

Sexo Anónimo: ¿Libertad o Aislamiento?

Por Daniel Linder, Junio 1988

Durante los últimos cinco años, mi enfoque profesional ha sido dirigir talleres de 'entrenamiento de relaciones', principalmente para individuos heterosexuales. El objetivo siempre ha sido enseñar principios y habilidades para construir relaciones saludables e íntimas.

Así que, cuando una colega lesbiana se me acercó hace aproximadamente un año para extender estos talleres a la población gay, me sentí listo para aventurarme en lo que era, para mí, territorio inexplorado.

Durante un taller con ocho hombres gay, el tema del sexo anónimo rápidamente se convirtió en un punto focal. Varios participantes expresaron preocupación sobre si participar en sexo anónimo se alineaba con lo que finalmente buscaban. Luego el enfoque se desplazó hacia lo que necesitaban y lo que les faltaba en sus relaciones y sus vidas. Estaba consciente todo el tiempo de que el espacio se sentía lo suficientemente seguro para que comenzaran a abrirse y compartir de una manera que nunca habían hecho con nadie más antes.

Hubo un punto en el proceso cuando tuve una epifanía. Estaba en un grupo de hombres, la mayoría de los cuales estaban en recuperación, nunca habían estado en relaciones nutritivas o íntimas, que habían luchado toda su vida con los efectos residuales del trauma infantil, lo que ciertamente limitó su capacidad para conectarse con alguien y se manifestó en sus relaciones adultas.

La epifanía que tuve fue que no podían y no sabían cómo conectarse, y que el sexo anónimo o las relaciones basadas sexualmente eran una forma para ellos de compensar lo que faltaba y encontraron una manera de conectarse con otra persona de una manera que se sentía natural, segura, emocionante y aparentemente íntima, estando físicamente desnudos y teniendo sexo que carecía de intimidad emocional o conexión profunda.

Algunos describieron sus experiencias con el sexo anónimo como liberadoras, auto-afirmativas, equilibrantes y satisfactorias, sintiendo que sus vidas habían sido mejoradas por ello. Otros confesaron una relación de 'amor-odio' con la práctica y estaban específicamente buscando orientación.

Hubo un consenso en el grupo de que el sexo anónimo realmente no era saludable, nutritivo o alimentaba a ninguno de ellos e intensificaba su inutilidad y alienación subyacentes. Mientras proporcionaba contacto físico y orgasmos — una solución temporal que estaba fácilmente disponible y quitaba la presión, resultó insatisfactorio al final.

La necesidad fundamental de conexión emocional e intimidad permanecía insatisfecha, dejándolos con una sensación de vacío una vez que el encuentro terminaba. No estaba entregando lo que muchos finalmente anhelaban: una relación que combinara sexo e intimidad, que proporcionara la seguridad de ser ellos mismos el uno con el otro, honestos, reales y vulnerables, como lo eran cuando se abrían en el grupo.

Explorando las raíces de su participación con el sexo anónimo, muchos lo rastrearon hasta años pasados en vergüenza y secreto sobre su sexualidad. Esto se vio agravado por la 'normalización'

y, a veces, glorificación del sexo anónimo dentro de partes de la comunidad gay. Para algunos, tener sexo con cualquiera que eligieran, en cualquier lugar, y tan a menudo como desearan, se convirtió en una manera de celebrar su sexualidad y libertad recién encontrada—un acto poderoso de rebelión y auto-aceptación.

Dado que la liberación era un principio unificador del movimiento de liberación gay, ejercer la libertad de esta manera comprensiblemente sirvió para invocar orgullo y fortalecer la identidad. Sin embargo, se hizo evidente que este enfoque podría llevar a un sobre-énfasis en la libertad sexual, a veces a expensas de otros valores igualmente o más importantes, como la calidad de las relaciones y la capacidad para la intimidad profunda.

