo general, en especial en sus expresiones, disfrutes sexo eróticas y de sus placeres, que las mujeres jóvenes, que aunque tampoco tiene mucho espacio en su derecho al placer, al menos si en sus expresiones sexuales reproductivas a las que se les da un enorme valor ideológico desde, por supuesto, la cultura y la sociedad. Entonces las mujeres mayores ya no tiene porque considerárseles sexuadas ni menos gozosas, ya que si lo hacen, rompen el orden, las tradiciones, las practicas incluso morales y familiares, de los papeles que deben jugar estas mujeres mayores, llega a tanto la ideología que controla el comportamiento, que incluso la investigación científica en los campos de la psicología, la sociología, la antropología, el feminismo no han considerado el estudio de las mujeres mayores en general y en especial de su sexualidad, su erotismo y el goce de los placeres sensuales. De tal suerte, que los sistemas sociales de poder, como la iglesia, la familia, el matrimonio y las instituciones de salud y educación no dan ningún espacio para estos temas que son tan importantes para la salud mental, psíquica y sexual de las mujeres mayores. El poder ejercido por dichos sistemas de controles sociales, tiene entonces implicaciones ideológicas sexuales muy poderosas, que como bien

señalan Flores y Parada (1994: 209) *“se han ido conformando por medio de representaciones sociales, de procesos identificatorios, que van articulando una subjetividad, un pensamiento y un determinado comportamiento social, dejando la huella en el registro del imaginario y organizando la pertenencia individual a una categoría social”*

Ahora bien, para lograr con una ideología liberadora y equitativa, un auto – reconocimiento por parte de las mismas mujeres mayores en relación a su derecho para expresarse sexualmente desde el placer y el erotismo a favor de su salud sexual, - así como que esto sea también reconocido por la sociedad -, estoy totalmente de acuerdo con estas autoras (1994: 210), en que requerimos de *“una de – construcción de la subjetividad marcada por las identificaciones, por las representaciones de “legitimidad” social que permitan una reconstrucción de la subjetividad femenina, considerando nuevos elementos de las relaciones sociales, los caminos para llevar a cabo esta deconstrucción – deconstrucción, pueden ser múltiples”* y con ello podemos *“interpretar y valorar la realidad externa e interna en el espacio que cada sujeto ocupa y la manera como interioriza la normatividad cultural. Espacio que cada individuo se representa y al cual le dará significado”* para lograr el cambio de actitud y comportamiento ante el placer y el gozo eróticos de las mujeres mayores - *El erotismo y el Derecho al placer (acuerdos de Valencia 1997; Montreal 2005; FEMESS, 1998)*

#### **2.4. EROTISMO**

Erótica es un concepto colectivo y viene del griego erotikon y del latín eroticum, (no tiene plural). Con estos términos se dice del conjunto de objetos,

acciones, comportamientos corporales, relacionados en general, como representación simbólica de la pasión amorosa humana, vinculados a aspectos físicos, sensuales, afectivos, fantasías, deseos, amor pasional y que se ha personificado en el dios griego Eros.

De manera muy importante se ha ubicado en el mundo de lo simbólico como sucede en el arte: en la pintura, la literatura, la música, el cine, la poesía, el baile, las fantasías, la escultura, la moda, la comida la bebida e incluso en expresiones religiosas como lo expresado en los escritos místicos de Santa Teresa de Jesús y San Juan de la Cruz etc. (Wikipedia, consultado el 30-5-2011)

Según los planteamientos más freudianos, el erotismo emana de la libido y de nuestras zonas libidinales en relación no solo con el sexo (genitalidad) sino también con la parte pasional y amorosa que enciende en el cuerpo una gran energía vital que puede tocar los límites de lo espiritual, contrariamente a lo que plantea la religión católica de ver lo erótico como algo “carnal” bajo y sucio.

Como podemos darnos cuenta, lo erótico, resulta difícil de definir, desde siempre, dado que este tema es tan controvertido en la historia y en la vida de todos los seres humanos.

*“Puede decirse del erotismo que es la aprobación de la vida hasta la muerte”* Bataille (1980: 23)

El erotismo surge de la dialéctica entre lo continuo, considerado como el ser y lo discontinuo, que se refiere al sujeto que siente el deseo de la continuidad, esto es el deseo de muerte, pero el ser humano por un lado

anhela y por otro teme a la continuidad, ya que es un ser separado, discontinuo, dándose una paradoja. Si el temor a la continuidad es lo que prevalece, entonces se da el tiempo profano; es decir tiempo cotidiano, común, sin importancias ni alternativas que se torna opaco, que se anhela por su aparente predictibilidad estable. Si lo que prevalece es el deseo, el deseo de la continuidad, que va a irrumpir a través del temor, entonces se da el tiempo sagrado, el de las transgresiones y las fiestas, de los sacrificios y de la licencia sexual, donde se dan expresiones más abiertas, cosa que se teme y se anhela, se desea por la novedad, lo diferente lo momentáneo.

Bataille (1970: 28) hace un análisis de tres tipos de erotismo: *a) el de los cuerpos; b) el del corazón y c) el erotismo sagrado.*

El erotismo de los cuerpos se refiere a una paradoja de nuevo, es un movimiento donde la desunión de los cuerpos busca la continuidad del ser por medio de una desesperada unión; es decir, la continuidad del ser, buscando más allá de lo propio del sí mismo, quiere encontrar ese bloque originario sin división, pero que no se puede lograr, porque sería tanto como morir y si eso se da, entonces paradójicamente, no se conseguirá nunca. Pero esta situación da la oportunidad, “*en el límite*” de desfallecer, de anhelo, por su imagen, por su presencia – ausencia, su ausente presencia, como que se siente una “*pequeña muerte*”, por ese anhelo de: se acerca y se aleja, está y no está; aquí considera el autor, que la violencia es el principal atributo de esta voluntad de disolver lo constituido, buscando lo continuo, Bataille (1980: 31) señala que “*toda actuación erótica tiene como principio una destrucción de la estructura del ser*

*cerrado*” Se presenta la desnudez, la obscenidad, las figuras del desenfreno, incluso el sadismo y el masoquismo, como formas de esta voluntad expresiva del deseo de muerte. “*Lo que está en juego en el erotismo es siempre una disolución de las formas constituidas*” (Bataille, G., 1980: 32)

El erotismo del corazón, según Bataille (1980), consiste en la búsqueda de la unidad rota por la discontinuidad, mediante la pasión amorosa. De nueva cuenta está la “*búsqueda de un imposible*” de allí que lo que distingue la pasión es un halo de muerte y se trata de unirse a la persona amada. Necesitando tanto, ser amado, será la única forma como puente posible para salir de la angustia de la soledad humana. A la sola idea de perder a lo amado, surge el terrible fantasma de la muerte como realidad, entonces el objeto amado (él o ella) es la imaginaria unidad que se anhela, se busca afanosamente, y la discontinuidad está marcada por la ausencia de lo amado que evidencia la soledad y se agudiza puede llegar al límite del deseo de morir. Pareciera que la vida sin el ser amado no vale la pena de ser vivida y será mejor morir.

El erotismo no es la anulación total, ni pérdida en sí o una fragmentación sin final. Sin embargo, el erotismo si es un proceso dialéctico, entre continuo y discontinuo.

Aquí resulta muy relevante que yo señale el hecho de que las mujeres adultas y mayores, que tienen una actividad propia, con voluntad propia, con profesión propia, no se sienten aniquiladas, y se recuperan mucho mejor, si la persona que ama no esta cercana o definitivamente se aleja. Lo anterior me es muy claro, por mi experiencia de muchos años de trabajo como psicoterapeuta

sexual y de pareja, así como en las historias de las mujeres mayores entrevistadas.

Algo que también resulta muy importante, es reconocer que en el erotismo sensual existen vínculos poderosos, en especial para las mujeres, pues esto permite una continuidad erótica; mediante sentir los olores que erotizan; una piel que siente texturas, temperaturas, geografías corporales; donde tacto y olfato significan continuidad, cercanía erótica; también los sonidos amoroso – eróticos significan placer y sensación emocional, de ser deseada de manera más continua, cercana, por la pareja. En estas sensaciones está entornado el placer, el deseo erótico y las emociones amorosas.

El gozo sexual ha sido cantado con gran naturalidad en la poesía de todas las culturas (Anaya, 2006) y es en la actividad erótica en la que los seres humanos más hemos estimulado con mayor creatividad, todos y cada uno de los cinco sentidos que tenemos. Desde siempre en la historia de las civilizaciones, los seres humanos han acompañado sus rituales amorosos, eróticos y sexuales, de toda clase de sonidos, acordes, ritmos, música, cantos, aromas, danzas. En esa atmósfera de desorden y turbulencia, regocijo e intensidad que induce al erotismo, transmite a la música todo su carga energizadora, y ésta a su vez, animada de esa energía, aviva la imaginación erótica. Como una pareja perfecta se alimentan mutuamente.

De acuerdo con Francesco Alberoni (1986), el erotismo es una forma de conocimiento, el del cuerpo, el nuestro. Convirtiéndose así nuestro cuerpo, en un objeto de conocimiento erótico.

Puedo concluir que el erotismo es una vivencia inmediata intensa, con su expresión física – corporal de las sensualidades, que están llenas de significados como experiencia interior emocional afectiva, donde existe una disposición al goce y al placer sexuales, además de estar matizado con fantasías y las expresiones diversas en el arte.

## **2.5. EL PLACER**

Considero que el placer y el erotismo son fuente de energía vital, que las mujeres tenemos derecho a cultivar, vivir, explorar, conocer y que si nos centramos en este placer erótico, podemos romper y hacer a un lado las estructuras ideológicas patriarcales, que nos han metido en un doble juego, muy lleno de tensión, culpas, angustia y ambigüedades; como es, vivir nuestra sexualidad desde las sensaciones placenteras, pero llenas de peligros, represiones, limitaciones, impedimentos y sometimientos al poder.

Por mi trabajo de más de 30 años como psicoterapeuta sexual, coincido con Carole Vance (1989) y con Fina Sanz (1997, 2007) que el placer tiene todas las posibilidades positivas para descubrir y desarrollar una salud sexual valiosísima, mediante la exploración del propio cuerpo, el conocimiento de la persona misma por el encuentro sensual de nuestros cinco sentidos, a favor de la intimidad, la curiosidad por seguir en una aventura, la geografía corporal, las emociones que esto genera por sus significados gozosos, los vínculos y el contacto humano positivo. Todo lo anterior proporciona una energía vital, que en el caso de las mujeres y en especial, las mayores, les permite una

integración de su sexualidad con su fuerza de individuación; es decir, el encuentro consigo mismas y su identidad propia.

Aunque lo anterior no quita la parte negativa oscura de la sexualidad, como es la violencia sexual, de género y que la tradición judeo-cristiana además plantea el placer como un pecado, algo de lo que hay que sentirse avergonzado, llenarse de culpa si tenemos esas sensaciones y esos deseos por el placer, arrepentirse de sentirlos; por ello expiarlos con el castigo de la culpa y la represión. En esa tradición, el placer es visto y vivido como una amenaza, un peligro, que hay que combatir, reprimir, ponderando el sufrimiento, el dolor, como valores espirituales relevantes, mediante cultivar, imponer, implantar, desde una ideología normativa hacia la humillación, el displacer, el sometimiento a los mandatos del poder patriarcal.

Sin embargo, los efectos positivos del placer son tan importantes, en el trabajo con las mujeres, en especial con las mayores, mediante la Terapia de Reencuentro, que se han visto reflejados en la salud mental, física, social y psíquica de ellas en muchísimos grupos que hemos trabajado todas las compañeras que nos hemos capacitado en esta metodología terapéutica, tanto en México como en España.

Como bien señala Félix López (1996) El deseo tiene dos caras que son *el* placer y la felicidad. Sin el goce del placer, las personas se hunden en problemas emocionales muy severos de infelicidad y confusión, de disminución o falta de deseo, por ende falta de sentido en la vida, donde la salud mental, los vínculos de afecto, el contacto consigo mismas, las inestabilidades emocionales,

la tristeza y la depresión, cobran un precio muy alto, que en las mujeres mayores se ve reflejado en una sensación dolorosa de soledad y vacío.

Las mujeres mayores pueden caminar por ese laberinto (Sanz, F., 2002) del dolor, la culpa, el sufrimiento como valores de sacrificio y de la supuesta y falsa elevación espiritual, donde la contradicción está presente, en cuanto vemos que el alma se debilita, y no hay un crecimiento personal, mucho menos espiritual, si falta el deseo y el erotismo gozoso junto con la sensualidad, cuando estos son extinguidos y reprimidos desde los niveles, interno personal, el relacional y el social.

Aquí, entonces no solo lo propongo, sino que ya trabajo con las mujeres en general, pero muy especialmente, con las mujeres mayores, el cultivo del placer, su búsqueda, su encuentro, sus ganancias físicas, emocionales, individuales, sociales de interacción colectiva, para verlo desde otra posición, desde la de ser mujeres subversivas; es decir, subvertir el orden y las normas de la ideología del poder patriarcal. Este tema lo desarrollo al final, en las conclusiones de este trabajo

Nos damos cuenta de inmediato que el placer es un derecho al que tenemos que acceder, del que nos tenemos que apropiarnos y que las mujeres mayores pueden y deben encontrar y disfrutar.

Pero también el placer es un bien y un valor, que lo coloca fuera del contexto de la dualidad; es decir, al conceptualizar al cuerpo y sus sensaciones placenteras como un todo, esencia y base de la mismidad y del encuentro con la identidad como personas. Lo anterior se ve apoyado en los planteamientos de

Patricia Corres (1996: 13) en su capítulo – *El placer y sus Significados* – donde señala : “Desde la filosofía antigua del occidente europeo, aparece el placer como bien supremo de la ética hedonista. El hedonismo, por tanto, designa una concepción moral que identifica el bien con el placer”, apoya un cambio de perspectiva ante el concepto del cuerpo doliente, sufrido, castigado, culpado y culpígeno, sin placer; hacia la búsqueda del placer como algo más profundo emocionalmente, vinculante con la otredad desde el reconocimiento de la mismidad y la consciencia, en el caso de las mujeres, de si misma como persona sensual también al arribo de la época de mujer mayor, donde como señala Federico Nietzsche (citado por Corres, P., 1996: 19) “*las experiencias placenteras representan un valor para el desarrollo armónico del individuo*”.

En mi experiencia profesional y ahora en las entrevistas a las mujeres mayores, compruebo que son las mujeres las que buscan el placer, que son las que incluyen e integran el espíritu y el cuerpo como parte de su conocimiento de una nueva identidad, alejándose de la disociación y la dualidad, planteada por Descartes en el siglo XVII, que tanto daño nos ha hecho. En especial las mujeres mayores, se reconocen como una totalidad, que mediante el placer global y la experiencia sensual les permite (Sanz, F., 1997; González, S., 1994; 2000; 2004), contactar todo su cuerpo, no solo genitales, viviendo una experiencia de asociación integradora con todo su ser, físico, psíquico, emocional, interno, relacional y social.

Considero que el cuerpo castigado, el placer anulado y no vivido, genera mucho malestar y una desconexión con lo espiritual. Sí en cambio, el cuerpo al

liberarlo de esas estigmatizaciones, dándole un lugar al placer vivido en una sexualidad placentera que integra a la persona, permite que se conecte el cuerpo con la espiritualidad, otorgándole a las mujeres mayores crecimiento, autoestima, bienestar, hacer un reconocimiento entre la continuidad, la discontinuidad, que le da equilibrio a las vivencias placenteras.

## ***2.6. LA TERAPIA DE REENCUENTRO EN LA TERAPIA SEXUAL Y EL EROTISMO EN LAS MUJERES***

Debido a la relevancia de la perspectiva de la Terapia de Reencuentro (Fina Sanz, 1997), por su aplicabilidad teórico – práctica en el trabajo de los talleres con las mujeres mayores y sus cuerpos sexuados eróticos. Así mismo, por el sufrimiento y los problemas relacionados con la sexualidad de las mujeres mayores traídos a la consulta, son temas que se tornan complejos porque están rodeados de diversas facetas y aristas, que los hacen dolorosos y llenos de angustia, en especial para las mujeres mayores, quienes tienen ideológicamente más restricciones.

Por ello, es que considero que esta perspectiva, me permite entornar conceptos que dan luz para entender lo que las mujeres mayores me contaron en las entrevistas. Aquí le doy el espacio a esta metodología de trabajo tan valiosa, comparandola con otras aproximaciones conceptuales de terapias sexuales.

Empezaré señalando que, un síntoma sexual no es un síntoma como los demás; frecuentemente es una enfermedad grave, una desventaja es que repercute en la vida mental, emocional, profesional y familiar. La desaparición

del síntoma sexual no conlleva la aparición de otros síntomas, por el contrario hace que desaparezca todo tipo de síntomas, de los cuales las y los consultantes no habían hablado hasta ese momento (Guilhot, M. A. y Letuvié, A., 1980)

Haciendo un poco de historia, es en la década de 1960 a 1970, que aparecen los primeros reportes de dos investigadores extraordinarios William Masters y Virginia Johnson en su obra fundamental titulada "*Incompatibilidad sexual humana*", (1970) quienes proponen desde entonces el trabajo pionero, con lo corporal y psicosensores, para tratar las disfunciones sexuales, descritas por estos autores pero con un componente más conductual, donde se daba poca importancia a las emociones.

Un poco antes de ellos, los problemas y las disfunciones sexuales eran tratados por la psiquiatría o el psicoanálisis, mediante tratamientos muy largos, puramente verbales y sin ninguna metodología específica que guiara procedimientos sexoterapéuticos y por tanto sin éxito alguno y si con muchos malos entendidos, interpretaciones erróneas y pocos elementos surgidos de la fenomenología sexual como tal.

Se intelectualizaba, verbalizaba demasiado; en ese entorno el cuerpo y las emociones no eran tomados en cuenta para nada.

En la terapia sexual, el tratamiento mediante el trabajo verbal, es muy importante pero no es suficiente, ni el único método. Las respuestas y soluciones terapéuticas para las disfunciones sexuales, resultan más eficaces cuando se incluyen técnicas y métodos diversos, que incorporen de manera

importante el trabajo con el cuerpo. Este tema lo ampliaré más adelante, al plantear la Terapia de Reencuentro de Fina Sanz.

Ahora bien, pongamos atención a algo importante, reflexionemos:

*“Justo en este momento, allí en el lugar preciso en el que te encuentras, hay una casa que lleva tu nombre. Tú eres la única persona propietaria de esa casa, pero hace mucho tiempo que has perdido la llave. Por eso permaneces fuera y solo conoces la fachada, no habitas en ella. Esa tu casa que alberga tus recuerdos más olvidados y más rechazados, es tu cuerpo”* (González, S., 2008); cuerpo que tiene memoria, está movido en el miedo, la culpa, el asco y la vergüenza (Bertherat, T. y Bernstein, C., 1980).

Se dice que *“Si las paredes oyesen...”* y en la casa que es tu cuerpo, sus paredes sí oyen, han pasado muchos años en tu vida y ya eres una mujer mayor, han oído todo y no han olvidado nada, esas paredes son tus músculos. Apenas y te acuerdas que existen cuando te duelen, cuando estas en tensión y te duele la espalda o el cuello, o tu sexualidad sufre o está dormida, en tu cuerpo maduro, se revela toda tu historia, desde que naciste y hasta el día de hoy a tus 60, 70 u 80 años de edad” (González, S., 2008)

Sin que te hayas dado cuenta, desde el primer mes de vida ese tu cuerpo reaccionó a las presiones, usos y costumbres, valores y principios de tu familia, de la sociedad y de la moral en la que te tocó nacer y vivir a través de los mensajes implícitos y explícitos, “Ponte así o asá”. “¡No te toques allí!”. “¡No te

muevas!”. “¡Muévete más!”. “¡Apúrate!”. “¡Cálmate!”. “¡Deja eso no lo estés tocando!”. “¡Sonríe!”. “¡Estate seria o serio!”. Y el cuerpo confundido, ha obedecido y se sometía como podía. Para conformarse, tuvo que deformarse. Eres ya una mujer mayor y ahora te impiden expresar tu erotismo, tu sensualidad, que allí estan, porque ya la piel y los músculos están sin la firmeza de hace 15 o 20 años, eso la sociedad no lo perdona y si lo critica, lo ve mal, pero ¿qué vas a hacer con tus sensaciones que sí están presentes, te vas a conformar de nuevo para sobrevivir a las costumbres impuestas por la sociedad?

El verdadero cuerpo que es armonioso, dinámico, alegre de manera natural, se ha visto sustituido por un cuerpo extraño que se acepta mal, se niega y se rechaza, se llena de sentimientos de culpa y vergüenza.

Sin embargo, nunca es demasiado tarde para liberarse de la programación donde leemos a Fina Sanz (1997) que nos señala lo siguiente:

Ψ La TRADICIÓN CULTURAL valora el dolor y castiga e impone miedo hacia el placer;

Ψ La SOCIEDAD es jerárquica patriarcal en una relación de dominación-sumisión y poder;

Ψ Las SUBCULTURAS femenina y masculina consideran a la primera inferior y a la segunda predominante y la erótica femenina es globalizada y la erótica masculina genitalizada, mediante:

Ψ Los AGENTES SOCIALIZADORES, la sociedad educa a sus individuos transmitiéndoles valores normas y principios que regulan el comportamiento y reproducen el sistema social.

Ψ La PERSONA construye su personalidad por la intervención de todos los elementos de la tradición cultural, de la sociedad, de las subculturas femenina y masculina que incluye las relaciones de género, los valores sociales, los guiones de vida; conformando el psicoerotismo tanto femenino como masculino.

El cuerpo es el espacio mínimo que ocupamos en el mundo, y nuestra historia la podemos conocer mediante nuestro cuerpo proyectandonos hacia los demás y al mundo (Saenz, F., 1997). El cuerpo tiene memoria, y la piel también (Prosser, J., 2001) y esos recuerdos, inconscientes y conscientes, nos marcan la extensión de nuestro deseo, el placer, el erotismo y la sensualidad, expresados a través del mismo, para beneficio de nuestra salud emocional y sexual

Ahora bien, para trabajar con el cuerpo como una integración psicocorporal, han surgido ya hace varias décadas; en tiempos más recientes, diversas formas y métodos psicoterapéuticos que trabajan con el cuerpo y la integración de las emociones a estos procesos corporales. Una propuesta pionera en este campo, son los trabajos desarrollados por Helen S. Kaplan (1974), donde ella proponía ya ejercicios corporales que tomaba en cuenta la psicodinámica de la pareja y las fuentes inconscientes del problema sexual; así mismo, esta autora nos proporciona por primera vez una definición más congruente y explícita de lo que es la terapia sexual. El impacto terapéutico se apoya en algunas tareas

eróticas específicas que realiza la pareja, dentro del espacio de la casa. De esta manera la terapia sexual es definida por Helen Kaplan, en su obra *La nueva terapia sexual* (1978: 11) como “el uso integrado de experiencias sexuales sistemáticamente estructuradas y, al mismo tiempo, la realización de sesiones terapéuticas conjuntas lo que constituye la principal diferencia y el rasgo específico de la terapia sexual.”

María Flaherty (1979) y su trabajo sexoterapéutico con grupos de mujeres anorgásmicas y el placer sensorio - sexual, ya con un matiz de género. Enfoque en el cual me entrené como terapeuta sexual hace más de 25 años.

Marie-Aimée Guilhot y Alain Létuvé en 1980 trabajaron de manera muy sistemática y con excelentes resultados la terapia sexual en grupo.

Lonnie Barbach (1981) quien combina varias técnicas psicoterapéuticas y sexológicas en el trabajo con mujeres y el placer orgásmico.

La Terapia Psicoenergética de Navarro Arias (2007) que es un método de psicoterapia corporal para integrar las emociones y el cuerpo.

Ahora bien, refiriéndome a la Terapia de Reencuentro (Sanz, F., 2008) cabe señalar que es un modelo clínico en psicoterapia y sexología, pero que de manera muy eficaz se puede aplicar en educación para la salud, tanto a nivel individual como en el trabajo comunitario; así mismo, le he encontrado una utilidad y aplicación extraordinarias en la terapia de pareja.

La Terapia de Reencuentro tiene un marco teórico y una metodología de trabajo que permiten un trabajo muy completo e integrador mediante los

conceptos que dan una estructura al ser humano en sus aspectos físicos, sexuales, mentales, emocionales, sociales espirituales y comportamentales.

La Terapia de Reencuentro permite un trabajo con la psicosexualidad individual, dentro de una estructura social y cultural, partiendo de la integración de tres espacios que atraviesan nuestra vida, en particular nuestra sexualidad de mujeres mayores.

¿Qué pasa con el psicoerotismo femenino?

Desde esta perspectiva, Fina Sanz (1997) considera que algunas mujeres – todavía hoy – están alienadas de su erotismo, por qué teniendo un mundo propio de sensaciones placenteras, no se apropian de él – o como señala Fina – lo rechazan o pretenden imitar el mundo erótico del hombre.

Algo muy importante que he encontrado en la Terapia de Reencuentro, es que a diferencia de otras aproximaciones psicoterapéuticas donde se trabaja sobre el dolor y la enfermedad, acá se enfatizan los aspectos positivos, placenteros, de gozo de la sexualidad; lo mismo que el desarrollo sexual personal, el establecimiento de relaciones justas y equitativas; dentro de **los espacios, interno, relacional, social**; que favorezcan el buen trato, la convivencia, el respeto en la pareja entre las personas y con la persona misma.

Esta terapia busca el reencuentro:

- *Con uno misma/o como persona integrada, unificando la mente, el cuerpo y las emociones, los vínculos eróticos.*
- *Como persona sexuada, que es femenina y masculina en un reencuentro con el placer, el gozo y la plenitud integrados.*

- *Con el otro sexo, con los hombres y las mujeres, desde una perspectiva de equidad de género y Buen trato.*
- *Con lo otro, lo diferente, con otros pueblos, con otras culturas.*
- *Con nuestras heridas emocionales para poder sanarlas y sanarnos.*
- *Con un buen equilibrio y reconocimiento de la importancia de la fusión y la separación en los vínculos amorosos.*

Cada persona ha de buscar su propio camino, que favorezcan mutuamente la armonía, el crecimiento personal y la creatividad, el buen trato, el equilibrio personal, el relacional y el social. Es posible que en ésta búsqueda, se entre en laberintos que son dolorosos, prolongados, de trayectoria muy individual y personal.

*“El cuerpo es el lugar que ocupamos en el mudo. Es un cuerpo físico, sexuado, sensitivo, mental y emocional, espiritual y social. Con él sentimos, pensamos y nos relacionamos con los demás. El cuerpo tiene un lenguaje que puede ser verbal y corporal” (Sanz, F., 1997: 147)*

Nuestro cuerpo físico es sexuado y con él tenemos sensaciones, placeres, gozos, nos erotizamos, nos relacionamos con la otredad; si así lo decidimos, nos podemos reproducir. Lo podemos mover de manera creativa para el encuentro con el placer, materializando en él, el erotismo y la sexualidad que viene desde el imaginario, que nos podrá llevar a un placer y excitación global, no solo genital.

