

Manuel Ángel Soriano

# TAL COMO SOMOS

Un libro de autoayuda para  
gays, lesbianas,  
transexuales y bisexuales



A pesar de los cambios legislativos y sociales que en nuestro país han culminado con la aprobación del matrimonio entre personas del mismo sexo, la homofobia sigue presente en numerosos sectores de la sociedad: las relaciones familiares, la falta de autoestima y la necesidad de salir del armario siguen siendo cuestiones que afectan profundamente al colectivo LGTB español. Manuel Ángel Soriano entrevista, en este libro de autoayuda, a una serie de gays, lesbianas, bisexuales y transexuales prestando especial atención a ciertos aspectos poco estudiados hasta ahora: la situación de lesbianas y gays mayores de 60 años, la sexualidad y la convivencia de los seropositivos con parejas no portadoras del virus o la marginación que sufren las mujeres y los hombres bisexuales por parte de los heterosexuales y de la propia comunidad gay.

Todos los entrevistados han respondido a un modelo de encuesta similar, en el que reflexionan sobre la infancia y la adolescencia, la toma de conciencia de la propia sexualidad, la visibilidad, la relación con los padres, la militancia en grupos de gays, lesbianas y transexuales y las perspectivas que ofrece el futuro.

Esta obra ha sido publicada con una subvención de la Dirección General del Libro, Archivos y Bibliotecas del Ministerio de Cultura.

A los miembros de los distintos colectivos, «Cogam», «Fundación Triángulo», «El hombre transexual», «Transexualia», «Galehi», que han colaborado en la redacción de «Tal como somos» junto con Fabio, Marcos, Edgar, Angel, Mariano, Jorge, Mónica, Carmen, Gabo, David, Abel, Noé, Alberto, José, Nicolás, Agueda, Valeriano, Laura, Celia, Ana, Javier, Jorge, Mario, Carlos Alberto, Ginebra, Jaime, Oscar, Tatiana, Jimena, Violeta, Alfredo, Ignacio, Tristán, Rebeca, Udia, los nombres ficticios, de «guerra», de los verdaderos protagonistas de este trabajo que, con las historias de sus vidas, misterios dolorosos y también golosos, han hecho posible la enjundia y el fundamento de este libro de Autoayuda. A tod@s ell@s mi más profundo agradecimiento.

A mi primo hermano Melchor. Si no te hubieses marchado y todavía vivieses en esta dimensión, habrías podido casarte con tu chico. Y ¡cómo no!, a Marisa Collado, mi amante esotérica a la que prometo fidelidad eterna.

## AGRADECIMIENTOS

Expreso mi agradecimiento al Centro de Documentación Evelyn Hooker de la Federación Estatal de Gays, Lesbianas, Transexuales y Bisexuales (FELGT) y a su responsable, Gustavo Villazán Marín, así como a Ángel García Pascual, voluntario de COGAM (Gay Inform), por haberme facilitado una relación completa de Grupos y Asociaciones de LGTB en la geografía española.

## INTRODUCCIÓN

Si es difícil vivir, es aún más difícil explicar nuestra vida

*Marguerite Yourcenar*

Hace ahora, aproximadamente, poco más de un año que una de mis editoras de Egales, Mili Hernández, me sugirió la conveniencia de escribir un libro de autoayuda para la comunidad gay/lésbica/transexual/ bisexual (GLTB), puesto que en España, hasta la fecha, a excepción de algunas traducciones del inglés o del francés<sup>[1]</sup> que, obviamente, reflejan las realidades de otros países, distintas en cierto modo de la nuestra, apenas se ha publicado nada interesante en esta línea.

Confieso que su idea desde un principio me resultó sugerente y enseguida me puse a pensar en el proyecto y cómo habría de enfocarlo. Con la satisfacción cumplida de haber visto publicada el pasado año mi censurada tesis doctoral, *La marginación homosexual en la España de la Transición*, reafirmatoria de la memoria histórica en este país tan desmemoriado, tenía las pilas más que cargadas y una buena fuente de automotivación para emprender este proyecto.

De pronto, pensé en la cantidad de libros de autoayuda que surgen cada día en el mercado editorial orientados al mayoritario mundo de los heterosexuales. Si tienen problemas de baja autoestima, mobbing en el trabajo, soledad, estrés, angustia, depresión, barreras en la comunicación,

problemas con su pareja heterosexual, con sus hijos, etc., etc., pues, ¡hala que va!, ¡venga a publicarse libros, que surgen casi como setas! Y la verdad es que me parecen muy bien. Estoy completamente de acuerdo en que vivimos en un mundo complicado y los problemas debemos solucionarlos cuanto antes y de la mejor manera.