Discutimos el peligro de simplísticamente equiparar el sexo anónimo con la libertad, ya que tales encuentros conllevan otras implicaciones, a menudo no reconocidas. La verdadera libertad, exploramos, podría residir más en nuestra capacidad de experimentar nuestros deseos sin actuar impulsivamente sobre ellos, evaluar situaciones, y actuar en nuestros mejores intereses a largo plazo. El poder de elegir cómo actuar, considerando las consecuencias para nosotros y nuestras relaciones, es donde reside la libertad auténtica. Cuando el sexo anónimo se convierte en una parte integral del estilo de vida de uno simplemente porque uno es 'libre' de hacerlo así, la definición de libertad puede distorsionarse, como si existiera en un vacío desprovisto de contexto emocional.

Muchos que practicaban sexo anónimo describieron actuar por impulso, atraídos por su fácil disponibilidad y placer inmediato. Preguntas cruciales a menudo no se hacían: '¿Importa si conozco o me preocupo por esta persona?' '¿Me siento mejor conmigo mismo después?' '¿Me siento más conectado con otros, o más inútil y aislado?' Para verdaderamente entender el papel que el sexo anónimo juega en la vida de uno, estas preguntas necesitan ser exploradas, ya sea con parejas, amigos, o terapeutas.

Esto llevó a la realización de que el sexo anónimo podría ser a menudo más sobre necesidad no reconocida que sobre libertad genuina. Una vez escuché a un hombre bromear, "Los hombres gay tienen libidos más fuertes. Nos excitamos al caer una cremallera." Aunque la fuerza relativa de la libido no es el tema central, su comentario destacó cuán básicas son nuestras necesidades sexuales. Sin embargo, nuestras necesidades emocionales son al menos tan poderosas, si no más. Muchos de estos hombres parecían desconectados de la intensidad de sus propias necesidades emocionales insatisfechas. Innegablemente, el dolor y la urgencia de aliviarlo son más agudos cuando tanto las necesidades emocionales como sexuales son negadas.

Mientras los hombres compartían más abiertamente, se hizo claro que para algunos, el sexo había comenzado a servir tantos propósitos que se asemejaba a un patrón adictivo. Para muchos que participan en sexo anónimo, puede convertirse en un ciclo vicioso.

Joe compartió, "Busco sexo cuando me siento como, '¿Quién me querría?' Luego me meto en una situación sexual, y de repente soy deseado."

Tom elaboró, "Uso el sexo anónimo para obtener validación, para sentir una conexión. Es cuando mi autoestima está baja que soy más propenso a actuar sexualmente. Hoy fue un buen ejemplo. Conduciendo por la autopista, estaba notando las paradas de descanso, revisando cuántos tipos se

estaban saliendo, buscando acción. Cuando me estoy aislando de amigos, ir al parque es una respuesta. Se siente como la única manera que puedo conectar con otro ser humano cuando me siento mal conmigo mismo. El único que dejaré entrar en mi espacio es alguien con quien puedo tener sexo anónimo. En un momento, no era nada para mí salir a la hora del almuerzo por un par de horas y tener dos o tres orgasmos con dos o tres tipos diferentes, luego parar y hacerlo de nuevo en mi camino a casa."

Bill confesó, "Cuando estoy exhausto, es una lucha no conseguir sexo. Todo el pensamiento del mundo no me va a impedir hacerlo. Desearía poder convencerme de parar. Una vez que la idea aparece en mi mente..."

Jack reflexionó, "Estaba motivado por la emoción, la desviación. Me sentía totalmente alienado de la sociedad. Era demasiado sensible para participar en sexo anónimo de manera continua; era demasiado humillante y doloroso. Siempre me sentía peor después. Los extremos a los que fui para conseguir sexo que no era parte de una relación significativa no hicieron nada más que matar el tiempo. Nunca fue tan bueno como mis fantasías."

Resumen

Esta exploración revela que el atractivo del sexo anónimo a veces puede enmascarar un hambre profunda de conexión, un hambre que, si no se aborda, perpetúa un ciclo de soluciones rápidas y aislamiento más profundo. El desafío, y de hecho el camino hacia una libertad más integrada, reside en aprender a cultivar la auto-conciencia y las habilidades necesarias para construir relaciones saludables y nutritivas, idealmente antes de que el sexo entre en la ecuación. Se trata de reconocer que nuestra liberación más profunda viene no solo de la libertad de actuar, sino de la sabiduría de elegir acciones que nutran todo nuestro ser—sexual, emocional y relacionalmente.