La Terapia de Reencuentro no solo aborda o atiende a los síntomas, sino también se interesa por los procesos psicodinámicos que intervienen en los conflictos de género; así como, la influencia de los modelos psicosexuales interiorizados desde la socio-cultura. Al trabajar el autoconocimiento para el reencuentro, se promueve el cambio; Fina nos ha hecho mucho énfasis en la transformación para lograr una vida – en general – más en paz satisfactoria y con buen trato, especialmente la vida sexual; abordando actitudes y comportamientos que permitan una integración de los espacios ya mencionados anteriormente: el social, el relacional y el interior.

Todo lo anterior, se trabaja mediante herramientas metodológicas que se emplean tanto individualmente como en pareja y en talleres grupales, donde se experimentan los procesos y conceptos, que no solo se quedan en lo conceptual teórico racional, sino que se trabaja con el cuerpo y con ejercicios vivenciales sencillos pero muy poderosos, dotando a las personas que trabajan con sus sexualidad dentro de la Terapia de Reencuentro, de herramientas de autoayuda que se pueden utilizar como recursos en la solución de sus problemas y dificultades para transformar el síntoma y el dolor en un reencuentro con el placer integrador, así como en el conocimiento individual y relacional, en los conflictos de pareja y en el manejo corporal del psicoerotismo; logrando entonces el REENCUENTRO CON EL PROPIO CUERPO SEXUADO, mediante el autoconocimiento recuperando la propia sexualidad desde una perspectiva positiva y de buen trato, en el encuentro con las sensaciones placenteras, la sensualidad, que también incluye el aspecto espiritual.

Al propiciar el trabajo de integración por supuesto que se logra reencontrar nuestra feminidad y masculinidad integrándonos como personas.

En el caso de las mujeres mayores, interés de este trabajo, ellas integran las experiencias eróticas, sexuales y placenteras en sus **espacios: interno, relacional y social** de manera muy gozosa y espiritual; como se verá en las entrevistas que realicé a mujeres de 60,70 y 80 años de edad, reencontrando su propio cuerpo erótico que hace que las mujeres se sientan más identificadas con su propia identidad femenina

## **2.7. LA SALUD SEXUAL Y EL PLACER COMO UN DERECHO HUMANO FUNDAMENTAL.**

El placer provee de elementos indispensables para promover la salud sexual en los seres humanos.

En la ponencia que presentó Eusebio Rubio, en la sesión de homenaje a Juan José Borrás, durante el VII Congreso de Mundial de Salud Sexual, efectuado recientemente en junio 2011, en la ciudad de Glasgow; nos relato que la Organización Mundial de la Salud, OMS, en 1975 señalaba lo siguiente: *“La Salud Sexual es la integración de los aspectos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual, en formas que son positivamente y que enriquecedoras que realza la personalidad, la comunicación y el amor. Es fundamental a este concepto el derecho a la información sexual y el derecho al placer”*. Pero entre el 2002 y el 2006 el concepto cambió de manera más favorable, amplia e incluyente, señalando que:

*“La salud sexual es un estado de bien estar físico, emocional, mental y social, relacionado con la sexualidad:*

- ✓ *No es meramente la ausencia de malestar, disfunciones o enfermedades.*
- ✓ *La salud sexual requiere una aproximación positiva y respetuosa hacia la sexualidad y las relaciones sexuales.*
- ✓ *Así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de coerción, discriminación y violencia.*
- ✓ *Para alcanzar y preservar la salud sexual, los derechos sexuales de todas las personas deben ser respetados, protegidos y cumplidos”.*

Con lo anterior la Asociación Mundial para la Salud Sexual considera que los derechos sexuales son el concepto clave para diferenciar que es saludable de lo que no lo es.

En relación a los derechos sexuales, ha habido pronunciamientos colectivos donde se han hecho públicas las declaraciones de principios y esto ha sido a nivel tanto nacional, como es la Federación Mexicana de Educación Sexual y Sexología FEMESS en los años 90; e internacional, como la World Association for Sexual Health WAS en dos congresos mundiales, el 13° Congreso Mundial de Sexología de Valencia, España, 1997 y el XVI Congreso Mundial de Sexología de Montreal, Canadá, 2005; en el año del 2000 en la Reunión de Consulta convocada por la OPS y la OMS, en colaboración con la

Asociación Mundial de Sexología, WAS, celebrada en Antigua Guatemala, Guatemala. En estos foros se fueron planteando declaraciones que fueron dando cabida, cada vez con mayor claridad y énfasis, al derecho del placer.

Solo haré mención a los principios referentes al tema del placer. En dichas declaraciones se estipula lo siguiente:

FEMESS de inicio señala en el punto número uno que:

*“El desarrollo de toda persona requiere de una vivencia de la sexualidad libre de conflicto y angustia, que posibilite su crecimiento individual y su acceso al placer sexual”.*

La Declaración de Valencia 1997 señala en su introducción lo siguiente:

*“El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psíquico, intelectual y espiritual. Es parte de una sexualidad libre de conflictos y angustia, promotora del desarrollo personal y social”.*

*Por lo tanto proponemos que la sociedad cree las condiciones dignas donde se puedan satisfacer las necesidades para el desarrollo integral de la persona y el respeto de los siguientes DERECHOS SEXUALES inalienables, inviolables e insustituibles de nuestra condición humana.*

A partir de aquí, se presentan 9 derechos, de los que solo retomo el número 2.- *“Derecho a la autonomía, integridad y seguridad corporal. Este derecho abarca el control y disfrute del propio cuerpo libre de torturas mutilaciones y violencia de toda índole”.*

En la frase final de la Declaración de Valencia dice: *“La salud Sexual es un Derecho Humano Básico, Fundamental”* siendo esta frase de suma importancia por la trascendencia que tiene el ejercicio de una sexualidad que implique la salud sexual.

En la reunión de Antigua Guatemala también hacen una Declaración de los Derechos Humanos y desde la presentación o introducción señalan lo siguiente: *“La sexualidad es una parte integral de la personalidad de todo ser humano. Su desarrollo pleno depende de la satisfacción de necesidades humanas básicas como el deseo de contacto, intimidad, expresión emocional, placer, ternura y amor”*.

Más adelante se señala en el punto número 2.- *“El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo. Este derecho incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual dentro del contexto de la ética personal y social. También están incluidas la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación y violencia de cualquier tipo.”*

Pero es más explícito el número 5.- *“El derecho al placer sexual, Incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psicológico y espiritual”*.

Otro punto que toca el tema de manera tangencial es el número 6.- *“El derecho a la expresión sexual emocional. La expresión sexual va más allá del placer erótico o los actos sexuales. Todo individuo tiene derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional y el amor”*.

Pero un avance en la perspectiva de los derechos sexuales, queda manifiesta en el trabajo que hicimos varios grupos de reflexión durante el Congreso de Montreal, en donde yo participé en el grupo que trabajamos el placer como un derecho sexual y que se vio manifiesto la Declaración de Montreal Canadá en el 2005, en el punto número 8, menciona lo siguiente: *“Lograr el reconocimiento del placer sexual como componente de bienestar. La salud sexual es más que la ausencia de enfermedad. El placer y la satisfacción sexuales son componentes integrales del bienestar y requieren su reconocimiento y promoción universal”*.

Es claro el reconocimiento y la importancia que se le ha dado al placer dentro de los grupos de profesionales que trabajamos en el campo de la sexualidad humana.

Para concluir, en relación al placer considero que es muy importante tomar en cuenta todas las posiciones y principios tratados en éste capítulo, porque me proporcionan un marco conceptual de referencia que le da valor y reconocimiento al placer sexual y por lo tanto al trabajo que presento aquí. Las tomo como puntos referenciales básicos para darle entorno al análisis de las entrevistas que hice a las mujeres mayores.

## ***CAPITULO III***

### **NUESTRO CUERPO: SUS PLACERES Y SIGNIFICADOS EN EL EROTISMO Y LA SEXUALIDAD.**

*“El erotismo es una fuente de poder  
y de información en nuestras vidas,  
que puede proveer la energía  
que necesitamos las mujeres  
para el cambio”*

*Andre Lorde 2003*

(citado por Freixas, A., Luque, B., y Reina, A. 2010: 48)

*“Que tus ojos nunca estén más abajo que tu corazón.”*

*Oscar Chávez, 2009*

En este capítulo, además de desarrollar en cada uno de los cuatro incisos, nuevas reflexiones sobre las mujeres mayores, incluyo escritos que he hecho antes sobre estos temas y que he considerado interesantes e importantes para el presente trabajo. El primero, se refiere al cuerpo como lugar de encuentro y expresión de la sexualidad, la sensualidad y el erotismo. El segundo, dentro del inciso 3, describo el trabajo de los talleres que he hecho con mujeres mayores, su erotismo y su sexualidad. Y el tercero se refiere a mi trabajo sobre el autoerotismo que aparece en el inciso 4.

### **3.1. El Cuerpo, ese Pequeño Espacio que Habitamos: Breve Recorrido por sus Determinantes Históricas.**

*“Mi cuerpo es la gran experiencia universal, es tierra, es aire, es fuego, es agua, es.... Espíritu”*

*Selma González Serratos.*

El cuerpo, históricamente desde la cultura judeo cristiana, ha sido visto como una cárcel y sepulcro del alma, pero con una mirada ideológica diferente, desde los estudios, feministas, sexológicos, antropológicos, históricos, psicológicos; considero que ahora el cuerpo es la persona misma y que muy hermosamente señala Antonio Gala (1992) *“Está ahí, erigido, no vehículo ya, sino manifestación de cuanto somos. No animado, sino forma indefectible del alma”*. El cuerpo es un camino y casa o posada del espíritu.

*“Pero el amor, que por medio del cuerpo – de su lengua, de su mirada, de sus miembros – se expresa y se concreta.*

*Recibe su llamada y la responde. Con emoción y a veces con el sexo”*.

Parafraseando a Pascal, podemos decir que *“El cuerpo tiene razones que la razón no entiende”*

La reflexión es intentar darle a la existencia corporal un sentido más pleno más cercano a la libertad y sacarla de las cárceles ideológicas que la aprisionan.

Es paradójico que siendo el cuerpo el lugar que habitamos, que está lleno de simbolismos y significados psicosociales, que lo construimos desde la subjetividad; es sin embargo, el gran olvidado, el más enajenado, el más constreñido, reducido a maniobras medicalizadoras o psicologizadoras.(Freixas, A., Luque, B., y Reina, A., 2010)

Aún así, el cuerpo se resiste a las cosificaciones, nos envía señales, mensajes de protesta; expresadas en síntomas, malestares; en espera de que lo entendamos y lo decodifiquemos para su liberación humanizada.

Se nos enseña ahora por las presiones familiares sociales y mediáticas, a parecer más que a ser, a lograr más que a disfrutar, a actuar bajo el principio del deber ser, más que a sentir, sensual y placenteramente.

*“El cuerpo como vivencia existencial, como sujeto primordial, el cuerpo que desea y siente – a diferencia del cuerpo cultivado o mortificado que trata así de merecer la victoria o la salvación – rara vez fue objeto de reconocimiento intrínseco hasta comienzo del siglo XX”* (Jean Maisonneuve en Picard, D., 1986: 11)

Por lo anterior, me parece que el cuerpo es como una espejo o una caja de resonancia donde se reproducen enormes violencias ejercidas en su contra. Habremos pues, de proponer caminos hacia la salud del cuerpo, tanto física como emocional y socialmente, encaminados hacia la libertad de ese cuerpo, que es lo único que nos pertenece toda la vida, a vincularnos con él, a conocerlo, a reencontrarlo, pues lo hemos maltratado por siglos.

El cuerpo es lo visible, es la imagen y forma parte de nuestro autoconcepto; la imagen corporal es la unión de la mente y el cuerpo, es una sola entidad, pues las divisiones que se han hecho por siglos, de que la mente es superior y el cuerpo algo sucio, bajo inferior, a causado una distancia y una escisión enajenantes de nuestra propia existencia.

La imagen corporal es articular, el cuerpo y la mente, lo tangible y lo intangible, lo corporal y lo espiritual, lo individual y lo social.

Las religiones, a través de la historia, han creado el dilema de el alma – cuerpo o mente – cuerpo; estableciendo diferencias, predominancias, interrelaciones inequitativas, campos de poder, dominio, de superioridad e inferioridad, claramente establecidas entre las mujeres y los hombres.

El cuerpo arrastra de esta manera, ineludiblemente, un caudal de significados, ubicados en entramados afectivo – valorativos e histórico-culturales.

La palabra cuerpo, es frecuente que nos lleve a la idea de materia orgánica, perceptible, mesurables; a sustancias que ocupan un espacio, a concebirlo como *“la parte material de un ser animado”* y con ello se establece un dualismo, que con intereses religiosos nos impide la integración de nuestra

autoimagen, mediante el control del cuerpo mismo, sus sensaciones, sus deseo y sus placeres. Lo anterior va formando corrientes ideológicas, expresiones del pensamiento, la cultura en relación a la represión, el castigo corporal, para controlar al cuerpo mediante la culpa y el castigo.

Desde los griegos nos llega una línea de desprecio por el cuerpo, junto con la idealización de un alma metafísica que se consideraba perteneciente al mundo de las esencias, así el cuerpo se decía, “*es la prisión del alma*”

Para Platón, era inquietante que las manifestaciones del cuerpo respondieran a las apariencias, por eso era escéptico de la gimnasia, las artes plásticas; con estas ideas, se perdía la importancia de las esencias, del espíritu. Platón constreñía a las mujeres al ámbito doméstico, y los hombres ligados al poder hablaban por las mujeres, éstas no tenían voz.

Por otro lado, en la misma cultura helénica existieron otras corrientes de pensamiento, otras concepciones y valores enfocados al hedonismo, a la exaltación de los placeres del cuerpo, la admiración por la belleza, postulando el gobierno del cuerpo por el alma como máxima ética, creando con Aristóteles, líneas filosóficas cuando se postula al alma como inseparable de lo natural.

En la Edad Media, la iglesia promoverá celosamente la oposición entre un alma inmortal de origen divino y un cuerpo indeseable, animal, proclive a todo tipo de tentaciones, excesos; marcando así en Occidente, por la tradición religiosa, el destino de la opresión y enajenación del cuerpo. A diferencia de lo que pasaba en Oriente que tenía una comprensión de manera muy diversa la importancia del cuerpo incorporándolo incluso como vía de acceso al desarrollo espiritual.

Siendo con Descartes de nuevo, que se consagra a la razón como fuente principal de conocimiento instaurando de nuevo y de manera más decisiva, el dualismo de dos sustancias enteramente distintas donde el cuerpo prácticamente no se necesita para ser y que la sustancia o naturaleza es pensar. El cuerpo se concebía como una máquina.

En el medioevo a las mujeres se le pegaba y laceraba sus cuerpos como propiedad de los maridos, por lo tanto tenían el total derecho sobre el cuerpo de

su mujer. La sexualidad masculina no quedaba encerrada al ámbito conyugal, a las mujeres se les exaltaba la virginidad de sus cuerpos para garantía de que estas no se dieran al desenfreno, la perversión; aprendieran a controlar su cuerpo para honrar al marido y su estirpe. Más adelante, a la búsqueda del santo Grial, los caballeros se van a Medio Oriente y aparentemente la iglesia provee de una ideología del cuidado caballeresco hacia las mujeres, como defensa a su ser débil. Pero de nuevo constriñen a los cuerpos de las mujeres con cinturones de castidad, para salvaguardar la garantía de que los hijos, el patrimonio las tierras y demás posesiones - incluido el cuerpo de la mujer - no fueran tocados por otro hombre. Y las mujeres no tenían voz, ni las de las altas esferas de las cortes, ni las del bajo pueblo.

A fines del siglo XIV, al cuerpo se le sometía, como valor importante, al ayuno, al ascetismo; los cuerpos eran sometidos a prácticas rigurosas de exigencias limitantes, las ropas eran ceñidas, las mujeres no se podían mostrar, en cambio el cuerpo de los hombres ostentaban ropa que remarcaba el cuerpo.

En el siglo XV, las mujeres ocultaban sus cuerpos entre enormes cantidades de telas, pero los adornos que eran sacrificantes, servían para demostrar su estatus social y económico. Durante tres siglos se persiguió a las mujeres que se revelaban, o que pensaban, que poseían saberes conocimientos de salud y las quemaban por catalogarlas como brujas peligrosas. Las ideas de belleza que se sustentaban en el medievo en cuerpos muy delgados, constreñidos por telas, ropajes; en el siglo XVI, se da paso a los cuerpos redondeados de mujeres gordas como símbolo de la fertilidad y de nuevo se constriñe el cuerpo de las mujeres al servicio de tener hijos para la familia, que entre mejores ropas y telas se tengan, son símbolo de orgullo para el marido y señal de su rango tanto social como económico

De nuevo, en los siglos XVI y XVII, todo aquello que manifestara en el cuerpo la imagen de fragilidad era valorado y atractivo, los trajes cortaban la respiración, el cuerpo estaba trabado y aplastado por la ropa; la mujer simbolizaba en su cuerpo un corte en dos mitades, la superior pensante y la

inferior que une a la vida y a la fertilidad oculta entre telas. Así la mujer de nuevo dividida por el corsé lacerando a su cuerpo.

En los siglos XVI al XVIII, la apariencia era usada como un signo de poder por la belleza; es decir, la identidad femenina se basa ahora en exaltar la belleza y la fealdad negación de lo femenino.

En el siglo XVIII, surgen las toilettes como rito de seducción de las mujeres hacia los hombres y para aparecer bellas ante ellos, pero como bellas, frágiles, indolentes, débiles, pálidas e inocentes, de cuerpos tímidos; si bien los cuerpos ya se presentaban como seductores y sexuados, era para deleite de los hombres. Sin embargo, el arreglo en la ropa era exagerado, llamativo, excesivo, extravagante y opresor.

La saturación en los procesos históricos da paso a cambios, para llegar a la sobriedad del cuerpo y sus vestimentas, a presentar cuerpos románticos casi infantiles y de nuevo ingenuos.

En el siglo XIX, con la revolución industrial, y en lo político las monarquías se resquebrajan, se expanden los dominios geopolíticos, se da paso a las sociedades urbanas a la ciencia y a la tecnología, permitiendo que las mujeres empiecen a forjarse caminos diferentes e importantes para ellas como futuras ciudadanas.

Ya entrado el siglo XX, las relaciones afectivas se empiezan a modificar, así como las formas de la maternidad también.

Hombres y mujeres se convierten en individuos que producen. Pareciera que la democracia también alcanza a las mujeres, que estas empiezan a conocer y a aproximarse más a sus cuerpos, y que esos hombros caídos y las fragilidades corporales se tornan en cuerpos aparentemente libres y fuertes, pero en realidad sus cuerpos serán considerados para la doble y triple jornada o para seducir al hombre al que le dará hijos para el dominio económico .

A pesar de la inserción y el avance de la mujer en el campo laboral, no se le paga de igual manera que al hombre; pero además, su cuerpo tiene que ser arreglado de acuerdo a la moda para “*lucirlo bien*” en el trabajo; es decir, someterse a cuidados excesivos, lo anterior se ve remarcado desde lo que

señala Foucault (2003) en que los cuerpos que se someten y están entrenados para el sometimiento, son cuerpos fabricados por la disciplina; esto es lo que les pasa a las mujeres que se tornan “*de plástico*, artificiales y sometidas a torturas de ropa, zapatos, maquillajes, tinte de cabello y la parafernalia que dicta la moda, para “*no desmerecer*” ante el mundo laboral competitivo deshumanizado y enajenante. En el caso de las mujeres mayores, caen en el juego perverso de los sistemas de poder, al querer tener el cuerpo de la juventud y para ello se someten a operaciones, maltratos y disciplinas excesivas hacia su cuerpo, pero no con una perspectiva de cuidados para la salud física, la autoestima y la estabilidad emocional, sino para sentir que no van a ser rechazadas por haber envejecido y verlo reflejado en sus cuerpos que han cambiado, es decir se traicionan a si mismas.

Por otro lado, es importante resaltar la diferenciación de un cuerpo para la reproducción que es del orden biológico, de un cuerpo para la maternidad planificada, que es del orden cultural y económico, tornándose así el cuerpo poco a poco en algo a lo que las mujeres tienen derecho, a un cuerpo donde el deseo tiene un lugar, un significado político que se reivindica con el ejercicio de una cuerpo sexuado, desde la perspectiva de la equidad, la consciencia de si mismas y el derecho al ejercicio de una sexualidad con la responsabilidad sobre ese cuerpo que ya tiene voz de si misma, propia y no en la voz de los hombres. Es decir, no tener cuerpos sometidos ni dóciles a las ordenes del machismo patriarcal para una maternidad impuesta, en lugar de una maternidad por decisión y deseo de una sexualidad erótica también por el placer de gozar en libertad, decisiones y deseos.

Aún así, sigue la lucha en contra de la presión sociocultural de la normatividad sobre las mujeres a favor de la conyugalidad y los ideales de la apariencia física vendida por los medios masivos para tratar de someter de nuevo a la mujer y a su cuerpo.

Políticamente se está construyendo cada vez más un consenso, un discurso de lo que es el cuerpo, de lo que lo constituye, para no caer de nuevo en la esclavitud ideológica, de querer sujetar al cuerpo (Foucault, M., 2003) en

enajenaciones mediáticas, ideológicas y religiosas, que le quiten o le nieguen la libertad de la unión intrínseca de cuerpo y alma ó mente y cuerpo; en un reencuentro para tener derecho sobre nuestro cuerpo integrado e integral. “Yo soy mi cuerpo”, del discurso corporalista, que rompe con la visión de la dualidad, hace del deseo una pura positividad que no carece de nada y que no pierde nada ese pequeño espacio en el que habitamos. Parafraseando a Federico Nietzsche, resulta claro que somos una totalidad corporal y no somos nada fuera de nuestro cuerpo, “*Todo soy yo mi cuerpo, nada soy fuera de él*” (Federico Nietzsche, F., 1973 sin cita de página)

### **3.2. LAS MUJERES MAYORES: COMO SON Y QUÉ SIGNIFICAN**

*“No es que uno no cambie,  
sino que el espejo no tiene memoria”*

*Mario Benedetti (1977: 111)*

La población de las personas mayores; es decir, de 60 y más, esta creciendo en el mundo de manera que no se había considerado ni vislumbrado. Esto tiene impactos sociales, económicos, políticos, de salud y psicológicos, muy importantes.

Los avances de la ciencia permite esta longevidad en términos amplios en todo el mundo. Aparentemente esto indica mejores condiciones de vida y salud, disminuyendo la mortalidad y aumentando la esperanza de vida, lo que hace que las personas de más de 60 años, sean aproximadamente 600 millones y para el 2050 serán 1,200 millones (Gema Quintero, en Asili, N., 2004). Es claro que este incremento se presenta más en los países desarrollados, pero también en los que no lo están tanto. Sin embargo, esto trae problemas de inequidad cultural, pues las personas mayores ya no son tomadas en cuenta por la familia y la sociedad en general. La calidad de vida de las personas mayores en una sociedad capitalista de consumo, paradójicamente se empobrece, debido a que se valora a la juventud como productiva, hermosa saludable, con una imagen positiva y aceptada. A las personas mayores se le ve como

improductivas e inaceptables físicamente. Las estructuras e infraestructuras sociales como los servicios de salud, el área laboral, las pensiones tan magras e injustas, la vivienda, la educación, el entretenimiento, las relaciones sociales, el tiempo libre, no están contemplados con la amplitud y cobertura necesaria para atender las necesidades de esta población, que cada vez son más personas; es decir, hay poca calidad de vida para ésta edad, las y los mayores no son personas socialmente importantes.

Las mujeres sobreviven más tiempo a los hombres y la proporción de mujer a hombre es de 2 a 1., lo cual hace que la sociedad envejecida sea principalmente de mujeres.

En México, el Consejo Nacional de Población, CONAPO, señala que las mujeres viven en promedio 77.9 años y los hombres 73 años (Lo anterior tiene vinculaciones importantísimas con las transformaciones estructurales socioeconómicas, políticas y culturales del País. Es decir, que el envejecimiento constituye una representación social que se puede ir modificando según se relaciona con variables como: el estatus socioeconómico, el lugar que ocupa dentro de la familia, el grupo étnico, la religión, las relaciones de grupo social familiar y los vínculos de afecto que estén al alcance en ese momento de vida de cada mujer mayor y con todo esto, de sus significados para ella.

Existen seis aspectos por los que el envejecimiento se vive de diferente manera en hombres y mujeres (Gema Quintero, en Asili, N., 2004):

- ✓ Esperanza de vida
- ✓ Patrones de salud
- ✓ Nivel económico
- ✓ Estado y oportunidad marital
- ✓ Apoyo social
- ✓ Empleo y retiro.

La mujer envejecida tiene más posibilidad de ser pobre, tener más bajos y magros ingresos, ser viuda y dedicarse al cuidado de otras personas de la familia, sin ninguna remuneración. Lo anterior hace que volvamos la mirada a una serie de problemas que se tornan socialmente severos para las mujeres

mayores como son: el impacto social, que dentro de su organización, no está contemplado este sector de la población; los problemas de salud por falta de políticas adecuadas; de la comunidad y la familia que le dan poco reconocimiento a las mujeres mayores, así como de la propia persona que tampoco encuentra su lugar en esa comunidad, que la margina a la inutilidad o a la soledad – y si bien le va – se ganará un lugar donde vivir si cuida de los miembros de la familia. Triste panorama.

La longevidad se explica bajo la luz de varias teorías como las genéticas y las conductuales. En la primera se sostiene que el sistema inmunológico es más eficaz en las mujeres, lo que la hace más resistente a las enfermedades infecciosas. Desde lo social y conductual, suponen que el hombre se cuida menos en relación a su salud, y está más expuesto a riesgos laborales, alcoholismo tabaquismo. Estas razones no se que tanto sean validas actualmente, y no es interés de este trabajo ampliar el tema.

Que las mujeres sean más longevas no es ventajoso, dado que por cuestiones de género, la desigualdad se hace más notoria y las desventajas de ser mujer se recrudecen con el envejecimiento, lo que las coloca en una situación de vulnerabilidad muy severa.

En este aspecto, es hasta hace muy poco, que se le empieza a prestar atención al envejecimiento femenino.

Nos queda mucho por hacer para lograr políticas, estructuras e infraestructuras sociales más equitativas para las mujeres mayores, que permitan mejor calidad de vida y un buen trato para este grupo de personas. Lo anterior implica dedicar recursos y políticas públicas para conocer mejor y más de cerca al respecto de este grupo social mediante investigaciones tanto cuantitativas como cualitativas, que nos permitan ofrecer soluciones.

Por otro lado, cabe mencionar que al envejecimiento se le ha dado explicaciones de orden biológico y de cronología, donde se van dando cambios que se ven expresados en los cambios corporales, donde los signos del paso del tiempo son ineludibles y la construcción subjetiva de ese cuerpo que envejece se convierte en el lugar de inscripción de los mismos, reflejándose en un cuerpo

sexuado con limitantes sociales, ya que no es aceptado que, en especial las mujeres mayores, expresen su sexualidad y menos que la vivan, la reproducción terminó; entonces no se entiende que las mujeres mayores tengan, ni así como expresen ninguna sexualidad, debido a la negación histórica y cultural de la sexualidad placentera.

