

Cuerpos añejos, sexualidades maduras

Ana Cofiño / laCuerda

Hablar desde sí

A través de estas reflexiones sobre nuestras sexualidades, pensadas y sentidas en cuerpos de más de sesenta, buscamos sacudir los mitos y prejuicios en torno a todo lo relacionado con nuestras maravillosas potencias vitales.

Cuando hablamos de sexualidad, nos referimos a un atributo natural que nos impulsa a la búsqueda de placer a través de sensaciones, sentimientos y sentidos que nos proporcionan gozo. Lo que la ciencia llama aparato sexual es un sistema complejo de interconexiones biológicas y mentales que encarnan en los órganos, pero también en la memoria y en la historia personal. O sea que a esas alturas de la vida, tenemos también sexualidad acumulada.

La sexualidad se vincula al placer creador, al éxtasis de la belleza, la luminiscencia de la atracción, la posibilidad de la reproducción. Hablamos de sexualidades en plural, dado que cada persona la vive, la entiende y la nombra a su manera, de acuerdo con su circunstancia. Igualmente, afirmamos que las sexualidades son cambiantes y dinámicas porque se transforman con el tiempo y el entorno social.

La cultura patriarcal hace de las mujeres dóciles máquinas paridoras de fuerza de trabajo esclavo, convierte su sexualidad en territorio a conquistar, las cosifica para el consumo. Desde esa perspectiva, las potencias eróticas y sexuales femeninas fueron calificadas de peligrosas, misteriosas, oscuras. El placer mutuo fue censurado como pecaminoso, expulsada la libertad del paraíso. Las religiones le temen a la sexualidad porque saben que genera fuerza y crea vínculos. Por eso nos la han querido arrebatar.

Quienes nacimos en los años cincuenta, formamos parte de generaciones expuestas a fenómenos liberadores como el feminismo radical, los movimientos pacifista y hippie, las filosofías materialistas, las organizaciones rebeldes del siglo XX. La revolución sexual que vino de la mano con el reclamo a decidir sobre nuestros cuerpos, la píldora anticonceptiva y la exigencia de legalizar la contracepción y el aborto, son un parteaguas en la historia humana. Nosotras y nuestras sexualidades somos, en cierta manera, producto de esos cambios.

Sexogenarias

Cuando iba a cumplir sesenta, me dije: voy a ser sexogenaria, y hasta ahora entiendo qué significa eso. En primer lugar, seguir disfrutando mi sexualidad: que no por vieja, tengo que

renunciar al placer, los orgasmos, la piel chinita ni a los arrebatos del amor. Mucho menos al estremecimiento gozoso de acuñar un concepto o producir una imagen. Inclusive, el gusto de poder recordar. Tener el pelo canoso y el cuerpo con pliegues, arrugas y dolamas, no implica claudicar a seguir disfrutando la vida en plenitud. Cambian las prácticas, las emociones, los tiempos, pero la madurez aporta saber, y eso siempre se aprecia.

La búsqueda de respuestas siempre me ha impulsado a indagar en lo que dicen y sienten otras. Hice una mini consulta entre amigas que vamos camino a los setenta. Les pregunté qué lugar ocupa la sexualidad hoy en sus vidas y éstas son algunas de sus respuestas:

Aída Toledo, poeta, responde: *Socialmente toda la gente cree que las mujeres de estas edades ya no sentimos nada, lo cual está equivocado. Siento la misma fuerza amorosa que tenía antes, pero la práctica suele ser menor. Para la poesía, su escritura, es esencial estar sexualmente activa, no sé cómo sería sin eso.*

Elsa Delaire, feminista activa, 73 años: *Hasta los 60 y pico me calentaba y me acostaba con algunos señores. Pero me aburrí por razones de desamor (supongo que de las dos partes) y por la manía de sexo puramente genital.*

Olga Villalta, comunicadora: *Hoy, a mis 65 años, el ejercicio de la sexualidad sigue teniendo un lugar central en mi vida. Es un acto que me genera energía para vivir y lo disfruto tanto como una comida rica o contemplar una puesta de sol.*

Lucy Figueroa, artista, 62 años bien trotaditos, *deliciosamente: Otra de las maravillas de esta edad es que ya nada te da pena o vergüenza, te sentís*

absolutamente liberada. Después de ser malabaristas en el sexo pasás a ser súper creativa.

Clara Coria, psicóloga argentina que trabaja con colectivos de mujeres, concibe la acumulación de años como una posibilidad de libertad. Ella cuestiona los mitos de la menopausia, de la erección, de la pérdida de deseo; plantea posibilidades de gozo hasta la longevidad.

La doctora **Christianne Northrup**, médica que ha publicado varios libros de consulta sobre la salud y los cuerpos de las mujeres, afirma que *...hay algo especialmente potente en el renacer que muchas mujeres experimentan en torno a la menopausia. Un aspecto de este renacer es la reivindicación de nuestra sexualidad, cuando se la arrebatamos a la cultura dominante que postula que la sexualidad femenina carece de valor cuando ya no es necesaria para la procreación.*

Anna Freixas, psicóloga, investigadora en el campo de la Gerontología Crítica Feminista, apunta que a la sociedad no le interesa que haya mujeres mayores alivianadas. Confirma eso que sentimos: que el sexo interesa a todas las edades, y que los deseos se mantienen a lo largo de toda la vida.

Si tenemos claro que la sexualidad es mucho más que lo sexo-genital, probablemente con la madurez, valoremos esa chispa interna que nos impulsa a buscar la plenitud y el gozo de la vida en cada momento, sin que importe ser anciana ni estar sola.

Lecturas recomendadas:

Coria, Clara. *Erotismo, mujeres y sexualidad después de los sesenta*. Androgínias 21. Barcelona, 2014.

Coria, Clara, Anna Freixas y Susana Covas. *Los cambios en las vidas de las mujeres, temores, mitos, estrategias*. Paidós Ibérica. España, 2005.

Freixas, Anna. *Tan frescas. Las nuevas mujeres mayores del siglo XXI*. Paidós Ibérica. España, 2013.

Northrup, Christiane. *La sabiduría de la menopausia*. Ediciones Urano. Argentina, 2002. <http://bibliotecachristianenorthrup.blogspot.com/2010/07/la-sabiduria-de-la-menopausia.html>

_____. *Las diosas nunca envejecen. La fórmula secreta para sentirte radiante, vital y disfrutar de bienestar a cualquier edad*. Ediciones Urano. Argentina, 2015.

Shinoda Bolen, Jean. *Las diosas de la mujer madura. Arquetipos femeninos a partir de los cincuenta*. Editorial Kairós. Barcelona, 2003.



Foto: Yves Trémorin. En libro: *The Body*. Thames + Hudson