Pero, entonces, ¿por qué se han escrito tan pocos libros de autoayuda del mundo gay/lésbico/transexual/bisexual? ¿Acaso es que estos colectivos no tienen, no ya los mismos problemas, sino bastantes más dificultades que los heterosexuales?

Vivimos inmersos en una sociedad en la que todavía, por desventura, la comunidad gay/lésbica/transexual/bisexual va a contracorriente. El peor de todos sus enemigos: la homofobia, que está ahí perjudicando a todos; a unos, los gays/lesbianas/transexuales/bisexuales, porque han de soportarla, sufrirla y padecerla en su vida diaria; y, a los otros, a los homófobos; individuos poco democráticos, que, humanamente, no han evolucionado aún lo suficiente para saber convivir y respetar a todas las personas, sea cual sea su orientación sexual. Ellos también son sus propias víctimas, aunque, si bien es cierto que en menor medida, no han sabido madurar y desarrollar una personalidad más armónica que les ayude a canalizar mejor su afectividad y a ser menos infelices.

Que los colectivos GLTB viven inmersos dentro de una sociedad bastante enferma es más que obvio, con decirlo aquí no descubrimos nada nuevo. Ya en 1978, Manuel Gómez Beneyto[2] y otros colaboradores escribieron la obra *El homosexual ante la sociedad enferma*, en la que se abordaba de manera muy inteligente esta realidad pluridimensional.

Así pues, con esta reflexión y una buena dosis de optimismo, me lancé a la tarea de llevar adelante este proyecto y lo primero que pensé fue: «¿Cuáles son los problemas más acuciantes, arduos, duros con los que los gays/lesbia-

nas/transexuales/bisexuales se enfrentan, pelean día a día y sufren en su mismidad existencial?»

Enseguida me vinieron a la mente un montón de ellos: soledad, no aceptación de su realidad sexual que, no cabe duda, es la mejor de todas, puesto que es la suya, salida del armario, problemas familiares, en el trabajo, baja autoestima como consecuencia de la marginación social, falta de asertividad, convivir, algunos de ellos, con el VIH, tercera edad y unos puntos suspensivos con un largo, etc.

Pero probablemente se me quedaban algunos de los problemas más acuciantes en el tintero. Aunque cuento con una dilatada experiencia en la consulta clínica, en la que ayudo a buscar soluciones encaminadas a resolver todas estas y otras pesadillas, no quería que se me olvidase ningún infortunio importante, así que consideré que el mejor modo de que esto no sucediera sería elaborar unos cuestionarios/encuestas abiertos, en los que los protagonistas (GLTB) indicaran tantas cuantas dificultades personales, familiares, sociales, religiosas, políticas..., se veían obligados a soportar en medio de nuestro caldo de cultivo social.

Para ello, en este estudio, fundamentalmente antropológico y de campo, he partido de un cuestionario breve — siete preguntas abiertas— en el que se abordan todas las demandas, necesidades y problemáticas que se «vivencian» en estos colectivos, para obtener una información viva que ponga de manifiesto «el aquí y ahora real» por el que atraviesan los GLTB.

Por lo tanto, todos los temas que trato en este libro/manual de autoayuda me los han dictado sus verdaderos protagonistas, es decir, los propios encuestados y entrevistados, considerando que era mucho mejor así por varios motivos.

En primer lugar, si tan sólo me apoyaba en mi ya dilatada experiencia como psicoterapeuta, corría el riesgo de enfocar este estudio con un sesgo evidente de «problemática clínica» que no me agradaba en absoluto, ya que podría fá-

cilmente incurrir en una falta de objetividad y si se me permite decirlo, de poca asepsia profesional. Las personas GLTB que acuden a la consulta de un psicólogo clínico lo hacen buscando, lógicamente, solucionar sus dificultades, ya sean personales, familiares, sociales, de trabajo..., o de todas ellas en su conjunto. Y si, por supuesto, sus opiniones e inquietudes deben ser tenidas muy en cuenta, también están las de otras muchas personas GLTB que, por suerte para ellos, no han precisado visitar a ningún psicoterapeuta y que también han de quedar reflejadas obviamente en este estudio, a fin de no perder rigor y objetividad.

En segundo lugar, en aras de plasmar con la mayor nitidez posible unas realidades multifactoriales, he preferido estudiar separadamente cada uno de los cuatro colectivos que engloban las siglas GLTB, puesto que si bien algunas de las cuestiones que se abordan son concordantes a los cuatro grupos, otras inquietudes y demandas, en cambio, son significativamente algo distintas y me ha parecido interesante particularizar y pormenorizar las de cada uno de estos grupos.