Considerando la homologación que se hace de la identidad de las mujeres con la naturaleza, esta relación crea un problema ideológico, difícil de modificar desde la posición del patriarcado, que las mujeres hemos asumido, aunque sea algo que nos produce emociones, reacciones ambiguas y ambivalentes, *“deseo hacer cosas diferentes a ser madre pero no debo, me siento mala mujer”, “estoy por naturaleza destinada a ser madre y cuidar a los otros”*. Esto es lo que argumentan las ideas del patriarcado; por lo tanto, es contranatura sí como mujer, no deseas, no puedes ó te dedicas a otras actividades además de o en lugar de a la maternidad.

Citada por Marcela Lagarde (1993: 25); Franca Basaglia (1983: 35) nos hace reflexionar sobre esta dificultad cuando señala:

*“Si la mujer es naturaleza, su historia es la historia de su cuerpo, pero de un cuerpo del cual ella no es dueña porque solo existe como objeto para otros, o en función de otros, y en torno al cual se centra una vida que es la historia de una expropiación. ¿y qué tipo de relación puede haber entre una expropiación y la naturaleza? ¿Se trata del cuerpo natural, o del cuerpo históricamente determinado? El que esta naturaleza sea natural, es algo que todavía no está muy claro.”*

Pero además de esa expropiación histórica, se matiza con mandatos culturales que marcan la acción de las relaciones entre las personas; así como, su impacto sobre la sociedad misma, en un dar y recibir, una influencia, sus acciones sobre ésta y a la vez recibir de la misma, en retorno, su mandato socio cultural; por tanto, la cultura tiene el contenido y la esencia de las construcciones de tipo histórico que marcan a las mujeres y los hombres de un grupo social, que han desarrollado una cultura específica con sus símbolos, significados; están claramente expresados en las ideas, en los valores, normas,

en las creencias, en sus usos costumbres, en el lenguaje tanto corporal como el idioma, en las cosas que usa para adaptarse en lo cotidiano como los utensilios, las herramientas; en las expresiones emocionales, en las instituciones que rigen o regulan al grupo; en todos los aspectos que caracterizan y hacen muy particular a un grupo social, aspectos que se han ido transmitiendo de generación en generación, o frecuentemente de un grupo a otro; es decir, por las influencias e intercambios entre grupos diferentes y esto sucede por muchos años. Pero a la vez estos hechos se han ido cambiando por la influencia del mismo grupo o de este intercambio entre grupos diferentes; es decir, no son estáticos e inamovibles, no, son muy dinámicos pero eso no significa que sean fáciles estos cambios o movimientos. Entonces la cultura influye en la biología, en las expresiones corporales; quiero decir por ejemplo, que aunque tener hijos es un hecho biológico, las costumbres sobre las conductas sexuales varían de pueblo a pueblo, dándosele valor a las costumbres que rodean a este hecho, que se dice natural, pero que por la influencia de la cultura y por ende de la historia, no es para nada “natural”.

Ahora bien, como parte de esa biología, está el cuerpo, en el que se expresan comportamientos sexuales, pero no es la biología la que le da sentido y significado a ese cuerpo. ¡No, claro está que no! Son los elementos de la socio-cultura y el momento del ciclo de vida que esté viviendo una mujer, lo que le pone la diferencia entre biología exclusiva y una unidad entre cuerpo, alma, espíritu y sus expresiones inmersas en normas, valores, expresiones y represiones, bajo el mandato del poder patriarcal, del machismo, y la misoginia.

Para las mujeres que envejecen, este proceso es un hecho inevitable, que se va desarrollando de manera silenciosa, poco a poco, en los cambios que va viviendo, sintiendo, expresando el cuerpo. Nos damos cuenta de esos cambios cuando las mayores nos enfrentamos a los significados sociales que un cuerpo en proceso de envejecimiento va sufriendo, ante las ideologías que enfatizan la juventud como un valor y los medios de comunicación masiva, más la mercadotecnia, se encargan de fortalecer la idea de que envejecer es símbolo de abandono, descuido, estropeado, feo, siendo esto poco atractivo para los demás

– hombres –, que como siempre se nos enseñó a ser para los demás, ya no somos atractivas ni deseadas, somos un cuerpo vivido y auto-percibido como decrepito, cercano a la inutilidad. Estas sensaciones negativas repercuten en la autoestima, la autoimagen que social y culturalmente son indeseables. La baja autoestima en las mujeres mayores se debe a que se viven formas muy concretas de desvalorización, discriminación, precariedad y violencia de género, que se experimentan de manera dolorosa en lo personal.

Es decir, las representaciones sociales del cuerpo envejecido de las mujeres son las de una imagen con contenidos peyorativos que contienen facetas múltiples, muy complejas; en esto la opinión de Guerrero, M. F. y Pineda, G. (2005: 16) me resulta muy interesante:

*“Ser mujer en un sistema donde los valores principales son aquellos que legitiman la productividad y el éxito mediante estereotipos centrados en considerar lo bello como algo que se encuentra muy lejos de lo que le pertenece a la vejez, confiere un carácter simbólico especial dentro de la interacción social”.*

Esto es que los cuerpos envejecidos de las mujeres mayores están mostrando irremediablemente significados poco aceptables, donde se sienten rechazadas; porque sus cuerpos no corresponden a los estereotipos de belleza, eficiencia, fuerza y juventud, etc., lo que las hacen poco valiosas, atractivas, deseables ó necesarias.

La representación del cuerpo de las mujeres que envejecen es muy compleja y multifacética.

Si imaginamos como se ven, como se mueven, como se sienten física y emocionalmente las mujeres de 60, 70 y 80 años; después de esta imaginaria, nos ubicamos en que si así como las imaginamos – quisiéramos o no – ser así, podemos entonces, tocar nuestras propias creencias e ideologías al respecto de cómo son y qué significan las mujeres mayores.

Respecto a lo anterior, hay varias cosas que me inquietan desde lo personal y lo profesional: ¿será que nuestra vida erótico- sexual se termina con

la llegada de la menopausia?, porque los cambios corporales son muy notables en esta época de la vida de las mujeres. Por los cambios hormonales cesa la menstruación, pero no el placer erótico; los cambios del cuerpo se ven claramente en el aumento de peso, el cambio en el ritmo metabólico, la piel que se empieza a manchar de color café, el abdomen se hace, poco a poco, flácido; aparecen arrugas en la cara, las canas se empiezan ver más, nos pintamos el pelo para ocultar este cambio. La presión de la mercadotecnia nos dice que hay que conservarnos jóvenes corporalmente para seguir siendo atractivas para el otro y no nos pongamos feas. Algunas se hacen cirugías en la cara o en el abdomen, otras con desesperación se ponen todos los ungüentos, cremas y tratamientos de belleza para recuperar lo que se va perdiendo con los cambios del cuerpo, la juventud, con ello la seguridad de conservar a la pareja. Es decir, que aunque las mujeres mayores sexualmente tenemos la capacidad de dar y recibir afecto, amor sensualidad, erotismo, de darnos placer, gozo por la vida, disfrute por lo que somos como mujeres de saberes, experiencia y que podemos cuidar de nuestra salud, pero para nosotras mismas, seguimos en la idea de darles a los otros todo lo que necesitan y al último nosotras. Somos sensuales y eróticas para compartirlo con el otro o si no, con nosotras mismas de manera autoerótica. Y que pasa que estamos en desventaja porque no está permitido ni es bien visto que compartamos la vida con hombres más jóvenes. Los hombres por tanto, están menos disponibles, además de que mueren más pronto. Y si de afectos y amores diversos se trata, no es una alternativa que esté en el horizonte para compartir con otra mujer, porque el modelo patriarcal es exclusivamente heterosexista.

Como ya señalé anteriormente, la cultura, la sociedad en la que vivimos, nos sanciona fuertemente las posibilidades así como de las expresiones eróticas: primero por ser mujeres y además mayores, encasillándonos en el prejuicio de que por los cambios hormonales ya *“no podemos, ni debemos”* sentir deseos sexuales, placeres sensuales y disfrute erótico. Demostrado está (Masters, W. y Johnson, V., 1987) que nada tienen que ver esos cambios con las expresiones sexuales en las mujeres mayores, ya que responden muy bien al placer, pero

como ya señale en otro momento, la baja en el ejercicio de su erotismo está relacionado con factores ideológicos socio – culturales que no facilitan e incluso lo impiden y lo sancionan.

Otro asunto que me parece muy preocupante, habiendo conversado con mi colega, Leonora Tiefer en 2001 y 2010 al respecto de la creciente sobremedicalización - frecuentemente no justificada - en las mujeres mayores, que los médicos durante muchos años después de la menopausia prescriben para “*calmarlas*” de sus - “*achaques*” - malas reacciones físico – emocionales, sigan en sus jornadas exhaustivas de trabajo, dando y sacrificando todo para los demás, incluida su sexualidad, además de la práctica de “*enfermar*” o incitar a la enfermedad a mujeres sanas, expuesto en el concepto de “*diseas mongering*” definido por Lynn Payer (1992) y Tiefer, L.,(2006), en beneficio de la clase médica y la industria farmacéutica

Grave es pues, que a las mujeres mayores se le proporciona muy poca o nula información de cuales son los cambios reales durante la menopausia, de que opciones sanas y de autocuidados existen, ya que menopausia no es el antecedente de la catástrofe corporal y la vejez degradante. Es cierto que se dan cambios corporales a esta edad pero socialmente, por la cultura patriarcal, se le ha dado a este hecho connotaciones muy negativas, degradantes para las mujeres mayores. O en el peor de los casos se anula y se niega la posibilidad de su presencia, no existen.

¿Qué queda por hacer? O ¿es que ya no ocupamos un lugar en la sociocultura, de este mundo occidental, donde el valor está puesto en la productividad y la competencia?

Considero que algo importante es trabajar en reconocer el deseo, el placer sensual y sexual; así como el erotismo de nuestros cuerpos, nos permite dar una lectura y una mirada diferentes, con significados nuevos, para entender aceptar, honrar nuestros cuerpos que cambian, que hay que quererlos, cuidarlo, protegerlos, desmedicalizarlos, desde una perspectiva de género. La aceptación saludable de dichos cambios corporales nos llevan a encontrar y lograr una salud sexual y un buen trato para nosotras mismas de manera

plena. (Fina Sanz, 2010; Leonora Tiefer, 2001; Sadja Greenwood, 1992; Selma González, 2006)

El encuentro con nuestros cambios físicos, corporales, emocionales, sociales, sexuales, sensuales y eróticos durante la tercera edad, que se perciben más notoriamente a partir de la menopausia, si los vemos desde la perspectiva de considerar el envejecimiento como una posibilidad de cambio, transformación y crecimiento en el buen trato y sabiduría, en el autoaprecio y la alta autoestima, en reconocimiento del propio cuerpo que nos ha dado muchos regalos de vida, que es fuente de placer y gozo, de encuentro con la propia ubicación emocional para enfrentar los cambios corporales con mayor salud, estos se convierte en una oportunidad para vivir mejor, para compartir y darnos espacios de ser participantes activas de nuestros cambios y nuestras vidas de mujeres mayores. Con lo anterior se logrará que la autoestima se desarrolle y fortalezca si encontramos estructuras, relaciones, instituciones sociales, procesos sociales que favorezcan una riqueza cultural, un estímulo intelectual, un desarrollo espiritual donde las mujeres mayores encuentren una sintonía con su mundo que la valore, se trata de una sintonía ética, ideológica, política y cultural.

Ahora bien, las mujeres mayores que se definen a partir de responsabilidades compartidas, de la igualdad y las libertades, podrán incrementar su autoestima siendo disidentes, resistiendo los embates de las ideologías patriarcales, siendo rebeldes y subversivas, transgresoras (González, S., 2002) en contra de un mundo que se opone a los principios vitales de su sexualidad erótica, su gozo y sus placeres sensuales. Como señala Marcela Lagarde (2000) si sus opciones se diversifican hacia una libertad propia donde prevalezca la creatividad como elemento sustancial de sus actividades, le dará contenidos vitales, renovadores, avanzando en su bienestar, su buen trato, su salud física, emocional y sexual, ampliando la apertura para satisfacer sus necesidades en estos aspectos, como derechos humanos básicos para las mujeres mayores.

### **3.3. SEXUALIDAD, SENSUALIDAD, EROTISMO, PLACER Y ESPIRITUALIDAD: SUS SIGNIFICADOS EN LAS MUJERES MAYORES.**

*“Necesitamos disponer de recursos espirituales, especialmente si los demás no apoyan nuestros cambios. La fase de la vejez está asociada con el arquetipo de la mujer sabia”*  
*Jean Shinoda Bolen, (2005: 24)*

La sexualidad en las mujeres mayores es vista con muchos prejuicios sociales, que han hecho mucho daño, invisibilizando el gozo de los placeres eróticos y la sensualidad de ellas. Si las mujeres ya no menstrúan, que es una función biológica con connotaciones de control desde el poder patriarcal, se someten, son pasivas y se recluyen para la crianza, si a la llegada de la menopausia, esta función termina; luego entonces, se supone que la sexualidad ya se acabó para las mujeres mayores; es decir, se identifica la sexualidad con el Holón de la reproductividad y todo lo que esté fuera de este contexto no existe, es negado, tampoco es permitido para las mujeres mayores.

Los profesionales de la salud en especial los médicos, niegan e ignoran la posibilidad de otras expresiones sexuales diferentes a la reproducción.

Existe una ideología que permea el pensar, el hacer de la sociedad en contra de la sexualidad de las personas mayores, muy en especial hacia la sexualidad de las mujeres; me refiero al edaismo, término que expresa un conjunto de prejuicios en contra de las personas mayores, en especial hacia su sexualidad. Este concepto es equiparable por ejemplo a los prejuicios adjudicados raza, religión, grupo étnico, orientación sexo-erótico-afectiva, etc.

La discriminación contra la vejez; es decir el edaismo, concepto creado por Butler, R., en 1969, citado por Lacub, R., 2006; (Greer, G., 1992; Kuhn, M., 1991), sostiene prejuicios que están muy ideologizados; por ejemplo, marcar el horror prejuiciado de tipo estético en contra de un cuerpo que ha envejecido, donde el valor es la admiración y aceptación por un cuerpo joven. Esto hace que se considere que no existen las vivencias eróticas, ni el gozo sexual, ni el placer sensual, erótico para y en las personas mayores en general, y mucho más en las mujeres mayores. Se crean estereotipos donde vejez es igual a cuerpo marchito,

descuidado y no atractivo, cansancio, falta de interés sexual, incapacidad para gozar, etc.

Sin embargo, las cosas cambian y ahora, aunque no hay suficiente investigación en este tema, como pude comprobar en mi búsqueda bibliográfica, los movimientos feministas en especial y los conocimientos en la biología de la tercera edad, empiezan a dar una luz diferente y a permitir cambios ideológicos al referirse a la sexualidad en las mujeres mayores.

Siendo las mujeres mayores de ahora, la generación del cambio y la transición, tanto social como sexual de los años `70 y `80; ellas han ido encontrando eco en otras mujeres mayores con las que empiezan a intercambiar ideas vivencias y experiencias, donde juntas van descubriendo nuevos conceptos sobre sus sexualidades, sus placeres y sus erotismos.

En este inciso incluyo el trabajo de los talleres que he hecho dentro de la Facultad de Psicología con mujeres mayores, porque esto me permite entonar qué dijeron estas mujeres en relación al placer, a su sensualidad, su erotismo, , sus cambios físicos y corporales. Posteriormente menciono otros puntos de vista de otros autores, que apoyan lo que yo he conocido por mi trabajo con las mujeres mayores.

Los siguientes reflexiones de grandes pensadores, mujeres y hombres, son la introducción a nuestros talleres y son ideas que resultan poderosas para centrar la atención en la importancia de hacernos viejas, pero que no acabadas, por el paso y el peso de los años.

*“Envejecer es un término que define un proceso de desarrollo que dura toda la vida”*

*Maggie Khun*

*“La mujer menopáusica es prisionera de un estereotipo y no podrá escapar de él, si no empieza por describir ella misma lo que le ocurre”*

*Germaine Greer. El camino*

*“El mayor descubrimiento de cualquier generación, es darse cuenta de que los seres humanos pueden cambiar sus vidas al cambiar su forma de pensar”*

*Albert Schweitzer.*

El erotismo en las mujeres mayores, se construye desde una perspectiva de género, de la inequidad y la curiosidad erótica para descubrirse, reencontrarse, constituyendo una identidad renovada desde su propia subjetividad e historia.

La sexualidad va cambiando con la edad, de una sexualidad orientada para la reproducción, hacia expresiones más sensuales, más para el placer de los sentidos y el descubrimiento de sus cuerpos que al paso del tiempo se han transformado.

Al reencontrarse consigo mismas, les permite construir una auto-aceptación diferente desde el buen trato hacia su propia persona erótica, que se genera y desarrolla en tres niveles: (Sanz, F., 2005) El Social, El Relacional y El Interno Individual.

Las experiencias de trabajo en los talleres con mujeres mayores, han dejado una sorprendente riqueza y solidaridad, descubrimientos de las cualidades y recursos enormes que no habían puesto al servicio de una vida más plena y de buen trato para sí mismas, cosa que antes ha estado en el otro polo del eje, es decir en el mal trato (Sanz, F., 2005)

*“Resulta de gran importancia soltar nuestro pasado. No aferrarnos a éste, permitirá integrarnos al presente y recibir el futuro”*

*nos dice Martha, participante de los talleres.*

En estos talleres nos propusimos lo siguiente, *“que las mujeres participantes se sensibilicen y reflexionen sobre la menopausia, el erotismo y la salud sexual”*, teniendo como base el esquema conceptual de la Terapia de Reencuentro que enmarca con claridad al erotismo femenino y masculino

dentro de una Tradición Cultural judeocristiana que le da valor al dolor, al sacrificio, al estoicismo, al sufrimiento; ponderando al espíritu como algo valioso y al cuerpo lo rebaja a algo sucio, pecaminoso de poco valor; con ello escindiendo al las personas, cuando que somos un todo integral. En el campo de la Sociedad funcionamos en una estructura jerárquica que nos lleva a relaciones de dominación – sumisión de tipo sadomasoquistas, donde se valora como superior a lo masculino, como inferior a lo femenino, creándose las Subculturas Masculina y Femenina, expresadas Roles Masculinos de dominio y un Erotismo Genitalizado y Roles Femeninos de Sumisión con un erotismo globalizado. (Sanz, F., 1997)

Por ahora, para esta tesis, solo hago una muy breve descripción del trabajo hecho en los talleres con las mujeres mayores.

En estos espacios he utilizado algunos de los ejercicios de la Terapia de Reencuentro que resultaron apropiados para trabajar con estos grupos de mujeres, así mismo uso otras técnicas de otras aproximaciones.

En el primer ejercicio llamado “La Telaraña”, y que tomé de las técnicas del juego en educación para la paz, adaptándolo para explorar sobre el significado de la menstruación, algunas de estas mujeres la recuerdan como un trastorno fisiológico que daba dolores en el cuerpo, otras con agradecimiento por el gusto de ser mujer y felicidad por tener salud cuando el cuerpo funciona bien, sustos cuando no se presentaba y no tenían el deseo de ser madres. Menstruación significó responsabilidad de si misma ante los cambios corporales. Al descubrir las transformaciones del cuerpo de niña a mujer, lo que les produjo en ocasiones, fue orgullo y aceptación de la nueva autoimagen, en otras, pena e inhibición por ser descubierta con una “mancha” y dolores, pero sobre todo, expresaron que:

*“la menstruación significó el encanto de ser mujer”*

*Virginia*

- ❖ En el ejercicio que titulé *“La menopausia en el imaginario y los cambios corporales”*, fueron construyendo el *“como te veo me veré a los 50 a los 60 a los 70 y a los 80 años”*, y con estas reflexiones surgieron pensamientos muy positivos hacia cada edad,
- ❖ Se reconocieron como cuerpos cambiantes pero con bellezas internas, energías renovadas y muchas sabidurías que las favorece para tener una mejor autoestima, salud sexual, calidad de vida y
- ❖ Presencia para si mismas y para las demás personas, mediante los cuidados a su salud y el buen trato emocional, el uso de su nueva libertad y su tiempo propio.

¿Cómo se despiden estas mujeres de la menstruación cuando llega la menopausia?

*“Nos despedimos con alegría, dándole una bienvenida a la menopausia, aunque recordamos a la menstruación con cierta nostalgia.”*

Socorro

*“Con aceptación como parte del proceso de la vida que permite tener nuevos ciclos.”*

Rocío

*“Con alegría, porque ya no tuve que preocuparme por quedar embarazada, y ahora aprendí a gozar y disfrutar mi sexualidad sin riesgo”.*

Carmen.

Cuando trabajamos sus definiciones sobre menopausia y climaterio, se percataron de los significados que le han dado, donde han vivido miedos, alegrías, desesperación, descanso, e hicieron algunas reflexiones muy integradoras, con un sentido vital:

*“La vida está cambiando y el cuerpo también pero mi sensibilidad sigue viva dándole la bienvenida al placer.”*

*Martha Patricia*

Estas mujeres se han encontrado con la menopausia de la siguiente manera:

*“Menopausia, Desde hace tres años me has dado a probar de diferentes sabores:*

*Amargos -- como el llanto y el enojo que llegan al corazón;*

*Salados -- como los bochornos que causan gran malestar;*

*Picosos -- como las várisis las cuales dan un toque especial a mis piernas;*

*Agridulces – como mi aumento de peso, sintiéndome rica o no deseada;*

*Dulces – como el sexo, el amor y la risa que hoy en día disfruto intensamente*

*Algunos de estos sabores no logro identificar, son confusos llenos de incertidumbre y son difíciles de tragar.*

*Menopausia eres lista, pues me has dado a probar sabores que en su mayoría ya conozco eso sí, los más recientes, rellenos de intensa curiosidad. Así muy pronto marcharé contigo para probar el menú principal”*

*Maribel*

*“Nosotras las mujeres tenemos la capacidad de enfrentarnos a La Menopausia y tratamos de tener sentido del humor para tener la aceptación de una misma cuando llegue el momento. Teniendo en cuenta que nuestras mamás ya lo pasaron y nuestras hijas lo tendrán que pasar.”*

*Meche*

Para estos grupos de mujeres,

*“El climaterio es el inicio de la plenitud”.*

*Caro*

Se trabajó el concepto de Regalo de la Terapia de Reencuentro (Fina, S., 1997) y del trabajo de la Terapia Sexual en Grupo para Mujeres, de María Flaherty (1979) Esto se refiere a que cada mujer se dé un regalo a si misma, que no implique, de ser posible, dinero y que sí les haga sentir muy bien, contentas, a gusto, apapachadas por ellas mismas. Esto lo tienen que hacer diario durante el taller y continuarlo posteriormente.

Lo que se hayan dado se trae a la sesión del día siguiente para comentarlo con todas al inicio del taller.

Las acciones hicieron referencia a:

*“Me sentí como reina con darme masaje en mis pies, me relajé y dormí rico”.*

*Gina*

*“Me hizo sentir muy bien y rico darme un baño de tina, me sentí otra persona y en esos momentos solo importé yo”.*

*Ana*

*“Llamé a una amiga y me encantó charlar con ella largo y tendido, me di permiso y fue un regalo que le di a ella también”.*

*Eve*

Este ejercicio permite que las mujeres se tomen en cuenta de manera amorosa hacia si mismas.

Desde la Terapia de Reencuentro bailamos *Bellydance*. Esta actividad las puso muy a tono de manera sensual dándose cuenta de cómo su cuerpo se puede mover con gracia y suavidad.

*Rocío dice:*

*“Mi cuerpo ha cambiado pero mi sensibilidad sigue viva”*

Al escribir su Historia Sexual, (María Flaherty, 1979) estas mujeres maduras evaluaron e hicieron un recuento de lo que han hecho con su vida sexual y su cuerpo; se dieron cuenta de que se sintieron tristes porque no se percataron de que las sensaciones corporales eran placenteras, que se habían concentrado en la maternidad, aunque fue muy grato ser mamá; se olvidaron de ellas mismas por muchos años. Recordaron lo mal que lo han pasado con las exigencias de los esposos que querían relaciones sexuales, pero sin mucha ternura ni caricias o hasta comparadas con otras mujeres, lo que las hizo sentirse devaluadas y violentadas. Para alguna su historia si ha sido de mucho compartir la vida con el marido, pero en la parte erótica muy limitada a coitos; es decir, genitalidad, reproducción y poca o nula sensualidad y erotismo.

El baño sensual en casa (Flaherty, M., 1979) donde se hizo el ejercicio de tocar y acariciar el cuerpo concentrando su atención en cada parte de su cuerpo, distinguiendo aquellas que les eran más placenteras, las hizo sentirse contentas al estar reencontrando su sensualidad y con ello, podrán rescatar su cuerpo,

Ale exclama:

*“¡¡ Bienvenido placer!!”*

*“El placer: pecado antes, gloria ahora, está en la mente y en el cuerpo para liberarlo”*

*Eve.*

*“Reconozco: el cuerpo ha cambiado está más aguadito y suave, aunque mis piernas están duritas”*

*Gina.*

*“Sentí gran libertad y ahora me amo y me gusto como estoy y lo que siento, me encantó”*

*Mari*

*“Me veo poco al espejo, me la paso muy ocupada en los demás de mi casa, me lleno de muchas actividades y no*

*me veo a mi misma, este baño me recordó que existo y estos ejercicios en la clase me hicieron sentir que merezco más respeto y que me trate yo bien”*

*Julia - señaló llorando.*

Otra de las participantes, Lili, al relatar lo que le sucedió emocionalmente con el baño en su casa y los ejercicios de sensualización en el aula, con un llanto muy profundo nos dice:

*“Estoy a la mitad de mi vida, qué voy a hacer dentro de diez años si no cuido de mi, de mi salud, de mi cuerpo, me va dar algo y no me va a gustar, tengo que comprometerme con mi propia vida, no puedo seguir así”.*

En el ejercicio con ritmos de tambores africanos, tomado de la Terapia de Reencuentro, todas expresaron gran júbilo y alegría al mover las caderas y la pelvis, y algunas lograron sentir las vibraciones en la parte de sus genitales, sorprendiéndose enormemente de ese descubrimiento, que al otro día lo reportaron como algo que las “prendió” sensual y sexualmente dándose cuenta que su cuerpo había estado dormido.

*“Cuando una mujer se arma a ser madre y puta, tierna y sensual, buena y erótica, se siente otra, y esta vez completa”*

*Rocío.*

De acuerdo a lo que soltaron y se llevaron del taller, así como a lo que se comprometían con ellas mismas, lo plasmaron en la creación, por equipos, de unos carteles que expresaron la parte esencial de sí mismas como mujeres sensuales, con su erotismo presente y vivo.

Al final de la cuarta sesión compartimos comida que ellas mismas prepararon, poemas, canciones, regalos y pensamientos que ellas hicieron y se reglaron entre todas.