He creído conveniente que estuviesen representados en este trabajo, por separado, los siguientes grupos:

- Gays
- Lesbianas
- Personas homosexuales infectadas por el VIH
- Tercera edad
- Transexuales femeninos
- Transexuales masculinos
- Bisexuales
- Matrimonios de parejas del mismo sexo
- Familias homoparentales
- Familiares de GLTB

He procurado tratar todas estas cuestiones con un lenguaje claro, sencillo y coloquial para que lo entiendan tantos cuantos lo precisen, al margen de la formación académica del lector. Este libro está orientado tanto a aquellos/as

más jóvenes que todavía han de reconocer, aceptar y canalizar su realidad sexual, cualquiera que sea dentro del amplio abanico GLTB, como a los que ya la tienen plenamente aceptada y, aun con todo, afrontan problemas, porque haber asumido la condición de gay, lesbiana, transexual, o bisexual no supone se ser feliz y no precisar de la autoayuda constante para mejorar en esa evolución diaria que nos ofrece y regala la vida.

## ASPECTOS IMPORTANTES QUE DEBE TRATAR UN LIBRO DE AUTOAYUDA

### La homofobia

Probablemente la primera vez que vemos aparecer en la literatura científica el término homofobia —sentimientos de odio o rechazo irracional a los gays, lesbianas y transexuales— fuese allá por 1972 en los Estados Unidos, acuñado por el psicólogo norteamericano George Weinberg en su libro *El Homosexual y su liberación* [3]. Un estudio muy interesante, ya que sienta los pilares fundamentales para esclarecer con verdadero rigor y objetividad las causas que generan los comportamientos homófobos y sus consecuencias para toda la sociedad. Me permito entresacar algunos párrafos de su obra por la profundidad con que plantea esta cuestión: «Nunca considero sano a un paciente a menos que haya superado su prejuicio contra la homosexualidad. Por supuesto, si se trata de un homosexual, el prejuicio le impide la libre expresión de sus propios deseos. Pero incluso en el caso de un heterosexual, su repugnancia hacia la homosexualidad será sin duda perjudicial para él... La persona que desprecia al homosexual con evidente placer está diciéndome, en última instancia, que desea dejar establecido su propio sentimiento de importancia, comparándose con otros; una operación por cierto sutil... La mayoría de los hombres que detestan a los homosexuales tienen pro-

fundo temor a abandonarse a la pasividad. La renuncia al control significa para ellos una pérdida de masculinidad, y su exigencia de control es sinónimo de estrechez. Condenar la pasividad es como condenar nuestros propios ojos. Necesitamos de ella para ver, descubrir, aprender... Este tipo de persona heterosexual, habitualmente siente una tremenda exigencia de cumplir un papel agresivo en el sexo, y espera conformidad y pasividad de parte de la mujer... ¿Qué es lo que origina la homofobia —el temor a tomar contacto con los homosexuales— y en el caso de estos últimos, el aborrecimiento de sí mismos?... He aquí los principales motivos que he podido identificar. Ellos son: el motivo religioso; el secreto temor a ser homosexual; la envidia reprimida; y la amenaza de los valores tradicionales» [4].

El diccionario de la Real Academia Española de la Lengua no hace mucho definió la homofobia como una «aversión obsesiva hacia las personas homosexuales».

No obstante, esta patología psicosocial —situada en el mismo grupo y contexto que el racismo, la xenofobia, o el machismo— tiene su verdadero origen en el mismo instante en el que surge la marginación, ya sea social, política o religiosa —o todas a la vez— hacia los homosexuales, y por ello posee una larga tradición en la historia de la humanidad. Es evidente que el ostracismo y la marginación homosexual como tal proviene de creencias religiosas fundamentalistas o de actitudes políticas ultraconservadoras, fascistas o comunistas.

Este rechazo homóforo irracional y visceral hacia los gays, lesbianas, transexuales y bisexuales, al considerarlos ciudadanos de segunda categoría e identificarlos como personas peligrosas, viciosas, taradas, ridículas, esperpénticas, anormales y enfermas, entre otros calificativos peyorativos, conduce a un deseo palpable de exterminio; un buen ejemplo lo tenemos en los campos de concentración nazis, donde fueron eliminados miles de homosexuales identificados con su triángulo rosa y, actualmente, todavía en este

siglo XXI, al menos en nueve países del mundo no sólo se les persigue sino que se les castiga con la pena de muerte [5].

En muchos países occidentales, y por supuesto en el nuestro, este exterminio es un tanto más sutil. La desigualdad se genera desde diferentes vertientes: legales —por fortuna en España ya contamos con una ley que permite los matrimonios civiles de personas del mismo sexo que equipara a las parejas de hombres o mujeres, no sólo en los deberes, sino también en los derechos constitucionales a las parejas heterosexuales—, laborales —pérdida del puesto de trabajo; aunque no se haga referencia en el despido a la condición sexual del trabajador, se alegan otros motivos inexistentes—, sociales —escarnio público, agresiones, ataques y a veces asesinatos [6].