La siguiente reflexión de Socorro, nos resume lo logrado por estas mujeres mayores, en estos cuatro talleres

*EL HUBIERA NO EXISTE.*

*“Si yo hubiera vivido menos pendiente de lo que querían los demás.*

*Si yo hubiera vivido sin preocuparme por lo que pasó ayer.*

*Si yo hubiera vivido sin preocuparme por el mañana.*

*Si y o hubiera vivido sin preocuparme por lo que era la menopausia.*

*Si yo hubiera vivido amándome, respetándome, disfrutando lo que hago y viviendo el presente.*

*Si yo hubiera vivido sabiendo distinguir mis emociones y poniendo más atención a mis sensaciones.*

*Que diferente hubiera sido mi actitud a estos cambios en mi cuerpo y mis emociones, tal vez hubiera vivido mejor cada etapa de mi vida.*

*Pero como No existe el hubiera, solo me queda decir ahora: voy a vivir el presente con plenitud, descubriendo todo el misterio que encierra mi cuerpo, disfrutándolo al máximo.*

*Soy sensual y me gusta.”*

Socorro

Conclusión:

*“Vivir, estar viva, significa también envejecer”,*

*Schneider, S., 1992:279*

Y es la oportunidad de crecer en vitalidad, con claridad de lo que somos y lo que podemos seguir construyendo con base en los saberes y las experiencias que la vida nos ha planteado para pensar, crear, hacer, descubrir, sentir, experimentar, aprender, probar nuevas cosas, romper con ideas que nos tuvieron atadas a prejuicios y nos impidieron conocer otras miradas, buscar nuevas aventuras y divertimentos, que nos hagan vivir nuevas sensaciones placenteras, alegres y gozosas. Hay que utilizar los espacios de libertad, que

como mujeres de 40 años y más, nos demos permiso de abrirlos y experimentarlos.

Cierren sus ojos y reflexionemos lo siguiente:

*“Y tú, ¿cómo vives tu sexualidad?”*

*“La sexualidad no es un impedimento para seguir deseándose mutuamente, la sexualidad es una condición humana que no tiene por que terminar con el paso de los años; su ritmo pausado y pleno transforma la relación de pareja llenándola de ternura, las experiencias compartidas, la enriquecen y la vuelven sabia”.*

Selma (2009)

La sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores son temas de los que no se habla en absoluto, hay poquísima investigación científica sobre esos temas. Sin embargo, sabemos por los estudios pionero de Masters y Johnson (1966), que el deseo y la capacidad del goce erótico está muy presente y no decrece en las mujeres mayores.

Algo que resulta un gran impedimento para que la sexualidad en general y en espacial la de la mujeres mayores sea aceptada y que si se estigmatiza cuando el fin no es la reproducción, es que se identifica y confunde sexualidad con genitalidad, debido a que el valor estuvo centrado en los años de la juventud y madurez en la reproducción. Esto hace que el deseo erótico, por otras prácticas no coitales, como la ternura de los abrazos y besos, las caricias en todo el cuerpo, que mueve las dimensiones del placer a otros espacios más amplios, diversos, que son deseados por la las mujeres, que en el caso de las mayores, el placer se puede centrar más a en la sensualidad y la transformación, no genital del gozo corporal, sino en la intensificación de los placeres del cuerpo, del espíritu sensual, del estar en una unión comunicada por la piel toda, consigo misma y también con la otredad.

Otras dos confusiones que impiden nuevas expresiones del placer erótico en las mujeres mayores, es pensar que feminidad y pasividad son sinónimas, y que el ejercicio de la sexualidad debe de estar enmarcado, vinculado con el

amor, forzosa y necesariamente. Estas combinaciones dan por resultado traslapes y malos entendidos, donde el erotismo no puede fluir, por las razones ya planteadas en otros espacios de este trabajo, referentes a todos los impedimentos reales que la ideología patriarcal hegemónica marca y normatiza. En caso de que las expresiones sexuales rompan estas barreras ideológicas, las mujeres son llamadas *putas* o *locas* como diría Marcela Lagarde (1993), limitando estructuralmente de manera muy dramática las expresiones y las experiencias eróticas de las mujeres que hoy en día son las mayores. Todo lo anterior impide que las mujeres mayores escuchen su cuerpo y apaguen o no entiendan sus deseos eróticos por ese control histórico.

Pero, ¡YA BASTA! De que las mujeres de 60, 70, 80 años, SÍ, las mujeres mayores, sigan sometiendo su cuerpo al poder patriarcal y estén sordas a sus muy claras señales de gozo, que después de la menopausia todavía hay 30 o más años para vivir la sexualidad erótica desde una perspectiva informada y llena de posibilidades enriquecedoras de su vida, que las energiza, las transforma en unas mujeres más libres, felices, plenas; que enfrenta, con esa energía surgida del erotismo, los problemas y la vida de una manera más fortalecida, donde la autoestima crece, permitiendo autoafirmarse ante el mundo patriarcal, siendo con esto mujeres mayores, subversivas para su propio bien, como grupo social que encuentra su propia identidad y reconocimiento. La era milenaria de la mudez de las mujeres ha concluido, nos estamos reencontrando, queremos ser oídas, visibilizadas, compartir con sororidad (Lagarde, 1993), nuestra experiencia con las demás mujeres mayores.

Si las mujeres mayores amplían su discurso erótico, donde incluyan elementos emocionales, culturales y espirituales; es decir, reunir en un todo el cuerpo y el espíritu, encontrarán que su corazón les señala que la sexualidad, es más que coitos y limitaciones a sólo relaciones físicas genitales, estereotipadas, en donde hay un desbalance de género, de abuso del poder machista, que limitan, estrechan las oportunidades y elecciones eróticas de las mujeres mayores atrapándolas en espacios de soledad, sin erotismo ni pasión, o metiéndolas en relaciones abusivas dolorosas y destructivas.

Una vez que las mujeres mayores puedan articular exitosamente su vida erótica, placentera y gozosa – como ya mencioné antes – tendrán una energía positiva que les abrirá un torrente de creatividad y poder muy encaminados hacia la salud sexual para ganar en sabiduría y bienestar. La sabiduría lograda con la sensualidad, el erotismo, el placer y el gozo; hace que la historia de las mayores cambie, dándole dirección para caminar con libertad personal, donde se torna sabio, querer lo que tengo, en lugar de tener lo que quiero, o sufrir porque no lo tengo (Acevéz, L., 2005) La sabiduría residen en la capacidad de construir desde una misma y en una misma, como mujeres mayores, la fuerza que da el placer, el gozo erótico; entonces habremos vivido, conversado libre y plenamente con el cuerpo, el espíritu que anima nuestro trayecto, llenando el tiempo de sabores, formas, fragancias, colores, temperaturas cálidas, aceptaciones, creatividades y lo que necesite nuestro gozo; uniéndolo con la espiritualidad ante el encuentro con la totalidad; es decir, lo erótico sexual y lo espiritual están muy cerca uno del otro, tanto que resulta casi imposible que cuando se despierta, no se despierte al otro; es como la música en armonía, donde dos notas musicales pueden vibrar al unísono, aunque cada una sea independiente, están vibrando juntas, lo que permite a las mujeres mayores una comprensión profundamente reveladora interna del propio cuerpo, que va más allá de lo físico y esta llena de libertad en las decisiones eróticas para vivirlas por voluntad propia.

Una vez que se da la aceptación de si misma como mujer mayor, con un cuerpo para el gozo y el placer dentro del erotismo así como la espiritualidad; es decir, cuando no se ha dejado de evolucionar con la edad, se aprende a aceptar, a vivir la vida tal como viene, con sus triunfos, sus errores, sus limitaciones, sus bienestares, sus alegrías, donde estén; llegando al logro de una serenidad, dentro de una cosmovisión habitada por espíritus sagrados que están marcados por ese placer erótico, permitiéndonos disfrutar de la naturaleza que nos rodea, de las otras personas, de animales, plantas, flores, aromas, sabores, atardeceres, amaneceres, las estrellas, la luna, el calor del sol, el viento,

respirar y fundamentalmente, de nuestro cuerpo.

### **3.4. EL AUTOEROTISMO COMO FUENTE DE PLACER PARA LA SALUD Y BIEN ESTAR SEXUAL**

*Mi vulva es una flor  
es una concha  
un higo  
un terciopelo  
esta llena de aromas, sabores y rincones  
es color de rosa  
suave, íntima, carnosa.  
Le gustan las lenguas que se creen mariposas  
los penes solidarios  
la pulpa de ciruela femenina  
o simplemente  
las caricias venidas de mi misma.*

*Rosa María Roffiel.*

*“El placer de la palabra, 1991”*

*“Corramos libres ahora” 2008: 13*

El autoerotismo, es un comportamiento sexual que permite a los seres humanos, desde la infancia, a lo largo de toda la vida hasta la vejez, vivenciar su propio cuerpo, como una fuente de sensaciones placenteras que integran su auto – imagen, dando oportunidad de conocer su potencial amoroso, para que si así lo decide, compartir su erotismo con una pareja. La experiencia autoerótica es muy íntima, no se limita a la autoestimulación de los órganos genitales; en realidad toda la piel es capaz de reaccionar eróticamente, lo mismo sucede con los otros canales sensoriales. La vista, el olfato, el gusto y el oído también, son vías de erotización extraordinarias para explorar el propio cuerpo. Se puede experimentar el autoerotismo con tantas cosas como la imaginación sea capaz de inventar; por ejemplo, tomar un baño sensual, sentir el viento en todo el cuerpo, el calor del sol en la piel, crear, disfrutar de las fantasías eróticas que permiten lograr sensaciones placenteras, escuchar música sensual, leer poemas y cuentos eróticos, ver películas con temas que provoquen

sensaciones placenteras, todo esto y más puede ser experimentado con gozo, el autoerotismo debe convertirse en una vivencia en pro de la salud sexual de las personas y dejar de ser, pro cuestiones ideológico religiosas, como hasta ahora ha sido, un factor de culpa y vergüenza.

El autoerotismo permite establecer relaciones amorosas con nosotras mismas, y con los otros en lo imaginario, de manera más humana. Este término fue acuñado a principios de siglo XX por Havelock Ellis en 1913.

El autoerotismo es uno de los temas mas controvertidos y polémicos en la sexualidad humana; por lo tanto, difícil de abordar, ya que se le considera, de acuerdo con la cultura judeo-cristiana, como una práctica vergonzosa, sucia, egoísta y solitaria, que supone, perjudica las relaciones amorosas, y equivocadamente se considera que se pierde el deseo de relacionarse con una pareja.

Esta conducta es parte del desarrollo psicosexual humano sano, demostrando ser parte importante del mismo, dentro de todo el ciclo vital. Estos comportamientos sexuales permiten una integración por el autoconocimiento de nuestro cuerpo con sus reacciones placenteras sensuales, dentro de una gran diversidad erótica. Actualmente conocemos mas sobre el autoerotismo desde el punto de vista científico y por la investigación sexo terapéutica (Masters, W. y Johnson, V., 1978; Kaplan, H. 1978; Barbach, L., 1981; Flaherty, M. 1984; Lo Piccolo, J.; Heiman, J. y Lo Piccolo, L., 1986; Horer, S., 1981; Sanz, F., 1990; Dodson, B., 1991; Alsteens, A., 1978; Sarnoff, S. & Sarnoff, I., 1980)

Existe una muy estrecha relación entre el erotismo táctil y muscular y la capacidad sensual de obtener placer por el olfato, la vista, la piel, el oído y el gusto (Alberoni, 1992). Combinando estos elementos sensuales, el autoerotismo se ejerce de una u otra manera, desde ligeros e imperceptibles tocamientos de todo el cuerpo incluyendo genitales, rozándolos de manera suave hasta caricias más intensas usando fantasías eróticas; esto es posible si tenemos una buena salud sexual y alta autoestima, si soltamos prejuicios y estereotipos. Sin embargo, cuando se está inmersa en las valoraciones moralistas, básicamente

religiosas, que consideran a esta práctica como un desorden moral grave (La Sagrada Congregación para la Educación Católica, 1983) esta experiencia autoerótica se vive con sentimientos de culpa y desesperación emocionalmente muy destructivos:

*“Yo no tengo derecho sobre el ejercicio de las sensaciones placenteras de mi propio cuerpo, a todo lo que es autoerotismo, la religión le mete culpa y vergüenza, estos dos sentimientos me han hecho mucho daño y me han causado mucha confusión en relación a lo que siento con mi cuerpo y a lo que me han dicho que no debo de hacer”*  
(Opinión de una mujer mayor, archivos personales. 2000)

Ahora ya sabemos que por lo contrario, el autoerotismo es un hecho tan natural que esta presente desde que nacemos, nos permite ir descubriendo nuestro cuerpo junto con todas sus sensaciones, ir formando nuestro esquema corporal como una totalidad que nos integra física, psicológica y eróticamente, va conformando nuestra propia identidad de género, continúa toda la vida, es parte del ejercicio del erotismo en las personas mayores y por supuesto de las mujeres de esa edad.

Hablemos de las mujeres, - aunque a los hombres también les sucede pero desde otra inserción sociocultural -. Al encontrarse con una vulva en el propio cuerpo de mujer, estos órganos se trascienden, se les lleva a los terrenos de lo simbólico, lo emocional, afectivo, lo que permitirá ir desde el contacto consigo misma, hasta el contacto con la otredad. Al conceptualizar al amor como un encuentro con la mismidad, surgido en la meditación y en la contemplación sensual del propio cuerpo, así como del propio ser, se integra una totalidad corporal y anímica subjetiva. Este amor no exige ninguna correspondencia forzada, ya que surge de la persona misma y toca al mundo que le rodea (Lauster, 1980). Esto permite verse a si misma y a la pareja erótico – amorosa, desde lo que se reconoce en el propio cuerpo y el propio espíritu. Es

decir, que el autoerotismo favorece una disposición a la parte amorosa hacia si misma y hacia la otredad..

La practica autoerótica, como ya mencioné anteriormente, transcurre durante todo el ciclo vital, de manera natural y espontánea que permite expresar formas amorosas, placenteras de una sexualidad sana; luego entonces, en las personas mayores se ejercita este comportamiento con el que se obtiene placer erótico y que usualmente va acompañado de fantasías con imágenes eróticas estimulantes.

Por lo anterior, considero que el autoerotismo es una conducta sexo-erótica muy importante de rescatar, valorar, reivindicar, ubicar y promover, en su dimensión mas humana y saludable, para lograr dos objetivos fundamentales: uno: las relaciones sexo – eróticas llenas de afecto y dos: la posibilidad de auto explorarse para alcanzar la plenitud personal (Sarnoff. & Sarnoff. I, 1980).

Así pues, considero que si el autoerotismo tiene una importancia fundamental en la vida de todos los seres humanos, en el caso de las mujeres mayores, dada sus circunstancias del encuentro consigo mismas para construir una identidad renovada, este comportamiento les permite y les facilita entrar al terreno de lo corporal y de lo espiritual como una integración.(González, S., 1994)

La definición ofrecida por Imielinski (1985), citado por Slosarz, W. (1992:275), nos dice que el autoerotismo es: *“El acto de excitar los propios órganos genitales por medio de manipulaciones, algunas veces con la ayuda de varios objetos, a fin de evocar el placer sexual y finalmente, aunque no necesariamente el orgasmo; las practicas auto-eróticas están acompañadas a menudo por imágenes creativas o imitativas”* (fantasías).

Considero, que aunque esta definición es útil, el autoerotismo va mas allá, ya que se logra un autoconocimiento vivencial sexo – erótico intimo, del propio cuerpo en su sensaciones placenteras, mediante la autoexploración táctil o con algún objeto como flores, sedas, plumas, agua, algodón, etc. que incrementan esas sensaciones. Si este comportamiento sexual intimo y privado,

se da por una decisión libre y sin culpas, favorece la autovaloración sexo – amorosa de la propia persona, haciéndola sentir plena y muy bien.

La experiencia autoerótica en las mujeres mayores es una vivencia muy íntima, donde el componente de la creación de fantasías las remite a la imaginaria erótica, los recuerdos y la concentración en las sensaciones del propio cuerpo. En las fantasías de tipo erótico surgen pensamientos (proceso mental) que conllevan a sensaciones físicas (proceso corporal) consideradas placenteras. De acuerdo con Fina Sanz (1990), las fantasías eróticas ayudan, entre otras cosas: al desarrollo sexual, al crecimiento personal y a la creatividad; si una mujer mayor se abre al mundo de lo imaginario, esto repercutirá en diversos aspectos de su vida, además del sexual.

Las fantasías eróticas movilizan emociones y pertenecen al ámbito de lo inconsciente, de lo simbólico, pueden tener contenidos irracionales que deben comprenderse de esa manera, ya que no son hechos reales, sino elementos con un simbolismo en sus significados y son tan íntimos y personales, que si así se desea, no se tiene que compartir, que favorecen el gozo sexual y sin estas fantasías, el autoerotismo sería un acto muy solitario y gracias a ellas, se entra en el terreno de lo simbólico integrando al otro, en los significados del erotismo. Las fantasías asociadas al autoerotismo, son experiencias prodigiosas que permiten un despertar mental dirigido a pensamientos y sentimientos sexuales, descartando otros que impedirían la erotización y la obtención del placer (Kaplan, H. 1981; Sarnoff, I & Sarnoff, V 1980; Barbach & Levine, 1981).

Por otro lado, la imaginación es un elemento psicológico que nos permite, antes de ejecutar alguna conducta, planearla, diseñarla, suponerla, inventarla, disfrutarla, quitarle y ponerle elementos, dirigirlos mentalmente, en fin, que se disponga o no del objeto amoroso, la fantasía erótica “*nos prepara y nos dispone para*”. En este terreno de lo imaginario, todo se vale, las imágenes que se evocan surgen del recuerdo y de la mente imaginativa, así se crean las imágenes eróticas pasajeras, las fantasías entrelazadas, los recuerdos con connotaciones sexo – eróticas placenteras, que siempre están saliendo y entrando en la consciencia. Estas fantasías permiten a las mujeres mayores, se concentren en

el erotismo, en sus propias sensaciones, en disfrutar todo lo que esta en el terreno de lo posible erótico. Las mujeres mayores mientras se autoerotizan, pueden combinar las mágicas satisfacciones de las fantasías con las gratas sensaciones corporales que crean una atmósfera de concentración en el placer, ayudando a potenciar y a generar la excitación sexual y el bienestar erótico.

Las mujeres mayores, pueden convertir el autoerotismo en un ritual para aprender todo tipo de caricias, movimientos táctiles, respiración lenta, dilución en el placer que le permita una concentración en las sensaciones de la propia piel de todo su cuerpo, rodeada de un ambiente favorecedor del placer como es el uso de música, fragancias, texturas, que la dispongan en la sensualidad, facilitadora del erotismo y el placer, transformando la genitalidad en un éxtasis corporal total, trasladando la energía del placer al corazón, a la conciencia de un cuerpo que da y recibe placer amoroso, erótico, mas allá de lo físico, que a las mujeres mayores les permite una experiencia integral del espíritu, transformando su autoerotismo en una vivencia muy humana y natural. Por lo anterior, aprenden a desarrollar autonomía, precisión, conciencia, gustos y preferencia en cuanto a formas de sentir su cuerpo.

De tal suerte que, esta experiencia autoerótica se convierte en un placer para la salud sexual.

Propiciemos pues, que el autoerotismo forme parte de la identidad sexo – erótica de las mujeres mayores, para elevar su autoestima, ayudarlas a que se lleven bien con su propio cuerpo, entendiéndolo mejor y haciendo mas conciencia de la mismidad sexo - erótica.

En conclusión, estoy de acuerdo con Ashley Thirby, citada por Anand (1991: 192) en su libro, “*La senda del éxtasis*”, que nos dice:

*“En cuanto conozcamos los centros de nuestro propio placer, seremos capaces de compartirlo. Este es el principio del tantra: Debemos percibir lo que somos a través del conocimiento de nosotras mismas y de nuestros placeres; Solamente entonces seremos capaces de dar el placer que buscamos y aceptar el que nos ofrecen”*

Finalmente, que mejor manera de aprender al respecto del placer y de ser creativas sexualmente, que el autoerotismo, entonces el re – encuentro y re – descubrimiento del placer autoerótico es muy importante para la buena salud sexual de las mujeres mayores.

Para cerrar este capítulo, quiero señalar que el cuerpo de las mujeres mayores que pasa por sus memorias históricas universales, y de su propia historia de vida; al ir envejeciendo, tiene muchas posibilidades de ser vivido fuera del edaísmo y si dentro de un desarrollo sexual, erótico y placentero lleno de posibilidades extraordinarias para alcanzar una identidad renovada plena, muy placentera de autoaceptación que lleve a estas mujeres mayores al bienestar, mediante un buen trato desde si mismas y desde su salud sexual como un derecho humano básico. Considero que en estos últimos 5 años o más he promovido entre y para las mujeres mayores, prácticas erótico – sexuales llenas de placer sugiriendo el autoconocimiento mediante el autoerotismo, la terapia de reencuentro y otras técnicas, métodos y aproximaciones conceptuales, que apoyen al crecimiento y a la salud sexual de las mujeres mayores, con resultados muy alentadores.

De acuerdo a Schnarch, 1993, (citado por Crooks, R.; y Baur, K., 2009) El erotismo de las mujeres mayores es más una función de la evolución emocional, espiritual y del crecimiento socio-cultural, que de respuesta fisiológica.

*“Quizá sea la actividad erótica en la que hombres y mujeres más haya estimulado a la vez y con mayor creatividad, todos y cada uno de sus cinco sentidos. Desde las más remotas civilizaciones, la humanidad ha acompañado sus rituales amorosos y sexuales de todas suertes de sonidos, acordes, ritmos, música y cantos. La atmósfera de desorden y turbulencia inductora del erotismo transmite a la música toda su carga engendradora, y ésta, a su vez, animada de esta energía, avispera la asignación erótica. Cual perfecta pareja, el uno se alimenta de la otra, y a la inversa.”*

Manuel Valls (1982: Contraportada)

## **CAPÍTULO IV**

### **EL CUERPO TIENE MEMORIAS Y RECUERDOS: CUÉNTAME TU VIDA SEXUAL Y ERÓTICA DE MUJER MAYOR**

*“Tú miras, pero no ves. Tocas, pero no sientes. Oyes, pero no escuchas. Sin vista o sin tacto, uno puede aprender mucho. Pero, o aprendes a – escuchar – o aprenderás muy poco de nuestras costumbres”*

*Sanador songhai entrevistado por Stoller en 1989*

(en Nieto, J. A., 1993: 44)

#### **4.1. Las “áreas mudas” en la investigación sobre sexualidad.**

José Antonio Nieto en su libro “*Sexualidad y deseo*” (1993) señala que el énfasis exagerado en la observación y la visualización dentro de la investigación científica, sea por el método experimental o el cuantitativo, nos puede provocar una “ceguera” o por lo menos “miopía” para conocer y entender de manera más integral lo que estemos estudiando.

Este mismo autor considera que en occidente, la ciencia tradicional, ha tenido en la investigación, una práctica y un desarrollo de vacío emocional. Coincido en que para llegar a un buen conocimiento, más integral de lo que estemos estudiando, se demanda un continuum sensual; es decir, poner nuestros sentidos al servicio de la escucha respetuosa para, encontrar y lograr un conocimiento significativo e integrador; en lugar de un corte epistemológico de los mismos factores a estudiar y en consecuencia solo establecer disociaciones fragmentadas del problema en estudio.

Hay que abandonar la búsqueda de la verdad desde nuestra miope, limitada y prejuiciada perspectiva, así, de esa manera, poder aproximarnos al conocimiento viendo a los “otros” como personas con las que establecemos diálogos permanentes, para llegar a sus saberes y escuchar verdaderamente lo que esas personas a las que nos acercamos, dicen de sí mismas y su entorno.

Existe una necesidad de explorar, conocer, entender la sexualidad humana de modo sistemático, pero no necesaria y exclusivamente cuantificando y parcializando el comportamiento; sino, de manera relevante, observarla desde el punto de vista de la sociocultura, como una totalidad integrada por varios sistemas y subsistemas interactuantes y complejos.

Si la sexualidad humana está inmersa en ansiedades, pudores, restricciones, represiones, culpas y castigos. ¿Cómo podemos ser investigadores objetivos? Me parece que la respuesta está en saber escuchar lo que dicen y entender desde las otras personas, eso que dicen.

Aceptando que pudo acercarme al conocimiento de la sexualidad de las mujeres mayores como una construcción social de género, me es claro que las ideologías que apoyan las relaciones de poder son acuerdos culturales poderosos; “*naturalizados*” por la biología, entonces las identidades profundas están enraizadas en esas ideologías desde la feminidad / masculinidad, la heterosexualidad / homosexualidad, la reproducción / gozo sexual, la violencia de género / placer erótico, no son producto exclusivo ni único de la biología, ésta no lo valida, más bien, estamos frente a la intersección de fuerzas muy diversas que van desde lo social, lo político y lo económico, que varían con el tiempo.

Es así, que para conocer lo que pasa con las mujeres mayores, su sexualidad, su erotismo y sus placeres; tengo que recurrir a otras formas de aproximarme a ese mundo desconocido y poco estudiado, para saber de él.

La construcción social de la sexualidad, requiere entonces, una investigación que proporcione detalles desde las mismas mujeres mayores, dándoles voz. Al escuchar en sus propias palabras, sus experiencias, sus historias y lo que ellas viven; donde las categorías de los contenidos de su discurso, adquieren sentido y significados internos psíquicos, su sexualidad se construye desde su propia subjetividad, reflejando un movimiento hacia lo social, posiblemente hacia un cambio, o un impacto en diversos escenarios y sectores sociales, como es: desde la misma familia, pasando por los sistemas de

salud pública, la salud sexual como derecho, la religión, la educación, los códigos legales, la economía y las políticas públicas.

Entonces, si la sexualidad es un producto sociocultural, todas las descripciones representaciones e imágenes de esa sexualidad también lo serán; ello permite y requiere que mediante el método cualitativo se pueda conocer más de cerca los significados de la construcción social de la sexualidad, el erotismo y el placer de las mujeres mayores en la actualidad. De esa misma manera la experiencia de los cambios corporales - que ha estado mediatizada por la cultura y la propaganda - al ser relatada por las mujeres mayores, nos dicen, informan y describen sus vivencias, sus propias experiencias, proporcionándonos una luz muy diferente, a lo que socialmente se dice y se piensa desde las estructuras de poder, las ideas falsas, los prejuicios, los tabúes y las mentiras patriarcales.

Hacen falta estudios para poder explicar cómo se relaciona el lugar que ocupan las mujeres ancianas en la sociedad con el patriarcado y el capitalismo. A las mujeres mayores no se le concede importancia o no se les incluye en las investigaciones de tipo científico. ¿Cómo para qué? Se preguntarían quienes devalúan a las mujeres desde el poder patriarcal y el machismo. Reconozco agradecidamente, la gran importancia y el valor de los pocos estudios y literatura que encontré sobre el erotismo y la sexualidad de las mujeres mayores, pero de estos, más el trabajo en los talleres, así como de las entrevistas que hice a las mujeres mayores, aprendí muchísimo. Me enseñaron que las barreras para una vida sexual satisfactoria en ese grupo de personas, son más bien aspectos socio - culturales que biológicos. La sociedad actual, con todos sus avances tecnológicos, sus revoluciones y liberalismos ideológicos relacionados a la sexualidad, no ha dado lugar a considerar el placer erótico - sexual de las mujeres mayores. (Poltzer, P., 2010)

Pensemos - como ya mencioné en el capítulo III - que el grupo de las personas mayores va en aumento, y más el de las mujeres, en razón de la ampliación de su longevidad, es entonces necesario e importante que estudiemos su sexualidad erótica como una vivencia que le da identidad,

libertad, autoestima, bienestar, energía psíquica y corporal a las mayores, para lograr una salud sexual que beneficia, enriquece y da calidad a su vida.

Si queremos estudiar, así como conocer sobre la sexualidad de las mujeres mayores, necesitamos más información desde ellas mismas, cuales son sus símbolos, sus significados, sus imágenes y sus representaciones. No se puede seguir negando ni haciendo invisible la sexualidad erótica de las mujeres mayores. Su estudio representa un reto y un desafío para la investigación, ya que es una intersección de lo político, lo social, lo económico, lo histórico, lo personal y lo vivencial, que enlazan comportamiento con pensamiento y fantasía con acciones reales. (Vance, C., 1989)

Entonces, en este trabajo, propongo que mediante la técnica de la entrevista con la perspectiva del enfoque cualitativo, reflexionemos y aprendamos sobre las experiencias que viven las mujeres mayores al respecto de su sexualidad, su erotismo y su placer, desde su propia voz.

#### ***4.2. El enfoque cualitativo como camino al conocimiento.***

Cuando uno se pregunta ¿qué es? ¿cómo es?, se hace referencia al conjunto de cualidades o la calidad de algo; es decir, se pregunta por la naturaleza y la esencia de un ser o de algo y con ello nos estamos refiriendo al concepto de cualitativo. (Martínez, M., 2009)

El enfoque cualitativo permite conocer de primera voz, lo que las mujeres mayores que entrevisté, viven y experimentan erótica y sexualmente, cuales son sus gozos y placeres, que significados tienen estas experiencias vitales para ellas.

Por ahora, en esta primera etapa, escuché las voces de un grupo de mujeres mayores, desde 60 hasta 80 años, pero en el presente trabajo solo retomé, por parecerme muy significativas, tres historias, una de una mujer de 62, otra de 70 y la tercera de 80 años.

La riqueza de estas historias, me motiva, a darle continuidad a esta investigación, entrevistando a más mujeres mayores, en diversos espacios socioculturales y económicos.

Ahora bien, en relación a la investigación cualitativa, solo haré una breve mención de sus características, basándome en tres obras: “*Ciencia y arte en la metodología cualitativa*” de Miguel Martínez (2009), en el mecanograma sobre “*Metodología cualitativa*” de la Dra. Carmen Merino (2010) y de la Dra. Emili Ito y Blanca Inés Vargas (2005) “*Investigación cualitativa para psicólogos. De la idea al reporte*”

La investigación cualitativa tiene dos características relevantes: la primera parte se refiere a “*recolección de información necesaria y suficiente*”, y la segunda, a la “*categorización e interpretación*” de la información obtenida. (Martínez, M., 2009)

La primera parte referente a “*recolección de la información necesaria y suficiente*” conlleva y está guiada por algunos conceptos fundamentales, muy importantes. A continuación los enumero y en los siguientes incisos los explico: objetivos, generalización, hipótesis, unidad de análisis, categorías, marcos conceptuales: el epistemológico, el teórico-referencial, criterios generales para la acción, elección de la muestra estudiada, procedimientos e instrumentos que se utilizan, análisis, interpretación y discusión.

#### **4.2.1. OBJETIVOS.**

Estos partieron de una amplia área problemática, y no de un problema específico que se reflejan, para la entrevista, en una pregunta inicial muy directa, concreta y específica (más adelante se amplía este aspecto), que al ir avanzando el relato, van surgiendo más elementos para hacer otras preguntas que relacionan lo que las mujeres fueron diciendo; por lo tanto, no partí de elementos aislados, sino de situaciones de una realidad social estructural, que en este trabajo se convierte en un objetivo:

- **Conocer desde la propia voz de las mujeres mayores, sobre su sexualidad, erotismo y placer, en una cultura que las niega e invisibiliza como personas que si tienen una sexualidad erótica** y no se les reconoce por cuestiones socioculturales, históricas, políticas y de género, estructuras

estas, que nos marcan las relaciones entre sistemas complejos y sus significados sociales, como realidad humana de las mujeres mayores.

#### **4.2.2. GENERALIZACIÓN**

Este concepto me es útil tal como lo plantea Miguel Martínez (2009: 73) y lo cito textualmente. *“Para llegar a la identificación de una estructura humana, sea esta psíquica o social, más o menos generalizable, debemos localizar primero esa estructura en individuos o situaciones particulares mediante - el estudio y la captación de lo que es esencial o universal, lo cual es signo de lo necesario”*. Es decir, no es que algo se repita muchas veces para que sea universal, más bien, se refiere a aquello que le pertenece al ser, que le es esencial. Si en la presente investigación se logra captar la esencia, en lo que las mayores me han dicho, será que se puede hacer generalizaciones, pues esto solo se da en lo particular.

#### **4.2.3. HIPÓTESIS**

En la metodología cualitativa no se formula una hipótesis que se va a verificar. En este trabajo más bien, he estado abierta a que las hipótesis surgieran y se fueran revelando de las mismas entrevistas. No partí con ninguna idea prefijada. Al análisis veremos mejor esta parte.

#### **4.2.4. UNIDADES DE SIGNIFICADO**

- En este trabajo no se estudian variables aisladamente, ni las definí previamente para tratar de encontrarlas. Lo que encontramos es el significado de las acciones de estas mujeres mayores y su sexualidad erótica, para descubrir la intención que anima a los actos relatados y el significado que tiene para cada mujer, ¿cuál es el propósito y la meta que se persigue?, ¿cuál es *“la función que desempeña en la estructura de su personalidad y en el grupo humano en el que vive”*? (Martínez, M., 2009: 75)
- Aquí se habla de *unidades de significado descubiertas en el análisis e interpretación*, puede tratarse de significados simples o complejos, que se integran a lo largo del texto o del discurso en categorías de alto nivel de

complejidad y de un gran poder explicativo pero no hables de *variables* que otra vez corresponden al lenguaje del método positivista cuantificador

En el presente trabajo, la unidad de análisis es la nueva realidad que emerge de la interacción de las partes constituyentes, encontrar la función y significado de esa estructura; es decir, las relaciones que se dan entre los elementos que se relatan alrededor de la sexualidad erótica de estas mujeres mayores.

#### **4.2.5. LAS CATEGORÍAS**

En la metodología cualitativa no hay categorías previas a la investigación, tampoco hay variables, ni dimensiones o indicadores preconcebidas. Las verdaderas categorías que se conceptualizarán, emergen del estudio de la información que recogí de las mujeres mayores, al realizar el proceso de categorización.

#### **4.2.6. MARCOS CONCEPTUALES.**

##### **4.2.6.1. EPISTEMOLÓGICO**

“El enfoque cualitativo de investigaciones, es por su propia naturaleza, dialéctico y sistémico” (Martínez, M., 2009) Estos dos presupuestos, epistemológico y ontológico, entendiéndolos como “*el conocimiento del ser como fenómeno social*”, (Martínez, 2005) nos permite plantear un estudio del conocimiento de la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores en un entorno histórico, social, cultural y emocional que forman un sistema complejo, donde cada parte (variables) actúa con todas las demás partes en relación con el todo, como holones o sistemas separados pero nunca aislados y si interactuantes como un todo en si mismo y parte de un todo más amplio. Por otro lado, es dialéctico porque el sujeto conocedor, en este caso yo como interesada en conocer, desde las mujeres mayores, sobre su sexualidad erótica, no soy un espejo pasivo, porque el conocimiento que voy teniendo sobre ellas es un proceso dialéctico entre ellas, sus valores intereses, creencias, género, etc. y yo; es decir no se va a dar un conocimiento “objetivo” sino desde las

subjetividades de ellas las mayores y yo que escucho; por lo tanto, me torno en el objeto de estudio.

Para darle sentido a la metodología, a las técnicas y a las reglas de interpretación, se necesita un breve marco epistemológico, que en el presente trabajo son los aspectos del conocimiento relacionados con la psicología, la historia, los valores y normas sociales, que forman sistemas estructurales complejos relacionados con la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores.

#### **4.2.6.2. TEÓRICO-REFERENCIAL**

Los Conceptos que se desarrollaron en los tres primeros capítulos de este trabajo, dan el marco referencial o andamiaje, de lo que entorna y antecede a la posición erótico-sexual de las mujeres en general, más específicamente de las mayores, desde la historia y la sociocultura, con un enfoque genérico.

Se encontró prácticamente nada en cuanto a investigaciones similares al presente trabajo. Solo se reporta un trabajo que se presentó en el Forum: Qualitative Social, Research, pero está enfocado a conocer el desarrollo de la generatividad en adultas mayores desde el enfoque de Erik Erikson.

En el presente trabajo, enfoqué mi interés, desde un punto de vista fenomenológico, hacia el mundo de la sexualidad y el erotismo vivido por las mujeres mayores.

No se le dio un marco teórico previo, cerrado o exclusivo, ya que las historias de estas tres mujeres mayores, nos proporcionan una estructura y contexto propio, único, con una infinidad de variables individuales en acción dando como resultado que lo que nos dicen estas mujeres, es muy particular, propio y único de ellas, las mujeres mayores y su sexualidad erótica. Al emerger los indicadores que formaron las categorías, se han conectado con algunos conceptos expuestos por algunos teóricos, que no los escogí previamente para guiar mi investigación, pero si los leí antes, junto con muchos otros y otras autoras, como parte del marco referencial. Ya me eran conocidas las obras, planteamientos de estas y estos autores; por que en mi práctica profesional y docente, he trabajado con sus conceptos, pero al leer y analizar las historias,

éstas se conectaron con algunas de las teorías referenciales lo que me permite darle congruencia y coherencia al análisis de las historias de estas tres mujeres mayores.

Por un lado, está Sigmund Freud (1905, 1976), que nos menciona las fortalezas del *ello*, *el yo* y *el superyo*, para desarrollar una fuerza psíquica adaptativa.

En segundo lugar, los planteamientos y conceptos de Fina Sanz (1995, 1997, 2002, 2005) que aparecen en sus libros sobre: *Psicoerotismo femenino y masculino*, *Los vínculos amorosos*, *Los laberintos de la vida cotidiana* y su capítulo titulado *Del mal trato al buen trato* (en Ruiz – Jarabo, C., y Blanco-Prieto, P., 2005). Conceptos medulares que están relacionados con la sexualidad y el erotismo en sus tres niveles: el social, el relacional y el interno individual; que se producen en el afuera - lo que se ve -, y en el adentro – lo que no se ve -.

Por otro lado, Michael Foucault (1988) “*define la tecnologías del yo como el modo en que un individuo actúa sobre sí mismo*” (citado por Lladó, A., 2006: 5) donde dos planteamientos fundamentales de Foucault dicen: “*Conócete a ti mismo / misma*” y “*Cuídate a ti mismo / misma*”, se ven muy claros en dos prácticas, como son la sexualidad y el control. Pero no es lo mismo conocerse que ocuparse. El conócete a ti misma/o ha sufrido a través de la historia, diferentes conceptualizaciones. En la antigua Grecia atendía al principio delfico, como principio moral, que procuraba encontrar las buenas acciones. Después, desde el cristianismo, significaba paradójicamente, renunciar a sí mismo “*El pecador, y e aquí la importancia otra vez, de la sexualidad en la tecnología del yo, debía saber cuáles eran sus pecados, para después rechazarlos, anulando al yo. Me conozco, me rechazo*”(citado por Lladó, A., 2006: 5). En el cristianismo, se debe conocer el yo a la perfección, pero no es para darle fuerza, ni para aceptarlo en su posibilidad real; el yo cristiano, permanentemente busca sus pecados e imperfecciones, para darse cuenta de su conciencia de maldad, necesitando de la aprobación externa. El yo cristiano se observa y se estudia a sí mismo, para después establecer su propia renuncia

(Lladó, A., 2006), que lleva al penitente a expresiones dramáticas de estatutos de pecador y por otro lado, la verbalización constante de pensamientos relacionados con la obediencia absoluta a una voluntad ajena que dicta las normas. El pecador debe saber quién es y que y cuales son las tentaciones que lo hacen débil, puede caer en ellas; por eso mismo, las tiene que confesar a la comunidad para que lo controlen. Basando la espiritualidad en dos ejes: la obediencia y la contemplación, pero esto último no es espiritual, porque su principal y único fin, es la obediencia interior, venida de la moral de control exterior, que se encargan de decirnos que y como hacer. No hay autonomía ni libertad, sí, todo el control, pues el yo se convierte ó se establece como su propio vigía moral. En el cristianismo, la renuncia del yo ha sido la estrategia de gobernabilidad que controla los actos individuales desde el individuo mismo, siendo la sexualidad y el erotismo los más reprimidos y controlados por esa renuncia.

Actualmente, el cuidado del sí, se refiere, a un estado político y erótico activo. El cuidado del sí, es el cuidado de la propia alma

Para tener consciencia de sí, de manera libre, sin ninguna imposición; esto solo se puede hacer desde el conocimiento de la naturaleza misma de la experiencia, desde una ontología del presente, donde se toma en cuenta el momento determinado (histórico) en que se habla de las tecnologías del yo, como el modo en que la persona actúa sobre si misma, rechazando el a priori universal y aceptar una ontología del presente, para que la persona sea la persona y que lo normal no sea lo normal, - las mujeres mayores también son personas que viven y tiene un erotismo sexual - y que mi yo no sea el propio asesino de mi sexualidad, mi libertad y mi espiritualidad.

Lo anterior nos proporciona elementos que dan un significado a lo planteado por estas mujeres mayores, para integrar el pasado, el presente y el futuro, con una nueva identidad en este período de la vida, desde el conocerse a si mismas y cuidarse a si mismas, para decidir con libertad, permitiendo una conceptualización de su sexualidad erótica, que les da una nueva identidad a las mujeres mayores.

Otro teórico con el que se da una conexión muy importante, es Erik Erikson, (1959) que como psicólogo del yo, nos proporciona un enfoque sobre “la capacidad de entregarse a sí mismo en el encuentro de los cuerpos y de las mentes, lleva a una expansión gradual de los intereses del ego y de la catexis libidinal sobre aquello que ha sido de este modo generado y aceptado como responsabilidad”; es decir, la etapa de la *generatividad*. En la edad de los mayores, Erikson propone la etapa de *integridad del ego*, para dar un orden y significado a la vida, como una aceptación de sí mismo y del momento que se vive, siendo, dentro de su ciclo de vida, una persona mayor.

Por último, la teoría de los *cuatro holones sexuales*: Reproductividad, Erotismo, Género y Vínculos Afectivos de Eusebio Rubio (1994), que me permiten entender a las mujeres mayores de este estudio, en los elementos de su sexualidad erótica expresados en sus historias, dentro de estos cuatro sistemas complejos e interactuantes.

#### **4.2.7. ELECCIÓN DE LA MUESTRA ESTUDIADA. PROCEDIMIENTO E INSTRUMENTOS QUE SE UTILIZAN.**

Para este trabajo, utilicé la entrevista semiestructurada como método de investigación para recolectar la información, sobre un tema específico; cómo es la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores de 60 años. Es decir, que en el presente trabajo, la muestra es intencional, priorizando la profundidad, más que la extensión; por lo tanto, la muestra no es amplia numéricamente. (Martínez, M., 2009)

La muestra es homogénea, porque me centro en un tópico que es de mi interés, como es la sexualidad erótica y el placer de las mujeres mayores.

Sé que, por ahora, no tomé en cuenta a los hombres mayores, debido a que en principio mi primer interés es indagar en el grupo de las mujeres mayores. Como ya lo menciono en otro lado, esta investigación se continuará más adelante, ampliando el grupo de mujeres de diversos estratos socioeconómicos y culturales, así como incluir al grupo de hombres mayores.

Primero fue contactar con mujeres mayores que quisieran colaborar en este estudio. Ocho mujeres mayores entre 60 y 80 años de edad, me permitieron charlar con ellas en una entrevista individual privada, para recoger toda la información necesaria, (Martínez, M. 2009; Ito, E.; y Vargaz, B., 2005) la cual se registró mediante una grabadora digital y posteriormente se transcribió a un documento escrito.

Como ya aclaré anteriormente, solo retomé tres historias de las ocho, porque me parecieron las más representativas y significativas a los 62, 70 y 80 años.

Las entrevistas tuvieron una duración promedio de 60 minutos y se iniciaron con el siguiente planteamiento:

*“Gracias por aceptar charlar conmigo. Te voy a pedir que me cuentes sobre tu sexualidad y tu erotismo, aquí y ahora a tus (60, 70 80) años”*

De este planteamiento se suscitó un gran cantidad de información que en algún momento de la entrevista, me permitió ampliar integrando otras preguntas, contactando con que hablaran sobre sus cambios, sus cuerpos, que veían ahora en el espejo cuando se miraban en él, que sentimientos les despiertan estos cambios corporales; se llegó en algunos casos, al tema del auterotismo y al gozo sensual, así como a las transformaciones erotizadas ya no de manera esencial, alrededor de sus genitales; sino de todo su cuerpo sensual y de las connotaciones espirituales de su erotismo como energía vital conectadas a la vida cotidiana. También hablaron de las restricciones sociales y de las limitaciones para establecer vínculos afectivos.

Posteriormente se estructuró la información integrándola en un todo coherente y lógico, donde mediante categorizaciones fueron revelándose los significados de la sexualidad erótica y gozosa de estas mujeres mayores.

#### **4.3. EL TRABAJO DE CAMPO: ENTREVISTANDO A LAS MUJERES MAYORES.**

*“El erotismo es recóndito hasta que contagia de su risa y su abandono. Y entonces resulta aún más ofensivo para sus enemigos”*

*Fernando Schwartz*

*Eros, pintura y poesía.*

*(Citado por José Antonio Nieto, 1993:*

*176)*

El trabajo de campo forma parte fundamental de la estructura de la presente investigación, ya que me ha permitido explorar eficazmente, mediante la entrevista, la recopilación de información para mi tema sobre la sexualidad erótica de las mujeres mayores.

En esta investigación, como explico anteriormente, he utilizado el método cualitativo, porque me permite considerar a la persona como un todo dinámico, que tiene voz propia y que es singular, con una historia, tanto la personal construida desde su propia subjetividad, como la de la socio cultura en la que está inmersa, así mismo de la que provienen sus propias raíces. Es decir, al conocer la historia de las mujeres a las que escuché, mediante la entrevista, se recorrió su historia, reconstruida en una dirección ,consciente o inconsciente, de su sexualidad erótica, y cómo se plantea esto en el aquí y el ahora, en este momento de su vida, como mujeres mayores.

El trabajo de campo se realizó en el lugar donde se desenvuelven las vidas cotidianas de las personas entrevistadas; es decir, en el escenario de sus casas o en su lugar de trabajo, conociendo de esta manera, tanto los hechos, que estas mujeres como protagonistas, han vivido o viven en la actualidad en relación a su sexualidad, su erotismos y sus placeres.

#### **4.4. LAS HISTORIAS. ANÁLISIS, INTERPRETACIÓN Y DISCUSIÓN**

Aclaro que en este trabajo, no se publican las transcripciones completas de las entrevistas de historias sobre la sexualidad y el erotismo de las mujeres mayores que colaboraron, ni siquiera en un apéndice, lo anterior se debe – desde mi punto de vista – por razones éticas, dado que relatan aspectos muy íntimos de su vida como mujeres mayores.

Otra aclaración se refiere a que todo lo que esta marcado en color verde, en cada historia, son indicadores que forman unidades temáticas.

##### **Primera Historia**

Entrevista realizada el 22 de marzo del 2011.

##### **SEMBLANZA.**

Felicia es una mujer de 62 años, con una aspecto físico de mujer gordita, pero cuidada, su arreglo es casual y comodo, ligeramente maquillada. Siempre sonríe, y se muestra contenta, participativa, con una mirada directa y agradable, una voz firme y también grata.

Ella es psicóloga, intelectual, culta, con un nivel educativo superior, mujer de trabajo muy activo y creativo. Generosa en el dar y recibir. Líder muy positiva, con expansiones internacionales muy reconocidas. Tuvo un hijo que murió hace unos 4 o 5 años, en un accidente

##### **ANÁLISIS.**

A la lectura de su historia, aparecen varios *indicadores* que los he organizado por etapas o momentos, lo que me fue dando *unidades temáticas*.

En un primer momento, Felicia hace mención a las razones por las cuales, su **deseo sexual bajó**. Primero tuvo una **menopausia precoz** a los 40 años, vivida sin problemas físicos, sofocos ni efectos secundarios, pero que si lo relaciona con una baja notable en el deseo sexual. Esto no la sorprende, ni le impide nada, pero más o menos coincide con la **pérdida de la pareja afectiva estable**. Esta pérdida, más que la menopausia, hace que tenga **menos deseos sexuales genitales**, aún así, en la actualidad cuando surge el deseo, recurre a **la práctica de la masturbación**.

Otros dos aspectos que le quitaron energía y le **bajaron el deseo sexual** fueron: **una enfermedad grave**, cuando la diagnostican con un cáncer, y **la muerte de un ser muy querido**.

Yo se de su enfermedad porque conozco a esta mujer desde hace más de 20 años. Este evento **la hace buscar todas las alternativas posibles para tratarse y curar su mal**. Eso la lleva atravesar muchos caminos y a escribir un libro sobre el proceso del recorrido de su enfermedad en las búsquedas para encontrar la salud.

El otro evento dolorosísimo que sufre esta mujer, es la muerte de su único hijo, en un accidente. Refiere que la energía en general y también la sexual se canalizaron fundamentalmente hacia **lo más urgente, que es estar sana y para mantener el equilibrio emocional, elaborar los procesos de los duelos y poder salir de ahí**. Aún así hubo ocasiones que si tuvo sensaciones sexuales **si recurrió a la masturbación**, y pero todo lo sexual con muy pero muy baja intensidad, para atender las cosas prioritarias.

El tercer aspecto al que le atribuye la baja del deseo sexual, es el referente a que ya en la **segunda mitad de la vida, a medida que avanza la edad, hay un desarrollo espiritual mayor, se va buscando el sentido de la vida, haciendo proyectos solidarios, ver que se quiere dejar en el mundo, que se aporta**. Esto lo hace con mayor fuerza después de salir del proceso de duelo, “*el servicio social como apoyo al sufrimiento por pérdidas*” y en el caso de esta mujer lo ha dedicado a la enseñanza y a proyectos solidarios, lo que hace que tenga poco tiempo reduciéndose el deseo sexual genitalizado. “**para que haya deseo sexual especialmente genitalizado, se necesita recrear eróticamente el espacio, tiene que haber tiempo para que surja**”. Felicia Opina que no es tanto hormonal, sino que es **el erotismo del imaginario, del recuerdo de las sensaciones vividas, que se estimulan también por las lecturas, películas que se ven, recuerdos que se tienen y las ropas vivencias corporales al tocarse, el poder de las experiencias pasadas, hace que las fantasías sean más eróticas**. Para todo lo anterior hay que tener tiempo, estar descansada y recrearse en el erotismo.

Otros indicadores son los referentes a **los cambios corporales**. Se siente bien con su sexualidad, pero le **ha costado muchos años aceptar los cambios corporales y con ello asumir su imagen corporal**. **Perdió** en algún momento, su **autoimagen** sin darse cuenta, porque se compraba ropa de talla más pequeña que la

que realmente tenía. Otro aspecto de los cambios corporales, que para esta mujer era muy erótico como **signo de identidad sexual** y que le ha costado mucho aceptar, es la **pérdida del bello púbico**. Han sido difíciles los cambios corporales, porque no se cambia la imagen corporal de un día para otro. La aparición de las arruguitas en el pecho fue una sorpresa. Los **cambios corporales producen una escisión con el propio cuerpo, el espíritu es joven, tiene vitalidad, deseos de transformar el mundo** o colaborar en ello, se tienen ilusiones y el cuerpo se va envejeciendo imperceptiblemente, lo que sorprende y se inicia un **duelo muy importante por el cuerpo que ha cambiado. De los cambios corporales y el envejecimiento “Te das cuenta, pero no te das cuenta”, “eres y no eres la misma”**. Además de que en la sociedad occidental a partir de cierta edad, como **mujer, por esos cambios corporales, a nivel sexual se torna invisible, no se le ve como persona sexualizada, porque el cuerpo se ha envejecido y ya no es sexualmente interesante ni atractiva; esto produce dolor**. Los varones buscan a mujeres más jóvenes, cosa que es aceptada, pero las mujeres mayores ya no son atractivas desde lo sexual, eso hierde.

Otro momento en el que surgen *indicadores* diferentes, se refiere al **vínculo afectivo. Se describe como mujer fiel a la relación con un solo hombre**, lo cual actualmente hace muy difícil encontrar a alguien con quien relacionarse, debido a que no se dan los momentos en la vida que permitan ese tipo de encuentros. Además de que actualmente se siente bien como lleva su vida, lo que ha hecho que su **modelo erótico masculino cambie. Le erotiza más un hombre amoroso, tranquilo, comprensivo, respetuoso, abierto, no pasional genitalmente. Si que sea apasionado por la vida**, pues el ritmo de esta mujer ha cambiado, es más lento, no podría seguir a un joven que sea celoso, con poco desarrollo espiritual y emocional, al que haya que educar y enseñar. Requiere de una pareja en igualdad para compartir y respetarse. Considera que **si se tiene pareja estable es más fácil tener experiencias eróticas. Si no es así, entonces los impulsos eróticos se vuelven hacia la vida, hacia los proyectos solidarios con el mundo, del amor a los demás, amor y pasión por acciones y cosas concretas, porque de esta forma se siente que ahí el cuerpo vibra, se exita, que está contento y si está contento se goza más**.

Otro cambio que ha notado en su erótica, que le sorprende en referencia a su cuerpo, es que ahora **le erotiza más la estimulación de sus pechos, no así sus**

**genitales. Pero sigue siendo eróticamente lo más potente, el imaginario, y con ello su mucha erótica global, es decir que la erotiza muchas cosas, olores, colores, el olor de alguien que le guste, en general le erotiza la vida.**

Las categorías que nos dan los indicadores de sentido en la historia de esta mujer, las puedo agrupar como sigue:

- *Cambios corporales*
- *Baja del deseo sexual genital*
- *Duelos por: enfermedad, muerte y cambios corporales*
- *Cuerpo que envejece y no es aceptado.*
- *Vinculos afectivos con un cambio del modelo erótico masculino diferente*
- *Erotización no genitalizada, con una pareja, que erotice por y hacia la vida, en igualdad de intreses, proyectos y expresiones afectivas solidarias.*
- *Erotización de y hacia los proyectos de vida para trascender en el mundo.*
- *Fuerza yoica*
- *Espirualidad erotizada*
- *Erotizar la vida.*

Lo anterior me lleva a entender a esta mujer dentro de *zonas de sentido*, donde puedo verla como alguien con mucha fuerza yoica, con gran capacidad de resiliencia para transformar el dolor mediante procesos de duelo positivos, lo que la han llevado a acciones muy productivas, vitales, llenas de energía y significados de un erotismo espiritual, hacia la transformación y la solidaridad, la trascendencia hacia el mundo y las personas que lo necesiten.

Lo erótico se relaciona con la fortaleza para vivir la vida con gozo, con placeres sensuales, con muchos proyectos donde su liderazgo y creatividad hacen que se expanda en sus enseñanzas, por medio de seminarios, cursos, libros, que su beneficio llega a muchas personas, en lo que ella llama labor social. En este momento de su vida como mujer mayor, lo sexual ya no está relacionado con el deseo genital

Desde Foucault se puede detectar en esta mujer mayor, un constante conocerse a si misma, reencontrarse, y un cuidarse a si misma, para estar de manera integral, gozosa, con libertad de descisión, en sus proyectos y su trabajo. Aquí podemos ver

también que procura un buen trato para si misma y con ello sentirse bien de salud y energía.(Fina Sanz, 2005)

Desde Freud, es clara la fortaleza yoica para recibir, enfrentar y sortear sus realidades. Sin embargo el ello gozoso, también tiene cabida, erotizando su cuerpo no genitalizado, y si sus sensaciones, por y alrededor de los sentidos que sensualizan todas las experiencias vitales.

Desde Erikson, la vida de esta mujer tiene el sentido desde la generatividad, pues su trabajo social incluye la enseñanza a nuevas generaciones, de lo que ella propone y ha crado, en sus libros y en sus cursos y talleres. En una devolución a la sociedad, mediante trabajo solidario, la catexis libidinal está puesta en sus vivencias personales que le dan un sentido de responsabilidad social. En cuanto al sentido de integridad, es claro que tiene una perspectiva más integral del momento de vida en el que está actualmente como mujer mayor; es decir, acepta con cierta dificultad los cambios corporales ya que tiene una enorme energía para todo lo que hace y su cuerpo ya se está envejeciendo, pero aún así, va integrando los cambios porque hay un sentido de confianza en ella y en el mundo que le rodea, que ella ha creado con su dedicación a dar y recibir desde el servicio social.

Lo referente al holón de los vinculos de afecto, ha sido difícil para ella, por las estructuras sociales para encontrar una pareja, que si anhela tener. En relación al holón del erotismo, esta mujer ha cambiado su modelo erótico masculino, al preferir como algo que en verdad la erotiza, a un hombre, como a ella también le sucede; que erotize la vida, en un ritmo más calmado. Que sea compañero vital, amoroso y de ternura, más que solo genital. Que la pasión sea por lo que compartieran de proyectos.

Esta mujer de 62 años erotiza la vida toda, pero en un erotismo cerca de la espiritualidad de la las cosas, del gozo que cada cosa, cada vivencia; le produce .

## **Segunda Historia**

Entrevista realizada el 29 de marzo del 2011.

### **SEMBLANZA**

Joan es una mujer de 70 años. Físicamente muy atractiva. Se puede decir que su porte es juvenil. Su cabello rizado, canoso, casi blanco, le da un marco de mucha luz a su cara, en especial, resaltan sus ojos azules. Siempre se expresa con mucha efusividad,

y agrado, siempre sonríe. Su mirada es franca y directa. Tiene una actitud juguetona y de alguna manera pícaro. Su arreglo es muy casual, y cómodo, no usa maquillaje. Es psicoterapeuta, fue maestra y ya está jubilada, pero está activa en su práctica privada. Una persona con un alto nivel de preparación intelectual. Fue una mujer de muchas inquietudes puestas en actividades de altruismo social, como fue el rescatismo en desastres naturales. Siempre le ha gustado cocinar por el gusto de hacerlo. Muy gozosa de hacer cosas manuales, como tejidos y bordados. Muy disciplinada y práctica en todos sus quehaceres cotidianos, muy líder y dirigente. Con un desarrollo espiritual que se refleja en su cotidianidad, su alimentación y su estilo de vida, su práctica de meditación. Tiene tres hijos y una hija, no menciona nietos. Se divorció hace ya muchos años.

### **ANÁLISIS.**

A la lectura de esta historia, aparecen varios *indicadores* que los he organizado por etapas o momentos, lo que me fue dando *unidades temáticas*.

En un primer momento, aparecen indicadores referentes a ***un erotismo vigente***, pero una ***sexualidad no genitalizada. El erotismo es por todo lo que hay en la vida, es sensual y lúdico. En el vestir, el hablar disfrutar la comida, con las amigas y amigos. La sexualidad es jugar y divertirse, estimular, pero no es por impulsividad como era en la juventud.***

En los aspectos del erotismo, el placer, la sensualización, los vínculos amorosos, el buen trato, los cuidados y el conocerse a sí misma, se plantean los siguientes indicadores:

Por ***compartir con un compañero, se da una plenitud***; porque con ***él es con quien se juega, bromean, sensualiza, teniendo la libertad de acción mediante un juego divertido de disfrute, dando una sensación de plenitud y libertad erótica.***

Una técnica que se emplea para el ***erotismo y un vínculo amoroso, es el uso del internet*** para contactar desde hace 7 años, con ***un amigo-amor que es y no virtual***, tiene una edad de 104 años, emocionalmente íntegro, aunque en lo físico es muy fuerte, pero por un accidente de automóvil, se ha quedado cuadraplégico, aún así, su salud es íntegra.

Ha mantenido un **chateo erótico**, pero **físicamente no se conocen, ni siquiera se han hablado, es decir no se conocen la voz, ni en fotos, pero si mantienen un juego erótico muy lúdico, divertido, lleno con fantasías guiadas por él y que ella sigue** al pie de la letra todo lo que el le pide que haga, sexual y eróticamente.

Un punto interesantes es que se **intercambian regalos con significados eróticos, amorosos y románticos.**

**Antes del accidente** que lo dejó cuadraplégico, **chateaba, jugaban se divertían mucho eróticamente, se guiaban sensualmente por imaginaria y haciendo cada quien en su casa lo que iban sugiriendo para gozar su cuerpo, incluso con esos juegos por internet; es decir chateando, llegaba al orgasmo. Sensualizaban, comían lo que se sugerían como vino queso aceitunas, escuchar la misma música del disco que se habían enviado, compartiendo y guiando todo el tiempo, por “horas divinas”, toda la noche, hasta quedar embriagados por todo, el vino y la experiencia tan feliz y placentera.** Esto lo hicieron varias veces antes del accidente. Se iban a conocer para casarse, esto no se dio. Mientras duró la recuperación, aunque él no le escribía, ella nunca dejó de escribirle diario. Ahora se comunican otra vez por internet y mensajitos telefónicos. Como él no se puede mover, es su hija mayor, la que le ha dedicado su vida a cuidarlo y a atender a sus hermanos, les sirve de escribana. Para su recuperación Joan, le ayudó investigando que hacer y le mandó ejercicios, **“hicimos cosas” para aliviar sus problemas de salud. Él sigue siendo jugetón sabio, bromista.** Ahora chatean tres veces por semana por horas mediante la hija escribana. **No saben si se conocerán en persona, “pero nos conocemos mucho profundamente y de otra manera, espiritual y afectivamente”.** Joan sabe, de alguna manera, cómo es él físicamente, porque él se ha descrito a si mismo como es, pero no se conocen ni en fotos.

Ella chatea con los hijos y nietos de él, que la adoran

Joan fantasea con que se van a poder conocer, porque **aunque él esté así, paralítico, “yo me encargo de todo, porque él piensa y habla, él me dirige, yo lo dirijo, él propone, yo propongo, puede ser muy lindo, no me niego a esa posibilidad, pero él por dignidad,**

***se niega, porque dice que no es justo que yo me haga cargo de todo a estas alturas de nuestra vida, y hasta que él se recupere, no quiere que yo esté en esta situación”***

***Él le expresa por mensajes en el celular, que llegan en el momento de la entrevista, lo siguiente “Yo la amo con todo mi ser” “”Hola buen día cielo mío, la más hermosa y piciosa” “recibe todo mi amor, con muchos besitos sabrosos y apapchadores en tu boquita, orejitas y otros pa donde se quieran ir, te amo vida mía, te pienso y acompaño con mi amor todo el día”.*** Ella señala lo siguiente: ***“¿tu crees que me voy a perder de esto? Aunque esté lejos, aunque no lo conozca; ¡¡jamás!!” “ Entonces ahí está el erotismo, como una actitud y una filosofía de vida”.*** Ambos están en un tratamiento de alimentación, naturista para limpieza del organismo, que él va dirigiendo, ya que él es medico naturista y ***estos cuidados son actividades que comparten con mucho gusto.***

En relación a los cambios corporales, encontré los siguientes indicadores: ***“estoy en mucha paz y armonía con los cambios de mi cuerpo, mi piel ya no es tan elástica ni firme, está reseca, debo trabajarlos más, si quiero mantener el tono muscular, para seguir viviendo una vida digna” “oigo un poco menos, con un oído, pero me las arreglo para trabajar.. Sin lentes no puedo leer. Tengo un problema de lesión en la columna, por errores de juventud hace 40 años en el paracaidismo, pero se que estoy muy fuerte todavía físicamente Ojalá que yo me muera antes de tener una vejez dependiente de los que me rodean, me siento todavía muy autosuficiente, mi salud tiene que ver con la manera como como, entonces soy muy sana. Y con este hombre maravilloso que me dice como y que comer, él me mantiene sana, porque es un hombre muy sabio, le digo que es mi brujo, brujito, con padres y abuelos curanderos”***

En el espejo ***“veo una mujer mayor, 70 años, me gusta lo que veo, mis arrugas, me gustan mis canas muchísimo, me gusta mi corte de pelo, que a lo mejor lo cuido porque quiero estar arreglada, pero no me pienso hacer ninguna cirugía, porque estoy contenta con la expresión de mi rostro, porque mis arrugas son mi historia de risa, de tristeza, de mi vida y creo que he tenido una buena vida y eso lo veo reflejado en mi rostro, en el espejo. Con todo y problemas, pero saliendo adelante, y sabiendome satisfecha de los logros”.***

Se prepara para la vejez, no quiere depender de nadie, tiene tranquilidad económica, ya tiene un lugar en un asilo, al que no espera llegar y morir antes de eso. Quiere seguir bien hasta donde el cuerpo aguante. **Logros profesionales que es una gran satisfacción, además de que le divierte, sigue actualizandose como terapeuta familiar. Hace lo que quiere hacer. Le gusta y le satisface estar en su casa, aprender cosas nuevas, como hechar tortillas, hacer el pan en su casa, cosa que disfruta mucho. Ser autosuficiente es algo que la tiene tranquila.**

Hay unos indicadores referentes al desarrollo espiritual, y la disciplina, es algo que le encanta, se relaciona con el vínculo amoroso, y señala que: **“ahora estoy muy vinculada con el espíritu, como parte de la formación que he seguido en esta última etapa de mi vida, y a raíz de mi relación con este hombre maravilloso, es muy espiritual, y es algo muy importante en nuestra vida” Joan hace meditación diariamente, ayuna, reiki, alimentación de cierta manera.**

Por último, reflexiona que ser **mujer mayor, es una etapa de plenitud, que algunas mujeres se quedan en el camino y eso le da tristeza, “pero muchas que si luchan por superarse y cada vez tenemos una vida personal más rica, no importa estar solas. Hace otras reflexiones en relación a quedarse sola “si este hombre desaparece de mi vida, porque fallezca o que me diga que ya no por alguna razón, por supuesto que voy a sufrir, pero no se acaba mi vida en eso, yo creo que en ese sentido las mujeres ahora tendemos a ser más dueñas de nuestra vida”**

Las categorías que surgen en esta historia, se refieren a:

- *vigencia del erotismo.*
- *erotismo muy lúdico.*
- *experiencias divertidas.*
- *erotismo como actitud y filosofía ante la vida.*
- *sensualización con todo lo que hace.*
- *vínculo virtual con un hombre que admira y quiere mucho, es su guía.*
- *erotismo no genitalizado*
- *auto-cuidado por la salud, mediante alimentación, ejercicio y disciplina.*
- *vínculo amoroso muy profundo e intenso.*
- *no conocerse físicamente con la pareja.*
- *conocerse de otra manera, muy profunda.*

- *desarrollo espiritual.*
- *fortaleza yoica ante la posibilidad de la soledad.*
- *Fortaleza física.*
- *Aceptación y agrado por su cuerpo envejecido.*
- *Cuida su cuerpo para estar sana.*
- *Le gusta arreglarse pero no hacer nada en contra de su propio envejecimiento.*
- *Preparación para la vejez más avanzada.*
- *Independencia.*
- *Expresiones llenas de afecto, admiración, ternura y amor por la pareja virtual.*
- *Sigue siendo una mujer mayor muy productiva y satisfecha con la vida.*

En esta historia, las zonas de sentido para esta mujer mayor a sus 70 años, están manifiestas, como lo explica Fina Sanz desde la terapia de Reencuentro, en un erotismo global, muy poco genitalizado, no enfocado al orgasmo, y si muy gozoso, divertido, jugetón, lleno de sensualidad, erotismo que está vigente y presente en su vida.

Esta mujer Tiene una gran fuerza yoica que le permite adaptarse a las circunstancias que la vida le plantea con un vínculo amoroso y erótico de alguien virtual, y ella aunque estaba dispuesta a dejar todo para conocer a esta persona, la vida no lo permitió, entonces disfrutan, -desde la fuerza el ello-, el placer de “*estar juntos*” sin estarlo, de gozar con mucha intensidad lo que él dirige a distancia, de hacer cosas juntos sin conocer siquiera su voz.

Desde lo interno individual desarrolla una estabilidad consigo misma en función de su afectividad por este hombre, desde su erotismo y sensualidad en lo relacional y desde lo social desde las actividades que hace en su profesión.

Vista bajo la luz de la propuesta de Fina Sanz, esta mujer mayor se da un buen trato y se coloca en esta dimensión, procurando por su salud, su bienestar, sus cuidados guiados por la pareja virtual, para la alimentación sana, el ejercicio, la salud, y sobretodo cuando se pudo hacer, para su gozo erótico y sensual, ahora desde un vínculo afectivo profundamente amoroso, visto desde los holones de la sexualidad. En relación a su tranquilidad económica basada en su trabajo, le dá una energía que hace que sea responsable por y para ella misma que le da una integridad de su ego que le da orden y significado a su vida, por la gran aceptación de si misma , de lo que vive y su momento de vida. Al cuidar de sí, se torna o entra a una actividad erotizada, al

gozar de todo lo que hace de manera muy sensual, al aceptar su cuerpo que envejece lo que le produce placer y orgullo. Al darse buen trato y vivir con alegría, divertidamente; conecta con la espiritualidad y con la libertad. Finalmente es una mujer muy llena de fuerza yoica, física, emocional, espiritual y libertad de decisión y acción independiente. Sabe que tendrá fuerza de seguir su vida, aunque se quedara sola, si en algún momento, la pareja virtual ya no estuviera, **“No se acaba mi vida, las mujeres ahora tendemos a ser más dueñas de nuestra vida y vivirla con plenitud”**.

### **Tercera Historia.**

Entrevista realizada el 20 de abril del 2011

### **SEMBLANZA**

Ceci es una mujer de 80 años. Se muestra muy entusiasta por cooperar con la charla. Físicamente es alta, se ve que perdió peso. Su pelo es ya casi blanco, sus piel se ve arrugada pero cuidada, igualmente cuidado su peinado y su vestuario. Tiene un porte de mucha presencia. Mira con suavidad, su voz también es suave y agradable. Es un poco seria, pero sonríe con frecuencia. Su vestimenta es tradicional, es decir un vestido con saco y una mascada que combina en colores azul marino y blanco. Es una profesionalista que trabaja en salud mental en consulta privada. Sigue muy activa en este aspecto. Pertenece y participa en grupos profesionales. Quedó viuda hace 7 años. Tiene dos hijas una casada y otra divorciada, un nieto y una nieta, con quienes convive mucho.

### **ANÁLISIS.**

También en esta historia hice una lectura que me indicó momentos de los que fueron surgiendo *indicadores* con significado amplio.

En relación a **su sexualidad**, Ceci señala **estar ya tranquila**, aunque reconoce que a veces tiene deseos y excitación sexuales, los relaciona con genitalidad, cuando dice **“tampoco siento mucho deseo ya de tener en la práctica una relación**

**sexual” “simplemente la dejo pasar, no me masturbo, eso no me parece interesante, solo me distraigo”, “ya no tengo mayor inquietud sexual”,**

Un indicador interesante es que la **sexualidad dentro de su familia, es vista como tema de conversación natural, educativa** con sus hijas y nietos, “con mi familia hablo, con mis hijas puedo comentar libremente sobre la sexualidad, con mis nietos que tienen juegos sexuales, son chiquitos, pero les platico, les trato de explicar de qué se trata” “para que mi hija lo maneje con naturalidad, que los niños no tengan la curiosidad morbosa de estarse espiando”. Considera que la hija divorciada está inhibida sexualmente, y Ceci señala que **quiere dejar a sus hijas un ejemplo de que la sexualidad es natural.**

En relación a **su cuerpo** señala: “**veo lo que soy ya, una mujer vieja, con mi piel, mis músculos ya flácidos y pues desde luego no me gusta, me comparo antes de que estuviera yo tan flácida, porque además me he puesto más flácida, porque perdí 23 kilos en un mes, fue un bajón, que pues se me colgaba la piel.**” **“Hago ejercicio pero ya no tengo la misma tonicidad” “pues si me da tristeza de lo que antes fui y lo que ahora soy, pero no me afecta mayormente.”**

Respecto a los **cuidados para si misma**, emergieron los siguientes indicadores: “*me gusta vestirme, arreglarme, no me paraliza verme vieja, ni con los músculos flácidos. Como ya no tengo pareja tampoco me apenaría, a lo mejor si que me viera colgada, pero mi marido murió de 84 años, es decir yo era 14 años más joven que él, entonces todavía me alcanzó a ver durita y yo lo ví a él flacido. Pero era yo feliz con él*” En otro momento señala que “*me gusta nadar*”

Dentro de los **autocuidados**, pero más **relacionado con la sensualidad y el coqueteo menciona varios aspectos interesantes:** “**me gusta verme arreglada, no me echan piropos pero si, los amigos viejos como yo me dicen –que bien te ves, que bien te has conservado, desde que adelgasaste te ves muy guapa” “me gusta que me vean arreglada, buscar ropa no de viejita, como era mi mamá y mis abuelas. Yo uso todo tipo de colores, me gusta ropa un poquito ajustada, cuido que la pancita no se me cuelgue cuando traigo ropa más ajustada, mi ropa interior me gusta todavía usarla de encajitos, de telas muy suaves, esto lo hago para mi, solo para mi, pues yo no tengo pareja que me viera en paños menores, pero a mi me gusta sentir la suavidad de una ropa de seda, de encaje bonita coqueta. Desde luego me gusta estar delgada, llegué a estar muy gorda deforme**

***casi, y cuando adelgacé pues me gusta estar delgada, ir a los almacenes, ver cualquier tipo de ropa, porque soy talla 34-36, cualquier tipo de ropa me viene y me gusta escoger ropa bonita coquetona, de colores vivos, no café, el negro lo uso bonito y para andar en la casa”***

Hay indicadores que se vinculan con ser seductora y coqueta, cuando señala lo siguiente: *“pues soy también muy seductora, tengo reuniones con amigos hombres y mujeres y me gusta bromear, me gusta coquetear con ellos, hacerles bromas, de que: ¡hay que guapo te ves!, ó ¡mira que bien, cuídate!; y me gusta que me digan: ¡ese vestido, te queda muy bien! ó ¡te quitaste como diez años!”*. *“Yo reúno gente, no me gusta estar sola, me gusta reunir grupos, grupos de estudio, en donde vienen hombres y mujeres, o grupos de juego, me gusta jugar domino cubano e invito a hombres y a mis amigas también; y los hombres se la pasan hechando piropos y bromitas; y a mi me encanta, me siento halagada”*.

Otro indicador de seducción es a través de aspectos sensuales, como cuando dice: *“Lo seduzco también con la comida, soy muy afecta a la cocina, entonces lo recibo con cosas muy ricas y me llenan de halagos; eso me hace muy feliz, sentirme todavía admirada y halagada, en cuanto a mis habilidades culinarias; y entonces es así como yo manejo mi sexualidad y mi erotismo; no hablo de sexualidad, porque realmente no la tengo ya, excepto en ese sentido. Otra cosa, es que me gusta nadar, que también el agua es algo muy sensual, me gusta mucho meterme al agua y disfruto. Me pongo todavía trajes de baño, lo cual, no me da ninguna pena, y lo hago con mucha naturalidad, entonces es así como vivo mi sexualidad”*. Ésta mujer marca un indicador de *“yo me gusta perfurmarme y que me digan que bonito hueles ¿Qué perfume traes? Todo eso sí me gusta mucho”*. En esta historia la genitalidad está más resuelta, todo está orientado hacia la sensualidad, porque dice: *“sí, ya está apagada, digo ya no me interesa, ni masturbarme, mi tocarme, ni verme, sí, pues me gusta evolucionar mi cuerpo y buscar en cuanto mi atuendo que es lo que mejor me puede quedar, pero ya en este momento digo “ya todo está terminado, bien concluido”*. *En la época que yo tuve sexualidad activa, la disfrute mucho, no era inhibida y la pasé muy bien con mis novios, teníamos muchos juegos sexuales, pero siempre cuidando la virginidad, porque pues eso era lo más valioso en esa época”*. *“yo la pase muy bien y ya una vez casada no tuvimos nunca una inhibición”*.

Surgen unos indicadores relacionados con los **vínculos de afecto** y la sexualidad, cuando dice: *“Era yo feliz con él, con mi esposo, porque nos llevábamos muy bien, teníamos muy buena sexualidad, nos queríamos, hicimos una familia, trabajamos, luchamos juntos, y fuimos muy cariñosos uno del otro; eso me dio a mí mucha satisfacción. Yo empecé mi sexualidad, tuve relaciones sexuales y fue con él, con el primero que tuve, aunque antes tuve muchos juegos sexuales pero nunca llegamos a una penetración, porque yo sabía que tenía que conservarme virgen para cuando llegará al matrimonio, cuando conocí a mi marido, era un alemán, y me decía: “que a él no le importaba si yo era virgen o no”, y yo dije: “¡que desperdicio!, pero bueno, yo tuve mi primera relación sexual cuando me casé a los 24 años”*”.

Un indicador interesante es el siguiente: **“tengo mi admirador secreto eterno, que éramos amigos desde que yo estuve en Villahermosa, donde conocí a mi esposo, y uno de sus amigos era un admirador mio, pero tanto él estaba casado y eran amigos”**. *“Pues hasta la fecha me llama; ahora si ya tengo 7 años de viuda y él siempre me llama, cada año recibo su llamada, me invita a desayunar, me llena de piropos y yo, pues me siento muy halagada y ese es digamos, mi admirador, que me ha seguido toda la vida, y que **año tras año, me busca, platicamos, recibo sus piropos bien**”*.

Esta mujer hace unos señalamientos a las mujeres mayores, diciendo: *“pues que no se dejen envejecer en lo interno y que traten de mantener su jovialidad y su apariencia, yo lo hago mucho, yo voy a mis faciales; me hice una vez un lip, para estirarme y no dejo de ir a mis faciales; me doy masajes, nado mucho y eso me gustaría decirles: que no se dejen envejecer, que la juventud, una la pueda mantener, mientras la salud este bien, uno puede mantenerlo, yo nunca me quejo, ni de reumatismos, ni que me duele aquí, como lo hacían mis abuelas y mi misma madre, que ya a los 60 años enviudó, se encerró, se vistió de negro y café y nunca más; por más que tenía por ahí un pretendiente, le enojaba. ¡No, yo no! **Yo les diría, mientras se sienten activas y les guste y puedan tener una relación, ¡que lo hagan!**”*

Las categorías que surgen en esta historia, se refieren a:

- *Fortaleza y salud física.*
- *Fortaleza Yoica ante los cambios de su cuerpo envejecido.*
- *Resolución y baja absoluta del deseo de la sexualidad genitalizada.*
- *Intelectualización y racionalización de la sexualidad como tema de conversación.*
- *Vínculos afectivos y emocionales muy intensos con su familia.*

- *Ahora en su viudez, recuerdos muy afectuosos con su vínculo de pareja.*
- *No masturbación.*
- *Si surge alguna sensación sexual – genital, se distrae y hace algo para que le pase la sensación, porque no le parece interesante.*
- *Cuidados corporales*
- *Cuidados en su apariencia física y su modo de vestir.*
- *Coquetería en la ropa que usa, tanto en la interior como en su vestimenta.*
- *Vínculos de afecto con sus amigas y amigos.*
- *No le gusta estar sola, organiza grupos de estudio y entretenimiento.*
- *Seductora a través de la comida.*
- *Sensualización a través de la natación, el uso de perfumes y la ropa interior.*
- *Intelectual y profesionalmente activa.*
- *Aceptación de sus cambios de mujer mayor que le permiten aconsejar a otras mujeres para que no se dejen envejecer.*

En esta historia, las zonas de sentido para esta mujer mayor a sus 80 años, se manifiestan en una erotización no genitalizada en absoluto y sí, muy sensualizada. Son claras sus fortalezas yoicas como una fuerza psíquica adaptativa en cuanto a sus vínculos con sus amigos, su actividad profesional vigente; hay una fuerza superyoica que aparece en la intelectualización de la sexualidad como tema educativo, de conversación en la familia y en la no masturbación, ya que no le parece interesante y si tiene alguna sensación de deseo genital la distrae haciendo alguna otra cosa ó viendo los cuerpos de los hombres como esculturas como algo estético.

Desde los conceptos de Fina Sanz, esta mujer de 80 años, tiene establecidos vínculos amorosos con sus amigas y amigos, desde lo social y en lo interno individual. Los planteamientos de Foucault son visibles, porque ella actúa sobre sí misma en su autocuidado dirigido a la sensualidad y al gozo por la comida, la ropa, el arreglo personal.

Esta mujer mayor muestra la capacidad de entregarse a sí misma, en el encuentro de su cuerpo y su mente en interés del yo hacia una catexis libidinal generado desde el conocimiento de sí misma y aceptando la responsabilidad en este momento de su vida, permitiendo una integridad del yo, con un significado de vida aceptándose a sí misma.

Esta mujer mayor está más centrada en los vínculos afectivos con la familia, dado que no tiene pareja.

Para finalizar opino que esta mujer de 80 años, hace uso de su energía erótica que le permite darse un buen trato, creando desde ella misma una nueva identidad de mujer mayor energizada por erotismos sensuales, de coquetería y seducción, igual que les sucede a las otras dos mujeres entrevistadas.

### **CONCLUSIÓN**

En las historias de estas tres mujeres mayores de 62,70 y 80 años, considero que sí logré el objetivo propuesto en este trabajo que dice:

**-Conocer desde la propia voz de las mujeres mayores, sobre su sexualidad, erotismo y placer- en una cultura que las niega e invisibiliza como personas que si tienen una sexualidad erótica-**, dado que las tres mujeres, marcan en sus historias, desde su propia voz, varios indicadores muy significativos, que a continuación enuncio. Su erotismo es menos genital y más sensual, gozoso y placentero, lo que las lleva a erotizar la vida y a sentirse contentas como son ahora. Se sienten así por haber logrado los espacios que han construido para sí mismas, donde son visibles y aceptadas por ellas mismas, así como en el grupo social en el que se mueven, en relación a sus cambios físicos, corporales y sociales, lo que les da mucha fuerza y orgullo, satisfaciendo los impulsos del ello que están al servicio del placer, de manera apropiada frente al mundo externo. Por lo anterior, su comportamiento erótico y sexual es con lealtad a su propia vida de mujeres mayores bellas, donde el ello tiene cabida desde el placer y el gozo, de acuerdo a las teorías freudianas de el ello, el yo y el superyo.

Estas mujeres mayores con un cuerpo que ha envejecido, expresan que aunque esto es así, su espíritu sigue siendo joven, con muchos proyectos y actividades hacia la comunidad, a las demás personas y la espiritualidad, según Erik Erikson (1959), con un sentido de generatividad. Erotiza todo lo que hacen y viven, proporcionándoles esto, mucha alegría, autoestima alta y sensación de identidad dentro del grupo de mujeres mayores, con un sentido de integridad por la aceptación del momento del ciclo de vida que están viviendo.

Por otro lado, entraron en conflicto con las representaciones culturales de los estereotipos de la belleza femenina, cuando expresaron que sentían tristeza al darse cuenta de los cambios corporales, de la piel, el cabello, los músculos principalmente,

se conocen más, como piensan sienten y actúan. Esto las movió a autocuidarse, para mantener la salud y el bienestar físico, es decir, visto a la luz de Foucault(1988,1990), se ocupan de ellas y se conocen a sí mismas, para no caer en la autotraición por los mandatos del poder sobre el cuerpo, que exige, conservar a como de lugar la juventud, a pesar de que envejecer es un proceso inevitable, pero que es llevado por estas tres mujeres, con una actitud diferente de más aceptación de su propia mismidad.

Para estas tres mujeres que entrevisté, tener una vida sexual activa a esta edad de mayores, no es algo fácil, ni que se da fluidamente, muy importantemente, por la falta o el estatus de la pareja, por los prejuicios sociales, que por ser mujeres mayores son invisibilizadas sexualmente, al vivir en una sociedad patriarcal machista. En cambio lo sensual, gozoso, placentero y erótico, se les da más fluidamente, por esto, ellas no son iguales a sus abuelas y a sus madres cuando tenían 60,70 y 80 años, que de estos temas, aquellas mujeres ni siquiera los mencionaban. Estas tres mujeres, han evolucionado, y transformado sus placeres, desgenitalizando, su sexualidad erótica de mujeres mayores, hacia el buen trato a sí mismas, su salud y bienestar sexual. Señalan que con la edad, las expresiones de su sexualidad han cambiado, sensualizan más allá de las urgencias genitales de otros tiempos, es decir entrando al erotismo global que explica Fina Sanz (1997), han aprendido a disfrutar de otras formas y con otros elementos, como lo expresaron al señalar que es una sexualidad más calmada y tranquila, más de seducción y coqueteo, más eróticamente profunda, más espiritual, en la cercanía afectiva de la piel, cuando hay oportunidad, en el placer del autoerotismo; que en dos de ellas, se expresó claramente. Señalan que la sensualidad favorece una sexualidad erótica mucho más satisfactoria en esta edad de mujeres mayores, lo cual indica que viven más intensamente el holón del erotismo de acuerdo al modelo de Eusebio Rubio(2004). Han creado una sexualidad erótica espiritual, al aceptar todo el placer sensual de vivir plenamente, honrandose a sí mismas, proporcionandose un espacio de buen trato en el disfrute, y gozo de las sensaciones de su propio cuerpo y de todo lo que viven.

En el último capítulo hago una conclusión general a todo el trabajo.

## Capítulo V

### CONCLUSIONES

#### **5.1. FIN DE ESTA HISTORIA QUE NO CONCLUYE, PORQUE CRECE Y SE ENRIQUECE.**

*“Placer erótico, la sensualidad y la sexualidad: que queremos, que hacemos, que proponemos, las mujeres en la etapa plenilunar de los años plateados”*

*Selma González*

Termino este trabajo sobre el erotismo, la sexualidad y el placer en las mujeres mayores, con reflexiones desde dos trabajos que escribí para presentarlos en dos congresos; que por otro lado, son temas trabajados en los talleres con las mujeres menopáusicas y mayores. Además, retomo de las tres historias de las mujeres mayores que entrevisté, ejemplos de cómo ellas han roto con estereotipos culturales, ruptura que aquí y ahora, les permite vivir de una forma más libre su erotismo por la vida y la sensualidad, más allá de lo genital. También hago mención a algunos pensamientos de autoras y autores, que considero importantes ya que apoyan mis propias ideas y reflexiones con las que concluyo este trabajo

#### **5.1.2. SEDUCCIÓN E IMAGEN CORPORAL**

En el primer trabajo hago reflexiones que se refieren al cuerpo, como una experiencia sensual, erótica, placentera y dice:

Cuerpo nuestro de cada día y de toda la vida. Lo único que nos pertenece, que habla y dice, pero que frecuentemente no lo escuchamos, no lo observamos, no le hacemos caso, nos da señales, no las entendemos y no las leemos. Sí, en cambio, le infligimos dolor, represión, mal trato, cancelación del

gozo, de los placeres sensuales, eróticos, sexuales; de la capacidad de seducir con libertad, de permitirle lanzar señales amorosas, eróticas cachondas que le permitieran vincularse y enredarse al cuerpo de otra persona, con el movimiento de todo el cuerpo, para orientar su escucha, acariciándola con la mirada, el tacto y el olfato.

Nosotras las mayores, nos podemos encontrar con otro cuerpo, con su mirada que puede ser cálida y envolvente, sugerente de “Si, Pero No”. Le podemos decir, “aproxímate, tócame sin tocarme” con tu fragancia y el recuerdo, me llamas a que me acerque sin tocarte.

Mi piel vibra al verte, al sentirte tan cerca pero no te toco, te ve pero con mi mirada sugerente te digo: “te deseo” pero no te permito mas que mirarme y olfatearme.

Nos encontramos con otro cuerpo, con sus ojos y su piel, que tiene tonalidades incitadoras, fragancias alentadoras para estar cerca, en guardia ante cualquier señal que inviten a seguir el camino de la seducción y del deseo. Se mueven al encuentro, envían mensajes sutiles para ser interpretadas por las sensualidades de otro cuerpo, lleno de expresiones que son una provocación.

Diferenciación, la otredad y el yo mismo/a, identidad, auto-imagen, auto-concepto, tu en mi y yo en ti.

Procesos que dependen de manera absoluta de los cuerpos que se encuentran a si mismos y con el cuerpo de las otras personas, que darán significado a las interacciones que se establecen desde que nacemos y somos tocados/as por la piel de otro cuerpo. Al mirar por primera vez la cara de la madre, estamos en espejo con nuestra propia cara. Nos vemos a nosotras/os mismos como nos ven las demás personas en el llamado “Yo-espejo”, es decir como nos relacionamos con nuestro cuerpo y el de las y los demás, de manera que establecemos vínculos significativos y simbólicos mediante la seducción y el contacto emocional. ¿Dónde empieza y dónde termina?, ¿Dónde se ubica?. En mi esencia misma, y en relación con la otredad a la que también yo le doy significado en el espejo en que nos vemos mutuamente, en que nos seducimos y nos reconocemos, piel con piel, mirada con mirada, atravesando las

experiencias por nuestra piel toda y nuestros cinco sentidos. Trabajo simbólico y carnal, corporal, la seducción nos atrapa y nos guía en los vínculos y en los deseos. Mi cuerpo es la gran experiencia universal, es tierra, es aire, es fuego, es agua, es espíritu, es tu, tu soy yo, en el seducirnos mutuamente desde la mirada y la actitud que nuestros cuerpos expresan. (González, S., 2003)

Será que, y ¿qué será? lo que impide que el lenguaje del cuerpo sea tomado en cuenta por la persona misma y entendido por el cuerpo de la otredad.

La tradición cultural, como la entiende Fina Sanz (1997), se fundamenta en una estructura judeo-cristiana, donde el cuerpo se escinde en espíritu y cuerpo, cuerpo llevado a la ideología estoica del sufrimiento como valor supremo y de elevada espiritualidad, no así el cuerpo, que es visto como la carne pecadora y por lo tanto no debe sentir placer, esto se controla mediante la culpa, la vergüenza, el asco como lo señala Freud.

El miedo a sentir placer es de tal magnitud que el cuerpo se anestesia para no sentir en absoluto placer ni deseo.

Si además, la sociedad mediante estructuras jerárquicas patriarcales, sexistas, donde el género y el poder impiden que el cuerpo se exprese en su totalidad sensual, da como resultado una falta de salud mental y sexual. Si logramos liberarnos de estas ataduras, que además, como señala Fina Sanz en su libro – Psicoerotismo femenino y masculino- nos son impuestas por sub - culturas donde lo masculino sitúa el valor y juega el rol en una relación de dominio – sumisión genitalizado y el valor de lo femenino se ubica en jugar un papel relacional de sumisión y un erotismo no tan genital y si mas global, erotismo que de todas formas no se le permite a la mujer expresar con su cuerpo ni para si misma como persona empoderada, ni narcisizada, resultando entonces que el cuerpo seductor de una mujer se muestra solo para someterse al hombre y no para disfrute y placer propio, el placer del deseo de ser ella misma.

Pero vamos a fantasear, que nuestro cuerpo de mujeres maduras mayores, esta vivo, que lo tenemos que cuidar, proteger, acariciar y darle los cuidados que necesita, para estar sanas.

¿Cuánto hace que te diste un baño de placer en una ducha suave?, agua escurriendo por todo tu cuerpo, que lo recorre con frescura acariciadora, tocándote con una espuma suave de fragante jabón. Poniéndole a toda tu piel, poco a poco, una loción o una crema que te la untes y la frotes con suavidad y ternura, para dejar tu piel olorosa, grata, que te prepara para estar y sentirte hermosa y aceptada por ti misma.

¿Hace cuánto que te diste permiso de comer tranquilamente un platillo que te agradara el paladar con sus olores y sabores, penetrando por tu boca, disfrutando lenta y plenamente cada bocado?.

¿Hace cuánto que te detuviste a percibir tu respiración acompasada, a sentir como penetraba el aire por tu nariz y por tu pecho?

¿Hace cuánto que te dejaste ir en los sonidos de la música, lenta y suave, relajante, rítmica que te mueve el cuerpo en un baile sensual y vigoroso?

¿Hace cuánto que te permitiste en quietud mirar al cielo o por la ventana cuando llueve, o bien observar las flores y los verdes de los jardines con toda su variedad de verdes?

¿Hace cuánto te permitiste con libertad y amor a ti misma, acariciarte, reconocerte, la piel y todo tu cuerpo sensual y erótico?

Para que si así tu lo deseas y lo decides, dejarte ir en una seducción, moviéndote hacia la persona deseada, erotizada y hasta amada, con tu mirada, con los movimientos de tu cuerpo y por que tu lo has decidido, sentirte orgullosa de desear erotizar y compartir con quien tu decidas tu seducción corporal de manera empoderada y no sometida, libre y no sumisa, por el disfrute mismo del cuerpo y su seducción erótica, teniendo en cuenta que:

*“La auténtica sensualidad requiere tiempo y sentimiento hacia los ritmos conscientes y ondulantes del cuerpo y de la naturaleza”*

*George Leonard (Annand, M., 1991: 136)*

Considero que ahora en los años plateados, siendo una mujer mayor, es verdad que dar cabida a tu cuerpo sensual, a tu cuerpo erótico, y dejar que sus memorias del placer te llenen para tener un camino hacia la salud sexual, se convierte en una experiencia de transformación y de crecimiento, que te hace una mujer mayor plena, erótica, placentera y espiritual, con un crecimiento libre desde ti misma. Dejemos que nuestro cuerpo re-aprenda, re-encuentre e integre sus caminos de sensualidad, erotismo, deseo, placer y seducción.

*“Cuando amamos, el alma esta mas cerca que nunca de la carne”*

*Vicente Quirarte*

## **5.2. EL CUERPO SUBVERSIVO Y EL EROTISMO DE LAS MUJERES MAYORES**

*“Cada acto de rebeldía expresa la nostalgia por la inocencia y una apelación a la esencia del ser”*

*Albert Camus*

Aquí retomo las reflexiones sobre la falta de narcisización de la sexualidad de las mujeres, para señalar como esto repercute en el erotismo y por ello tenemos que romper ideológicamente de manera subversiva ante la historia, la moral, los estereotipos, el patriarcado, desde una perspectiva de género, rompimiento que implica una posición amorosa por si y para si mismas, en búsqueda y al encuentro de una identidad renovada, por ser mujeres mayores que si viven un erotismo más cercano a la integración del espíritu y el cuerpo que erotizan la vida entera. Este trabajo lo presenté en Cholula Puebla en 2002 e inicia diciendo:

Todas las experiencias emocionales pasan y atraviesan nuestro cuerpo ¿hasta dónde nuestros deseos sexuales, por ser acallados mediante la represión histórica, se expresan en una rebeldía llena de contradicciones?

Las mujeres, incluidas las mayores, tienen y sienten deseos sexuales, erotizan, y disfrutan de los placeres sensuales, pero estos crean tensión por ir en contra de los “valores” morales aprendidos socialmente, donde el ejercicio de la sexualidad, , se ve acotado a la reproducción como una forma de encontrar que la mujer siendo madre, será objeto de amor y su identidad dependerá absolutamente de los hijos logrando un ideal de tipo narcisista, es decir, que de acuerdo a Emilce Dio Bleichmar(1989, 1997) el hecho de que una mujer tenga un hijo, es la forma más importante de exaltar su ser mujer y su narcisismo por haber sido capaz del acto máximo, que es crear vida.

La maternidad desde la ideología judeo-cristiana patriarcal, le da un enorme status e identidad, siendo lo único que la engrandece como mujer, y no puede verse a si misma como importante por ella misma, desde una apropiación de su sexualidad placentera independiente de la reproducción.

Si las mujeres tienen y sienten deseos sexuales vinculados al placer y al erotismo, difícilmente los pueden manifestar en su cuerpo, ya que el erotismo es una actividad narcisista poco narcisizada en las mujeres, ya que la han formado y educado para que se proponga como objeto del deseo, desarrollando su gracia y seducción para provocar y controlar el deseo del hombre y no como sujeto del deseo, en donde se situaría en una posición poderosa o de máximo poder. Aquí se plantea un enorme abismo entre ser objeto de deseo, provocándolo de manera recatada, pudorosa, sutil y ser sujeto de deseo, es decir, poder gozar de su sexualidad por propia decisión y sentirse valorada dentro o por el ejercicio de esa sexualidad placentera, gozosa y erotizada en ella. El hombre si es valorado por sentir placer sexual, la mujer no, en ella no es aceptable.

Luego entonces, para que las mujeres mayores logren esa unidad de gozo, placer y cuerpo propio, lleno de sensaciones placenteras, no basta con descubrir que tienen vulva, una vagina y un clítoris, sino que tienen que

libidinizar adecuadamente estas áreas corporales, hacerlas propias, reconocerlas y sobretodo, narcisizarlas, es decir, que desde sus significados, le sean, orgullosa y reconocidamente propias, no solo en su anatomía, sino en sus sensaciones eróticas, placentera desde ellas y para ellas mismas. Esto significa que tienen que valorar la sexualidad placentera desde el hecho mismo de ser mujeres que si sienten placer erótico propio. Para las mujeres mayores lo anterior implica un cambio ideológico psicosocial enorme, que se le presenten y enseñen otros modelos de género que le den valor a su sexualidad placentera, a su erotismo para sí y desde sí misma y no como solo y mero objeto del placer del otro al servicio de ese otro, o bien que su sexualidad es solo valorada desde la reproducción, siendo madres.

Ahora bien, si el hecho de que una mujer sea juzgada como inmoral, indeseable o indecente, cuando expresa su placer sexual, genera una desigualdad con el hombre al que si le han narcisizado su sexualidad, la mujer entonces, siente que no es amada por ese hombre, ya que no hay expresiones de ternura y ni afecto amoroso manifiesto en atenderla, decirle que la ama, tampoco permitiendo que le expresen a él lo mismo, es entonces que surge en ella un comportamiento y una sensación de poca o nula expresión erótica, tampoco expresa sus deseos eróticos de placer y con esto, castigando estas manifestaciones eróticas, trata de castigar las del hombre también, la mujer fracasa en su acceso al goce erótico-sexual propio, se interpone el narcisismo como enemigo a su deseo de placer sexual, ya que en lugar de aceptarse como objeto causa del deseo desde si misma con su propio placer, obtiene su placer narcisista en desear que el deseo del otro no se realice. *Prefiero ser amada que amar y castigo mi placer, pero también el tuyo, no lo siento, y te hago saber que al yo no sentir placer, tu tampoco deberás sentir el tuyo.*

Con lo anterior, se crea un sufrimiento silencioso a veces, otras, lleno de conflictos entre la pareja, ya que sentir tanto miedo, hasta el terror mismo, hacia el placer sexual, se enmascara un sufrimiento más profundo, un vacío de esa sensación de ser plena y completa eróticamente, de dar y recibir placer, de no solo centrar la sexualidad en la maternidad, o sea ser objeto de deseo

pero solo para satisfacer la parte de la necesidad amorosa de ser aceptada por el amor no sexual, el de la ternura de la maternidad y no el de la ternura erótica y placentera. Entonces a las mujeres nos domina un estado obsesivo en el cual la disposición física, mental y emocional, está al servicio de la evitación del placer y el goce erótico-sexual propio y apropiada por y para si misma.

El miedo a experimentar el placer, a sentirlo y después a desearlo de nuevo, se expresa frecuentemente en una rabia pasivo agresiva. - No actúo sexualmente, te castigo, soy objeto de tu deseo, pero no vivo ese placer para mi y no te permito que tu lo disfrutes, mediante mi pasividad te agredo -. Esto va a una herida más profunda en las mujeres, - si ejerzo mi sexualidad con gozo, soy despreciable, no dedico mi sexualidad a que tu sientas placer, soy más despreciable, como todo eso es terrorífico, me alejo de cualquier expresión de deseo o de gozo sexuales, aún para mi misma -.

Se crea un terror a la intimidad y a la sexualidad del erotismo mediante una barrera que salvaguarde al yo de la mujer que se siente vulnerable ante la falta profunda de una narcisización del cuerpo femenino, de sus sensaciones de placer, de su vulva, su vagina, su clítoris, su punto G, así como de la conducta erótica que conduzca al placer sexual femenino, integro total y desde si misma.

En este complejo sistema de autocastigo sexual así como para el otro, la mujer se llena de sentimientos de culpa y frustración, con un enojo por tener que cumplir . Se percibe a si misma como provocadora, pero no respondiendo desde su propio gozo, no siente deseos sexuales. Entonces todo lo que sea erótico es amenazante , desconfiando ante cualquier acercamiento corporal, leído como contrapuesto al amor romántico desexualizado. Mujer que viva su sexualidad gozosa, es inmoral y significa que no tiene control sobre su cuerpo ni sus impulsos en general, no es moralmente confiable ante los ojos juzgadores de la sociedad de doble moral que si acepta la sexualidad de la maternidad y excluye el placer sexual.

Todo lo anterior, pareciera que marca una subversión femenina, pero es una falsa subversión, ya que en realidad, es agresión y mal trato hacia si misma y contra el hombre. No subvierte lo establecido por el patriarcado, y los

sistemas del poder, ya que la mujer se somete al mandato masculino de – no sientas placer porque eres mía, y si te niegas al placer es porque eres decente- esto se convierte en juego perverso y enfermizo.

Las mujeres mayores tienen que aprender a narcisizar su sexualidad, apropiarse de ella, expresarla con libertad de decisión desde su gozo para si misma, subvirtiendo las prohibiciones del patriarcado y yo estoy de acuerdo con lo que señala Maitreyi Piontek (2001: 12) en su libro “El poder de la sexualidad femenina”, desde una visión taoista de la sexualidad:

*“Mientras no saquemos a la luz la fuerza revitalizante que permanece latente en nuestro interior, seguiremos sintiéndonos heridas y humilladas y no nos liberaremos hasta que quien tiene el poder de revitalizar, no se sienta revitalizada”*

La liberación sexual subversiva de la mujer mayor es una implosión y una explosión, porque encontrar la fuerza en su interior, la llevará a expresar su erotismo y placer sexual hacia el exterior, hacia la vida. Esto se logrará si las mayores aprenden que el placer sexual es parte de su propia identidad sexual femenina, es decir, narcisizando su sexualidad, donde sea amada por su placer erótico sexual propio de ella y desde ella y no solo ser amada por ser objeto del deseo sexual al servicio del otro, o por haber llegado a ser madre como única y exclusiva expresión aceptable y deseable de su sexualidad. Las mujeres mayores ya han pasado esa época de la reproducción, ahora pueden tener más libertad de decisión, luego entonces, bien pueden darse ese regalo de apropiarse de su erotismo y su gozo sexual. Esas mujeres mayores que inician una actividad yoica (Burin, M., 2002) en la cual a la par de cuestionarse y cuestionar al mundo externo machista, al mundo social patriarcal y al interno de ser sumisas; ejercen actos de rebeldía y de subversión, en contra de esos espacios de sometimiento; que actos que se van ligando a grados crecientes de autonomía, llevando a las mujeres a ejercer un dominio sobre si mismas, (entiéndase esto no como control rígido, sino como la acción de toma de decisiones autónomas y libres) así como sobre diversos objetos libidinales,

donde tiene áreas y espacios de libre acción, donde ya son visibles por tener un lugar social significativo.

*“En el proceso de la liberación vivimos el dolor de llevarnos dentro, todas las injusticias a las que nos hemos visto expuestas a lo largo de siglos. Liberar la sexualidad femenina significa liberarnos nosotras mismas de las fronteras impuestas, por cuestiones de género, en relación con los hombres y los hijos que ponen límites a la expresión de lo que es ser mujer. Si desarrollamos una sexualidad independiente basada en nuestra libre elección, no solo construiremos la base de una vida más llena de plenitud, sino que, además, lograremos incidir en el alma colectiva con nuestras cualidades relacionadas con el placer, la alegría y el amor”* (Piontek, M., 2001: 12)

¿Qué significa la vejez para las mujeres mayores?

Las que se están construyendo desde una actividad de crecimiento yoico, de consciencia emanada desde el propio cuerpo y sus voces compartidas, como lo han expresado las tres mujeres mayores que aportaron sus historias; significa cambio, movimiento transformación. En esta edad se entiende claramente que hay que cuidar al cuerpo, que hay que dosificar y moderar lo que se come, bebe, desvela o fatiga y trabaja. Nuestros cuerpos están cambiando y ahora son sabios, al enviarnos mensajes constantes de que es lo que merecen y necesitan, si los escuchamos, podemos tratarlos bien y sentirnos bien, sanas y con la autoestima alta, hoy sus necesidades son otras, hay que tener trabajo, usar nuestras mentes, pero también requiere descanso y gozo sensual. Tener autoridad, libertad seguridad, autorrespeto, confiar en nuestras sabidurías

Una tarea importante para este crecimiento y transformación, es desarrollar estrategias transgresoras que minen y anulen la devaluación que del cuerpo de la mujer mayor hace la cultura dominante y que simultáneamente lo inmoviliza e invisibiliza. No ser vista, es decir no visibilizada por ser mujer mayor con un cuerpo avejentado desde la óptica de belleza del cuerpo joven, es la peor devaluación que se puede vivir, ser vieja es “no existes”, y menos desde la sexualidad. Esto fue mencionado por una de las

mujeres entrevistadas, de lo mal que se sintió cuando no era vista por las personas que la rodeaban, por ser vieja. Si no se es joven, no se es bella, en el imaginario de la belleza esta el origen de una sensación de vergüenza y baja autoestima, tristeza y enajenación de si mismas, porque no se tiene una estética culturalmente validada de mujeres mayores y bellas. (Freixas, A.; Luque, B., y Reina, A., 2010)

Con el erotismo manifiesto en deseos y comportamientos sexuales gozosos, por los que nos sentimos reconocidas por nosotras mismas, como mujeres mayores subversivas ante la inequidad sexual, entonces no tendremos miedo a expresarnos, a visibilizarnos para reevaluarnos frente a nosotras mismas por el derecho a sentir el placer, si, el placer de vivir y erotizar todo lo que nos rodea, el derecho a tener una identidad socialmente reconocida, a ser mujeres mayores hermosas, y vivir una vida de buen trato, con una sensación de estar felices por haber podido construir espacios de sexualidad y erotismo satisfactorios para y por nosotras mismas, más allá de lo establecido como “normal” y que también proporciona armonía y estabilidad.

Por lo expresado en las tres historias, podemos concluir, que las mujeres mayores están permitiendo encontrarse a si mismas en sus cuerpos que han cambiado, que se han transformado y ellas, las mayores, van colocando su erotismo en terrenos más fértiles a la creatividad espiritual y al placer de los sentidos, más allá de solo los genitales, es decir, se erotiza la vida

María Fernanda Guerreo y Gabriela Pineda (2010: 182) señalan algo con lo que concuerdo plenamente: *“Entender al cuerpo del envejecimiento como aquel que relata una historia, como el lugar de los sucesos, el espacio que comprueba nuestra existencia y el paso de los años como sinónimo de autenticidad vital”*, permite mirar a la vejez como experiencia vital erotizada, desde la sensualidad que cobra sentido, dándonos la oportunidad tener acceso a la comprensión de nosotras mismas, de la propia experiencia, que nos introduce a un mundo de saberes nuevos y significados renovados así como a

la manera en la que se envejece, para que sea en un espacio de salud, física, emocional, sexual, social y espiritual .

Dejemos que lo desconocido de nuestra sexualidad nos inspire ese camino al conocimiento de nuestro cuerpo y de nuestro erotismo, en beneficio de nuestra salud sexual, para constituirnos como una unidad total de cuerpo y alma, que en el proceso de cambio de nuestro cuerpo, nos permita encontrar una identidad propia de mujeres mayores, con nuevos significados e imagerías, espiritualidades y sensualidades gozosas.

Exploradoras, viajeras, sembradoras, innovadoras, peregrinas, esto y más, seguimos siendo. Con la vejez no comienza ni acaba la vida, sencillamente continúa, se mueve sigue adelante, cambia y se transforma. (Freixas, A., 2010)

**DISFRUTEMOS EL PLACER DE GOZAR EL PLACER, Y  
EL GOZO DEL PLACER DEL GOZO,  
EN LOS AÑOS PLATEADOS DE MUJERES MAYORES**

Ponerle palabras a las sensaciones  
Respirar y expresar las emociones.  
Organizar la energía hacia lo vital....  
Hace que me sienta bien.  
No quererme,  
Es abandonarme en el maltrato.  
Darme lo que necesito,  
Es colocarme en el buentrato.  
Lo simbólico del maltrato  
Me golpea me confunde.  
El encuentro con el buentrato  
Me hace ver que son más las cosas buenas.  
Pero me atemoriza hacerme cargo,  
Si hago el duelo por lo que tengo que soltar,  
Me doy cuenta y eso me inquieta.  
Si hago consciencia, me desprendo y

El buentrato viene desde mi.  
Ya no espero ni exijo a los demás  
No me victimizo y logro poner límites  
Me dignifico, me significo, me reencuentro.  
Soltar, dar, acompañar compasivamente,  
Poner límites a mi misma y a los demás  
Para decantar desde donde estoy colocada:  
En el buen trato o no.  
Miedo al cambio, pero es benéfico.  
Nueva energía nueva responsabilidad desde mi misma.  
Soltar, integrar, sentir, escucharme, transformar  
Ritmo, me armonizo y me suelto  
Me abandono al placer, a las sensaciones  
Siento mis vibraciones  
En todo el cuerpo, en mis genitales,  
En mis arrugas, en mis canas blancas,  
En mi piel flácida,  
Integro, siento mis emociones  
Mi cuerpo mis sensaciones  
Me renuevo, me reencuentro.  
Erotizo la vida.

*Selma Eugenia Irene González Serratos 2010 - 2011*

## BIBLIOGRAFÍA

- Acevez, L. M. (2003) Erotismo en las cuatro estaciones. México: Paidós
- Adovasio, J. M.; Soffer, O. y Page, J. (2008). El sexo Invisible: una nueva mirada a la historia de las mujeres. Barcelona: Lumen Ensayo.
- Alberoni, F. (2006) El erotismo. España: Gedisa Editorial
- Alsteens, A. (1978) La masturbación en los adolescentes. Barcelona: Herder
- Álvarez, G. (1999) Erótica. México: Universidad del Claustro de Sor Juana
- Anand, M. (1991) La senda del éxtasis. El arte de la sexualidad sublime. México: Roca
- Anaya, J. V. (2006) Antología poética. Gozo del sexo. México Alforja, Arte y Literatura, A. C.
- Anton, F. (1975) La Mujer en la América Antigua. México: Editorial Extemporáneos
- Arber, S., y Ginn, J. (1996) Relación entre género y envejecimiento. Enfoque sociológico. España: Narcea, S. A. de ediciones
- Armonía, A. (2000) El manual de Manuela o el arte de masturbarse. México: ediciones chaqueteras.
- Asili, N. (2004) Vida Plena en la Vejez. México: Editorial Pax
- Asociación Mundial de Sexología (WAS) (2008) Declaración de los Derechos Sexuales, en Promoción de la Salud Sexual. Recomendaciones para la acción. Antigua Guatemala: OPS OMS y WAS
- Bhattacharaya, G. (2002) Sexuality and Society. New York: Routledge
- Barbach, L. (1981) Por tu felicidad. La plena realización de la sexualidad femenina. México: Editorial Diana
- Barbach, L. y Levine, L. (1981, 1990). Shared intimacies. New York: Bantam Books
- Barbach, L. (1994) The pause. New York: a signet book
- Batalle, G. (1970) Breve historia del erotismo. Uruguay: Ediciones Calden

- Bataille, G. (1980) El Erotismo. Barcelona: Tusquets Editores
- Baz, M. (2000) Metáforas del cuerpo. México: Miguel Ángel Porrúa y PUEG
- Benedetti, M. (1977) Poemas de otros. México: Editorial Nueva Imagen.
- Berman, M. (1992) Cuerpo y espíritu. La historia oculta de occidente. Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos
- Bertherat, T. y Bernstein, C. (1980) El cuerpo tiene sus razones. Barcelona: Editorial Argos Vergara.
- Blasco, S. (1996) Una etapa Vital. Menopausia. Buenos Aires: Paidós
- Bonita, R. (1998) Mujeres, Envejecimiento y salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud
- Braunstein, N. (2006) El Goce, un concepto lacaniano. México: Siglo Veintiuno Editores
- Brusendorff, O., Henningsen, P. (1963) Una historia del erotismo. México: Ediciones MYLSA
- Bullough, V. (1994) Science in the Bedroom. A History of Sex Research. New York: Basic Books Harper Collins Publishers
- Burin, M., (2002) Estudio sobre la subjetividad femenina. Buenos Aires: Librería de Mujeres.
- Burin, M. (1980) Reflexiones sobre la crisis en la edad media de la vida en las mujeres. Buenos Aires: Estudios de la mujer.
- Butler, J. (2005) Cuerpos que importan. Buenos Aires: Paidós
- Caldiz, L., Resnikoff, D. (1997) Sexo, Mujer y Fin de Siglo México: Paidós
- Cáliz, I.; y Cuevas, G. (2001) Sexualidad. La energía de la vida. Madrid: Mandala Ediciones
- Carnes, P. (2001) Anorexia Sexual. Buenos Aires: Vergara Editores
- Castellanos, R. (1991) Poesía no eres tú. México: letras mexicanas. Fondo de Cultura Económica.
- Catalá, M. (1983) Reflexiones desde un cuerpo de mujer. Barcelona: Anagrama

Constante, S. (1992) Polvo de Dioses. Madrid: Biblioteca Erótica

Coleman, E. (1997) La salud sexual como un derecho humano. Mensaje del Dr. Eli Coleman. Presidente de la World Association for Sexology Valencia: 13º Congreso Mundial de Sexología.

Corres, P. (2006) Espacios y tiempos múltiples. México: Fontamara.

Corres, P., Bedolla, P., y Martínez, I. (1996) Los Significados del Placer en Mujeres y Hombres. México: Fontamara. UNAM

Coria, C.; Freixas, A. y Covas, S (2005) Los cambios en la vida de las mujeres. Temores, mitos y estrategias. Buenos Aires: Paidós

Christian, G. (1973) Historia de la Sexualidad. México: Editorial Posada

Davis, S. (1996) The healthy woman. Menopause and other things we don't talk about. New York: Brunner / Mazel Editors.

Desjardins, J. (sin año) Sexual compatibility: The sensual cycle of life. A three part audio-visual series. New Haven, Connecticut: Behavioral and Educational Consulting Corporation

Devi, K. (1988) Método oriental del amor. México: Nuevomar

Diamond, J. (1999) La menopausia masculina. Cambios físicos y psicológicos en la edad madura. Barcelona: Paidós

Dio Bleichmar, E. (1989) El feminismo espontáneo de la histeria. México: Fontamara

Dio Bleichmar, E. (1997) La sexualidad femenina. De la niña a la mujer. Barcelona: Paidós

Dodson, B. (1991) Sexual fitness: How do you know if you have it. Abstract book of the 10th, World Congress for Sexology. Amsterdam, Netherlands.

Dodson, B. (1974) Sex for One. New York: Three Rivers Press

Duca, L. (sin año) Historia del erotismo. Buenos Aires: Ediciones Siglo Veinte

Eisler, R. (2000) Sexo, mitos y política del cuerpo. México: Editorial Pax-México.

Elworthy, S. (1997) Poder y Sexo Madrid: Gaia Ediciones

Esquivel, L. (2006) Malinche. México: SUMA

Erikson, E. (1959) Infancia y sociedad. Buenos Aires: Ediciones Hormé, Editorial Paidós.

Erikson, E. (1959) Identity and life cycle. Selected papers, Psychological Issues, New York: international Universities Press vol.1, N° 1

Farge, A. Y Zemon N. (1992) *Compiladora Del Renacimiento a la Edad Moderna*. Tomo 3. En: Duby, G. y Perrot, M. (1992) Directores de toda la obra Historia de las mujeres en occidente. España: Taurus

Federación Mexicana de Educación Sexual y Sexología FEMESS (1998) Declaración de Principios. México: FEMESS.

Fernández de Castro, Ch. (1990) La otra historia de la sexualidad. México: Editorial Roca.

Fernandez Olmos, M. y Paravisini-Gerbert, L. (1991) El placer de la palabra. Literatura erótica femenina de America Latina. Mexico: Planeta Mexicana.

Ferrer, Ch., (2002) Para la mujer Sensual. Seattle Washington: Hara Publishing

Flaherty, M. y Janowitz, L. (1984) La vida en pareja. Orientación para la mujer. México: Editorial Pax – México.

Fleischahauer-Hardt, H. (1979). ¡A ver! España: Lóquez

Flores, F., y Parada, L. (1994) *Las Sexualidades y las Ideologías*. En: Antología de la Sexualidad Humana. Tomo 1 México: CONAPO y Miguel Ángel Porrúa Grupo Editorial. Pp. 203 - 218.

Foley, S.; Kope, S. y Sugrue, D. (2002) Sex matters for women. New York: The Guilford Press.

Fonseca, A. M. (2003) Erotismo, sexualidade, casamento e infidelidade. Brasil: Editora Agora.

Foucault, M. (2003) Vigilar y Castigar. Nacimiento de la Prisión. México: Siglo XXI Editores.

Foucault, M. (1991) *Vol. I. La voluntad del saber*. En: Historia de la Sexualidad México: Siglo XXI Editores

Foucault, M. (1986) *Vol. 2. El uso de los placeres*. En: Historia de la Sexualidad México: Siglo XXI Editores

## BIBLIOGRAFÍA

Foucault, M. (1987) *Vol. 3. La inquietud de sí*. En: Historia de la Sexualidad. México: Siglo XXI Editores.

Foucault, M. (1988, 1990) Las tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona: Paidós

Francoeur, R. Editor (1995) The Complete Dictionary of Sexology. New York: Continuum

Freixas, A., Luque, B., y Reina A. (2010) *Secretos y silencios en torno a la sexualidad de las mujeres mayores*. En Debate Feminista. Año 21. Vol.42. octubre 2010

Freud, S. (1976) *Sobre la justificación de separar de la neurastenia un determinado síndrome en calidad de "neurosis de angustia"*. En: Obras completas, primeras publicaciones psicoanalíticas, (1893-1899). Vol. III Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1976) *"Tres ensayos de teoría sexual y otras obras"*. En: Obras completas (Edición original. 1901-1905), Vol. VII Buenos Aires: Amorrortu editores.

Friday, N. (1973) My secret garden. Womens, sexual fantasies. New York: Pocket Books. Simon & Schuster.

Friday, N. (1975) Forbidden flowera. More womens, sexual fantasies. New York: pocket Books. Simon & Shusters.

Gala, A. (1992) La soledad sonora. Barcelona: Editorial Planeta

Gallagher, C. y Laqueur, T. (1987) The Making of the Modern Body. Berkeley: University of California Press.

Gális, I., y Cuevas, G. (2001) Sexualidad la energía de la vida. Madrid: Mandala Ediciones.

García, J. M. (2009) *El lenguaje Erótico y lo Humano*. En: La Jornada Semanal No. 751. México: La Jornada

Garibay K.A. Ma. (1968) Poesía Nahuatl III. México: UNAM instituto de investigaciones históricas.

Gellman, Ch. Y Tordjman, G. (1991) El hombre y su placer. México: Diana

Gentis, R. (1981) Lecciones del cuerpo. Barcelona: Gedisa.

Giddens, A. (1995) La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas. Madrid: Cátedra Teorema

Giraldo Neira, O. (1981). Explorando las sexualidades humanas. México: Trillas

Gonzalbo, P. (1985) La educación de la mujer en la Nueva España. México: Ediciones Caballito y SEP

González Serratos, S. (1989) Autoerotismo.....el placer de reconocerse. México: Ponencia para el Congreso Latinoamericano de Educación Sexual y Sexología II Congreso Mexicano. FEMESS.

González Serratos, S. (1992) Reflexiones sobre la sexualidad de las mujeres solas. Aguascalientes: Ponencia para III Congreso Nacional de Educación Sexual y Sexología. FEMESS

González Serratos, S. (1994) La expresión autoerótica. En Antología de la sexualidad humana. México: Miguel Ángel Porrúa y CONAPO. Pp. 539 – 571.

González Serratos, S. (2002) El cuerpo subversivo y el erotismo de las mujeres. Cholula Puebla: Ponencia para el Congreso de Terapia sexual.AMSSAC

González Serratos, S. (2003) Seducción e imagen corporal. Morelia Michoacán: Ponencia para el V Congreso de Educación Sexual y Sexología FEMESS

González Serratos, S. (2006) Menopausia, salud sexual y enriquecimiento en la vida erótica de las mujeres. México: Facultad de Psicología. Salvador de Bahía Brasil: Ponencia para el XIII Congreso Latinoamericano de Sexología y Educación Sexual

González Serratos, S. (2008) La Terapia de Reencuentro en la Terapia Sexual y el Erotismo en las Mujeres. México, D. F.: Mecnograma para ponencia, Facultad de Psicología, UNAM.

Greenwood, S. (1993) Menopausia sin ansiedad. Colombia: Editorial Norma

Greer, G. (1993) El cambio. Mujeres y vejez. Barcelona: Anagrama.

Guerrero, M. F., Pineda, G. (2010) *Mujeres envejecidas: experiencias de envejecimiento en México.* En Debate Feminista. Año 21.Vol.42.octubre 2010

Guijosa, M. (2006) Mujeres de cierta edad. México: Paidós

Guilhot, M. A. y Létuvé, A. (1988) Terapia sexual de grupo. México: Editorial Pax México

Guilligan, C. (2003) El nacimiento del placer. México: Paidós Contextos.

Heiman, J. y LoPiccolo, J. (1989) Para alcanzar el orgasmo. Un programa de crecimiento sexual y personal para la mujer. México: Grijalbo

Hite, S. (1987) Women and Love. The New Hite Report. New York: Alfred A. Knopf

Hite, S. (1978). El informe Hite. El estudio de la sexualidad femenina. Barcelona: Plaza & Janes Editores.

Holliday, R. Y Hassard, J. Editores (2001) Contested Bodies. New York: Routledge.

Holstein, M. (2010) *Sobre cómo envejecemos las mujeres*. En Debate Feminista. Año 21. Vol.42. octubre 2010

Hooper, A. (1980) El cuerpo electrico. Experiencias de terapia sexual para mujeres. Barcelona: anagrama.

Horer, S., (1981) La sexualidad de las mujeres. España: Gedisa.

Hurlbert, D. F. y Whittaker, K. E. (1991) "The role of masturbation in marital and sexual satisfaction: A comparative study of female masturbators and nonmasturbators". *Journal of Sex Education and Therapy*. Vol.17, No. 4, 272-282.

Husuan Tsai Su-Un (1987) Puntos del placer. La digitopuntura sexual. México: Ediciones Martínez Roca.

Ito., E. y Vargas, B. I. (2005) Investigación cualitativa para psicólogos De la idea al reporte. México: Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, U.N.A.M. y Miguel Ángel Porrúa

Jung, C. G. (1990) The Basic Writings of C. G. Jung. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1964) El hombre y sus símbolos. Barcelona: CaraltEditor.

Jung, C. G. (1988) Arquetipos e Inconsciente Colectivo. Barcelona: Paidós

Kaplan, S. H. (1978) La nueva terapia sexual. Vol.1 Madrid: Alianza Editorial.

BIBLIOGRAFÍA

Kaplan, S. H. (1978) Manual ilustrado de terapia sexual. Vols.1 y 2 Barcelona: Grijalbo.

Kaplan, H. (1981) El sentido del sexo. Barcelona Grijalbo

Katchadourian, H. y Lunde, D. (1979) Las bases de la sexualidad humana. México: CECSA

Kaschak, E., y Tiefer, E. Editoras (2001) A New View of Women's Sexual Problems. New York: The Haworth Press Inc.

Kay, D. (1992) *Masturbation and mental health –uses and abuses.* En: Sexual and Marital Therapy. Vol. 7 No. 1. Pp. 97-107

Kent, Rush, A. (1991) Romantic massage. New York: Avon Books

Kinsey, A.; Pomeroy, W.; Martin, C., and Gebhard, P. (1953) Sexual behavior in the human female. Philadelphia: W. B. Saunders Company.

Kitzinger, S. (1985) La mujer su experiencia sexual. Barcelona: Folio

Krafft-Ebing, R. (1965) Pschopathia sexualis. New York: Stein and Day publishers.

Kosnik, A. (1978) La sexualidad humana. Nuevas perspectivas del pensamiento católico. Madrid: Cristiandad.

Klapisch-Zuber, Ch. (Comp.) (1992). *La Edad Media Tomo 2.* En: Duby, G. Y Perrot, M. (1992) Directores de toda la obra Historia de las mujeres en occidente. España: Taurus

Klein, M. (2002) Beyond Orgasm. Berkeley: Celestial Arts.

Kuhn, M. (1991) No stone unturned. EUA: Ballentine Books.

La Biblia (1979) La Biblia. Versión popular. México: Sociedades Bíblicas Unidas.

La Perla. (1971) La Perla. México: Publicaciones Conducta sexual humana.

Lacub, R. (2006) Erótica y Vejez. Buenos Aires: Paidós

Lagarde, M. (1990, 1993) Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México: Colección Posgrado. Universidad Nacional Autónoma de México.

BIBLIOGRAFÍA

Lagarde, M. (2000) Claves feministas para la autoestima de las mujeres. España: horas y Horas, la editorial.

Lawrence, R. (1989) The poisoning of eros. Sexual values in conflict. New York: Agustine Moore Press

Legros, M.(1982) Acerca de un diálogo que nunca lo fue. Familia y sexualidad en Nueva España. México: Fondo de Cultura Económica (SEP/80/4)

León Portilla, M. (1977) Trece poetas del mundo azteca. México: I.I.H. UNAM

Leonard, G. (1971) El fin del sexo. El amor erotico tras la revolucion sexual. Barcelona: Integral

Litten, H. 1993 The joy of solo sex. Mobile, Alabama: Factor press

Lomelín, M. P. (sin año) *4. Climaterio y Menopausia.* En: Cuadernos de Mujer México: CIDHAL, A. C., INDESOL

López Austin, A. (1980) Cuerpo humano e ideología, las concepciones de los antiguos nahuas. México: UNAM

López Austin, A. (1982) *La sexualidad entre los antiguos nahuas* En: Familia y sexualidad en Nueva España. México: Fondo de Cultura Económica. SEP/80

López Barbadillo, J. (trad.) (1978). *El Señor de Hancarville (Siglo XVIII).* En: El Culto Secreto de las Matronas Romanas. Madrid: Akal editor

López Sánchez, F. (1995) Educación sexual de adolescentes y jóvenes. México-España: Siglo Veintiuno Editores

López Sánchez, F. (1996) *El Derecho a la Sexualidad Placentera.* En: Congreso: Juventud y Sexualidad Islas Canarias España: Gobierno de Canarias

Lo Piccolo, J. Y Lobitz, W.C. (1972). *The Role of Masturbation in the treatment of orgasmic Dysfunction.* En: Archives of Sexual Behaviour. Vol. 2.

Lo Piccolo, J.; Heiman, J. y Lo Piccolo, L, (1986). Disfruta de tu cuerpo. Programa de crecimiento sexual para las mujeres. México: Pax - México

Lowen, A. (1994) La Experiencia del Placer. Buenos Aires: Paidós Contextos

Maier, H. (1979) Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Marcuse, H. (1984) Eros y civilización. México: Joaquin Mortiz Planeta

## BIBLIOGRAFÍA

- Martínez, E. (2002) La menopausia ¡Vívela! Barcelona: Recursos ediciones.
- Martínez, M. (2009) Ciencia y arte en la metodología cualitativa. México: Trillas.
- Masters, W., y Johnson, V. (1978) El vinculo del placer. Barcelona: grijalbo
- Masters, W.; Johnson, V., y Kolodny R.(1987) La Sexualidad Humana Vol. I y II Barcelona: Grijalbo
- Miles, R. (1989) La mujer en la historia del mundo. Barcelona: Civilización Ediciones
- Money, J. Erhardt, A. (1982). Desarrollo de la sexualidad humana. Diferenciación y dimorfismo de la identidad de género. Madrid: Morata.
- Moore, J. (1994) Sexualidad y espiritualidad. La relación femenino-masculino. Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos.
- Muntané, M. (2005) Desencuentro emocional y sexualidad en la pareja actual. Barcelona: Amat editorial
- Nandino, E. (1991). Pócimas de sangre, conversacion con el mar y otros poemas. Guadalajara, Jalisco: Agata.
- Navarro, R. (2007) Psicoenergética. Método de psicoterapia corporal para integrar las emociones y el cuerpo. México: Editorial Pax Máxico
- Nieto, J. A. (1993) Sexualidad y deseo. España: Siglo veintiuno Editores.
- Nietzsche, F. (1973) Crepúsculo de los ídolos. Madrid: Alianza Editorial
- Ogden, G. (1999, 2007). Women who love sex. Boston: Trumpeter
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2006) Defining sexual Elath. Report of a technical consultation on sexual health 28-31 January 2002. Ginebra: OMS
- Pacheco, J. E. (2009) El Cantar de los Cantares. Una aproximación de José Emilio Pacheco. México: El Colegio Nacional Biblioteca ERA.
- Payer, L., (1992) Disease-mongers: How doctors, drugs, companies and insurancers are making you feel sick. New York:Wiley and Sons.
- Piontek, M.(2001) El poder de la sexualidad femenina. Barcelona: Robin Book

BIBLIOGRAFÍA

Politzer, P. y Weinstein, E. (2010) Mujeres la sexualidad secreta. México: Grijalbo

Prosser, J. en Ahmed, S., y Stacey, J. Editoras(2001)Thinking through the skin. London: Routledge

Qualls-Corbett,N. (1988) La Prostituta Sagrada. Buenos Aires: Ediciones Obelisco

Quijada, O. (1983) Diccionario Integrado de Sexología. Madrid: Editorial Alhambra.

Quesada, N. (1984) Amor y Mágia Amorosa entre los Aztecas. México: Universidad Nacional Autónoma de México

Quesada, N. (1987) Sexualidad y magia en la mujer novohispana del siglo XVI. En Anales de Antropología. Instituto de Investigaciones Antropológicas México: UNAM

Raisse, G. y Perrot, M. (1992) *El Siglo XIX Tomo 4*. En: Duby, G. y Perrot, M. (Dir.) Historia de las mujeres en occidente. España: Taurus

Recasens, M. C. (2007) Cómo resolver los conflictos que expresa nuestro cuerpo. Lo que el espejo nos dice realmente. México: Pax - México

Rinkleib Ellison, C. (2006) Women´s sexualities. E.U.A.: The Read File Publishing Company.

Rodgers, J. E. (2003) Sex. A natural history. New York; A. W. H. Freeman / Owl Book

Rodríguez, C. Compiladora. (no se cita el año) Género y Currículo. España: akal ediciones.

Rodríguez, M. J. (1988) La Mujer Azteca. México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Roffiel, R. M. (1986, 1994, 2008) Corramos libres ahora. México: Prensa Editorial Lesbos S. A.

Rose, V. (1980) El libro de la menopausia. México: EDAMEX

Rowan, E. (2001) Los placeres del autoerotismo. México: Alhama.

BIBLIOGRAFÍA

Rubio Auriolés, E. (1994) Introducción al estudio de la sexualidad humana. En: Antología de la Sexualidad Humana. Tomo 1 México: CONAPO y Miguel Ángel Porrúa Grupo Editorial. Pp. 17 – 46.

Rubio, Auriolés, E. (2011) Salud Sexual. Ponencia para el VII Congreso de Salud Sexual Glasgow Junio 2011

Ruiz – Jarabo, C.; Blanco. P. (2005) La violencia contra las mujeres. España: Ediciones Díaz Santos

Sabines, J. (1977). Nuevo recuento de poemas. México: Joaquín Mortiz.

Sagrada congregación para la educación católica. (1983) Orientaciones educativas sobre el amor humano. Pautas de educación sexual. Roma: sin editorial.

Sahagún, B. (1979) Historia de las cosas de la Nueva España. México: Porrúa (4ª edición)

Santidirián Padilla, R. (1998) Mujeres malas y perversas. España: EDIMAT LIBROS

Sanz, F. (1997,2007) Psicoerotismo femenino y masculino. Barcelona: Editorial Kairós.

*Ibidem*, (1998) Los vínculos amorosos. Barcelona: Editorial Kairós.

*Ibidem*: (2002) Los laberintos de la vida cotidiana. Barcelona: Editorial Kairós.

*Ibidem*: (2008) La fotobiografía. Imágenes del pasado para vivir con plenitud el presente. Barcelona: Editorial Kairós.

Sarnoff, S., y Sarnoff, I. (1980) Onanismo. Estudio sobre la masturbación en las relaciones adultas. Barcelona: Grijalbo

Schaie, W. y Willis, S. (2003) Psicología de la vida adulta y vejez. España: Prentice Hall.

Schneider, S. (1992) Menopausia: la otra fertilidad. Barcelona: Urano Editores.

Serrano Vicéns, R. (1975) La sexualidad femenina. Madrid: Jucar.

Shinoda Bolen, J. (2005) Las Diosas de la mujer madura. Arquetipos femeninos a partir de los cincuenta Barcelona: Editorial Kairós.

Slosarz, W. (1992) Masturbation and the problem of adaptation to heterosexual partnerships: a few implications. Sexual and Marital Therapy. Vol.7, No.3. 275-281.

Stoppard, M. (1993) La magia del sexo. México: Diana

Sussman, N. (1976) *Capítulo 2 History of sexuality*. En: Sadock, B.; Kaplan, H. y Freedman, A. The sexual experience. Baltimore: William and Wilkings Co.

Programa de Formación en Terapia de Reencuentro. (2007) Universidad de Alcalá de Henares

Programa de Formación en Terapia de Reencuentro. 2000 a 2008. Notas y apuntes tomados durante los talleres y seminarios de la Formación. México

Savater, F. (1995) Ética para Amador. Barcelona: Editorial Ariel.

Schmitt, P. (Comp.) (1992). *La Antigüedad Tomo 1*. En: Duby, G. Y Perrot, M. Directores de toda la obra Historia de las mujeres en occidente. España: Taurus

Schneider, S. (1997) Menopausia. La otra fertilidad. Barcelona: Urano

Shinoda - Bolen, J. (2005) Las diosas de la mujer madura. Arquetipos femeninos a partir de los cincuenta. Barcelona: Editorial Kairós.

Tannahill, R. (1992) Sex in History. EUA: Scarborough House Publishers

Tiefer, L. (1980) Sexualidad Humana. México: Harper and Row Latinamericana.

Tiefer, L., (2006) Female sexual dysfunction: a case study of disease mongering and activist resistance, PloS Medicine3, pp436-440

Valls, M. (1982) La música en el abrazo de eros. Barcelona: Los 5 sentidos. Tusquets.

Van Lysebeth, A. (1990) Tantra, el culto de lo femenino. Barcelona: Urano

Vance, C. (1989) Placer y Peligro. Explorando la Sexualidad Femenina. Madrid: Hablan las Mujeres Editorial Revolución.

Vázquez - Bronfman (2006) Amor y sexualidad en las personas mayores. Transgresiones y secretos. España: Editorial Gedisa

Velázquez, L. M. (2009) El cuerpo como campo de batalla. México: Nuevo Pensamiento

## BIBLIOGRAFÍA

Weeks, J. (1998) -Sexualidad-. México: UNAM. Programa Universitario de Estudios de Género y Editorial Paidós.

Weeks, J., (1994) *La Sexualidad e Historia: Reconsideraciones*. En: Antología de la Sexualidad Humana. Tomo 1 México: CONAPO y Miguel Ángel Porrúa Grupo Editorial

Weeks, J. ( 1989) Sexuality and its discontents. Meanings, Myths and modern sexualities. London: Routledge.

Whipple, B.; Komisaruk, B. R., y Ogden, G. (1991) *Physiological correlates of imagery induced orgasm in women*. En: Abstract Book, 10th. World Congress of Sexology. Sex Maters. We-S7-5 S. Amsterdam Netherlands.

Woods, M. (1995) El amor a si mismo. Tantra y autoerotismo. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

World Association for Sexual Health WASH (1997) Declaración de Valencia sobre los Derechos Sexuales. Valencia España: WASH 13º Congreso Mundial de Sexología

World Association for Sexual Health WASH (2005) Declaración de Montreal "Salud Sexual para el Milenio". Montreal Canada: WASH XVII Congreso Mundial de Sexología

World Association for Sexual Health (WASH) Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2002) Promoción de la Salud Sexual, Recomendaciones para la Acción. Antigua Guatemala. OPS

Young - Eisendrat (2000) La Mujer y el Deseo. Barcelona: Kairós