En una de las dinámicas de grupo realizada a partir del cuestionario utilizado para este estudio en un colectivo de lesbianas, a propósito de la homofobia, una mujer verbalizó literalmente lo siguiente: «Todas las lesbianas, y por supuesto igualmente los gays, hemos sido sometidos a una especie de tortura sistemática. Siento utilizar esta palabra que suena un poco radical, pues yo soy bastante moderada, pero creo que al final es así. Nos tenemos que entrenar o como supermujeres o como superhombres en unas situaciones en las que yo querría ver a otras personas no homosexuales. Es un sistema de tortura sistemático, en el que constantemente la palabra lesbiana o gay se utiliza como insulto, se minusvalora; incluso se amenaza en el trabajo. Una se la está jugando, y si no se la echa, se le impide su promoción. La familia, o te ningunea o te impide tal o cual cosa. Es una situación como meterte en un campo de concentración y aprender a resistir, a sobrevivir, encima a construirte a ti misma de una manera que te conviertas en una mujer diez. Y para dar el paso de salir del armario y casarte tienes que ser una supermujer.»

Este análisis de una situación social real que efectúa esta persona, ampliamente compartido por un elevado número de gays, lesbianas y transexuales, resulta bastante significativo de la trascendencia que para los colectivos GLTB supone el rechazo homóforo en nuestra sociedad.

No cabe la menor duda que la homofobia tiene, a menudo, connotaciones psicopatológicas, preferentemente cuando nos encontramos ante los homóforos más intransigentes. El fenómeno de la proyección como mecanismo de defensa, tan bien estudiado por los psicoanalistas, pone en evidencia el miedo inconsciente que algunos heterosexuales, hombres y mujeres, sienten hacia sus propias tendencias homosexuales; la mejor manera de defenderse de sus propios impulsos libidinales poco convencionales es atacando en los otros, el colectivo GLTB, las pulsiones que ellos mismos no se quieren reconocer [7].

Eve Kosofsky Sedgwick, en su obra feminista y antihomofóbica, *Epistemología del armario*, nos habla, entre otros temas relacionados con la homofobia y la salida del armario, del miedo irracional que sienten algunos heterosexuales y de su «pánico homosexual», como consecuencia de «su incertidumbre sobre su propia identidad sexual».

Recientemente el profesor Richard H. Gramzow, de la Universidad Northeastern (Boston), pudo corroborar, en una investigación sociológica, el enfoque psicológico estudiado, constatando que los hombres heterosexuales inseguros en cuanto a su propia sexualidad presentan una mayor aversión y hostilidad hacia los hombres homosexuales como una forma de expresar y reafirmar su propia masculinidad [8].

Está claro que llevar a cabo un trabajo de superación y descontaminación de la homofobia plantea diversos campos de acción, desde la educación en el seno del hogar, pasando por la escuela —época muy crítica para muchos gays y lesbianas—, mundo laboral e instituciones sociales.

No quiero olvidarme del colectivo eclesiástico, pero en él, a pesar de contabilizarse, como es de sobra conocido por todos los estudios sociológicos efectuados, un porcentaje mayor de homosexuales que en la sociedad laica, las posibilidades de modificar sus actitudes son, en el momento presente, difíciles de alcanzar a pesar del trabajo ímprobo que realizan comunidades cristianas de base, en donde los cristianos gays y lesbianas abogan por el respeto y la aceptación plena como personas homosexuales. Desde luego, su labor es encomiable al plantar cara a los obispos intransigentes y a la ultraconservadora Congregación para la Doctrina de la Fe. Su tarea podríamos considerarla casi como un «misterio doloroso» que no se sabe bien todavía cómo va a acabar. La homofobia ha contaminado de tal modo a toda la sociedad que, paradójicamente, incluso ha llegado a afectar a un sector de la población homosexual, manifestándose una homofobia interiorizada que, como muy acertadamente nos explica Jesús Generelo, conduce a un sentimiento de «desprecio hacia uno mismo» [9] por diversas razones que a continuación analizamos:

- Algunos/as adolescentes viven de manera traumática las reacciones homófobas en la escuela por parte de sus propios compañeros, que les crean tal estado de ansiedad que a muchos de ellos les conduce a distintos comportamientos de estrés, depresión o baja autoestima. La manera de «defenderse» de ese ataque es queriendo simular un falso comportamiento heterosexual que ayude a suavizar las tensiones internas del propio homosexual. El rechazo social genera angustia y sentimientos de inferioridad; para que esto no ocurra, una manera un tanto «peculiar» es no aceptar la propia condición homosexual, con lo que se produce una defectuosa y errónea identificación de los propios patrones sexuales del individuo. En una de las entrevistas efectuadas, un gay recordaba que en su paso por el instituto, aun cuando él no tenía demasiada «pluma», un compañero le decía, para que no destacase del resto de la clase: