

A black and white photograph of a woman's torso, showing her chest and upper abdomen. Her skin is covered in numerous small water droplets, suggesting she has just showered or is in a humid environment. The lighting is dramatic, highlighting the texture of her skin and the individual droplets. The background is dark, making the illuminated body parts stand out.

LLUÍS LLONGUERAS
EL SEXO FEMENINO

ENSAYO



EL SEXO FEMENINO

Lluís LLongueras



Créditos

Edición en formato digital: junio de 2013

© Lluís Llongueras, 2013

© Ediciones B, S. A., 2013

Consell de Cent, 425-427

08009 Barcelona (España)

www.edicionesb.com

Depósito legal: B. 13786.2013

ISBN: 978-84-9019-342-6

Conversión a formato digital: El poeta (edición digital) S. L.

Todos los derechos reservados. Bajo las sanciones establecidas en el ordenamiento jurídico, queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del copyright, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo públicos.

Índice

EL SEXO FEMENINO

Introducción

Dedicatoria y citas

Un viaje en torno a la intimidad femenina

Declaración de intenciones

Entender a las mujeres

1. El sexo femenino

Emancipación de la mujer

La adolescencia - convertirse en mujer

El género femenino

Cuerpos de mujer

Cerebro y capacidades

2. La naturaleza y el físico femenino

Cuerpo y sexo (naturaleza y fisiología)

Anatomía femenina

Conocer el propio cuerpo

La creación del sexo

Hermafroditismo y transexualidad

Desnudismo

El color de la piel

Belleza

Expresión corpora

3. Relaciones íntimas y comportamiento sexual

Educación sexual

Intimidad personal

La masturbación

La unión de dos seres

Introito - coito - acoplamiento

Protección contra el embarazo

Erotismo

Exhibicionismo

Arte corporal - tatuajes - piercings
Pornografía
La sexualidad
Homosexualidad, lesbianismo y bisexualidad
Adulterio
Castidad
Frigidez
Ninfomanía
Prostitución
Impotencia
¿Amor... o solo placer?
Sexo oral
Sexo tántrico
Orgasmos
Bestialismo

4. Maternidad

Anatomía. El sistema reproductor femenino
El parto
El feto durante la gestación
Partos múltiples
Alimento maternal
Fecundación artificial - bebés probetas - madres de alquiler
La fecundación (los «bebés probeta»)
Tasas de natalidad
El aborto
El sexo del bebé

5. Tabúes, hábitos, culturas y religión

Hábitos de culturas
Tabúes y agresiones a la condición femenina

6. Higiene y estética

Hábitos de higiene
Aromas naturales - aromas de civilización
Moda de las formas del vello depilado
Depilación

Hirsutismo (exceso de vello)

Revisiones ginecológicas

Cirugía estética íntima

7. El portal... en la historia del arte

Del arte de la ocultación a una visión más real del sexo femenino

Fotografía, cine y literatura siguen la evolución artística

Bibliografía

EL SEXO FEMENINO

Introducción

Si alguna admiración siento en este mundo es hacia Lluís Llongueras, una persona, un amigo (quiero creer), que tiene la innegable virtud de sorprender y, en especial, sorprenderme. Cuando quienes le conocíamos y admirábamos por una faceta ya hemos superado esa etapa y leemos sus poemas, no hemos llegado a ningún final de trayecto. Se nos aparece el escultor, el pintor, el biógrafo —ni más ni menos— de Dalí... No sigo.

Si bien los poetas y las poetisas que cultivamos la poesía lírica sabemos que nos movemos en unas coordenadas tan sencillas como impresionantes (amor/muerte), ya se comprenderá la ambición de la empresa llonguerística. Si, por otra parte, repasamos —aunque sea mentalmente— la historia de los despropósitos machos (nos negamos al «masculino», o para el caso, «femenino», para lo que preferimos «hembra») al hablar de la mujer (hay otros mamíferos más cautos, como por ejemplo los perros), ya se comprenderá un cierto miedo inicial. Injustificado, ya lo avanzamos, en este caso.

Lluís Llongueras parte de la cualidad que debe poseer cualquier biógrafo: la admiración. Parte también de la cualidad de no poseer el defecto del que debe huir el biógrafo: la hagiografía, que en el caso de macho hablando de hembra se traduce por paterna-lismo o, más vulgarmente, por el ejercicio de perdonar la vida. Se nos dirá que no estamos hablando de ninguna biografía, sino de un estudio o una incursión muy seria en un tema, el portal de vida, que, indudablemente es el potencial aparato reproductor de cualquier hembra. A favor nuestro recordaremos que un escritor hábil como Peter Ackroyd ha conseguido la biografía de su ciudad. Ni más ni menos que de la ciudad de Londres. Espero quedar exonerada, por tanto.

La cualidad y la ausencia de defecto del presente autor se basa en su condición (inquieta) de «lector corriente». Es decir, sin prejuicios, tan propios de la crítica, según Samuel Johnson pasando por Virginia Woolf. Intuimos que de los miles de cabezas que han pasado por sus manos, la nuestra incluida, Llongueras ha escuchado. En cierta manera, ha aprendido y, después, ha querido reflejarlo en este *El sexo femenino*. Una vocación nada improvisada, por cierto. ¿Cuántos lectores machos pueden hoy hablar con soltura, por ejemplo, de la revista *Vindicación feminista* de los años setenta del siglo pasado? Llongueras sí puede, como comprobarán los lectores de esta obra.

MARTA PESSARRODONA

A María Batle, mi madre

Seamos honestos y no reneguemos del lugar del que todos hemos nacido.

La negación de que somos seres sexuales es lo que nos complica la vida.

Un viaje en torno a la intimidad femenina

Uniéndome a lo que en 1976 y a partir de su célebre informe afirmó Shere Hite:
«Dedico este libro a vosotras. Como autoafirmación y colaboración.».

Declaración de intenciones

Pese a su dificultad y sabiendo que sería políticamente incorrecto, en lo más profundo de mí he sentido este ensayo como algo cada vez más necesario. Desde hace años. A través de una realidad incuestionable, observando y tratando muy de cerca la evolución de miles de mujeres con las que me he relacionado, he comprendido y admirado a la mujer durante más de medio siglo.

Me han preocupado sus inquietudes y he podido colaborar en su evolución sorprendente, admirándolas y empujándolas animosamente en su lucha hacia el objetivo de sentirse seres independientes. Las más exigentes, incluso libres.

No es mi pretensión comprender y describir a la mujer solo desde una perspectiva anatómica, unas formas estéticas diferenciadas, un sentimiento maternal o su distinta sexualidad, sino simplemente como un género humano que posee, además, una particular mentalidad y una especial sensibilidad que la distingue del hombre. De ahí un ensayo al que cabe abordar con un punto de descaro hermoso y a la vez divertido, como el que Kenneth Rexroth sentía hacia el sexo.

Este estudio sobre lo más íntimo de la mujer ha sobrevivido a todas mis dudas gracias a la fuerza de aquellas palabras de Virginia Woolf: «Que no os espante ningún tema.» Y ese espíritu es lo que ha mantenido mi determinación, día a día y durante casi tres años, de tratar cualquier opinión, comentario o análisis sobre unos temas tan demonizados por la sociedad —ya ni pienso en las religiones.

En suma, un ensayo desinhibido, escrito con gran respeto y ternura en torno o lo más íntimo del cuerpo femenino, así como a su especial idiosincrasia. Elaborado desde la visión racional de un hombre orgulloso de haber nacido de madre, amante de las mujeres —sobre todo de las liberalizadas— y con un modo especialmente sensible de ser, que siempre me ha acercado al espíritu de ellas.

Con independencia de cualquier opinión sobre esta obra, cabe recordar que Jesucristo, Mahoma, reyes y papas, aunque suele olvidarse, fueron, son y serán fruto de un «coito», embriones desarrollados en el vientre de una mujer y surgidos a la vida a través del portal de su sexo. ¿De qué hay que avergonzarse?

Es la misma realidad que recordaba Groucho Marx con ironía: «Hay algo que nunca olvidaré mientras pueda recordarlo, y es que las madres de algunos de nuestros mejores hombres eran mujeres.»

Son mayoría los países de espíritu y mentalidad machista en los que socialmente el rol básico y único que se concede a la mujer es el de la maternidad, cuando no el de simple compañera de juegos sexuales.

Muchas civilizaciones y sociedades humanas parecen ignorar a través de qué medios han evolucionado los seres vivos. Olvidan que la concepción —y no únicamente el placer— y la maternidad tienen la función más importante y valiosa para la estirpe humana, y con su aportación a través del «portal de vida» resultan una de las claves del universo. En todos los mamíferos.

Por tanto, con este enfoque, la humanidad y sus principales representantes tienen el deber moral de restituir el valor natural y real de este elemento vital de la mujer que, hasta hoy, se ha ocultado y olvidado expresamente —y no por un pudor hipócrita—, cuando no menospreciado o tratado con ánimo jocoso entre otras actitudes incultas, a fin de que se le devuelva socialmente el respeto que le es propio y se merece.

Espero que no haya sido en vano el esfuerzo de reunir aquí cuantos temas y perspectivas afectan a la realidad de este íntimo elemento humano imprescindible para nuestra especie —a fin de analizar con respeto su auténtico papel vital en nuestro mundo—. Del mismo modo, el imprescindible y complementario sexo masculino, mentalidad incluida, merecería un libro similar; en este sentido, me adhiero al espíritu de María Aurèlia Capmany cuando dijo: «Si es un hombre que habla sobre los problemas de la mujer, se le concede, como mínimo, una cierta perspectiva. Y si el hombre es un hombre actual, inteligente, con espíritu deportivo, y ha conseguido respecto a la mujer una actitud de respeto, puede ser considerada con la más absoluta confianza.»

Los intelectuales y la literatura han creado innumerables diferenciaciones entre ambos géneros. Un ejemplo de ello es el libro de Camilo José Cela que ensalza el miembro masculino en más de un centenar de páginas que recogen los miles de nombres con que puede citarse el sexo del varón. Desde pene, cipote y garrote hasta minga, polla, nabo y un largo etcétera. Interminables e imaginativas descripciones.

Sin embargo, no existe ningún libro de ensalzamiento similar para el género femenino, pese a que el encíclico premio Nobel, cuando se exaltaba por cualquier nimiedad, siempre tenía en la boca un sonoro «¡coño!».

Pienso también como Capmany cuando decía: «No pretendo aclarar aquello que la mujer es. En primer lugar porque no sé qué es la mujer.»

Las definiciones de la mujer me provocan cierta desconfianza. En primer lugar, porque son múltiples y contradictorias. En segundo lugar, porque raramente se define a la mujer si no es para intentar demostrar que su papel es secundario.

Carol Schaefer transcribe el pensamiento de una de las «trece abuelas indígenas» que aparecen en su libro: «Dado que ahora el control está en manos de las energías masculinas, la agresión, la codicia y el miedo dominan la humanidad. Las mujeres, los niños y la naturaleza están siendo explotados, y el resultado es la devastación, incluso de los asuntos que han estado durante miles de años en las manos seguras y amorosas de las mujeres.»

La intención de este ensayo es seguir el camino de la evolución de los últimos treinta y cinco años hacia la comprensión y aceptación de la naturalidad del sexo.

Como nos recordó Gregorio Morán en una de sus «sabatinas», al fallecer Franco y en el comienzo de la transición (1976) la revista *Opinión*, creada con amplios apoyos e intereses para hacer frente a la exitosa *Cambio 16*, acabó en fracaso, y el «liberal» Antonio Alemany, su director, sencillamente aceptó que la causa no fue el haber comentado el libro que revolucionó todas las creencias globales sobre el sexo —*El informe Hite*—, sino concretamente el hecho de que en el artículo de *Opinión* se citaban las palabras «clítoris» y «orgasmo». Así pues, la agonía de esa publicación no se produjo

—como recuerda Morán— ni por la ruptura política del momento, ni por revolución o lucha de clases alguna, sino por dos palabras que la sociedad y la intelectualidad española no pudieron asimilar. Existe la anécdota de que incluso un director de cine y literato avanzadísimo a su tiempo como fue Berlanga comentó seriamente: «Yo no puedo darle a leer a mamá una revista donde salgan palabras como "clítoris" y "orgasmo"».

Afortunadamente, tal situación «casi» no ocurre hoy día. Pero existen otras nuevas, y peores. La situación de la mujer del siglo XXI es crítica, tal como afirma la activista feminista Lydia Cacho en su libro *Esclavas del poder*, en el que denuncia las redes que roban, compran y esclavizan mujeres y niños; en especial denuncia el gran auge en Japón de empresarios, banqueros y directivos en general que realizan sus negocios en establecimientos donde el elemento básico es la *comfort woman*, auténticas esclavas, desnudas cuando hace falta, que les sirven copas, hacen masajes y les hacen sentir de maravilla, admirados y potentes.

Tampoco se puede estar de acuerdo en la evolución de muchas jóvenes, a principios de siglo, como la «niña» Hannah Montana, que a veces se muestra y viste como una mujer muy erotizada, incluso como una puta. O como Miley Cyrus o Shakira, que aun poseyendo dinero y poder, escogen encarnar personificaciones que resultan equívocas.

«Volvemos a los cincuenta —afirma Lydia Cacho—, a la época en que se decía que las mujeres eran madres, monjas o putas... En el 2010 se sigue el mismo discurso, aunque disfrazado de libertad.»

Se promueve una cultura de la corporización de las mujeres, que vuelven a apropiarse del propio erotismo.

Y acaba por denunciar que «los grandes ausentes en el tema de la equidad son los hombres, que no hacen ningún esfuerzo por crear un movimiento masculino, pese a que necesitan tan claramente una revolución».

Sin embargo, el sexo femenino llega a convertirse en una irrefrenable obsesión del hombre.

A lo largo de mi vida lo normal para mí ha sido sentirme hombre; del género masculino. Visto todo lo que he vivido, entiendo que he actuado como un hombre que respeta a la mujer y a la vez se siente casi siempre atraído por ellas. Acepto con neutral naturalidad a cualquier persona que se siente diferente de los dos géneros. Entiendo a quienes se sienten homosexuales. Y sinceramente me duele un poco que bellísimas mujeres se sientan y vivan como lesbianas, pero ¿qué otra cosa se puede hacer que aceptar su elección y respetarlas?

El respeto a los demás ha marcado mi vida. Me siento hombre, en masculino, actúo como tal, sin aspavientos y sin forzar situaciones, con sentido de la realidad.

Me sentiría fatal si fuese cierto lo que alguna vez, erróneamente, me han insinuado: que soy machista u homosexual, que en mi profesión resulta de lo más habitual. Respetuoso es lo que soy, que es todo lo contrario. Aceptación de lo que uno es y respeto por cualquier otro posicionamiento sexual o de género, tal ha sido y es mi postura.

Pero debo reconocer que tengo una especial sensibilidad, muy similar a la femenina. Y

eso me ha ayudado a comprender y conectar mejor con las mujeres. En mi trabajo y en toda clase de relaciones.

Quizá soy, como diría José Luis Sampedro, un «lesbiano».

Entender a las mujeres

Si solo una pequeña parte de la fuerza, el carácter y dedicación de madame Curie perdurara en los intelectuales de Europa, esta afrontaría un futuro más esperanzador.

ALBERT EINSTEIN

Entender a las mujeres fue una de las preocupaciones de Schopenhauer y muchos intelectuales del siglo XIX y XX, los cuales nunca vieron a la mujer como a un ser semejante, complementario y al mismo tiempo independiente.

Mi objetivo en esta obra no es otro que un desafío a los convencionalismos sociales, intelectuales, artísticos y religiosos que siguen existiendo y, por extensión, a la general indiferencia hacia (u ocultación de) esa parte íntima y creadora de vida de la mujer.

Nadie debería avergonzarse de su sexo. Forma parte del cuerpo humano de modo tan necesario como la boca para alimentarse y degustar. Solo que con el sexo las personas pueden desarrollar sus sentidos más profundamente, con emociones y placeres, con independencia de que la naturaleza le haya conferido un rol más valioso y noble para la supervivencia de la especie. Es base y símbolo de la vida.

Así, para mí resulta válido todo intento de liberarnos de tabús, prejuicios y falsas creencias en torno al punto más sagrado del cuerpo femenino.

El sexo femenino Es un ensayo en la línea del pensamiento crítico que permite reflexionar y analizar cualquier tema sin dogmatismos. En él se trata sobre las partes más íntimas, físicas y anímicas, de la mujer y todo el gran entorno que comporta.

Se ha dicho que bajo el prisma de un ensayo que resulte un producto del espíritu, la reflexión y el razonamiento, existe la posibilidad de que acabe por transformarse en un elemento indispensable en cualquier cultura abierta al pensamiento y al diálogo, con la misión de ayudar a la evolución social a través del tiempo. En la intención de seguir hacia un camino de normalidad, de costumbres y pensamiento tal como pretenden y comienzan a vivir en las últimas décadas, muchas más personas ecuanimes y racionales.

Seguramente este ensayo será paralelo a una de tantas provocaciones que ya ayudaron a las feministas, cuando en 1922 William Allen White pedía: «Mi consejo a las mujeres de hoy es que armen más escándalo y planten menos dalias.».

El sexo femenino

Si se acepta que el sexo del hombre es la base de su masculinidad, del sexo de la mujer
nace su feminidad sensible y maternal.

Ser mujer es fascinante; constituye una aventura que requiere considerable valentía, un
desafío que nunca llega a aburrir.

ORIANA FALLACI, periodista y
escritora italiana, 1929-2006

Una no nace mujer, se hace.

SIMONE DE BEAUVOIR, escritora y feminista francesa, 1908-1986

Una de las grandes sapiencias de la naturaleza fue crear dos géneros básicos de seres humanos, independientemente de sus tendencias sexuales, capaces de procrear y conseguir la supervivencia de la especie.

La diferencia máxima entre ambos no es la mayor potencia muscular que suele atribuirse al sexo masculino, en igualdad de capacidades mentales especiales y en algún punto superior por estas diferencias que la ciencia ha detectado en el uso y funcionamiento de los dos hemisferios cerebrales femeninos que siguen siendo estudiados, sino especialmente los perfectos elementos y formas sexuales que permiten su acoplamiento para crear un nuevo ser vivo.

Ello nos conduce a una realidad de la que se derivan infinidad de posibilidades: ser madre conlleva unos condicionantes que confieren a la mujer unos atributos superiores al hecho masculino de ser padre. El momento de la procreación puede llevar a vivencias bastante similares. Sin embargo, el crecimiento del feto y el alumbramiento proporcionan una infinidad de sensaciones que el macho no puede vivir con igual profundidad y que, por tanto, confieren al género femenino cualidades de un valor distinto de las del

masculino. En especial, la sensibilidad, que aumenta y se percibe desde los primeros meses de embarazo, y continúa aun después de que el nuevo ser comience a respirar y alimentarse en brazos de la madre...

Este elemento influye generalmente en el carácter, y se puede percibir ya en las adolescentes.

En la práctica, las mujeres muestran un alto porcentaje de cualidades psíquicas —entre otras también valiosas— como gran punto de diferenciación sobre la mayoría de los hombres —mucho más en sociedades con larga educación machista—, y que influye, marca y hace reaccionar a la mujer en la mayoría de actos y vivencias a lo largo de su vida, aunque no se puede olvidar que las mujeres «padecen» —a diferencia del hombre— muchas sensaciones de nostalgia y sensibilidad.

El inglés Charles Darwin (1809-1882) desarrolló la teoría biológica según la cual, tal como otros antropólogos han ido confirmando a lo largo del tiempo, la transformación de las especies orgánicas se produce en virtud de una selección natural evolutiva de los individuos basada en la lucha por la existencia y la perpetuación de la especie.

A partir de una constante evolución a través de miles de años en diversos rincones del planeta, los mamíferos primates se convirtieron en el prototipo —pese a sus grandes diferencias— del ser humano actual.

A grosso modo, esta realidad es aceptada en la sociedad occidental, aunque en otros aspectos la ignorancia es mayor, como en el caso de un tema que afecta directamente a este ensayo y sobre el cual se ha profundizado e informado poco: en el proceso que viven durante las primeras semanas de embarazo los fetos muestran rasgos sexuales muy similares. Es solo después, entre la semana 12.^a y la 14.^a, cuando, según la unión de los genes hereditarios y la aportación del semen masculino, los cromosomas se inclinan hacia un mayor predominio de XX o de XY para decantarse por un género u otro. Las mismas y similares partes sexuales del feto se desarrollan a partir de esta circunstancia de dos modos muy diferentes, alternativos, contrarios y complementarios, pero nacidos de idéntica fisiología fetal. Con los cromosomas XX, lo que sería la formación de los testículos en el género XY (masculino), se retraen al interior para formar los ovarios femeninos. El pene no crece hacia el exterior, sino que se retrae y reduce a una pequeña forma oculta bajo unos pliegues, aunque con idéntica sensibilidad en ambos casos, femenino o masculino, pene o clítoris. En el segundo caso, la musculatura que debería conformar la vagina crece hacia el exterior formando la bolsa de los testículos.

Así las especiales mezclas de cromosomas de los progenitores consiguen crear en el 99 por ciento de los casos uno u otro tipo, masculino o femenino, de género.

O sea, que el sexo masculino plenamente visible y el discreto femenino nacen de un mismo principio.

El hombre no puede ocultar el suyo y, a través de muchas civilizaciones, pronto pasa a presumir de ello y su lucimiento parece darle algún poder, mientras que la discreción física femenina durante siglos parece avergonzar a la mujer. Como si careciera de algo que el hombre tiene, diría Freud. Un intelectual como Jean Paul Sartre se atreve a igualar culpabilidades y, hablando sobre la problemática entre los géneros, pontifica que la mujer

«es mitad víctima y mitad cómplice, como todo el mundo».

La mayoría de mujeres asumen estas consideraciones porque así las han vivido desde su nacimiento: con una mentalidad socialmente restrictiva. El entorno en el que han crecido y aprendido les ha añadido mayores complejos; solo las adolescentes de las últimas generaciones, más atrevidas, se han rebelado y no han sido indiferentes al conocimiento y las reacciones de las partes sexuales de su cuerpo.

«El problema de la mujer —dijo Maria Aurèlia Capmany— no es un problema femenino, sino el problema de un grupo de individuos injustamente insertos en la sociedad.»

El mismo Freud, con su inexacta aureola científica, así como gran parte de sus seguidores han relativizado durante años la valoración de la mujer. Ni siquiera mentes tan «preclaras» como él, o como Nietzsche, entre otros muchos, no lograron entender el género femenino. Consideraban a la mujer como un ser de una psicología compleja, difícil de desentrañar, enigmática en sus reacciones y, en general, veían la femineidad como una condición complicada. En una visión freudiana muy divulgada en su momento, se describía a la mujer como «ser inferior, un hombre mutilado».

Una gran pléyade de lumbreras intelectuales de los últimos siglos no han prestado la atención debida a la importancia del sexo femenino, como no fuera para «practicar» con él en la intimidad; ni se han esforzado en entender el especial espíritu de ese género. La mayoría de los hombres ignoran cómo son los órganos genitales femeninos externos; para ellos, el monte de Venus es como la «selva amazónica», se sienten perdidos, no saben dónde, qué, cómo ni cuándo estimular, etc. E incluso muchas mujeres desconocen cómo son sus genitales.

Marx y Engels ya señalaron que «la igualdad política entre los sexos es una condición necesaria para la plena emancipación de la sociedad».

Los problemas básicos y eternos de la mujer provienen casi siempre de la falta de cultura. Cuando se carece de ella, los humanos pasamos de ser un animal civilizado a otro: ignorante o salvaje, un animal que no respeta, que pilla o mata irracionalmente.

Somos seres sexuales y nuestra cultura relaciona la sexualidad con los genitales, a pesar de que la expresión de la sexualidad supone mucho más que eso. Los seres humanos somos primates, cuyo deseo y funcionamiento sexuales no están necesariamente relacionados con el ciclo reproductor. La sexualidad femenina implica dar y recibir placer sexual, además de su función reproductora. De hecho, el clítoris es el único órgano humano cuya única función es generar placer sexual.

Ya en muchas religiones y ritos de remotas épocas antiguas y diversas civilizaciones, algunas de las cuales han trascendido hasta la actualidad, como las diversas enseñanzas tántricas indias, el Kumasi, o el culto de los *shadus* —los santones vagabundos del Tíbet y la India—, al portal de la mujer u órgano sexual femenino se le respetaba y se lo llamaba *yoni*, así como al órgano masculino *lingam*. Los taoístas sabían que ejercitar los órganos sexuales del hombre y la mujer es tan importante como ejercitar cualquier otra parte del cuerpo.

El culto al *yoni* se encuentra en las más antiguas tradiciones, y rendir honores a este

elemento que simboliza a las mujeres es un punto en común de muchas creencias orientales, incluidas algunas de Japón, que le llaman *loto*. En todos los casos se trata a las partes íntimas femeninas con el respeto adecuado y de acuerdo con la mentalidad de un país.

Sin embargo, el castellano *coñoes* una muestra de machismo con cierto desprecio y mucho de libidinoso. El mismo término trasladado a los países hispanoamericanos — machismos aparte— se convierte en el más respetuoso *concha* o *conchita*. Y en algunas zonas de Centroamérica se le llama *puerta santa*. De un país a otro, las referencias al sexo femenino son muy diferentes en expresiones e incluso en intencionalidad. Al ganar el Barça la liga 2009-2010, en su parlamento de celebración Leo Messi quiso dar ánimos a Argentina ante el inminente Mundial de Sudáfrica con un grito final de: «¡Vamos, aguante Argentina, la concha de su madre!» Es un equivalente del «¡Vamos, Argentina, la madre que te parió!» que se diría en España.

¡Tantos años enamorado de la mujer; tantos años disfrutando de los placeres de la intimidad, cultivando la fotografía y la escultura del cuerpo femenino, y he aquí que hasta la plena madurez no adivino, no descubro ni me decido a conocer en detalle las formas más íntimas de la mujer! Los tan diferentes, poéticos, misteriosos y sensuales labios de su sexo... Seguramente porque he vivido la época en que la mujer ocultaba su vulva bajo un espeso vello. ¿O el problema es haberme educado en un colegio salesiano? ¿Les habrá ocurrido a todos los hombres, o solo yo he sido tan estúpido de no haberlo descubierto y venerado antes?

Cuando se trata del sexo de la mujer, en estudios o ensayos de anatomía femenina tanto en internet como en artículos pseudomédicos, los temas se tratan «decorando» el texto con bellos cuerpos y fotografías artísticas, o se usan dibujos anatómicos, pero curiosamente, aunque se trate del tema del sexo, las modelos se cubren el pubis y la vulva con las manos o con un cruce de piernas, cuando no se escanea la fotografía de modo que la zona quede borrosa.

En los casos en que la fotografía se usa de modo realista, solo se muestran partes de los genitales, sin que se pueda localizar ni el entorno de los mismos ni su exacta ubicación.

Una increíble falta de rigor y naturalidad.

Tampoco la intelectualidad española se ha atrevido a abordar el tema, por más que sea una realidad. Indiferencia total cuando no desprecio es lo que ha mostrado, como en el caso del dramaturgo castellano Francisco Benavente —de infausto recuerdo—, con su frase nunca escrita defendiendo su homosexualidad: «¿Cómo se pueden desear chochos podridos habiendo culos como rosas?».

Uno de los libros que mejor analizan la realidad femenina y que, por su riguroso estudio y radical actitud, resulta muy recomendable seguir leyendo es *Mujer y sociedad* (1969), «análisis de un fenómeno reaccionario», de Lidia Falcón. Se trata de un estudio —de plena vigencia en este nuevo siglo— sobre la problemática de la mujer «como individuo inserto en la sociedad». Son muy elocuentes los puntos concretos que reaborda: desde la «Eva pecadora» hasta las técnicas de sumisión a la que la mujer ha

sido sometida, pasando por la necesidad de la castidad, la santa ignorancia, las vírgenes viudas, la venta de las esposas, el casto lecho conyugal, la sagrada obediencia, el harén.

Toda una serie de capítulos, cuyos temas a fecha de hoy de un modo u otro perviven y señalan la pauta de la constante lucha de la mujer por el reconocimiento pleno de su condición de persona.

La inquietud o el olvido hacia la condición femenina han tenido constantes vaivenes en la historia de la humanidad.

La evolución de la sociedad occidental no ha aprendido demasiado desde que Sócrates mostró como, al igual que los esclavos, también las mujeres tenían la misma capacidad de raciocinio que los hombres.

Hablando genéricamente de ambos sexos, y sin negarle nada a la mujer, Platón afirmaba que la razón dependía de la cabeza, la voluntad del pecho o tórax, y el deseo del vientre.

En la iconografía desde la antigua Grecia hasta cerca del Renacimiento, la mujer es el símbolo de la geometría, que se representa por la figura de una mujer bella, esbelta y elegante. Una rama científica con un icono basado en el carácter intuitivo de la mujer, rasgo fundamental que se atribuía a la geometría.

El inglés John Locke (1632-1704) defendió la igualdad intelectual y la tolerancia, además de interesarse por la igualdad entre sexos. Sostenía la idea que «el hecho de que el hombre pueda dominar a la mujer no es más que una idea que han creado las personas. Son las mismas personas quienes deben modificar esta situación». Fue uno de los filósofos de la época moderna que se interesó por el papel de los sexos, influyendo especialmente para que en épocas posteriores John Stuart Mill desempeñara un importante rol en la lucha a favor de la igualdad entre los géneros.

Queda patente que desde las más antiguas civilizaciones hasta la sociedad de hoy los vaivenes son continuos. Han prevalecido la ignorancia, el rechazo, la indiferencia y el dominio, aunque ha habido no pocos casos de esfuerzos y luchas para conseguir el respeto y reconocimiento de la auténtica igualdad de las mujeres como personas.

En Cataluña siempre ha existido un núcleo de mujeres que, con su obra y sus actitudes, han sido un referente en el movimiento social que luchó en toda España por la liberación de la mujer, con posturas críticas pero inteligentes ante la realidad social de las féminas.

A partir de 1976 y durante tres años, en la revista pionera *Vindicación feminista* aparecieron temas y encuestas sobre la sexualidad femenina, artículos como: «¿Las lesbianas son mujeres como las demás?» O el titular: «El placer es mío, caballero», en una valiente portada que presentaba una cara de mujer experimentando elocuentemente un orgasmo.

La dibujante Nuria Pompeya, las escritoras Montserrat Roig, Lidia Falcón y Ana María Moix y la fotógrafa Colita eran el alma de esta reivindicativa revista, un auténtico referente en el esfuerzo de conseguir la liberación de la mujer después del agobio franquista-religioso que habían padecido durante treinta y cinco años.

En su libro *Donasses*, Marta Pessarrodona nos invita a conocer mejor a un conjunto

de mujeres catalanas, entre ellas Dolors Monserdá, Caterina Albert, Margarita Xirgu, Aurora Beltrán, Lola Anglada, Federica Montseny, Mercè Rodoreda, Rosa Leveroni, Maria Aurèlia Capmany o Montserrat Roig, que tuvo la suerte de conocer y tratar al ser coetáneas, y otras tantas que destacaron por su personalidad en los más diversos campos culturales. Las unía el nexo común de haber mostrado a través de su vida un espíritu igualitario, cuando no superior, respecto a los hombres. Mujeres que han dejado huella por haber traspasado y vencido las limitaciones que la sociedad pudiera imponerles.

EMANCIPACIÓN DE LA MUJER

«Discriminación» es la palabra clave que resume los agravios sociales históricos que sufre la mujer.

Pasaron siglos hasta que la mujer comenzó a ser dueña de su propio cuerpo.

Los estoicos griegos, desde Epicteto, remontándose al *Timeo* de Platón, pasando por Aristóteles y prolongándose curiosamente hasta pensadores modernos como Spinoza, crearon la ecuación «inteligencia = virtud = libertad = felicidad» como filosofía de vida. Una realidad que la mujer del siglo XXI hereda de las luchadoras feministas del siglo anterior.

Como apunta Luc Ferry, ex ministro de Educación francés en su libro *¿Qué es una vida realizada?*: «La virtud es la simbiosis con un mundo, queriendo y amando lo que existe en lugar de ceder al tormento de los deseos insatisfechos. Se accede así a la verdadera libertad que es la emancipación, el dominio de uno mismo y a través de ella a la felicidad, pues en tales condiciones nada decepciona ni atemoriza.».

A partir de la abnegación de sufragistas y feministas a principios del siglo pasado, y con el apoyo intelectual de figuras como Sigmund Freud, se modificó paulatinamente el rígido patrón social que se basaba desde la noche de los tiempos en el hombre dominante frente a una mujer sumisa. Aunque su labor fue inicialmente liberadora, posteriormente sus interpretaciones sobre la figura de la mujer se demostraron erróneas en varios de sus enfoques, por lo que se crearon nuevos patrones del ser mujer, mucho más realistas y liberales. Entre ellos, el hecho de que la naturaleza ha dotado de dos funciones básicas y diferenciadas a la mujer: por una parte, los órganos reproductores internos, y por la otra, sus zonas de placer y los labios vaginales externos, que «son como una puerta cerrada que se abre a la sensibilidad y a veces al placer», dice un antiguo romancero castellano.

Las diferencias anatómicas más específicas entre hombre y mujer se encuentran en los órganos genitales. La mujer no posee los genitales externos masculinos —el pene y los testículos—, lo que hizo pensar a Freud que muchos de los problemas sexuales de la mujer estaban relacionados con esa realidad.

En el famoso libro *El cuerpo al desnudo*, Desmond Morris dedica con buen criterio un capítulo a los genitales. Y se pregunta: «¿Qué es exactamente lo que nos tomamos tanto

trabajo por ocultar?» Sin embargo, en su variada y muy bien ilustrada obra no trata en ningún momento una sensación humana tan básica y natural como el orgasmo.

Si nuestra sociedad fuera más humanista, algunas funciones corporales como menstruar, masturbarse u orinar no serían menospreciadas, y tampoco se minusvaloraría el contenido íntimo que ocultan los labios sexuales de la mujer.

La menstruación presiona psicológicamente a la mujer, en especial a las adolescentes. Esto suele provenir de una educación errónea y anquilosada, ya que se trata de una función natural mensual del ciclo de la fecundación; más natural y menos repulsiva que el diario defecar.

«Es la cultura —expone Oscar Tusquets en su libro *Contra la desnudez*— la que nos provoca la vergüenza y el deseo de transgredirla, es la cultura la que crea el erotismo. El nudismo nació con pretendidas justificaciones de vida saludable y natural pero, en el fondo, como enemigo frontal del erotismo. Lo pretendidamente natural es enemigo de la cultura, mejor dicho, la cultura nace como intento de poner orden al cruel caos de lo natural.»

Los labios vaginales-pubianos son una creación de la naturaleza para contener cualquier tipo de humedad o secreción y preservar las zonas más íntimas de la mujer, al igual que el vello protege a este portal de vida...

Pero existen dos actitudes contrapuestas en la mujer respecto a sus partes íntimas: por un lado, conocerlas y explorarlas; por el otro, despreciarlas e ignorarlas. Obedecen a motivos psicológicos y actitudes de raíces educativas.

En el caso de la mujer adulta, cuando está de pie apenas se nota el inicio de los labios, semiocultos por la mata de vello púbico. «Solo con las piernas separadas revela un pequeño clítoris y los labios menores que bordean la abertura vaginal», describe Morris en su libro de 1985 a un público —incluidas muchas mujeres— que desconocía por conveniencias sociales y religiosas las formas naturales del sexo de la mujer.

Incluso el término médico que designa a los genitales externos de la mujer —partes *pudendas*— está cargado de connotaciones negativas, ya que deriva de la palabra latina *pudere*, «avergonzarse». Una mujer no debería avergonzarse de sus genitales externos, ni sentir aversión hacia ellos; muy por el contrario, tendría que observarlos para familiarizarse con su particular morfología.

Uno de los momentos culminantes de la liberación de la sexualidad femenina lo constituyó el llamado *El Informe Hite*, realizado por la sexóloga y feminista Shere Hite en 1975 y editado en Estados Unidos en febrero de 1976. Causó gran revuelo y fue motivo de encendida polémica, especialmente entre los ginecólogos hombres. En España, como cabía esperar, no se editó hasta años después, pero actualmente las reediciones superan la docena.

El Informe Hite reúne las repuestas de un amplio espectro de mujeres norteamericanas, de edades, estudios y ocupaciones diferentes, a un minucioso y detallado cuestionario sobre la sexualidad femenina. Incluye datos sobre el orgasmo, las actividades sexuales de la mujer y cualquier tipo de relación que incluya sexo, las etapas vitales de su vida en pareja, así como pautas personales de su sexualidad.

Un trabajo de elaboración muy completo que sigue teniendo vigencia y validez, especialmente recomendable para que cualquier mujer pueda conocerse y aceptarse con fundamento y, asimismo, para que los muchos testimonios femeninos le puedan ampliar su visión y conocimientos sobre la realidad sexual de su género.

La intención de Shere Hite al transcribir los resultados del exhaustivo cuestionario era «dar a conocer lo que distintas mujeres experimentan sexualmente, ver con mayor claridad en nuestra vida íntima, redefinir nuestra sexualidad y fortalecer nuestra identidad como mujeres».

Una obra que cambió y sigue haciendo evolucionar las teorías sobre la sexualidad femenina desde un contexto histórico, social y cultural.

Hite aportó con su estudio una clarividente realidad que destroza teorías de valorados filósofos, entre ellos el propio Nietzsche.

Pese a la importancia que se da a las ideas de Friedrich Nietzsche en su tan ponderada obra *La gaya ciencia*(1882), en ella no demuestra respeto a la mujer y ningún concepto que permita imaginar su necesaria evolución en la sociedad futura.

«Todas las mujeres —escribe en el apartado 66 del segundo libro o capítulo— son sutiles en la exageración de su debilidad; es más, son ingeniosas en debilidades a fin de aparecer por entero como frágiles adornos...»

Si levantara la cabeza en este siglo o simplemente en los pasados años sesenta, seguramente se recriminaría el no haber creído en ellas.

«Hay mujeres nobles —prosigue— y de cierta pobreza de espíritu que no saben expresar su más profunda entrega de otro modo que ofreciendo su virtud y su pudor: es para ellas su más alta (en valor) posesión.»

Se ha tenido a Nietzsche como un librepensador y sin embargo no entendió el auténtico rol de la mujer dentro de la sociedad, por lo demás imprescindible. Y ni siquiera la valora como persona. No obstante, en sus textos —cual tremenda contradicción— formula la idea liberadora de que la vida ha dejado de ser una obligación (¿y la mujer esclava del hombre?) para convertirse en un experimento de la libertad del que uno puede ilustrarse y aprender. Aunque Nietzsche lo escribió al parecer solo para hombres.

Afortunadamente, la mujer a caballo entre los siglos XX y XXI, ha adquirido un conocimiento y una competencia que le han valido el respeto, la autoestima y escalar posiciones en la sociedad civil y los estamentos económicos. Muy diferente de la actitud de Antígona —con su desafío a la autoridad—, que no resulta precisamente femenina —dice María Teresa Calvo de la UB—, ya que Sófocles revistió a su personaje de rasgos masculinos, caracterizándola como viril porque en aquella época no cabía la rebeldía femenina. No hay imágenes —ni diosas— que sean un prototipo de mujer autónoma.

Las nuevas generaciones de mujeres, con su lucha y por méritos propios, han avanzado en su emancipación, liberándose de la tiránica figura de lo que la sociedad del pasado siglo, valiéndose de un concepto del Derecho romano, llamada *pater familias*, que ahogaba la natural evolución de sus descendientes hembras con una rígida autoridad sexual y económica, con su limitada educación y su fijación con la culpabilidad.

En el pasado siglo se superó la ingenuidad y se avanzó en el gozo libre de culpa no solo

de la propia sexualidad, sino también en las infinitas posibilidades de la mente femenina que, como en el caso del sexo, tampoco es igual a la del hombre.

Los conceptos del pasado sobre la liberalidad de la mujer y el sexo han sido revisados y superados. Aunque el comportamiento social respecto de las relaciones humanas nos ha llevado a un tipo de mundo donde cualquier deseo —incluso las identidades sexuales— puede ser satisfecho con prontitud, y aunque esta situación confunda y haga que la apreciación de las realidades más sencillas y de lo natural se aleje de nuestra visión de la vida diaria.

Sin embargo, pese a los avances, todavía hoy resulta una vergüenza agravante que en la Unión Europea las mujeres aún cobren salarios, en 2010, hasta un 17,4 por ciento inferiores a los de los hombres, según el comisario europeo de Ocupación, Vladimir Spidla, aunque un estudio estadístico del INE, «en el terreno de la actividad diaria de los españoles el hombre dedica a las tareas de la casa 20 minutos más que hace 7 años». Eva Peruga, «defensora de la igualdad» como quiere que se la conozca, dice que los hombres que «no integran el mundo políticamente correcto no son mayoría; son pocos grupos, pero muy activos, a favor de la igualdad, ya que creen que esta lucha es también cosa de hombres».

Solemos criticar costumbres de raíces machistas en muchos países, pero los ejemplos los tenemos cerca. Alrededor de nosotros. En Álava, la Cofradía de San Roque de Llodio, fundada en 1599, por tradición mantenía alejadas a las mujeres de todos sus actos, incluso de la comida típica anual antes de cada verano. Hasta que en 2008 un vecino de Llodio lo denunció ante el *ararteko* (defensor del pueblo vasco) y el ex *lehendakari* Juan José Ibarreche intervino para que la junta directiva de la entidad, que dimitió en pleno en 2009 después de una asamblea, al fin en 2010 aceptara la entrada de mujeres. Tras 411 años de veto.

LA ADOLESCENCIA—CONVERTIRSE EN MUJER

Para las adolescentes, su cuerpo aún les resulta nuevo, todavía lo están probando, estudiando.

PHILIP ROTH

Los cambios físicos en la adolescencia, el desarrollo de los senos y especialmente la menstruación, la aparición del vello o la mayor sensibilidad de sus partes íntimas, fomentan en las jóvenes un sentimiento y una conciencia mayor de su fisiología y su feminidad. De pertenecer a uno de los géneros básicos de la naturaleza.

Los científicos han comprobado que ninguna otra especie animal —ni siquiera los primates más cercanos al hombre— padece la larga época de adolescencia. Incluso los paleontólogos, a partir de homínidos fosilizados, han llegado a la conclusión de que esta

etapa del desarrollo humano surgió, según algunos estudios, hace entre 800.000 y 300.000 años, cuando el cerebro expandió su tamaño hasta adquirir el volumen actual.

La menarquia, nombre médico de la primera aparición menstrual, es el resultado de todo un proceso por el cual una niña se convierte en mujer. El ovario, en respuesta a las hormonas pituitarias, empieza a segregar la hormona denominada estrógeno.

Esta hormona es la que produce los cambios básicos: en los años noveno y décimo, la pelvis crece y adopta una forma femenina, aumenta la fijación de grasa en puntos del cuerpo propiamente femenino y los pezones aumentan en volumen. En los años siguientes comienza la aparición de vello pubiano y aumenta el volumen de los senos. Los genitales externos y especialmente los internos se desarrollan, nace vello en las axilas, aparecen secreciones vaginales. En algunos cutis aparece acné, y entre los 13 y 15 años aparece la menstruación, que en los años siguientes, con senos y caderas más voluminosas, adquiere una regularidad casi mensual, y dos años más tarde, ya formado el cuerpo de mujer, los huesos dejan de crecer y la adolescente alcanza su estatura máxima.

Tanto los complejos procesos de la menstruación como el de los días de fecundidad en el seno del cuerpo apenas producen efectos perceptibles por la propia mujer —aparte de las pérdidas menstruales—, pero determinan la época en que la progesterona prepara el útero y el óvulo que posibilitará un embarazo.

A nivel hormonal, la época de adolescencia es un proceso continuo que comporta un baile de múltiples complicaciones neurofisiológicas y neurobiológicas.

«El cerebro —explica Sarah Blakemore, científica inglesa de la Universidad de Londres— experimenta durante la pubertad unos complejísimo y drásticos cambios de estructura para adaptarse a la vida adulta. Se produce una completa reorganización de este órgano en los adolescentes, a la vez que una vasta 'poda' neuronal. No cambia de tamaño, pero reestructura sus funciones y sus tipos de neuronas para ser más adecuado y eficaz en la edad adulta.»

Diversos estudios coinciden que en las últimas décadas ha avanzado la edad de la menarquia o aparición de la primera regla. Hoy en día se sitúa en torno a los 12 años. En cambio, la de la menopausia se ha retrasado a edades próximas a los 51 años.

Aun así, en el siglo XX descendió la natalidad en España, ya que a inicios de 1900 superaba ligeramente el 48 por ciento y en 2007 era del 9,98 por ciento.

Aumentan las oportunidades de reproducirse, pero a cambio se retrasa la edad en que se desea ser madre: actualmente más allá de los 30 años.

Es una consecuencia de que el comportamiento sexual desde el inicio de la pubertad se separa cada día más del reproductor.

Para concienciar a sus alumnas, la psicóloga Joanne Marrow de la Universidad Estatal de California pregunta: «¿De todas las ocasiones en que eres consciente de tu deseo sexual, ¿en cuántas has pensado en reproducirte?»

Evitar los embarazos de las adolescentes resulta cada vez más un loable objetivo social y de prevención médica. Nunca es recomendable añadir el embarazo a los grandes cambios de todo tipo a que se enfrenta una joven en la adolescencia, por el trastorno que supone para una niña que se está convirtiendo en mujer tener que vivir todo el proceso

de la maternidad.

El papel de la madre es primordial para una joven adolescente.

Cada relación madre-hija puede producir situaciones disímiles. Desde niñas bien informadas y preparadas para ser mujer y aceptar la menstruación como una función fisiológica normal, hasta adolescentes preocupadas por una mala o escasa información (también una labor necesaria en las escuelas) sobre la aparición de la primera menstruación, pasando por aquellas sumidas en una ignorancia total cuando les aparece. Sin duda en los dos últimos ejemplos se trata de un problema de comunicación educativa de madre a hija.

La incomodidad menstrual se puede simplificar con sencillos dispositivos que se han ido perfeccionando con el tiempo. De las desventajas de las compresas, que pueden causar irritaciones en los muslos y no resultan útiles si se utiliza ropa deportiva, se ha pasado a la comodidad de los tampones intravaginales absorbentes y desechables, que quedan totalmente ocultos. Además, hay diversos tamaños según la necesidad: pequeños para las adolescentes, grandes o extra grandes para mujeres que han vivido mayores experiencias sexuales.

Al igual que ocurre en las mujeres de más de 45 años, cuando la menstruación pasa a tener una frecuencia irregular, igualmente en los inicios adolescentes puede presentar, particularmente en el primer año, un ciclo nada regular, lo que no debe causar preocupación alguna.

Lo que sí resulta importante durante la adolescencia es tener en cuenta los continuos cambios de humor emocionales. Soportar momentos irascibles es habitual. El cuerpo vive una transformación física y endocrina profunda y crece un sentimiento de necesidad de ser una misma, ganar presencia y a la vez libertad si se sienten incomprendidas por el entorno familiar, escolar o social. El acné puede agravar estas situaciones, aunque siempre resulta un mal pasajero.

El doctor Derek Llewellyn-Jones remarca que «una adolescente (más que un adolescente) debería recibir ayuda para aprender a ser consciente de su propio cuerpo». Y de sus funciones naturales.

Al conocer y comprender sus propias partes sexuales y sus funciones, las adolescentes se hacen responsables de su propia sexualidad y accederán a los métodos anticonceptivos si sus juegos de pareja incluyen la penetración. Más que aumentar su actividad sexual, las jóvenes poseedoras de una educación adecuada reducirán las consecuencias no deseadas de sus relaciones.

Aparte del crecimiento de los senos y del vello axilar, la pubertad aporta a las adolescentes especialmente el vello pubiano, que se espesa durante unos años y cuya función natural es cubrir o proteger los labios vaginales. La estética del cuerpo cambia significativamente a la vez que aparecen sensaciones nuevas, en particular una conciencia de persona adulta con todas sus características físicas, psicológicas y sociales.

Son también destacables ciertos aspectos de tendencias que aparecen al abandonar la niñez. Frans de Waal, biólogo de la Universidad Emory (Atlanta, Georgia), menciona que es en la pubertad cuando aparecen respuestas físicas emocionales como el sonrojarse en

algunas circunstancias no habituales, y que esto «tendría que ver con el sentido de la honestidad o posibles actitudes de autoconciencia, como la vergüenza o la culpabilidad». También se asocia la adolescencia al romanticismo, a una mayor sensibilidad. Al inicio de una época en que se descubre la música, el baile y todo un mundo de nuevas sensaciones emocionales.

Según Charles Darwin, «las sensibilidades artísticas podrían tener un origen sexual y provocar el mismo efecto que la cola de un pavo real en su entorno».

En la adolescencia es cuando se producen más trastornos físicos por culpa de los malos hábitos alimenticios. Como dice Llewellyn-Jones, la mayoría de las mujeres jóvenes quieren estar más delgadas y, en uno u otro momento, hacen dieta. Algunas alternan períodos de austeridad alimenticia con comer en exceso, o sea, padecen anorexia y bulimia alternadamente. Estas enfermedades afectan a un 10 por ciento de las mujeres durante el final de la adolescencia o los comienzos de la siguiente etapa vital.

La joven que padece anorexia nerviosa pone todas sus energías en conseguir estar delgada. Le asusta engordar, y al mirarse al espejo tal vez se vea más gorda de lo que realmente está. Los períodos menstruales dejan de presentarse. Puede que haga un ejercicio excesivo. A medida que pierde peso y se demacra, sus funciones fisiológicas se alteran, pudiendo llegar a enfermar seriamente. La curación de esta enfermedad requiere la asistencia de un terapeuta, al que quizá la mujer tenga que recurrir con frecuencia para hablar sobre su problema durante períodos que pueden prolongarse meses e incluso años.

Las mujeres que padecen bulimia habitualmente cometen grandes excesos con la comida. Como saben que estos excesos les harán engordar, los alternan con períodos de ayuno, aprenden a provocarse vómitos o abusan de los laxantes. Normalmente, estas tragonas compulsivas mantienen sus hábitos alimenticios en secreto. El tratamiento aplicable a este problema es el mismo que el de la anorexia.

«Es un grave problema ver cómo la imagen de la mujer en la moda ha creado tantos problemas a muchas chicas jóvenes, en especial de anorexia. He sido fotógrafo de moda y, la verdad, manipulamos las mujeres hasta el punto de convertirlas en monstruos irreales. El *lifting*, la cirugía estética, esos labios hinchados que ocultan las facciones reales, esto es realmente el burka de las mujeres occidentales», denuncia el italiano Oliviero Toscani.

EL GÉNERO FEMENINO

¿Cómo es posible vivir en el mundo, amar al prójimo, si el prójimo —o incluso tú mismo — no acepta quien eres?

HANNAH ARENDT

«La vivencia de ser y estar en un cuerpo de mujer —dice Lluïsa Moret en *El*

Periódico de Calalunya— no es neutra, sino que determina el pensamiento, la palabra, la acción, así como todos los aspectos clave de la subjetividad femenina.» Como dijo Simone Weil se trata de «el significante de nuestros significados».

Debe respetarse y apoyarse la lucha (no solo de la mayoría de mujeres, sino también de algunos hombres entre los que me incluyo) contra viejas realidades socioculturales que presentan y pretenden convertir el cuerpo femenino «en un bien privado que únicamente se puede descubrir y manifestar —añade Moret— en espacios privados y estereotipados».

Una exclusión histórica a la que la mujer de hoy presenta, con su cuerpo y su mente, una valerosa batalla a fin de evitar cualquier discriminación por razones de género, una batalla por la igualdad.

Sin embargo, ser mujer no implica necesariamente ser madre. Y tampoco que su tendencia o predilección sexual sea la de mantener relaciones íntimas exclusivamente con su complementario fisiológico, el hombre.

Ser mujer debería suponer ante todo el aceptar y ser consciente del propio cuerpo y su fisiología morfológica; y, por supuesto, amarlo y vivir para disfrutar de él. Porque el cuerpo, aparte de la capacidad de raciocinio de los humanos, es lo único que poseemos. Exige una mentalidad nacida de una educación racional que incluya que espíritu y mente mantengan un equilibrio racional entre el cuerpo, el sexo y el modo de sentir y vivir la vida. Algo muy difícil de seguir en la sociedad actual.

La mujer es una de las creaciones más excelsas del universo, un espécimen muy distinto del macho. Representa un ser abierto a todas las posibilidades que la vida ofrece a los humanos.

Si se le concede la oportunidad, una mujer puede alcanzar tantos éxitos como un hombre en la mayoría de las actividades. Pero hay una actividad que es exclusivamente patrimonio suyo: la hembra humana es un mamífero que lleva a su hijo en la matriz hasta que está suficientemente desarrollado como para sobrevivir, o al menos para mamar; lo alimenta y lo cuida. Este proceso de desarrollo del niño en el seno de la madre que solo es posible porque la matriz —o útero— se encuentra en una posición bien protegida, entre los fuertes huesos que forman la pelvis humana, confiere a la mujer una posición diferencial, de cierta supremacía biológica frente al hombre, que si bien parece aceptar la maternidad femenina, inconscientemente —en actitud de protección— se sitúa en un aparente estadio superior a la mujer, que en cierto modo ha impedido siempre el desarrollo de esta en otros campos.

Si la mujer es capaz de seguir con firmeza su propio camino, solo pueden oponérsele las instituciones y el poder, mayoritariamente en manos del hombre. Casos como Hipatia, la sabia egipcia de Alejandría, o Juana de Arco, con su valentía, obsesión y pundonor, se repiten en la historia; entre ellos, también la escultora Camille Claudel, a quien anuló su esposo y competidor Auguste Rodin.

Algunas afortunadas tuvieron la suerte de ser comprendidas y apoyadas en sus inquietudes, como Madame Curie o Simone de Beauvoir.

La obra más importante de Beauvoir, *El segundo sexo* (1949), sugiere que la mujer

tiene una orientación vital contraria a la del hombre. No creía en ninguna naturaleza «femenina» ni «masculina», y por consiguiente luchó para que los hombres y las mujeres se liberasen de esos prejuicios. Denunció que en nuestra cultura el hombre se comporta como sujeto y trata a la mujer como un objeto, impidiendo que ella tenga plena responsabilidad sobre su vida. Abogó para que la mujer se recuperase a sí misma y no atara su identidad a la del hombre. Que no se reprimiera y asumiese la responsabilidad de su propia vida.

Durante la Revolución francesa, en cuyos derechos se establecía la igualdad de todos los ciudadanos, se consideraba sin embargo que estos eran los hombres, pese a que las mujeres habían ejercido un papel importante en la revolución de 1789. Fueron ellas quienes, actuando contra el antiguo régimen, forzaron al rey a abandonar el palacio de Versalles. El lema «Libertad, igualdad y fraternidad» no valía para todos. El filósofo Condorcet y especialmente la escritora francesa Olympe Gouges publicaron tratados sobre los derechos de las mujeres. En 1791 publicó su criticada «Declaración» y en 1793 fue ejecutada por atacar a Robespierre y atreverse a defender a Luis XVI. Al mismo tiempo, se prohibió oficialmente toda actividad política a favor de la mujer.

Otras mujeres han trascendido la historia por linaje, como Isabel la Católica, o por su misticismo extremo, como santa Teresa. Curiosos casos en épocas turbulentas.

Ernesto Milá escribe en su libro sobre Dalí: «La presencia de la mujer ha generado en hombres extremadamente sensibles sentimientos antagónicos: por una parte, miedo a lo que se adivina de naturaleza disolvente —el poder del eterno femenino, cuyas aguas turbulentas pueden arrastrar y ahogar a quien no sea suficientemente fuerte para resistir sus encantos—, pero también una especie de atracción irresistible hacia aquello que se percibe como complemento imprescindible del hombre. La belle Friné, cortesana griega del siglo IV a. C., posó para Praxíteles y fue acusada de impiedad. Mostrándose desnuda ante los jueces, estos se vieron sacudidos por una sensación de terror: percibían en ella la naturaleza terrible de la diosa del amor y la belleza, de la misma forma que Dalí creyó percibir en Gala algo trascendente que luego se esforzó por plasmar en sus pinturas.»

Las características físicas que más atraen en la mujer suelen ser los ojos vivaces, los labios carnosos, los senos protuberantes, mayor amplitud de caderas y sus labios bulbosos sexuales completamente protegidos normalmente por el vello.

Sin embargo, la mujer aporta aún mayores diferencias al usar zapato de tacón alto y cabello coloreado y más largo que el hombre, aparte de mayor licencia en el vestuario.

De todo ello resulta un conjunto plenamente diferenciado del hombre y con mayores posibilidades de atractivo sugestivo.

La condición femenina presenta además ciertos aspectos que la confirman distinta: la ternura, el apasionamiento amoroso con mayor sensibilidad, y, respecto al sexo, un instinto menos bestial que el del macho, una sensualidad más profunda que parece conectar con el sentimiento de maternidad. En general suele ser más cariñosa, probablemente por el innato instinto maternal.

Hegel sentenció: «Los hombres se asemejan a los animales, mientras que la mujer a las plantas, al desenvolverse con mayor placidez. Su principio es la unidad indefinida del

sentimiento... las mujeres se educan como si absorbieran las ideas a través de la vida más que a través del conocimiento. En cambio, el hombre solo puede acceder a una determinada posición a través de la adquisición de ideas y conocimientos técnicos.».

Aunque se equivocaba al creer que «si las mujeres toman el poder, el Estado corre peligro, porque las mujeres no actúan según demandas universales, sino según opiniones e inclinaciones arbitrarias», como bien transcribe Jostein Gaarder, en *El mundo de Sofía*.

Uno de los ejemplos visuales de este estado femenino de deseo intenso nos lo ofreció el cineasta Michael Winterbottom en su película *Código 46*, protagonizada por Samantha Morton, una actriz de más de treinta años y con un físico peculiar, de escaso atractivo: un cuerpo minimalista de formas, carente de curvas, estrecho de caderas, sin cintura, senos inapreciables, vientre plano, sin apenas relieve en el pubis y sin vello; la vulva apenas se percibe y solo se insinúa una suave abertura entre las piernas mostrando unos labios discretos. En la película, esta mujer pone todo su empeño en demostrar al personaje protagonizado por Tim Robins un intenso deseo de aparearse. La escena, que dura varios minutos, nos muestra como una mujer, aun sin poseer un cuerpo atractivo, va seduciendo paso a paso a un hombre por la fuerza de su deseo, manifestado tanto en la expresión de la boca y los ojos como por la elevación del pubis con su sencillo pliegue central, en una actitud de entrega que trasluce una intensa llamada del deseo.

La escena resulta una muestra de cómo una mujer, incluso sin aire femenino y con un cuerpo poco seductor, puede proclamar su deseo y conectar con el hombre mediante la fuerza de su expresividad corporal movida por una intensa sensibilidad, y de ese modo convertirse en una mujer deseable.

Poner freno a la mujer es poner límites al mar.

LOPE DE VEGA

A la hora de expresar su sensibilidad máxima, el género femenino es más dado a llorar que el masculino. Desde la infancia se ha reprimido ese impulso en el hombre, y se le ha aceptado a la niña por esa sensibilidad especial que se le atribuye.

Ellas tienen más empatía en lo que a los sentimientos se refiere, lloran en ciertas circunstancias... por tristeza, despecho, alegría incluso, en la vida real o ante una película. No parecen tener tanto autodominio como el que demuestran los hombres, aunque nosotros también lloramos en momentos puntuales. Muchos hombres poseemos una parte sensible, aunque la ocultemos para aparentar ser más masculinos. ¿Qué hombre no llora de emoción y alegría o, como mínimo, se le hace un nudo en la garganta cuando recibe en sus brazos su primer hijo recién nacido?

En un artículo en *Avui*, Ricard Mas, uno de los críticos con mejores referencias, cita y me recuerda cómo hemos visto llorar por televisión al ex presidente del Barça Josep Lluís Núñez, o a la infanta Elena de Borbón en la inauguración de los Juegos Olímpicos de

Barcelona en 1992. También cuando murió Michael Jackson y se veía a medio mundo, hombres y mujeres, llorando en su funeral.

El llanto es un elemento tan ligado al estado de ánimo que no siempre se puede refrenar, y aún menos lo consiguen la mayoría de mujeres. Es una reacción emocional que, géneros aparte, viene determinada por la sensibilidad de cada ser humano.

Sexualmente y en cuanto a exteriorizar el deseo, el hombre y la mujer se contraponen. Los hombres solemos exteriorizar más la excitación, mientras que la sexualidad de la mujer es más discreta y casi invisible. El hombre se excita más por lo que se insinúa que por lo que ve. De ahí que tengan tanta aceptación las prendas de lencería femenina, pues a muchos hombres los excitan más que la desnudez natural. Lo mismo ocurre con muchos pantalones ajustados y vaqueros que insinúan la pelvis y en algunos casos la vulva.

La sexualidad del hombre es más indiscreta, insinuándose bajo las prendas, mientras que la mujer tiene menor tendencia a mostrarse y mayormente la disimula. Las reacciones son muy distintas.

Esta situación está cambiando con distintos grados de atrevimiento en muchas jóvenes que, con plena libertad, no se cortan a la hora de provocar a la persona que les atrae. En el film *Babel*, dirigido por Alejandro González, vemos a una jovencita japonesa que, para atraer al muchacho que le gusta, se deshace discretamente de sus bragas en el salón de un concurrido restaurante y, sentada frente a él y de modo que solo él pueda observarla, abre sus largas piernas luciendo minifalda, para enseñarle su velludo sexo desde cierta distancia, al tiempo que le dirige una mirada fija y sugestiva. Una actitud que ningún comensal puede imaginar que esté ocurriendo, pero que para ambos personajes resulta de una provocadora entrega.

La parte más visible de los órganos reproductores femeninos no deja de ser sencilla. Labios verticales, como bien proclamó Luis García Berlanga en la colección de literatura erótica «La Sonrisa Vertical» de los años ochenta, de Tusquets Editores. Unos labios que, como los de la boca, pueden ser desde delgados y mínimos, casi inexistentes, como una simple raja, pasando por diversos volúmenes (no hay tanta variedad de tamaño si exceptuamos la situación de pre o posparto), hasta vulvas con labios prominentes y con relieve a veces exagerado, especialmente en algunas etnias mulatas y africanas.

CUERPOS DE MUJER

Comparado con el equipamiento sexual del varón, la vulva se puede describir como visualmente modesta. Sin embargo, la atención que atrae es enorme y los esfuerzos que se han hecho por ocultarla a la vista han sido exagerados, por decirlo suavemente.

Según dice Desmond Morris en *La mujer desnuda*, la razón por la cual esta zona corporal provoca tal excitación no radica en sus cualidades visuales, sino en las táctiles. Ninguna otra parte del cuerpo femenino es tan sensible al tacto durante los encuentros sexuales, tanto de los dedos como de los labios, la lengua o el pene. La morfología del

pene del varón es importante a este respecto. Comparado con los penes de los demás primates, el del hombre es el más excepcional. Carece de un *os penis* —el pequeño hueso que proporciona a los monos y los simios una erección rápida—; en lugar de ello, la erección masculina depende totalmente de la excitación sexual. Cuando esta se produce, la sangre entra en el pene, lo que no solo lo endurece sino que también incrementa mucho su longitud y, especialmente, su anchura.

El tamaño y grosor de los labios exteriores es muy cambiante. En su parte superior se unen a un suave saliente carnosos llamado «pubis» que recubre la pelvis. Los labios, y en especial el pubis, están cubiertos de un vello más o menos abundante de tonos más claros u oscuros según las muy diferentes etnias. Las superficies internas de los labios mayores no tienen vello, y un suave pliegue les separa de los labios menores, más estrechos, que protegen la entrada de la vagina. Su tamaño es variable; se podría comparar con las diferencias que existen entre los ojos, la nariz y la boca de los rostros, todos distintos a partir de los mismos elementos. La naturaleza logra una diversidad infinita valiéndose de detalles en el volumen, tamaño y emplazamiento. En su parte inferior, los labios se unen para formar el pliegue membranoso posterior de la vulva —el perineo—, que casi siempre sufre desgarros durante el parto.

El clítoris es el equivalente femenino del pene, que no ha crecido durante la formación del sexo en la etapa fetal. Está constituido por un tejido que se llena de sangre durante la excitación sexual. Su punto más saliente suele ser muy sensible al tacto, y produce excitación sexual. Durante el coito, el movimiento del pene estimula el clítoris con la frotación continuada. El tamaño del clítoris crece moderadamente a medida que aumenta la excitación. Debajo del clítoris se encuentra la uretra, que conecta el orificio del conducto urinario con la vejiga para evacuar la orina.

Desde el nacimiento y durante la infancia, la vagina suele estar protegida por el himen o *virgo*, una fina membrana con algunas perforaciones que permiten evacuar la sangre de la menstruación cuando aparece. Antes de la primera relación sexual, la vagina está protegida por el himen y se considera que su función consiste en evitar a la niña infecciones y la intrusión de microorganismos externos.

Al mantener el primer contacto sexual es posible que se produzca una pequeña hemorragia si el himen se desgarras. En algunas culturas, la rotura del himen y la pérdida de sangre se considera un signo de que la chica ha llegado virgen al matrimonio. No obstante, un himen «intacto» no es un signo cien por cien fiable, depende del tipo de constitución física de muchas mujeres. Los partos causan desgarramientos del himen en fragmentos que reciben el nombre de *carúnculas multiformes*. En el interior del vestíbulo, junto a la zona protegida por el himen e insertados bajo la piel, hay dos conjuntos de tejidos eréctiles que se llenan de sangre durante la excitación sexual. Al inicio de la zona vaginal existen las glándulas de Bartolino, que segregan fluidos durante la excitación, facilitando la entrada del pene.

La vagina está creada con tanta minuciosidad, nos recuerda Thomas Gibson en su *The Anatomy of Human Bodies Epitomized*, que puede adaptarse a cualquier pene, de manera que cede para acomodarse a uno largo, se ajusta a uno corto, se ensancha para

uno grueso y se contrae para uno pequeño; así pues, todo hombre puede yacer perfectamente con cualquier mujer y toda mujer con cualquier hombre.

El área posterior de la vulva que se extiende entre el pliegue mucoso membranoso de su comisura inferior y el ano es una zona de tejido que separa la vagina del recto. Se llama perineo y desempeña una función básica durante el parto, gracias a su gran elasticidad. En cada mujer las variaciones físicas son grandes, en especial las referentes a la longitud y forma de los labios, tanto los exteriores como los menores interiores. El doctor Llewellyn-Jones insiste en opinar que «la resistencia a observar los propios genitales es un rasgo típicamente femenino (ya que, después de todo, los hombres se miran y tocan constantemente sus órganos genitales externos), cuyo origen se encuentra en la actitud que muchas madres transmiten a sus hijas acerca de sus genitales externos, consistente en pensar que son algo "privado", feo, que no debe tocarse y con lo que no hay que jugar, que además huele y es "sucio". Recibir una educación de este tipo durante la infancia puede tener unas consecuencias nefastas en la percepción que la mujer desarrolle de su propio cuerpo y en su comportamiento sexual. Una mujer no debería avergonzarse de sus genitales externos, ni sentir aversión hacia ellos; muy al contrario, tendría que observarlos para familiarizarse con su particular morfología». Después, ya hacia el interior de la vulva, se inician los órganos genitales internos, desde la vagina hasta el útero, con todos los elementos que permiten el proceso de fecundación.

Los médicos destacan lo positivo de que la mujer conozca la realidad física de sus partes o zona más íntima, a la que no tiene acceso visual directo, igual como debiera conocer más detalladamente sus funciones orgánicas y reproductoras.

Durante la época victoriana, en el siglo XIX, a las mujeres que padecían de problemas uterinos, hormonales o emocionales se les diagnosticaba una supuesta enfermedad llamada «histeria femenina», la cual no tenía remedio y solo podía ser mitigada por medio de «masajes de clítoris», equivalentes a la masturbación.

Los médicos manipulaban la vulva de la paciente hasta que esta alcanzaba el orgasmo, momento en que se aplacaban los síntomas de su mal. La lista de síntomas asociados con este mal era tan larga que llegó un momento en que el número de casos se convirtió en una epidemia.

Respecto a su cuerpo, la mujer adopta a lo largo de su vida —y desde antes de nacer— una posición de repliegue de su cuerpo sobre sí mismo, como un reflejo protector... Del mismo modo que flota en el vientre de su madre mientras se desarrolla, durante su vida, a cualquier edad, utiliza la misma posición fetal ladeada, muy cómoda para dormir, mientras que de espaldas con las piernas altas es la mejor posición tanto para recibir la penetración de su pareja como en el momento de parir. Es la posición en que sus órganos sexuales están más abiertos y receptivos. Aunque no es el modo en que la mujer, en momentos de soledad o desarraigo, se acuesta para sentirse mejor. Protegida.

Los medios visuales han variado, ensalzando estilos corporales y el físico de la mujer e influyendo en la moda.

El volumen o la estilización del cuerpo femenino será una constante lucha que la sociedad observa sorprendida tanto en la publicidad en revistas, como en los países de

moda o la televisión. En realidad es una lucha de preferencias entre la mayoría de creadores, para los cuales un esqueleto con un mínimo aderezo —cual percha viviente, como la modelo Twiggy de los años sesenta— les hace lucir con claridad diáfana el diseño del traje de su creación. Con los años esta tendencia ha creado moda, a la vez que grandes problemas en adolescentes que han caído en la anorexia. Enfermas por lucir un cuerpo esquelético cuando precisamente la gran mayoría de hombres en sus sueños más sensuales prefieren a una mujer con curvas.

El contraste llegó a la pequeña pantalla con inteligentes anuncios de cuerpos femeninos que podríamos llamar «normales», con curvas pero sin caer en el abandono de la gordura. La marca Dove no solo consiguió una buena entrada en el mercado, sino también el gran éxito de que una buena parte de mujeres perdiese todo complejo y se sintiera mejor marcando caderas, con senos voluminosos y muslos firmes, lo que al fin y al cabo es el prototipo de cuerpo de mujer aceptado en Occidente, como también el más deseado por el hombre.

No solo Botero —un tanto exagerado— en arte, sino fotógrafos como Solve Sundsbö o Terry Richardson. Incluso el mismo modisto Karl Lagerfeld ha presentado un nuevo tipo de modelos más equilibradas con cuerpos de talla L en semidesnudos elegantes, como Crystal Renn, Tara Lynn o la propia Beyoncé, que han aparecido en las mejores revistas de moda marcando curvas. Algunas en portada, como la actriz Gabourey Sidibe en la prestigiosa revista *V*.

La tendencia afortunadamente se está equilibrando. Equilibrio es belleza, han dicho siempre los clásicos, evitando las exageraciones y los extremos enfermizos e insanos de la gordura o los cuerpos anoréxicos que, además, provocan secuelas psicológicas a muchas mujeres.

CEREBRO Y CAPACIDADES

¿Que resaltan los científicos sobre la diferencia entre sexos? Aparte del aspecto físico, parece que no sea políticamente correcto destacar datos valiosos sobre las diferencias cerebrales en cuanto a estructura y funcionamiento. Podrían tacharse de reminiscencias machistas.

Lo que está claro, tal como ha detectado Daniel Bueno Torrens, profesor e investigador de genética de la UB, es que durante el desarrollo embrionario «hay más de 130 genes que funcionan diferente según el género, construyendo el cerebro de forma distinta y específica». Es la etapa en que la evolución del feto deriva hacia uno u otro sexo. Y al final, en la edad adulta, se conservan 85 genes diferentes entre los géneros.

Cabe recordar que «muchas conexiones neuronales se establecen en la niñez y la adolescencia en función de los estímulos ambientales», lo que depende mucho de la educación ambiental.

El cerebro femenino —confirma también Bueno— presenta más materia gris que el masculino y una mayor conectividad entre las neuronas. A nivel global, la eficacia de su

funcionamiento es superior y con costes inferiores. A nivel de zonas, ambos géneros son diferentes, en especial las regiones implicadas en la orientación espacial.

«Las capacidades intelectuales globales no presentan diferencias en función de cada persona concreta.» Es decir, en función de la educación ambiental que cada individuo recibe. No obstante, cabe destacar que en el sistema educativo occidental, «de un modo cultural, el cerebro masculino acaba más masculinizado y el femenino más feminizado».

Muchas son las cuestiones inaceptables que existen en torno a la mujer y que apenas afectan al hombre. La violencia sexista, bodas forzadas, la ablación o el feticidio son lacras sociales y ataques personales a la mujer que no siempre logran erradicarse por mucho que se escriba sobre ellas.

En la sociedad del segundo país más poblado del mundo, la India, y actualmente también en China, los abortos selectivos constituyen una tragedia discriminatoria de la que se habla poco. Se debe a la existencia de costumbres ancestrales y, en particular, a la tradicional dote que se exige para casar a una hija, que en no pocos casos arruina a la familia, y que sigue vigente en la práctica aunque fue prohibida en 1961.

Esa continua devaluación de la mujer que comienza desde el momento en que nace una niña, como si los propios dioses castigaran a la familia, provoca constantes abortos —legales desde 1971—, mayoritariamente realizados cuando el sexo del feto es femenino. Una interrupción selectiva de la gestación.

Es una situación terrible con casos que se dan a conocer continuamente. Uno de los últimos apareció en la prensa a principios de 2010, cuando en la ciudad india de Ahmabad, cerca de la frontera con Pakistán, se encontraron catorce fetos femeninos en un contenedor de residuos.

Amnistía Internacional denuncia en su informe de 2009 que del 60 al 80 por ciento de los matrimonios en Afganistán son forzados. Es frecuente el matrimonio entre hombres viejos y niñas. Aquellas que intentan huir son detenidas y juzgadas, y los derechos civiles de la mujer son limitados. Lo peor es la mentalidad de muchos hombres respecto a la mujer y la violencia que ello produce; y destaca casos como el de dos hombres en motocicleta que lanzaron ácido sobre quince colegialas que iban a la escuela en Kandajar, algo que se produce con frecuencia. Es la misma ciudad donde la oficial de policía de mayor rango de todo Afganistán fue asesinada cerca de su casa por dos pistoleros talibanes.

En 2010, en Irán fue lapidada una viuda por el simple hecho de estar embarazada. Ella, Sakimeh Mothammadi Aixtiani, de 43 años, acabó confesando, «bajo tortura», adulterio. Realidades de un país que presume de sus avances tecnológicos y atómicos.

La Universidad de Bakhtar en Kabul es de los pocos oasis de libertad donde las jóvenes luchan por un futuro mejor y son la vanguardia social —según nos dice el enviado especial Marc Marginedas— de un país dominado por la discriminación.

La ablación es otro crimen contra la feminidad. Una anulación del placer al que todas las mujeres tienen derecho. Anular una zona tan erótica como el clítoris resulta una de las mayores barbaridades que puede cometer la humanidad; algo que no conocíamos de cerca en Occidente hasta la llegada de inmigrantes africanas y de religión musulmana que

se han establecido en Europa. Pese a que los gobiernos de todos los países la sancionan y luchan por su erradicación, secretamente muchas niñas son privadas de ese preciado derecho de su futura vida adulta.

No existe duda de que el prototipo educativo y ambiental fomenta mayor o menor violencia de género en las diversas mentalidades dominantes en muchos países, incluidos los occidentales. En Italia, el famoso fotógrafo y publicista Oliverio Toscani, por encargo del semanario *Donna Moderna*, ha promovido una campaña para alertar sobre la violencia machista. Un niño y una niña de entre 4 y 5 años, desnudos, se presentan claramente clasificados como verdugo —él— y víctima —ella—, porque tanto la revista como el fotógrafo consideran que «la inclinación a la violencia comienza ya en la infancia. Especialmente según intervienen la educación de los padres, los valores que transmiten y el ejemplo que dan».

Una de las muestras de la evolución positiva del género femenino no solo es la creciente aceptación social de su homosexualidad, con mayor facilidad que la masculina, sino también la cada vez mayor proliferación de madres que fundan familias monoparentales, como es el caso del Poeta Laureado de Gran Bretaña de 2009 por primera vez una mujer —Carol Ann Duffy—, una respetada madre de familia monoparental que nunca ha ocultado su sexualidad.

Aunque resulta un elemento muy común en ambos sexos, la reacción a mostrar el cuerpo desnudo no deja de tener connotaciones de hábito en el uso de vestuario, de costumbre ancestral y de influencias religiosas. No resulta extraño que incluso bien entrado el siglo XX muchas mujeres casadas, para copular con sus esposos, yacían con un camisón dotado de una abertura entre las piernas.

Hoy en día —lo vemos en muchas películas—, para un juego amoroso rápido ellas ni se quitan el sujetador. Modas o comodidades que van evolucionando.

Lo importante es que la mujer, al aceptar las formas de su cuerpo, se muestre natural ya sea en la intimidad o en una playa nudista. Sin complejos y con el sentimiento de que ha nacido así y sin prendas no muestra estilo alguno ni disfraza su realidad. Sintiéndose segura tanto con un pubis natural como con uno con el vello retocado, con las axilas depiladas o no, e incluso con el pubis rasurado completamente, como muchas mujeres de hoy prefieren. Unos dirán que lo hacen para provocar, mostrando el auténtico perfil de su sexo, y otros lo justificarán en la comodidad e incluso en el hecho de que a las mujeres de edades intermedias el pubis rasurado les confiere un aspecto más joven.

Cubrir el cuerpo o lucirlo natural en el mundo visual y físico guarda una relación íntima con la mujer según su carácter, mentalidad y nivel de liberalidad.

La naturaleza y el físico femenino

CUERPO Y SEXO (NATURALEZA Y FISIOLÓGÍA)

El sexo femenino es muy importante para la naturaleza, mientras que para la sociedad presenta un interés relativo, cuando no es objeto de un gran olvido o agresividad por parte de la mayoría de religiones.

Aristóteles creía en «la necesidad de una relación activa entre las ideas y las cosas sensibles, entre lo universal y lo particular». Nada resulta más sensible, particular y a la vez más universal que los órganos reproductores de los seres vivos del planeta Tierra. De ahí la importancia del tema que aborda esta obra: la aceptación del valor humano, social y estético de la escasa parte visible del órgano reproductor femenino a partir de sus labios externos, algo siempre ignorado.

Este «portal de vida» está situado tan ocultamente en el cuerpo que resulta uno de los secretos más íntimos de ese ser humano sexual y a la vez maternal que es la mujer.

Cada una de las partes del cuerpo de la mujer —especialmente las que apenas conocemos— posee su particular belleza, aunque no todas las personas —incluso sus propietarias— saben apreciarla.

Con mi experiencia como escultor y como hombre enamorado de las féminas, puedo confirmar que la gran mayoría de mujeres, incluso jóvenes, desconocen la anatomía de su sexo. Muchas conocen mejor el sexo de los hombres que sus propios volúmenes y formas interiores íntimas.

El conjunto de elementos que conforman el sexo femenino adquiere, por el valor real que le ha conferido la naturaleza, la calidad de ser una de las partes más nobles de la mujer.

La naturaleza parece establecer correlaciones estéticas entre los seres vivos. Entre las flores y las plantas, o entre los frutos y los árboles. Las simientes y la manera en que surgen a la vida son distintas.

Los árboles desarrollan sus nuevas ramas a través de «aberturas» naturales, como en un símil del proceso de gestación de los mamíferos. La naturaleza tiene similares pautas de creación y desarrollo.

En un corte o sección interior de la madera, la forma con que nace una rama guarda un estrecho parecido con la forma del portal femenino, a través del cual salen a la vida los seres humanos.

Del mismo modo, muchas frutas tienen connotaciones sexuales similares en su

reproducción o visualmente; de modo que su interior de algún modo recuerda el sexo de la mujer.

La naturaleza en todas sus formas de reproducción, ya sea en flores, plantas o seres vivos en su más amplia acepción, muestra unas pautas de signos muy particulares en cada especie. Polen o semen fertilizan el órgano reproductor casi siempre, excepto en los hermafroditas —de índole receptora, gestora... femenina.

Muchas plantas muestran bellamente sus «portales» en originales formas receptoras. Algunos frutos tienen semillas que realizan idéntica misión reproductora de las especies. Su belleza ha sido en varias épocas inspiradora de artistas.

En los años veinte del siglo pasado, la pintora americana Georgia O'Keeffe buscaba sutilmente en las formas naturales de las plantas más exóticas una idealizada insinuación del sexo femenino, como lo plasmó en el óleo *Iris claro* (1924), expuesto en el Virginia Museum de Richmond. Las fotos de Mapplethorpe *Lirio Cala* (1988) buscaban el mismo efecto erótico.

Desde hace siglos, los textos de los yoguis indios —como el *Goraksa Vijaya*— denominan «el Loto» al portal de vida, como la flor de la conocida planta.

Muchas formas propias de la naturaleza, jamás creadas por el hombre, nos recuerdan al portal femenino. Desde hace años en el glaciar frente a la isla de Couverbille en el canal Herrera, de la Antártica, una grieta de aspecto erótico resulta un bello reclamo turístico al mostrar la forma natural de un sexo femenino. El flujo del agua ha creado idénticas formas, a imagen y semejanza de cómo fluyen diversos fluidos por la vagina de la mujer.

ANATOMÍA FEMENINA

La anatomía se consideró en la Antigüedad un arte excelso y necesario. Mil años antes de Cristo, en China la disección exploratoria era una actividad muy valorada, como lo era en el antiguo Egipto, aunque la costumbre de momificar a sus muertos les impidió profundizar en un mayor conocimiento del cuerpo humano. En este tema los griegos erraron el camino, ya que durante siglos se dedicaron a la disección de animales, debido al respeto que profesaban al hombre y al alto valor que concedían a sus capacidades intelectuales. Incluso un sabio como Aristóteles cayó en la confusión entre la anatomía animal y la humana, y se gestaron complicadas teorías que sobrevivieron durante centurias hasta que fueron cuestionadas por la realidad en el siglo XVI.

La historia de la anatomía humana se inicia en la escuela ptolemaica, fundada en Egipto alrededor del 300 a. C. Con posterioridad, san Agustín y muchas otras figuras históricas denunciarían y atacarían esta práctica de vivisección de los muertos.

Como médico de los gladiadores del Imperio romano y cuidador oficial de Marco Aurelio, Galeno (129-200) consiguió una libertad sin límites para el estudio anatómico de los muchos cuerpos que se ponían a su disposición. Ayudado por un equipo de escribanos, llegó a dictar sus resúmenes con tal amplitud e importancia que acabó por

crear un canon oficial que, dado su novedoso valor, acabó por frenar en toda la Edad Media los estudios sobre este tema, hasta el estallido cultural y artístico del Renacimiento, durante el cual la disección acabó siendo un espectáculo público en anfiteatros construidos para que la multitud presenciara la disección de los cadáveres de criminales y convictos famosos. La primera de ellas se realizó en Bolonia, con tribunas curvas como los actuales estadios, ya que ofrecen una mejor visión. Allí, como en Leiden o en Padua más tarde, se vendían entradas para asistir a dichos espectáculos.

Fue en este ambiente que el gran Leonardo da Vinci, valiéndose de las disecciones, logró plasmar sus investigaciones y conocimientos de anatomía en documentos que, aunque no siempre exactos, nos han llegado como una herencia muy valiosa de aquella época.

Hacia 1510, en uno de sus preciosistas dibujos muestra la disección de los órganos de una mujer, entre ellos los urogenitales.

Según Sarah Simlet, durante muchos siglos el cuerpo femenino se consideró inferior, y en las exhibiciones anatómicas de la época medieval se utilizaba únicamente para mostrar los órganos viscerales sexuales, mostrando sus diferencias con los masculinos así como los procesos del embarazo y el parto. En cambio, para ilustrar en detalle cada uno de los conjuntos y sistemas de funcionamiento orgánico se empleaba el cuerpo masculino.

Los grandes progresos que la obstetricia logró en el siglo XVIII se consiguieron a través de estos procedimientos, sumados a la dedicación de grandes artistas que realizaban auténticas obras de arte para uso ilustrativo de los galenos.

En 1746 Gautier de Agoty realizó una serie de obras coloreadas de importante valor anatómico, entre ellas una que destaca el momento del alumbramiento, mostrando los detalles de la vulva dilatada y el cordón umbilical que une a la criatura con la placenta.

Una obra que, pese a algún error anatómico en el cuerpo del hijo, presenta una de las imágenes más realistas de unos instantes fundamentales en la vida de los seres humanos.

También cabe mencionar los dibujos de Jan van Riemsdyck, que ilustró *El útero en gravidez* para una celebrada obra de William Hunter, o más tarde el importante y completo conjunto realizado en la década de 1800 por Paolo Mascagni, una obra detalladísima según los conocimientos de la época. Un auténtico atlas corporal de tamaño natural que no se editó hasta después de su muerte en 1833, en forma de grabado en color. Era un tratado vasto y completo, y por sus grandes dimensiones no podía ser consultado por una sola persona sin ayuda para mover sus grandes y pesadas láminas.

Por la misma época se creó una colección de unos ochocientos modelos corporales de tamaño natural en cera, que mostraban los nervios, músculos y tendones, las venas y las arterias, todo coloreado con impactante realismo. Se realizó entre 1771 y 1814 por La Specola (el Museo de Historia Natural de Florencia), fundada por el duque Pietro Leopoldo de Lorraine como confirmación política, moral y religiosa al hecho de que fuese legalizada la disección en Florencia.

Del siglo XVIII existen dibujos destacados como los de Bernard Siegfried Albinus, que realizó una treintena de obras en que, con una especial imaginación, al esqueleto se unían caprichosamente parte de los músculos y tendones creando figuras de una fuerte

originalidad. También el trabajo de Antonio Cattani en la década de 1780, con grabados de formas no siempre exactas pero muy realistas y aproximadas; la venta de estos grabados se realizaba mediante suscripción. En La Specola, en la Universidad de Florencia, también pueden admirarse figuras anatómicas a tamaño natural confeccionadas a partir de disecciones realizadas en aquel siglo. Obras de arte realizadas por Felice Fontana con la colaboración de Paolo Mascagni y Clemente Susini.

Las figuras en cera de La Specola obtuvieron tal aceptación que desde Viena solicitaron 1.200 copias y Napoleón encargó una colección para París.

Siguiendo esta tendencia a exhibir el cuerpo humano y su morfología menos visible, inspirada en las obras pioneras de La Specola, en el siglo XIX se creó la colección Spitzner, que se exhibió en Bélgica y Francia, llegando a impresionar e inspirar a muchos artistas; especialmente a los surrealistas, que las identificaban con las interpretaciones freudianas en boga por entonces. En 1971, Paul Delvaux recordaba esta peculiar colección de figuras anatómicas que había admirado en su juventud y que, reconoció, había influido imaginativamente en su obra.

Venus Noire, el drama histórico que el franco-tunecino Abdellatif Kechiche presentó a concurso en el Festival de Venecia de 2010, dura 160 minutos. Trata de la elefántica vulva de Saartjie Baartman, africana hotentote que a principios del siglo XIX fue exhibida en espectáculos ambulantes como un animal, en parte por la fascinación que provocaba su también enorme culo. Los científicos la examinaron como a un conejillo de Indias. Los caricaturistas se burlaron de ella. La aristocracia más decadente la maltrató como a un juguete sexual. «Es la historia de un cuerpo y su mutilación progresiva», explica Kechiche, que equipara hábilmente a los vejadores para que entendamos «la responsabilidad colectiva» cuando se presencia el ultraje de otro ser humano. «Mirar juntos nos hace ser menos responsables», afirma.

A partir de 2004 ha dado la vuelta al mundo una exposición de cadáveres chinos tratados con una especial polimeración. Se inyecta silicona líquida de caucho en los cuerpos, en particular en músculos o terminaciones nerviosas y alguna zona de piel para evitar su desintegración. La facultad de Medicina de Dalian (China) lo experimentó con éxito, y la empresa Atlanta Premier Exhibitions los comercializa con el nombre de «Bodies». Han sido expuestos en las principales ciudades del planeta, dado que son donados para dicha finalidad.

El director médico del proyecto, Roy Glover, insiste en que las varias docenas de cuerpos expuestos en las más distintas actitudes constituyen una actividad didáctica y divulgativa del cuerpo humano. Pedagogía anatómica con grandes dosis de espectacularidad, donde no falta parte alguna del cuerpo. No obstante, cuando se exhibieron en Nueva York y Washington, para salvaguardar la moralidad norteamericana, en el catálogo de la exposición —que ofrece una imagen a tamaño natural del aparato reproductor femenino, trazada con gran detalle y señalización— ¡no aparece el clítoris en su sitio, ni se hace mención alguna de este elemento femenino tan importante para la sexualidad de la mujer!

Resulta inaudito que en una completa exhibición del cuerpo humano que incluye ojos,

dedos, pulmones, cerebro, dientes y sexo masculino, el clítoris sea el único detalle ¿olvidado? En los cuerpos expuestos y en los libros editados se ha realizado una auténtica «ablación» femenina, la misma que por desgracia todavía sigue practicándose en algunas culturas primitivas, en poblaciones musulmanas y africanas mayormente. Por fortuna, en este caso la atrocidad solo ocurre en un catálogo y no en un ser humano.

La anatomía no debería ser únicamente una asignatura dentro de la carrera de medicina. Conocer el contenido y funciones de cada parte del cuerpo debería ser una de las materias de estudio —como la psicología— desde el inicio de la educación, para conocernos mejor y llegar a controlar nuestra mente. Ambas enseñanzas, dentro de las posibilidades de cada edad, incluidas en los planes de estudios una vez terminado el parvulario, daría una visión y una perspectiva más avanzada a la mentalidad de la sociedad actual y de sus dirigentes.

Numerosos problemas entre parejas adultas derivan de una nula o escasa educación sexual desde la infancia, y mucho más por no haber recibido orientación en la adolescencia, a fin de conocer mejor el cuerpo y la sexualidad.

En *The Sex Researchers* («Los investigadores del sexo»), Eduard Brecher presenta una moraleja para los padres de las próximas generaciones: A los tres años, un niño o una niña ya debería ser capaz de decir con convicción «soy un niño» o «soy una niña». A medida que un niño crece, aumenta su interés por el sexo. Por ejemplo, los niños pequeños exploran sus propios cuerpos y los de sus amigos al jugar a «doctores» o a «madres y padres». La estimulación de sus genitales les produce placer, por lo que los niños se acarician el pene y las niñas se estimulan el clítoris, tanto de forma indirecta al «mecerse» como directamente con los dedos. Los padres deben respetar y aceptar estas exploraciones preliminares, sin desaprobárselas ni castigarlas. Cuando los hijos hacen preguntas acerca de temas sexuales, se les debe contestar objetivamente, facilitándoles una información precisa, que incluya tanto textos como dibujos o fotografías.

CONOCER EL PROPIO CUERPO

¿Tiene tendencia el ser humano a menospreciar aquellas partes de sí mismo a la que su visión no tiene acceso? ¿O se trata de un simple caso de rechazo escatológico por parte de la sociedad?

Si bien es cierto que el vestuario adecuado mejora la figura y disminuye los defectos corporales antiestéticos, es importante que las personas acaben sintiéndose bien incluso con el deterioro provocado por el tiempo, que acepten las formas naturales de su cuerpo. El desnudo puede ser tan cómodo como la mejor prenda, y su aceptación puede hacernos sentir más seguros de nosotros mismos, dotarnos de una autoestima más auténtica. Cuando observamos nuestro cuerpo desnudo en un espejo, o durante las relaciones íntimas, o en playas nudistas, o ataviados con prendas mínimas, no podemos rehuir nuestra realidad física. Aceptarla forma parte de un sensato equilibrio psíquico: la conciencia del propio existir y ser, la integración de cuerpo, mente y conducta.

En el ser humano no se pueden separar los aspectos físicos de los anímicos y educacionales. El cuerpo y sus circunstancias...

La salud depende de los genes tanto como del modo de vivir en equilibrio, ya sea sexualmente, ya en la alimentación, en el descanso, etc.

Condicionantes físicos que dependen sexualmente de los niveles de estrógenos y testosterona en el organismo. En definitiva, de los genes heredados, pero también de los condicionantes del entorno, de las diversas circunstancias y del tipo de educación recibida. A veces demasiado masculinizada o, en cambio, feminizada.

Hombres y mujeres somos iguales en el aspecto cardiovascular, respiratorio, digestivo; a excepción del sabio complemento natural para la reproducción, que, según los últimos avances, se inicia de modo diferente en el cerebro de la mujer o del hombre.

Las generaciones actuales muestran más inquietud por conocer los diversos rincones del planeta que las recónditas zonas de los seres humanos. Se viajan miles de kilómetros y, en cambio, se desconocen los detalles y la realidad de lo que tenemos más a mano, nuestro cuerpo, y que tanto afecta directamente a nuestras vidas.

Las diferencias sexuales entre hombre y mujer son diametralmente opuestas pero complementarias. Aptas no solo para el placer sino también para el milagro de la procreación, gracias a que posibilitan un eficaz acoplamiento que permite perpetuar la especie creando vida y, asimismo, estrechar las relaciones entre las personas mediante el placer.

Por su recóndita posición natural, los labios femeninos presentan una discreción total en la mayoría de posicionamientos corporales. De ahí el descaro de los genitales masculinos, de por sí siempre visibles, y la discreción de los femeninos —la discreción de la hembra—, pues la mujer debe posicionarse abiertamente para recibir al hombre, y que aun así el vello pubiano habitualmente contribuye a ocultar. Algo imposible para el macho. Así pues, discreción en el sexo femenino, interior, frente a la exhibición exterior del masculino.

La figura masculina más famosa, el *David* de Miguel Ángel, expuesto en la Academia de Florencia, es el prototipo más natural y conocido de un cuerpo desnudo. Sin embargo, los casos que presentan el sexo de la mujer abiertamente resultan casi inexistentes, si exceptuamos los dibujos, fotografías y pinturas como los de Courbert, Rodin, o Vargas, en los últimos ochenta o noventa años, o, en curioso contraste, los provenientes de culturas primitivas que valoraban y adoraban, como algo importante para la humanidad, el sexo de la mujer: el sintoísmo japonés, ciertas tribus africanas y de indios norteamericanos, antes de su exterminio. Las partes exteriores del sexo femenino son blandas, delicadas, con un volumen más consistente sobre ellas —el pubis— que resulta protegido por el hueso pubiano de la pelvis, y en donde el vello aportaba en la Antigüedad una mayor protección, en las largas épocas en que se carecía de un vestuario adecuado.

Sin embargo, dentro de características bastantes similares la naturaleza presenta en cada ser humano —teniendo mucha importancia la influencia de las razas— unas morfologías sexuales muy distintas, tanto en tamaño, relieve y posicionamiento en la

zona, como en el color de la piel y el aspecto de los labios —tersos, con relieve, o delgados o arrugados—, con independencia de la edad. Características que pueden observarse si el pubis está depilado. Exteriormente, la vulva tiene mayor relación con el color del resto del cuerpo, mientras que los labios interiores presentan un tono más claro, difícil de observar.

La vulva es el nombre que se utiliza para describir la entrada donde se encuentran todas las estructuras de los genitales femeninos externos, entre los anales por la cara interna de ambos muslos debajo del monte de Venus, y hacia atrás por el perineo acercándose al ano.

Los labios de la boca son importantes porque por ellos entran alimentos cada día (que salen a ritmo bastante similar por el ano), pero los labios sexuales son tan importantes porque contienen la doble función tanto de acoplamiento en busca de placer como para la reproducción.

La vulva está «escondida» porque los genitales femeninos están ubicados dentro del cuerpo. Quizás esta condición le valió, en épocas pasadas, una connotación de misterio y ser citada con una gran variedad de nombres, instalada en la «vergüenza» pese a que constituye el «epicentro del placer».

El vello que crece en el pubis durante la adolescencia tiene relación con el pelo de la cabeza y el tono de la piel. Así, según la herencia de los genes, en tonos de piel clara normalmente el vello pubiano tiende a ser escaso y claro, mientras que la tez morena y el pelo castaño produce mayor cantidad y más amplias superficies de vello pubiano oscuro. El mismo paralelismo ocurre con las personas pelirrojas.

Físicamente, la gran diferenciación (complementaria) entre el sexo masculino y el femenino se ejemplifica en la sencillez de los labios externos de la mujer, solo visibles en contados posicionamientos con las piernas muy abiertas, frente al movimiento, volumen y peso —más en estado de excitación— de las partes masculinas, facilitados por su situación externa. Su movilidad representa el punto más contrapuesto entre ambos géneros.

Las fases de excitación sexual son fácilmente observables en el hombre; en cambio, física y visualmente pueden ser «ocultadas» por la mujer. Sin embargo, el modo en que se acoplan ambos, con absoluta precisión, es una auténtica maravilla de la naturaleza.

Leonardo da Vinci dio suficiente importancia al cuerpo humano como para intentar imaginar facetas no físicas en sus conjeturas. Sus interpretaciones superan las conclusiones que pueden extraerse de un cuerpo muerto diseccionado. En sus dibujos ubica el alma en el centro del cráneo, y visiona el potente fluido de la sangre a través del corazón. Una inventiva artística adelantada a su época. Su *Anatomía descriptiva* solo fue superada muchos años después, con la *De Humani Corporis Fábrica* de Andreas Vesalius, editada en 1543.

Cuando se trata de describir los genitales externos de la mujer, ese apreciado portal de vida, de las muchas descripciones leídas y consultadas, la que resume fielmente y sin complejos la realidad, de manera muy próxima a nuestro propio sentir y valorar, es la del ginecólogo Derek Llewellyn-Jones en su libro *Ser mujer*.

«El nombre anatómico que recibe el área de los genitales externos femeninos es el de vulva. Esta se compone de una serie de estructuras que rodean la entrada de la vagina, teniendo cada una de ellas una función propia. Los *labia majora* (labios mayores) son dos grandes pliegues de piel que contienen glándulas sudoríparas y folículos pilosos insertados en tejidos adiposos. El tamaño de estos labios es muy variado. En la infancia y la ancianidad son pequeños, no existiendo en ellos nada de grasa; durante los años fértiles, entre la pubertad y la menopausia, están acolchados con tejidos grasos. Por delante (tal como se ve en el espacio entre las piernas), se unen en una protuberancia adiposa que recubre la pelvis, a la que los antiguos anatomistas llamaron *mons veneris* (monte de Venus), al darse cuenta de que estaba más desarrollada durante los años fértiles. Los labios, y en especial el *mons veneris*, están cubiertos de un vello más o menos abundante.

»La palabra clítoris viene del griego *Kleitorís*, que significa "montaña pequeña". Está formado por los mismos tejidos del pene y, en su mayor parte, funciona igual. La única diferencia es que el pene está englobado dentro de la "uretra peneana", pero en la fase de excitación adopta también una posición eréctil. El clítoris es el exacto equivalente femenino del pene.

»Su característica más notable es que contiene un haz de unas ocho mil terminaciones nerviosas, una concentración mayor que la que se da en cualquier otro órgano, incluida la punta de los dedos, los labios y la lengua...»

Fue mencionado por primera vez por el anatomista Realdo Colombo (1516-1559) en su libro *De re anatomica*: «Como nadie ha descubierto estos detalles y su propósito, si se me permite que le dé nombres a cosas que descubro, debería ser llamado *dulzura de Venus*, o la sede del placer femenino, o como una cosa bella y útil...».

La vagina no es la única estructura de los genitales de la mujer que tiene una doble función — reproducción y placer—; también la tienen los senos, que poseen toda la sensibilidad para ser complemento del placer sexual y, a la vez, en la fase maternal para alimentar a su cría.

Las hendiduras corporales de los mamíferos existen como consecuencia de funciones bien delimitadas, y guardan plena relación con los sentidos. La nariz para oler, las orejas para oír, los ojos para ver, la boca para comer o el ano para defecar los detritus de nuestra alimentación.

Las zonas sexuales humanas tienen importancia a la hora de orinar para eliminar las toxinas de los riñones, entregarse al placer o a buscar descendencia, aunque casi todas las hendiduras corporales pueden facilitarnos formidables placeres sexuales según los hábitos y la cultura de cada ser humano.

Y nos procuran los disfrutes más variados, diferentes pero similares a estar saboreando una langosta a la sal y pimienta o escuchando la *Quinta sinfonía* de Beethoven. Muchas son las sensaciones que nos resultan agradables.

Los órganos genitales secundarios de la mujer son las mamas, más visibles y provocadoras de la excitación masculina. Se ubican sobre el músculo pectoral mayor y por lo general se extienden hasta el nivel de la segunda costilla. Los estrógenos y la

progesterona impulsan su volumen variable en cada mujer, dándole una forma personalizada. En el posparto facilitan la facultad de alimentar directamente al recién nacido, lo que se conoce por amamantamiento o tetada. Se realiza mediante la succión directa del pezón por la boca del niño y resulta uno de los momentos en que una madre y su retoño reafirman su relación y cariño, a la vez que sienten un disfrute natural.

Otra función que no tiene comparación con las masculinas es el período, la menstruación, el mes o la regla. Es la «evacuación menstrual de sangre procedente de la matriz a través de la vagina, en la mujer y otros animales hembras», según señala el diccionario de María Moliner.

El ano, otra de las zonas corporales de importancia vital para nuestra existencia, es también un elemento que no debe mencionarse socialmente, salvo que sea médicamente o en juegos íntimos sexuales, secretos e incluso severamente penalizados en muchos países.

Como no lo notemos ejerciendo en sus funciones, se diría que en el mundo exterior no existe. Y no solo porque sea la parte más oculta de nuestro cuerpo.

Compte-Sponville, citando a Montaigne, reconoce que «un rey nunca deja de sentarse sobre su culo. Permítaseme que utilice, yo también, esta palabra que la extraña perversidad de nuestra época ha vuelto desagradablemente vulgar. Pienso con algo más que con mi culo. ¡Y es que si fuera al revés, de nada me serviría pensar! ¡Bastaría con que me sentase!».

Jan Saudek es el fotógrafo que ha mostrado de un modo más realista —con una calidad insuperable en técnica y color— las partes íntimas de hombres y mujeres, en todo tipo de edad y actitudes.

Con valentía digna de encomio y aunque puedan parecer excesivas para la concepción clásica, nos muestra una realidad bella. Ano, perineo, vulva, todo lo recóndito lo transforma a través de la fotografía en imágenes que merecen respeto, sorpresa y admiración. No es un simple pionero en mostrar con buen estilo las partes íntimas de las personas, sino un auténtico maestro. Consigue que las veamos admirándolas.

También en esta zona corporal puede existir naturalidad. Incluso belleza, como ha conseguido Saudek. «Sin querer herir susceptibilidades, cualquier parte del cuerpo humano merece todo el respeto», afirma.

LA CREACIÓN DEL SEXO

Los seres humanos somos un embrión hasta la 12.^a semana (final del tercer mes lunar), convirtiéndonos a partir de ese momento en un feto (del latín *fetus*, «el joven»).

En esta fase del embarazo aparecen los genitales externos, aun sin haberse decidido el sexo de la criatura. Entre la 14.^a semana y la 16.^a se produce en casi un 99 por ciento de los casos un sorprendente giro natural en sus formas: lo provoca el tipo de cromosomas heredado de los progenitores. Si en las células germinales del hombre existe un cromosoma XY, el feto desarrollará sus genitales «al exterior», el prototipo masculino.

En cambio, si el cromosoma del espermatozoide es XY, coincide siempre con los cromosomas de los óvulos femeninos.

Con dos células germinales X coincidentes, la del espermatozoide y la del óvulo, el feto forma en esta temprana época, dentro del vientre materno, sus órganos sexuales «hacia el interior», los característicos del sexo femenino, para toda su vida.

El prodigio que de forma simple pero sorprendente producen esas dos variedades viene determinado por el hecho de que las mismas partes sexuales del embrión pueden derivar hacia realidades físicas diferentes: se exteriorizan creando un pene, o se ocultan en el interior en forma de vagina y con un diminuto pene (clítoris) de idéntica naturaleza que el masculino. Las partes que conservarán las materias de fecundación se exteriorizarán en el sexo masculino en forma de bolsas testiculares, y, si el feto ha recibido dos cromosomas XY idénticos de cada progenitor, en el interior en forma de útero y ovarios con las trompas de Falopio como conexión.

¿Puede existir mayor milagro que esta evolución hacia dos formas de sexualidad complementarias y totalmente distintas a partir de los genitales uniformes del embrión? Sin duda es una de las transformaciones más sorprendentes de la naturaleza.

Está científicamente comprobado que el embrión tiene una forma sexual única hasta la 12.^a semana desde su fecundación. A partir de ahí y según los genes, los cromosomas XY femenino y XY masculino comienzan a desarrollar con los mismos elementos formas diferenciadas pero complementarias, derivando así hacia uno de los géneros.

Así que para la formación del macho los cromosomas XY crean las formas exteriores del pene y testículos, aunque en el caso de los cromosomas XY el pene no se desarrolla y queda diminuto, pero conservando su ubicación. El clítoris puede tomar formas erectas por el similar riego sanguíneo. En la zona de los labios que se forman en la mujer, en el mismo espacio surgen externamente las bolsas que contienen los testículos. Mientras los cromosomas XY forman estos depósitos de espermatozoide exteriores, los XY desarrollan interiormente la función complementaria de ovular. Como se ve, se trata de elementos distintos pero homólogos y totalmente complementarios. Un milagro genético para preservar la especie.

Los genes físicos, sensoriales o caracterológicos heredados de los progenitores no salvan a la persona de su destino biológico.

La naturaleza sexual femenina y la naturaleza sexual masculina contienen y muestran grandes diferencias.

Por ejemplo, los ovocitos, o células germinales a partir de las cuales madurará el óvulo, existen en el ovario de la mujer desde antes del nacimiento y no pueden generarse de nuevo durante el resto de su vida, bien al contrario de los espermatozoides que acumula el hombre en sus testículos y se van formando continuamente desde la adolescencia hasta la ancianidad.

Las células de ellos y ellas contienen 44 cromosomas similares, excepto el cromosoma 45, que es un XY en el hombre o una XY en la mujer. Igual ocurre con las células germinales (espermatozoides u óvulos), en las que coinciden ambos géneros en 22. Siempre más el factor sexual diferencial XY o XY. De modo que la mujer no puede —

por falta de un cromosoma Y— determinar el sexo del embrión. La variedad de género por lo tanto viene dada exclusivamente por la variedad de germinación del macho, que puede producir XX femeninos o XY masculinos.

HERMAFRODISMO Y TRANSEXUALIDAD

Así como en plantas y animales observamos variedades dentro de la misma especie — cuando no auténticos cruces como ocurre entre los humanos con las razas y las etnias—, también en la formación de un nuevo ser ocurren excepcionales casos de malformaciones o con una doble formación sexual en un mismo cuerpo: los hermafroditas, raros seres humanos que por especialísimas cuestiones de genes poseen, con alguna diferenciación de los habituales, los dos sexos. No son tan frecuentes como, por ejemplo, los niños que nacen con el síndrome de Down, pero existen. Y no se trata de jóvenes nacidos con un sexo definido pero que en su mente y sus sentimientos se sienten profundamente del otro sexo.

La naturaleza, como en cualquier ser vivo de nuestro planeta, forma excepcionales y amplias variedades que hoy en día pueden explicarse científicamente, pero que la sociedad silencia al máximo porque cuesta mucho aceptarlas.

Las hermafroditas son personas como todas. Por ejemplo, la atleta sudafricana Caster Semenya, campeona del mundo de los 800 metros, de la que, según el *Daily Telegraph*, los análisis de la Federación Internacional de Atletismo dice que «no es un hombre, pero tampoco una mujer. Carece de útero y en vez de ovarios tiene testículos internos que producen una elevada cantidad de testosterona», lo que explica su potencia muscular.

En la mayoría de hermafroditas, aparte de las citadas irregularidades, la parte del sexo más similar a ambos géneros (el pene y el clítoris) tiene unas medidas intermedias que, sin llegar a las masculinas, superan en longitud y diámetro al clítoris femenino. Y las bolsas testiculares están en mayor o menor medida dentro del cuerpo como formando una extraña e incompleta vagina.

Son cuerpos que no se decantaron completamente durante la formación del feto, entre la 14.a y la 16.a semana, hacia uno u otro sexo y no desarrollaron completamente las particularidades de uno ni de otro, y su apariencia física hace pensar que pertenecen irregularmente a ambos sexos.

En los primeros años de la revista *Interview*, en los ochenta, J. R., un personaje barcelonés sin otra referencia que la fotografía de su cara, pelo blanco, peinado y vestido pulcramente y con apariencia normal, ofreció detalles de su caso. Al parecer, poseía ambos atributos sexuales, el femenino y el masculino. Contaba que, como hijo único y con sus padres ya fallecidos, nunca había tenido relación íntima con persona alguna ya que se sentía, aunque en su vejez lo había aceptado, como un fenómeno extraño de la naturaleza.

Los científicos consideran que el grado o nivel de testosterona crea infinitas variedades en cada género.

Aparte de pequeñas variaciones físicas, en algunas mujeres puede advertirse un carácter más fuerte debido a un mayor nivel de testosterona, y si el nivel es más bajo de lo normal, los hombres heterosexuales son más barbilampiños (falta de barba, etc.) y muestran un carácter de mayor sensibilidad en general. Todo ello con independencia de la capacidad intelectual, que aparte de una cuestión de genes es un tema educacional y de influencia de los diferentes entornos en que cada persona vive.

De modo que frente a estas realidades no es difícil comprender que si bien todas las caras tienen dos ojos y dos orejas, una nariz y una boca, ninguna es idéntica a otra, otro tanto ocurre con el cuerpo: el grado de sexualidad o los genes que cada uno haya heredado y su posterior desarrollo en los primeros años de vida nos hacen a todos distintos en todo. Prácticamente irrepetibles. «Similitud pero no exactitud» es la clave para entender el físico, la mente y el carácter de los seres humanos.

Los factores educacionales, familiares y religiosos son en definitiva los que complican las cosas y dan lugar a muchas faltas de entendimiento, no solo entre las personas sino, en muchos casos, de cada persona consigo misma.

Resulta un tanto increíble en pleno siglo XXI que, por creencias religiosas o por prejuicios sociales, muchos jóvenes varones que se sienten gays se someten a tratamientos psiquiátricos para «curar la homosexualidad», como denuncia un elaborado artículo de J. Gabarró, A. Mateu, A. Serra y M. Verdaguer en *El Periódico de Catalunya* (junio de 2010), «Del armario al diván».

La profesión médica abomina de estas prácticas por su ineficacia y por graves perjuicios que puede causar al paciente, como denuncia uno de ellos, Ángel Llorente, presidente de la Asociación Cristiana de Gays y Lesbianas, que explica que con el tratamiento perdió el deseo y quedó anulado sexualmente, con una frustración profunda que afortunadamente con el tiempo consiguió superar aceptando su sexualidad.

La Conselleria de Salut de la Generalitat catalana ha anunciado acciones legales contra los médicos que traten la homosexualidad como un trastorno, ya que al considerar enfermos a los gays podrían incurrir en una mala praxis. Esta situación no se presenta con las mujeres lesbianas, que sorprendentemente no sufren los ataques de la sociedad. El tipo de sexualidad de una mujer, por su discreción, resulta menos anatémizada y en absoluto perseguida.

La clase de atracción sexual que puede experimentar una persona en principio viene dado por las variadas proporciones de los diferentes cromosomas de nuestro cuerpo. Después, el factor educacional corrige, estimula, aumenta o intenta anular las tendencias de cada ser humano a ilusionarse por una u otra persona de modo que cada preferencia cada vez más acusada está por encima de la coincidencia o complementariedad del género.

En la mayoría de los casos, la transexualidad no es un capricho del hombre que quiere ser mujer o a la inversa. Cuando se profundiza en el pensamiento y las sensaciones de muchos de ellos, es posible comprender que en buena parte de los transexuales la ciencia y la cirugía acaba por normalizar algo que la naturaleza dejó a medias. En los últimos años se hizo famoso Amor en el programa *Gran Hermano* de Tele 5. Originario de

Fuerteventura, ante la presentadora Mercedes Milá admitió haber nacido con un cuerpo equivocado. Luchó haciendo «bolos» por discotecas de media España para reunir el dinero necesario para que la operasen y sentirse al fin esa mujer que bullía en su sangre en un torbellino de sensualidad, «la fiera de Fuerteventura», como la llamaban en su isla. Y así lució mujer —sin pechos operados— en una sesión fotográfica publicada por *Interview*, desde Miami. Natural, sin artificios ni muestra de pene alguno. Eso sí, todas las imágenes muestran un cuerpo con espíritu de mujer.

Con notable discreción, la espléndida actriz Bibi Andersen fue una de las pioneras transexuales en España, a la que todo el mundo respetó y sigue respetando.

Igual reconstrucción quirúrgica sufrió el famoso economista Deidre Macklosgui, que reivindicó —no sin el escándalo de los puristas— su transexualidad.

Durante la larga selección de datos y la redacción de este libro tuve la suerte de conocer de cerca a una persona que ha vivido también un cambio de sexo quirúrgico. Logró convencerme de lo afortunada que es esta posibilidad para la psique de los jóvenes que sienten haber nacido mujeres, y cómo la transformación les libera de multitud de traumas.

Así, puede decirse que la transexualidad es fruto de un sentimiento arraigado en lo más profundo de algunos jóvenes desde el momento en que se despierta su sexualidad.

Un cambio de sexo que experimentó Mario, que pasó a ser Mariola y vivió un drama humano resuelto satisfactoriamente. Estas son las conclusiones de una entrevista que amablemente me concedió, ya como mujer.

—Desde muy pequeña siempre me sentí niña. Vivía y me comportaba como una niña. Y cuando tuve conciencia, esa era mi propia identidad mental. En la adolescencia descubrí que me gustaban los chicos. Después fui consciente de que no era homosexual. Me sentía en un cuerpo que no reconocía como mío, que la naturaleza me había dotado con otro aspecto y no era yo. No quería ni mirarme en el espejo, lo evitaba, era violento. No cuadraba con mi modo de sentirme mujer. Me angustiaba la sensación y el drama de que mente y cuerpo no coincidían. Por fortuna, la psicología, el amor paterno y materno antes de los diez años, después en la edad del cambio y más tarde la ciencia, todos colaboraron para solucionar una situación anómala.

Está comprobado que la naturaleza hace que cada ser humano sea distinto. También con muchos grados intermedios de sexualidad del cuerpo y del alma.

—Así pude captar los sentimientos, las sensaciones y la búsqueda de una solución que tenía que ser física, de una persona transexual, que tuve ante mí —prosigue Mariola—. Sentía frustración, rabia... Podía haber nacido mujer y me preguntaba por qué me había tocado un cuerpo de hombre.

—En tus primeros recuerdos, ¿cómo te sentías, hombre o mujer? ¿Y cómo te veías ante el espejo? ¿Cuáles eran tus sensaciones sexuales?

—No sentía ninguna porque al no ser mi cuerpo el que veía, no me sentía hombre. No me tocaba y nunca me masturbé.

—¿Cuál era tu parte más sensible?

—Los labios y besar... Otra cosa no.

- ¿Quién te ayudó a decidirte y te apoyó?
- Yo misma, pero mis padres me dieron apoyo total.
- ¿Qué cambios físicos fueron más significativos?
- Mi sexo... Antes mi pecho era plano.
- ¿Qué intereses había en tu decisión? ¿Deseo?
- En un uno por ciento.
- ¿Necesidad?
- ¡Noventa y nueve por ciento!
- ¿Tus sensaciones actuales son diferentes? Ahora te has despertado con senos, con el sexo recompuesto. ¿Y tu sensualidad?
- Me siento sensual y sexy. Me encanta mi cuerpo.
- ¿Cuáles son tus sensaciones de cómo te sentías tratada antes?
- Igual, porque en mi entorno siempre me trataron como mujer, desde pequeño.
- ¿Cuál es la parte de tu cuerpo más sensible?
- Ahora tengo sensaciones nuevas en todo el cuerpo que antes no tenía, porque yo no tenía relación conmigo misma.
- En tu transformación, ¿qué función puedes hacer ahora y antes no?
- Con mi pareja puedo hacer todo tipo de juegos como cualquier mujer. Es mi sueño, mi proyecto de vida. Me siento maternal, aunque tenga que adoptar.
- ¿Qué tipo de pareja deseas?
- Buena persona, trabajadora. Lo físico no es lo más importante. Pero que sea muy hombre.
- ¿Qué tendencia sexual debería tener para sentirte feliz y unida a él?
- Que le gusten las mujeres. He tenido suerte, pues no ha sido necesario retocar mi cara ya que siempre ha sido femenina.
- ¿Qué consejo darías a personas que ya desde la preadolescencia o adolescencia no se sienten satisfechas con su sexualidad?
- Que no tengan miedo a contarlo a su familia y realizar el cambio lo antes posible... Cuanto más años pasan es más difícil. Solo con hormonas no basta.
- En tu caso, ¿tu sexo y tu mente estaban en contradicción con tu cuerpo?
- Solo me molestaban el pene y los testículos.
- También resulta interesante conocer en detalle el proceso médico de un cambio de sexo.
- En los análisis mis hormonas eran, en un porcentaje altísimo, femeninas, dentro de mi cuerpo masculino. Mi doctora comenzó a darme hormonas seis meses antes de operarme. No necesité hormonarme más al tener tantas de nacimiento. Entonces conocí a un chico a los diecisiete. Mi familia lo aceptaba y él me respetó. Se enamoró pensando que era mujer porque nos conocimos cuatro meses antes de convertirme, a través de la cirugía, en mujer a todos los efectos. En un mismo día me implantaron más senos, que ya me habían crecido. Y mi pene se había atrofiado, lo que facilitó el cambio y la operación.
- »Hay transexuales que antes de someterse a una operación de cambio ya se les ve

mujeres. Todo el mundo desde muy jovencita ya me decía: qué niñita más mona, qué ojos, qué guapa. Nunca tuve nuez (¡mi padre tampoco!). De adolescente todo el mundo pensaba que era mujer, por eso mi primer novio se enamoró de mí. La maternidad es la única pena que siento y tengo, pero hoy en día con la adopción es más fácil... mi angustia será menor porque podré tener hijos. Cuando nací me inscribieron como Mario y después de operarme hice los trámites y, con certificados de los médicos, te inscriben y te dan legalmente la nueva documentación como mujer.

Una historia humana en la que la medicina actual recompone y mejora lo que la naturaleza creó de manera equívoca. Equilibra en un cuerpo masculino el sentimiento de una mente que se siente totalmente femenina.

En todos mis estudios y búsquedas para la redacción de esta obra, curiosamente, no he hallado ninguna mujer de nacimiento que haya sido ayudada ni operada para convertirse en hombre por sentirse masculina. Aunque sexualmente se sientan atraídas por mujeres, posiblemente su papel dominante en su pareja les haga sentirse satisfechas y no necesiten ninguna intervención.

DESNUDISMO

Ya Ortega y Gasset en 1926 tuvo la visión de que el hombre (y la mujer) occidental se dirigía hacia una profunda reivindicación de su cuerpo, a una resurrección de la carne. En cierto modo, es el concepto básico de la vida en la sociedad actual.

El irreductible e independiente Diógenes mostró no ser esclavo de la indumentaria, pero tampoco permitió que la obsesión por el desnudismo atormentara su mente. Era su modo de sentirse libre y humilde.

En 1931 en la época de la República catalana, Laura Brunet, pseudónimo de un escritor masculino autor de obras «histórico-galantes», de literatura afrodisíaca y ensayos sexuales, publicó el libro *Desnudismo integral*, proponiendo «una nueva visión de la vida». Es un libro serio, a favor del desnudo, que buscaba dar al cuerpo el valor que la sociedad no le otorgaba y en el cual se hacía eco de los campamentos, escuelas y comunidades que en Alemania, en el colegio de Lüneburg, en Motzensec, cerca de Berlín, en una colonia de hogares de Leiligensee o en la Escuela Laban, se vivía, se estudiaba y se practicaba deporte con el cuerpo al natural. Uno de los avanzados en esta filosofía de vida fue el alemán doctor Fraenzel, muy valorado en las primeras décadas del siglo XX como impulsor del culturismo. Los estudios de la UFA, que más tarde trabajó para Hitler, rodaron bucólicos documentales de desnudos artísticos en bellos ballets en paisajes naturales.

Son muy variadas y diferentes las sensaciones que producen hombres y mujeres en la playa —o la piscina—, según vistan bañador o vayan desnudos. Entre las olas, ellas se sienten muy a gusto cuando se atreven a ir desnudas, pero moviéndose entre la gente en bañador suelen sentirse incómodas, salvo en las playas nudistas, donde todo el mundo se muestra igual. En estos casos aparece la necesaria decisión de aceptar —cualesquiera que

sean— las formas de su cuerpo.

El nudismo que puede verse en algún punto de Barcelona —hombres en bicicleta o paseando— apenas causa sorpresa, pese al constante movimiento de los órganos sexuales masculinos. Resulta natural para la mayoría de transeúntes, que lo valoran más como una revolución liberal que una provocación.

Sin embargo, que yo sepa, ninguna mujer —salvo la legendaria Lady Godiva—, se ha decidido a salir desnuda por las calles. Con las herencias machistas aún latentes, ellas son sensatas en no crear expresamente una reacción. Y también se quiere evitar una sensación desagradable, ya que muchos «portales», con los movimientos corporales o subiendo escaleras, etc., separan y abren los labios, lo que produce cierta incomodidad y visualmente puede resultar antiestético. Máxime cuando pueden quedar visibles los habituales «colgajos» interiores.

La típica discreción femenina quedaría en entredicho.

Muchos varones reconocemos —al igual que muchas féminas lo han notado en sus parejas— que las tres formas básicas del sexo externo resultan incómodas y estorban, tal como ocurre con los senos de la mujer en algunas circunstancias. Es por ese motivo que hombres y mujeres usan ropa interior, aunque en Estados Unidos está extendida la costumbre de que las mujeres no usen bragas. Algunas, como últimamente la cantante Bridney Spears, lo confiesa abiertamente.

EL COLOR DE LA PIEL

Los hombres y las mujeres que valoran el sexo de la mujer desdoblán en su búsqueda todos los pliegues, buscan los resquicios y abren el telón de las medialunas para disfrutar del vivo tono en su interior.

Existen muy diferentes tonos de piel en zonas o partes de un mismo cuerpo: de cara y de cuerpo, de manos y de sexo, etc.

Los muchos colores y contrastes (a veces auténticas sorpresas el primer día de relación) del color de la piel tiene un total sentido, y no siempre en armonía... La piel es uniforme únicamente en las etnias nórdicas, de padres y abuelos de piel y ojos claros, así como en los de piel oscura con similares antepasados sin mezclas y que mantengan la uniformidad del tono de piel en todo el cuerpo, excepto el interior de la boca.

Largas exposiciones al sol, en bañador o bikini, también provocan fuertes contrastes que deforman visualmente los cuerpos, con partes de piel morena y zonas blancas lechosas.

La textura y el tono de la piel son importantes: uniforme o equilibrada, flácida o tensa, volúmenes sólidos o sin consistencia, pliegues que no desentonan en cuerpos jóvenes, o bien cuidados por una buena alimentación, una salud desintoxicada y un ejercicio equilibrado y regulado. Si se cuida el cuerpo, en cualquier edad madura puede exhibirse una piel deseable.

Piel que puede mostrar belleza si insinúa suavemente el esqueleto, o que puede lucir

desbordante por los excesos alimenticios que acumulan grasas en puntos varios del cuerpo. «A la naturalidad que da belleza al cuerpo se le perdona todo», dice la escritora francesa Muriel Barberry, excepto, digo yo, la vulgaridad.

BELLEZA

La mujer no presenta una única belleza estática, como vemos en las revistas. Lo que la potencia es, además de un adecuado vestuario, su expresividad en conjunto: la cara y el cuerpo en movimiento.

El crítico Ricard Mas confiesa que cuando revisa la revista *Playboy* le atraen más los chismes tecnológicos que las señoritas retratadas. Todo lo contrario de lo que le pasa cuando sale a pasear.

No hay duda de que en todo concepto de belleza corporal lo que prima es el conjunto visualizado. Y en lo que se refiere al insinuado sexo de la mujer, son necesarias ciertas consideraciones.

La parte exterior del sexo femenino puede resultar visualmente agradable o provocar rechazo, y a veces la impresión solo depende de que se observe con luz y claridad o con cierta oscuridad. Resulta igual como una escultura mal o bien iluminada: las formas pierden calidad con poca luz, y con la penumbra se crea un halo de misterio.

Sin fijarse en la cara, en cuerpos muy similares, si uno muestra el vello natural y otro muestra los labios y la zona púbica depilada, la sensación visual es muy distinta. Los volúmenes de los muslos o la forma del vientre parecen distintos.

Los pubis depilados y los naturales son diferentes tanto en su visión estética como en su aspecto general; los segundos ofrecen una imagen más «salvaje» y los primeros les dan cierto aire adolescente a mujeres de edad intermedia; los segundos aparentan ser menos higiénicos y los primeros, más «limpios».

El vello natural configura la visión del sexo femenino, su zona de implantación, su fuerza, color, espesor, las direcciones que toma, hacia dónde crece, aportando singulares personalizaciones a cada mujer.

La dirección en que nace el vello pubiano produce auténticas obras creativas naturales: puro arte.

Si todo arte es erótico, entonces puede decirse que el sexo es comienzo y origen de todo arte. En los tiempos prehistóricos, la representación de la mujer no estaba expuesta a la censura. Las egipcias, persas, asirias, las griegas de la Antigüedad, las africanas negras y las polinesias simbolizaban su desnudez con signos característicos, consistentes casi siempre en un triángulo hendido y provisto de vello. El arte refinadísimo de la antigua China, y más tarde el de Japón, ha imitado en serio o irónicamente estas peculiaridades de la sexualidad femenina; los hindúes la idealizaron. En los pueblos primitivos se practicaba la divinización del sexo y se exhibía el falo y el triángulo hendido en todo tipo de materiales: madera, marfil o metales, utilizándolos como amuleto y talismán, o también como símbolo ornamental.

Solamente el arte de Occidente adopta una actitud especial, caso único en el mundo, con su sorprendente obstinación en ocultar el sexo para evitar que se vea. Hay que reprocharle a los griegos el haber dado el mal ejemplo inicial: ellos colocaron la primera piedra de ese monumento milenario a la mentira en las artes plásticas.

En el aspecto general, la atracción que podemos sentir hacia otra persona casi nunca es correspondida.

A algunos hombres nos atraen ciertas mujeres y a otros, otras. Pero la belleza física influye, sin duda, y por encima de muchas otras cosas. Forma parte del encanto y la diversidad, lo que lleva a buscar la intimidad.

«¿Considera alguien encantador a cualquier congénere si no imagina mantener una relación sexual con él o ella?», nos pregunta Philip Roth.

EXPRESIÓN CORPORAL

La expresión corporal —o lo que es igual, el movimiento de las muy diversas partes del cuerpo— en general revela aspectos del carácter, de la decisión, de los sentimientos, del deseo o la indiferencia mediante una amplia comunicación no verbal —aquí pienso en la interesante obra de Flora Davis—. Y cada una de las muchas expresiones que puede comunicar un cuerpo ofrece una visualización y una clasificación distinta de cada persona, sentimientos de atracción o rechazo incluidos.

Las expresiones de nuestro cuerpo transmiten pues mensajes y un sentimiento estético a quienes nos miran.

Uno de los libros que nos avanzó los fundamentos de las teorías sobre el cuerpo humano hasta hoy en día lo publicó Espasa Universidad en 1989, *El cuerpo humano*, obra del prestigioso Pedro Laín Entralgo.

Su texto recopila las diversas descripciones del cuerpo humano, desde el plano funcional de Galeno, el arquitectural de Vesalio, el celular de Virchow y el evolucionista y filogenético de Gegenbaur, ampliándolo en los aspectos genéticos, moleculares, neurofisiológicos y endocrinos, así como los análisis filosóficos de la experiencia del cuerpo humano.

Ofrece una nueva visión en la que destaca y domina la conducta de los seres humanos, lo que de modo más fundamental le caracteriza y con los enfoques que la realidad nos plantea.

Así, la expresión basada en la conducta es la que emite señales más controladas a los demás.

La expresión corporal, sea la visión de los cuerpos completamente estáticos o en movimiento físico o emocional, cobra cada vez más valor en nuestra sociedad.

Está de moda acudir a gimnasios y configurar el cuerpo mientras se hacen amistades.

Sin embargo la gimnasia ideal, el movimiento que hace trabajar todos los músculos, no existe. Se busca cada año antes de partir de vacaciones, afirma la educadora física Thérèse Bertherat, que defiende los movimientos naturales en forma de anti-gimnasia:

«Caminar, vivir con flexibilidad y con un cuerpo equilibrado en todos sus movimientos.». Es su mejor consejo.

Una diferenciación postural muy remarcable entre hombre y mujer: por más abierto de piernas que se mueva un hombre desnudo, la visualidad de sus órganos sexuales, movilidad aparte, apenas cambia, mientras que en la mujer se produce una abertura casi nunca deseable, antiestética, pues la forma de los labios se transforma. Este hecho explica la suma atención que toda mujer pone en no separar las piernas o en llevar alguna prenda que impida que su sexo se vea abierto. El pantalón para la mujer causó una auténtica revolución en los sesenta, y fueron aceptados por su lógica aportación de comodidad, sentido lógico, estético y práctico. Por ese motivo la mujer se lanzó a usar pantalones, que le daban más libertad gestual que la falda y en muchos casos «marcaban» mejor su figura.

La flexibilidad de un cuerpo de mujer aporta posicionamientos corporales muy distintos, en los que los labios sexuales se presentan de modo y formas estéticamente diferentes. Mucho más por el hecho de que, al igual que las caras, presentan formas distintas en cada persona. Todo el aparato genital femenino, y muy especialmente sus labios, por genética o por razones étnicas poseen relieves, amplitudes o longitudes muy distintos. Tan diferentes como nos aparecen los rasgos faciales de las personas.

Con el posicionamiento natural del cuerpo, la protección del sexo femenino y su portal es total. Durante la actividad normal diaria de una mujer, permanece cerrado y es prácticamente solo en la actitud de entrega y acoplamiento que los labios se abren. Solo entonces su abertura es necesariamente natural.

Sin embargo, en la expresión corporal algunos sexólogos incluyen, dentro del apareamiento de hombre y mujer, un par de factores de posicionamiento. Uno depende de la propia naturaleza, ya que la vulva y la vagina no tienen en todas las mujeres una localización exacta. En unas, las formas óseas y la mayor o menor morbidez del pubis hacen que el sexo se sitúe a mayor altura; con los labios destacados fuera de los muslos, más salientes y con todo el conjunto adelantado hacia arriba. En otras, el sexo se sitúa más retrasado y bajo, en medio de las piernas. Entre ambos extremos existen múltiples situaciones intermedias.

Ello incide especialmente en la importancia del posicionamiento corporal para facilitar el coito, según tenga la posición de la entrada a la vagina (si la mujer la conoce). Para acoplarse debe mantener el pubis bajo y sin adelantarlo en el primer caso, o bien elevado al máximo para facilitar la penetración cuando la situación de la abertura es muy retraída o retrasada. Algunos libros de sexología destacan la importancia que tienen para copular tanto la erección masculina como este posicionamiento algo forzado que efectúa la mujer para facilitar el coito haciendo que ambos sexos coincidan. Se afirma que son los dos puntos más frecuentes —además de los molestos y excesivos pliegues vaginales que si no están humedecidos o lubricados dificultan la penetración— que consultan muchas parejas con dificultades para consumir el acto sexual de modo fácil y natural.

A veces el coito duele si ella no está excitada, si no lo desea plenamente y por tanto no se ha humedecido lo suficiente, sobre todo en las primeras relaciones, y así, al tener que

dilatar los labios y la vagina sin haberlo previsto ni preparado mentalmente, el acoplamiento resulta menos agradable, más dificultoso y escasamente placentero.

Relaciones íntimas y comportamiento sexual

La unión plena entre dos seres, a pesar de implicar el goce de todos los placeres sexuales, es un Yoga benigno que libera.

KAULARAHASYA

Hay que esforzarse en evitar, como dice Jane Austen, que «la mitad del mundo no pueda comprender los placeres de la otra mitad».

El sexo es un don por el que es necesario dar las gracias a Dios. El jeque, imán, sabio y noble Sidi Mohamed al Nefzawi, comienza así su obra *El jardín perfumado*: «¡Lorado sea Dios, que ha situado la fuente del mayor placer del hombre en las partes naturales de la mujer, y la fuente del mayor placer de la mujer en las partes naturales del hombre!»

Antes de Freud, la teoría que distinguía a los humanos se apoyaba en tres instintos: el de supervivencia, el de reproducción y el gregario. Freud agrupó los instintos en dos tipos: el *tánatos* (relacionado con todo tipo de comportamientos destructivos) y el sexual o comportamiento que procedía del eros, impulsados por la libido.

Infinidad de personajes de la Antigüedad practicaron las relaciones íntimas buscando que el amor y la pasión constituyeran un camino que llevara de la sensualidad a una unión y un sentimiento más espiritual. Douglas y Slinger en su libro *Secretos sexuales* lo confirman con el ejemplo de uno de los grandes sabios de la antigua Grecia: «Sócrates se instruyó en el arte del amor con Diótima. Al iniciarle, ella le subrayó la importancia de la belleza del compañero, por su capacidad de estimular primero y elevar después la pasión desde el plano sensual al espiritual. Las enseñanzas tántricas coinciden en esto. Y si bien la belleza física reviste un gran valor, no es suficiente por sí sola. El poder y la importancia de la belleza del alma supera a la belleza superficial, como lo testimonia el ejemplo del mismo Sócrates.»

«La amistad está próxima al amor maternal, al amor fraternal, al amor eterno, al amor puro, sueño siempre deseado que no es el amor bajo la cubierta del amor, sino un sentimiento puro, nunca exigente y, por lo tanto, eterno. La amistad ha unido a más personas que el amor. Es preciosa y sagrada», nos dice la actriz alemana Marlene Dietrich. En su deseo de desmitificar todos los aspectos sexuales tanto en el hombre

como en la mujer, el ginecólogo australiano Llewellyn-Jones insiste «en una relación amorosa afectuosa entre una pareja no debe existir ni resentimiento ni vergüenza, y sí una libre amistad basada en la confianza y aceptación mutua y una buena comunicación».

La atracción mutua lleva a la amistad, como muchas amistades llevan a relaciones más íntimas, en sus infinitos grados... En miles de parejas que se sienten bien juntos encontraremos cientos de variantes de la relación entre dos personas... La intimidad tiene muchos niveles, desde la superficialidad típica de otros siglos hasta los amores platónicos, o la total entrega sexual mutua, que varía y profundiza la sensualidad en la medida en que la pareja adquiere curiosidad, inquietud, experiencia y una aceptación mutua amorosa y placentera.

La actual sociedad occidental evoluciona hacia la máxima liberalidad, tanto en las relaciones íntimas como en la elección del momento adecuado para procrear, incluyendo la «comodidad» de intercambios esporádicos, tan de moda desde el cambio de siglo.

En esta actitud que muchas mujeres mantienen y que antes parecía provenir solo del hombre, el portal de vida, sus partes sexuales, parecen convertirse en mero —aunque no despreciable— instrumento de placer y complacencia.

Los genitales femeninos, como los del hombre, son las zonas más excitantes y altamente desencadenantes de la libido. Reúnen la máxima sensibilidad, que provoca una de las más excitantes sensaciones del cuerpo humano. El sentido del tacto es una de las más delicadas bases de nuestras sensaciones. Así, resulta acertada hoy en día la frase de Chandamaharosana Tandra: «La mujer es la iniciadora, la procreadora, la evocadora del placer. La amable compasiva. Como el objeto de los cinco sentidos. ¡La mujer está dotada de forma divina!»

Consideraciones aparte, *El origen del mundo*, célebre óleo de Gustave Courbet, es ciertamente el portal de vida, aunque el origen de la vida humana casi siempre comienza por una mirada tierna y un simple beso.

Dos miradas seductoras que coinciden, un mutuo deseo, o las tiernas caricias en una cara, son en realidad el origen de la vida de un ser humano en muchos casos. Después será el portal íntimo y maternal de la mujer el que da el último empujón para traerlo al mundo.

Desde un tierno inicio y después a través de un casi milagroso proyecto físico, surgimos del preciado portal al mundo, a la vida, al universo, atravesando ese espacio amoroso, tierno, oculto, preservado, imaginado, deseado antes de concebirnos.

Los antropólogos, los naturistas y muchos intelectuales de conceptos avanzados se preguntan por qué ocultamos la atracción animal entre los sexos, como lo hacemos de sus propias formas, siendo como es la base de la reproducción y la existencia de la humanidad.

«La relación sexual da esa intimidad que solamente tiene la madre con el recién nacido», afirma Isabel Allende en defensa del valor que el sexo tiene para la vida de los humanos.

No hay duda de que la vida de un nuevo ser —antes de que llegue a atravesar el portal

de vida de su madre— comienza por la atracción y el deseo que se produce entre un hombre y una mujer. Casi siempre tras una natural relación sexual íntima.

No falta ni debe faltar romanticismo en la mayoría de los casos, como tampoco entrega sincera y amor verdadero, como ya insinuó George Sand con su célebre frase: «Te amo para amarte y no para ser amado, puesto que nada me place tanto como verte feliz.» Una parábola que nos enfrenta al verdadero amor.

El *Kama Sutra* de Vatsyayana —un brahmán del siglo III— se considera una filosofía sagrada.

Marc de Smedt, un experto, edita en 1980 *Le Kama Sûtra*, donde consigue traducir a la mentalidad occidental todo ese espíritu milenario de la India, auténticas enseñanzas que a través de rituales ancestrales contenidos en textos sagrados intentan guiar y dar valor a las relaciones humanas.

Se equivocan quienes no han profundizado en el *Kama Sutra* — que en general no representa para el vulgo más que unos ejemplos eróticos de relaciones íntimas — , ya que tiene en realidad un sentido más profundo. Con el gran valor añadido de que en todo aspecto de la relación se respeta por igual al hombre que a la mujer. Se da igual valor al sexo femenino que al masculino. Equilibrio en la complementación.

El *Kama Sutra* no es un manual de gestos, movimientos y contorsiones eróticas como puede parecer por las imágenes que acompañan al texto. El acoplamiento entre dos seres no es más que «el final de un clima creciente de toda una parada amorosa donde la mirada, las manos, los colores, el perfume, los poemas, la música y los gestos corporales muestran todos los grados y matices de los sentimientos, todos los niveles del deseo y los sutiles variantes de la aproximación».

Esta filosofía se inscribe dentro de un contexto religioso profundo que propone consejos de integración armoniosa entre los seres dentro de la sociedad, así como ante el orden cósmico universal.

Finalmente, hay que entender que en la época en que Vatsyayana concluyó sus textos, el acoplamiento de una pareja no podía tener únicamente motivos de placer como ocurre frecuentemente en la actualidad. Sin medio alguno para impedir la fecundación, todas las sugerencias sensuales íntimas que el *Kama Sutra* propone tienen el objetivo final —se consiga o no— de la procreación.

De ese modo el acto sexual —la normal penetración, base de esta filosofía— resulta un manual de educación para un fin admirable: la creación de vida, por más que se sublime la magia de los intercambios amorosos, la fineza de sentimientos dulces y voluptuosos y un romanticismo total en el acto amoroso como un canto a la existencia.

«Un auténtico tratado físico, espiritual y poético del amor», es la calificación que dan los expertos que han profundizado en su filosofía. Un verdadero yoga tántrico sexual que libera los flujos psíquicos con la experimentación de la felicidad.

En 1966, William Masters (1915-2001) y Virginia Johnson (1925) hicieron un estudio en el que filmaron y observaron más de diez mil coitos, con el fin de describir de forma científica y objetiva los cambios físicos producidos durante la actividad sexual. Estos autores dividieron las fases de la respuesta sexual en cuatro: excitación, meseta, orgasmos

y resolución. Posteriormente Kaplan, en 1978, añadió una fase inicial de deseo, y Leiblum, en 1990, agregó una fase final llamada satisfacción.

En uno de los capítulos del libro *Camas*, Lourdes Ortiz define dentro del «Decálogo del buen Casanova» detalles para que el hombre se haga apreciar sexualmente:

«Precipitarse y dejar a la chica descontenta es un típico problema. Se le perdona que al final no pueda, pero no se le puede perdonar que no sea cuidadoso y atento con su *partenaire*. No es su hombría lo que está en juego, sino su capacidad para proporcionar placer.» Una realista actitud que asegura unas relaciones exitosas y adecuadas a la mujer si se tienen en cuenta las muy diferentes reacciones de ambos sexos durante las relaciones íntimas. Es el secreto de una exitosa relación que supone en muchos casos en las parejas de hoy el camino para evitar decepciones y desamores.

La mujer siempre tendrá ventaja cuanto más conozca al género masculino.

Ya desde niño, el hombre tiene un espíritu competitivo en el 65 por ciento de los casos.

A ello se añade que entre los 9 y los 15 años los niveles de testosterona suben un 250 por ciento —según la científica y neuropsiquiatra estadounidense Louann Brizendine—, y ello altera su percepción de la realidad y sus actitudes sexuales.

«El cerebro masculino y el femenino son más similares de lo que la gente cree, aunque varían en cómo experimentan las emociones. A los hombres les falta empatía emocional, pero solamente necesitan 12 centésimas de segundo para clasificar a una mujer como sexualmente interesante o no, y tienen tres veces más interés en el sexo (como promedio) que la mujer. También son ellos quienes más insisten en la variedad y repertorio de posturas y lugares, así como en el sexo oral.»

También insiste en la controvertida narcolepsia y resume en su estudio que el hombre necesita dormir después de practicar sexo, dependiendo de la edad, el nivel de salud y la intensidad con que se ha practicado.

«Muchas mujeres piensan en esos momentos que él no la quiere, que estaría hablando con ella si no fuera así. Pero deben comprender que el mayor desgaste físico en el hombre le exige una mayor o menor necesidad de reponerse.»

El estar en buena forma física, sin cansancio ni estrés, antes de los juegos íntimos, facilita tanto que el hombre actúe como la mujer espera, como la fase narcoléptica de posterior recuperación, esto último según la cantidad de eyaculaciones que se hayan producido.

La mujer y su organismo pueden disfrutar del sexo y los orgasmos seguidos, durante días y días, continuos, al tener mayor resistencia física que el hombre. Al llenarla anímicamente, el sexo le da más energía.

Al contrario que en la mujer, el cansancio que siente el hombre después de una eyaculación es tan antiguo como el primer coito.

El consejero sexual del famoso emperador Peng Tze dijo ya hace mil años: «Después de eyacular el hombre está cansado, le zumban los oídos, sus ojos le pesan y desea dormir. Tiene sed y sus miembros están débiles y rígidos. Durante los pocos segundos de eyaculación disfruta de gratas sensaciones, pero después se queda exhausto durante horas.»

Una certeza en que debe creer la mujer y una pauta a la hora de actuar. Buena parte de las féminas deberían desterrar de su mente la errónea creencia de que si no logran que su pareja eyacule es un fracaso por su parte, como si su feminidad no fuese competente.

En todas las actitudes de predisposición ante el hombre, se debe tener en cuenta la importancia que dan ellos a la instintiva visualización de la mujer. Su reacción positiva ante una fémina se decide en buena parte por como la ve. No solo en actitud de interés, insinuación, incluso de provocación. Ninguna de estas señales son definitivas por sí solas si al hombre no le apetece la imagen visual que tiene ante sí.

La buena o como mínimo correcta imagen que una mujer ofrece, aunque sea inconscientemente, resulta un inicio de aceptación. Así pues, todos los aspectos visuales de las personas (igual ocurre para el hombre cuando lo mira una mujer) deben tener un mínimo de cuidado y buena apariencia.

En este punto cabe mencionar la «investigación» tan peculiar que sobre este asunto realizó Francesc Miralles, historiador de arte:

«Desde siempre la sociedad ha juzgado mal, cuando no despectivamente, a aquellos hombres a los que denomina donjuanes o falderos por acercarse insistentemente a la mujer. Para algunos no hay duda de que constituye un deporte, en el cual el físico y la estadística se imponen de manera tajante. Pero para otros, acercar el rostro a una mujer por primera vez en la cama y hacerle el amor por primera vez es un ejercicio de alta investigación. Y aquí no quisiera que la palabra investigación se entendiera a la manera analítica y clasificatoria, pongamos por caso, de un Linné, sino en el profundo sentido de un encuentro, de un conocimiento nuevo.

»Cuando te acercas por primera vez a una mujer para besarla en la boca, estás pendiente del sabor de su saliva, de los movimientos de su lengua contra la tuya, del encaje de los labios y las bocas. Alargas la caricia y sensibilizas la nueva piel, su finura, su suavidad, su tosquedad, su punto seco o graso. ¿Cómo serán sus pechos? ¿Tendrán la elasticidad natural, serán firmes, notaré algún implante artificial? Al llegar a los pezones, ¿cómo se me definirán? ¿Casi de imperceptible relieve sobre el pecho o prominentes unos centímetros? ¿Tendrán el suave surco horizontal que los convierte en un vivo grano de café? ¿Me provocarán un primer desconcierto? ¿Tendrán la aureola grande, tenue, rosácea o decididamente marrón?

»Sigo el descenso: ¿El ombligo se moverá como una barca que oscila en un mar sugestivo y en movimientos ondulatorios, o será como un accidente geográfico en medio de una tensa musculatura de gimnasio?

»Y al bajar la mano al pubis, no sé si me encontraré con un perfecto rasurado del monte de Venus o con un vello ajeno a las modas que se me ofrecerá en estado natural, hirsuto o suave, guiándome hasta el clítoris. ¿Este será protuberante, discretamente erguido o casi imperceptible de volumen? A las caricias, ¿responderá inundando los labios vaginales o será preciso insistir para que se aleje de la sequedad? ¿Qué olor tendrá este nuevo sexo? ¿Qué sabor sus flujos: ácido, meloso? ¿Será pegajoso?

»Cuando nos penetremos, ¿me sentiré enganchado, prisionero de ella, liberado a la suerte de sus emociones o sus caprichos?

»Después, ¿qué olor desprenderemos: se impondrá el olor del sudor al de los sexos?

»La primera vez que profundizamos en el cuerpo de una mujer, asistimos al fascinante descubrimiento de cada parte que queda al alcance de nuestros sentidos; sensaciones de las que otras personas tendrán con el mismo cuerpo.

»Y descubrimientos similares hará la mujer que está con nosotros, con nuestro cuerpo. Lo someterá a un largo análisis sensorial, a una larga investigación corporal.»

Para seducir, una buena higiene, un vestuario correcto y pulcritud en el cabello, la barba y/o el bigote, en general le bastan al hombre si van acompañados de una agradable actitud comunicativa.

La mujer posee mayor cantidad y variedad de elementos seductores que el hombre, y ninguna mujer —por más profunda voluntad feminista o intelectual que le mueva— debe renunciar a ellos. Un cabello vistoso que encuadre el rostro de modo favorecedor, un maquillaje que aportará belleza si está bien orientado y aparenta naturalidad... hasta un simple brillo en los labios puede impactar la percepción visual del hombre.

El vestuario, por más modas y tendencias que ofrezcan los fabricantes, nunca debe disimular las bellas formas de un cuerpo. Existen prendas correctas, como unos tejanos bien ajustados o un top de punto, que inciden positivamente más que el vestuario tipo túnicas, por ejemplo, o cualquiera de las muchas prendas que deforman u ocultan la naturalidad del cuerpo. Si la mujer no aprecia las deformaciones de su cuerpo —exceso de grasa casi siempre—, debe encontrar —bien asesorada o con buen sentido estético— una vestimenta cuyas prendas disimulen el exceso de curvas.

En los primeros estadios de la relación no hay que cuidar mucho más, pero cuando se entra en la relación íntima la mujer actual tiene otras armas. Cuando se desnuda no le queda más adorno corporal que una larga melena. Así, no resultan extrañas las longitudes preferidas por las jóvenes y las mujeres activas. Mechones de cabellos resbalando sobre el pecho y acariciando los senos resultan tremendamente sensuales.

En las relaciones sexuales, exhibir el vello pubiano o los labios vaginales no es la única manera de excitar a la pareja, según la educación o la mentalidad de esta, que puede excitarse más con uno u otro elemento. También valen las variaciones (zonas rasuradas o tonos de coloración) que aportan sorpresa o novedad. Y las prendas femeninas que cubren el pubis, e incluso, según los hábitos sexuales, descubrir que una mujer no usa bragas. Se sabe que un alto porcentaje de norteamericanas tiene la costumbre de no usar esta prenda, tanto las que consideran que un pantalón tejano ajustado no debe marcar el borde de las bragas, como las que lo utilizan como prenda provocativa, cuidando que las costuras centrales del pantalón rocen, marquen o se introduzcan ligeramente entre sus labios.

La depilación del vello visible ayuda sobremanera a dar una imagen más suave y femenina, especialmente cuando se trata de vello oscuro y grueso en brazos, piernas e incluso zonas del vientre. Además, en la época actual muchos hombres se depilan todo el vello, casi siempre inducidos por las mujeres.

El gran cambio que se observa en la mayoría de modelos de arte que utilizo para escultura y fotografía es que hoy en día lucen el pubis completamente depilado, dejando

visible la forma de su vulva, porque en opinión de la mayoría es más cómodo, higiénico y las hace sentir —igual les ocurre con los senos— más mujeres.

Desean mostrar más profundamente sus características sexuales femeninas. Ello representa una nueva actitud sexual que no solo se limita a las jóvenes. Mujeres sexualmente activas de edades intermedias o algo maduras confiesan que el rasurado las hace sentir más jóvenes —remembrando la pubertad—, y más sexy. Otro aspecto de la liberalidad de las mujeres de este siglo.

Sin embargo, los hombres se sienten divididos frente a estos fenómenos, ya que desde siempre un pubis poblado y natural les ha despertado la libido, por lo secreto y oculto. Es un elemento con el que las mujeres pueden jugar según sus preferencias o para mantener el interés de su pareja.

EDUCACIÓN SEXUAL

«Cada vez es más necesario revisar nuestros conceptos de pasado, presente y futuro. Las opciones proliferan a nuestro alrededor —nos dice J. G. Ballard en la introducción de su novela *Crash*—. Vivimos en un mundo casi infantil donde todo deseo, cualquier posibilidad, trátase de estilos de vida, viajes o identidades sexuales, puede ser satisfecho enseguida, y esto confunde y aleja de las realidades más sencillas, de lo natural.»

La educación sexual, siendo imprescindible para ambos géneros, provoca diferentes actitudes en la sociedad, pese a que una buena relación entre dos personas hoy en día es una de las claves de la felicidad.

Se encarga a las escuelas la responsabilidad de impartirla, cuando nadie puede hacerlo con más facilidad y cariño que los propios padres. El padre a sus hijos varones y las madres a sus hijas. Sin duda es la vía más sencilla y eficaz, aunque una gran mayoría de progenitores se desentiende de la labor.

En las escuelas, los problemas son otros. Suele haber un ambiente de «risitas» cuando se enfoca el tema, o falta de experiencia educativa, ya que muchos maestros o maestras nunca recibieron información en su adolescencia ni han seguido cursillos pedagógicos para enseñarlo adecuadamente.

Se dan a conocer los órganos reproductores hablando sobre su misión, pero muy poco o nada sobre las actitudes necesarias para que uno y otro género tenga la precisa orientación sobre cómo relacionarse con naturalidad, respeto y ética. En algunos casos todo se centra en las medidas para evitar sorpresas desagradables, como usar condones o tomar la píldora anticonceptiva.

La pastilla anovulatoria ha facilitado plenamente el cambio de actitud y de poder entre ambos sexos.

Todo son facilidades hoy en día. La ciencia ha conseguido que las mujeres de todas las edades sientan seguridad. A la contracepción por el uso de la píldora o la fácil implantación de DIU plásticos que se adaptan a la vagina cerrando el paso del semen a la matriz, se une ahora la pastilla del día después, que se utiliza para casos imprevistos o

«emergencias», y además hay facilidad para abortar antes de la formación del feto en los casos previstos por la ley.

La amplia protección de que dispone actualmente la mujer ha causado una inconsciencia y liberalidad en cierto modo excesivo, en particular entre las adolescentes. El control y las prevenciones que existen para el libre uso de su cuerpo y sus actitudes sexuales conducen al mismo estado de irresponsabilidad que ha sentido siempre el hombre. Ellas, más seguras, se sienten más iguales aunque la naturaleza no deja que cambie el hecho de que la fecundidad siga siendo siempre algo que atañe a las mujeres. Nunca es algo a lo que se enfrenta el hombre.

Estas seguridades que en teoría deberían evitar embarazos indeseados, no han impedido que miles de jóvenes tengan que acabar abortando o siendo madres en una época de su vida en la que no están aún preparadas.

Tantas seguridades han hecho olvidar una pauta natural en el proceso femenino de fecundación que hoy en día —no dudo que por intereses comerciales— no se tiene en cuenta. Antes de que las autoridades norteamericanas en 1960 dieran vía libre a la comercialización de la pastilla anovulatoria, las mujeres se preocupaban y conocían mejor su cuerpo, y sabían muy bien qué días del mes podían quedar embarazadas.

Tres ginecólogos de prestigio, Klaus, Ogino y Smulders, en excelentes artículos, libros y conferencias precisaron con exactitud los días fértiles de la mujer, de modo que aun sin contar con tantas protecciones, a mitad del siglo pasado las mujeres prestaban mucha atención a los cuatro o cinco días «peligrosos» de su ciclo por mínimamente regular que fuese (28-32 días), para evitar embarazos y sentirse liberadas el resto del mes. Así como conocían —y alguna joven desconoce ahora— que a los pocos días de la menstruación es casi imposible quedar encinta, y que son días en que generalmente se tiene una sensibilidad especial que proporciona mayor placer. Eso sí, conocían también la clave: contar la duración de la menstruación desde el primer día de la regla y no desde su final. Sin embargo, a partir de cierto momento los conocimientos de la mujer a este respecto se han ido olvidando.

Son conocimientos básicos que, sin embargo, por lo general no se imparten en las escuelas.

Un defectuoso enfoque de la sexualidad es algo muy habitual debido a la transmisión entre adolescentes de datos inciertos, algunos increíbles y erróneos, sobre su propio sexo. Esto genera indiferencia, curiosidad o inquietud.

El sexo masculino es visible, pero los órganos sexuales femeninos —como cita Germaine Greer en su libro *La mujer eunuca*— «están rodeados de misterio. Por tanto, hay que luchar contra este tipo de ignorancia y entrar en una total y natural normalidad».

Una tendencia femenina actual es la actitud de explorar el propio cuerpo. Gabriela Wiener, una escritora instalada en el Raval barcelonés —antropóloga de sí misma, como se denomina— que profundiza e interviene en la realidad humana, proyecta un libro sobre los «imperfectos», aquellos que tienen defectos físicos, y pretende confrontar al lector con lo que ella llama un «huaco retrato», una especie de retrato robot ya existente en la época precolombiana.

«El cuerpo humano es constitutivamente deficitario —dice Francesc Orten en su libro *Economía corporal*—. La causa de ello es que somos capaces de generar más cantidad de deseo que de placer. Deseamos más que somos deseados.»

En principio es básico conocer y aceptar el propio cuerpo y sus sensaciones. Así lo expresaron centenares de mujeres explicando sus experiencias personales en el libro *Mi vida es mía* recopiladas por Joana Bonet y Anna Caballé. Esta obra delimita claramente en muchos casos el diferente estado de ánimo frente a la vida que presentan por un lado las mujeres que se sienten satisfechas u orgullosas de su cuerpo y su sexo, y por otro las que no.

Las que aceptan sentirse y ser mujeres, no deben tener reparos en conocerse físicamente. Tratar y comentar sobre la vulva, el clítoris o el himen debería ser algo natural, como hacerlo sobre los ojos o los pezones.

La mayoría de las abuelas de las adolescentes quizá se escandalicen, sus madres mucho menos. Y sin duda las adolescentes, cuando crezcan, entenderán este estudio como algo natural. Es la base de la realidad. Nuestro cuerpo es lo que somos. No podemos volverle la espalda. No solo en el conocimiento de este apartado básico que es el sexo, sino también en la manera de vivir y de cuidarse, algo que cada día tiene, con la nueva mujer, más relación entre sí.

Sin duda la experiencia de vivir más intensamente cualquier clase de intimidad sexual, hace que las mujeres se decidan a conocer elementos de su cuerpo que no deberían desconocer. Por ejemplo, la localización del centro de su placer, el clítoris, en la parte alta interna, entre suaves pliegues. O la fácil adaptación de la vagina que, si bien en estado de descanso es una suerte de espacio virtual, durante el introito, o introducción del pene, se amolda a su tamaño y grosor, ampliándose sabiamente. Así como conocer la inclinación interior de la misma. Sea la de posición más avanzada en el punto más alto cerca del pubis, o la entrada en una posición más retrasada cercana al perineo. En el libro *Las fuentes del placer*, el nuevo kama sutra árabe, su autor Haroun al Makhzouni aclara que la vulva situada bastante abajo se llama «descendente» o «en retroceso». La parte superior, o sea, la unión de los labios exteriores, no se ve cuando la mujer está de pie con las piernas juntas. Este tipo de vulva solo se ve cuando la mujer abre mucho las piernas; entonces se puede observar que comienza debajo del hueso pubiano.

Como hemos dicho, el himen, que en algunos casos puede cerrar la entrada, casi siempre en la penetración, puede rasgarse y producir una pequeña hemorragia. Es errónea su localización «dentro» de la vagina, cuando en el 99 por ciento de los casos se encuentra al final de la vulva, como una protección natural del aparato sexual.

Durante siglos y todavía hoy, en la mayoría de culturas, el himen —especialmente por la mentalidad machista de la sociedad— se ha relacionado con el valor de la virginidad. O sea, de la joven que no ha sido penetrada. Un hecho sin duda sobrevalorado. La historia está llena de anécdotas sobre el tema de la virginidad, más bien de su ausencia, pues ha provocado infinitas desafecciones, roturas de compromiso e incluso actos criminales contra la mujer y a veces sus familias.

Sin embargo, en la pérdida natural de la virginidad —es decir, la joven que consuma el

coito por vez primera— apenas han existido problemas en la cultura occidental, pues no deja de ser una anécdota sin drama, una mera experiencia personal de las jóvenes, que a veces afortunadamente aporta también poesía.

EL PAÑUELO

*Lo he guardado
en secreto, entre las hojas de un libro.*

*Me conmovió
la ternura
de sus trazos rosados.
Su blancura
se mancilló
al secar
tu primer momento de mujer.*

*Hoy
lo he tenido en mis manos...
y todo mi ser
se ha emocionado,
como aquella tarde noche de otoño.*

*Te he recordado
rodeada por mis brazos
conteniendo tu temor,
frenando la pasión que te ahogaba...*

*Pero tú
apretabas tu
cuerpo en oleadas
resistiendo el dolor.*

... Querías ser mujer para siempre.

«El viejo matiz de lo imprevisto»,
poesía del autor, 1992

Es decir, perder la virginidad sin drama, con el natural deseo que sienten muchas

jóvenes por convertirse completamente en mujeres.

Antes de este momento cumbre en la vida de una mujer se presenta el inicio de la menstruación, que también debe aceptarse con absoluta normalidad, como una función beneficiosa del cuerpo.

El hecho debería ser tratado como una transmisión oral familiar, a la antigua usanza, de las mujeres mayores de la casa que instruían y tranquilizaban a las jóvenes.

Un curioso ejemplo lo hallamos en la novela *La joya de la Medina*, de Sherry Jones, en la cual una adolescente, Aisha, es escogida por Mahoma para que sea una de sus esposas. Entonces su hermana mayor dice a su madre: «Tendrás que enseñar a esta niña unas cuantas cosas. Los hombres se casan con las mujeres por dos razones, Aisha. Para que les demos placer en la cama [machismo puro y duro] y para que tengamos hijos suyos. Tú no puedes hacer ninguna de las dos cosas por el Profeta ahora, no hasta que tengas tu flujo de sangre.»

Es la propia familia la que, con privacidad, debe asumir, mejor que la educación escolar, la transmisión de conocimientos en esta materia para que las jóvenes no sufran nunca inseguridad.

A las adolescentes hay que descubrirles poco a poco como los sentidos tienen gran importancia en la vida sexual o simplemente erótica. Cómo influye ver, oler, tocar, saborear, oír los sonidos del amor, la respiración agitada, la reacción cardiovascular, los gritos incontrolados del placer.

INTIMIDAD PERSONAL

La sexualidad de cada individuo ha de ser una elección libre y personal.

Existe un sentimiento de autoamor, muy distinto al egoísmo o el narcisismo, que es la base de cualquier práctica amorosa, sea solitaria o a dúo.

M. CHIA y D. A. ARAVA,
El hombre multiorgásmico

En su novela *Zonas húmedas*, Charlotte Roche confiesa desinhibida: «En mis malos momentos para colmarme pongo la mano sobre el monte de Venus. Lo hago así desde niña. Para mí es la parte más importante de mi cuerpo ¡Ese calorcito! Es mi centro... Deslizo la mano entre las bragas y empiezo a acariciarme. Es como mejor concilio el sueño.»

«¿Dónde empieza y dónde acaba el amor de un cuerpo de mujer? —se preguntaba Francisco Umbral—. ¿En las sesiones anímicas que siente a través del deseo?»

LA MASTURBACIÓN

Durante la niñez, la estimulación de los genitales con los dedos es un fenómeno casi universal del género humano, y durante la adolescencia, la masturbación está muy extendida. Estudios realizados en diversos países muestran que casi todos los hombres jóvenes se masturban, y que tres cuartas partes de las mujeres se han masturbado alguna vez antes de cumplir los 21 años. A medida que la persona se hace mayor y los contactos heterosexuales más fáciles de conseguir, la frecuencia de la masturbación disminuye, aunque nunca llega a desaparecer del todo. Forma parte de un desarrollo sexual normal y no provoca ningún daño o perjuicio físico, sea cual sea la frecuencia con que se practique. El único daño que puede derivarse de la masturbación es un sentimiento de culpa, provocado por la obstinada censura de la religión judeocristiana.

Aún siguen perpetuándose supersticiones extrañas y absurdas, tales como que la masturbación debilita a la persona, que hace daño a la vista y que, practicada en exceso (sea cual sea la idea de exceso que tenga cada uno), puede llevar al deterioro cerebral o incluso la locura. Aunque la masturbación no es la causa de ninguna de estas afecciones, las personas ignorantes siguen divulgando estas ideas especialmente perniciosas. Se ha asegurado que la masturbación de la mujer agranda los labios internos de la vulva, que «congestiona la pelvis» y origina enfermedades venéreas. Hoy en día todas estas ideas carecen de base. Se ha dicho que la masturbación es un síntoma de inmadurez sexual, lo que es claramente erróneo, ya que muchas personas maduras y bien adaptadas, tanto casadas como solteras, obtienen placer sexual con la masturbación. También se afirma que lleva a la frustración sexual y la frigidez, pero en opinión de otros investigadores, tan afamados como los que mantienen la tesis contraria, no es así. Está claro que estas objeciones son más temperamentales que objetivas, nos dice Llewellyn-Jones, profesor de obstetricia y ginecología de la Universidad de Sídney. Asimismo, se ha sostenido que es imposible sentirse del todo gratificado emocionalmente con la masturbación, pero en investigaciones recientes se ha demostrado la falsedad de esta afirmación, dado que muchas personas obtienen tanto o más placer con la masturbación que con las relaciones sexuales, como fue el caso de Salvador Dalí.

La masturbación encierra valores positivos. Ofrece la posibilidad de que la niña, durante la infancia y la adolescencia, explore su cuerpo y no se sienta avergonzada o culpable por tocarse su zona genital. Puede ayudar a la niña a hacerse consciente de sus reacciones ante la estimulación, y a reconocer los estadios de su excitación sexual.

Lo que parece limitado es recurrir desde el principio solo al hábito de masturbarse. Existen muchas otras zonas del cuerpo que pueden proporcionar buenas vibraciones. Las actuales adolescentes vírgenes conocen bien como un beso puede trastornar los sentidos y despertar su libido, y en muchos casos notan cómo se humedecen sus braguitas. El

roce de la piel, la caricia de los pezones, las caricias en el cuello y por toda la espalda... provocan «cosquillas» de las que las jóvenes «huyen» sin saber todavía que forman parte del juego amoroso, del erotismo que lleva más lentamente al placer. Y muchos otros puntos sensibles, como las caricias en el ano y las nalgas.

La autocomplacencia sexual de cada persona puede llegar a ser un conjunto de actos perfeccionados. De esa manera se alcanza la autosuficiencia, aunque cuando se conoce a la persona que se complementa con nosotros, especialmente en la mentalidad sexual, compartir, intercambiar y relajarse dejando que sea el otro quien actúe en nosotros, crea situaciones de tanta plenitud como el perfeccionismo en la masturbación.

Un genio como Dalí confesaba practicarla y se sonreía añadiendo: «¡Así no tengo que sufrir hablando ni escuchar que me den la lata!»

La masturbación masculina parece más brutal y la femenina, más delicada. De ahí el chiste feminista sobre que «el hombre es un retrasado ya que se masturba manualmente, mientras que la mujer resulta más avanzada porque desde siempre lo hace digitalmente».

Pero ya en la Biblia hallamos señales claras de este acto humano. La literatura lo ha llamado «onanismo», que proviene de un personaje bíblico —Onán— que se cita como practicante contumaz de la masturbación y obsesionado con darse placer a sí mismo.

En la práctica y según estadísticas fiables, muchos hombres buscan el placer solitario y la prostitución como sustitutivos cuando no tienen ocasión de practicar el coito con una persona cercana, o porque quieren variedad.

Para la mujer, según variadas citas, parece como si practicarla fuera un acto menos necesario y frecuente, o resultado de la añoranza cuando no se tiene la pareja cerca.

La cibernética y las redes sociales actuales han aportado el «amor a distancia», en el cual a la masturbación final le preceden un intercambio de imágenes eróticas de ambos protagonistas que, de ese modo, se preparan con mayor facilidad para un final autocomplaciente.

También cabe mencionar las ayudas que muchas personas utilizan para complacerse. Aparatos y útiles de diversa índole para acariciar, rozar, presionar o penetrar los puntos más sensibles... Desde objetos con formas similares al pene, utilizados ya en siglos pasados, hasta la aparición en los años sesenta de penes de plástico, más adelante dotados de una agradable vibración. Consoladores de misóginos, inquietos, cachondos y cualquier persona.

Posiblemente quienes los usan en solitario se mueven según sus ritmos, sin estar pendientes de nadie, con mayor libertad y a su entera satisfacción. Con comodidad y sin dar explicaciones.

Igual ocurre con algunas personas solitarias que tienen mascotas obedientes. No importa los medios para que las personas se relajen y alcancen un mejor estado de ánimo. Los consoladores fálicos son un elemento que aparece con total normalidad en series televisivas y películas: guardados en mesitas de noche y sin que su usuario los oculte a los propios familiares.

Analizando fríamente el fenómeno, reconocemos a auténticos solitarios, personas a las que les cuesta comunicarse o que no conocen el placer de una pareja.

Con los consoladores se pierden infinitas posibilidades del placer entre dos personas: las suaves caricias iniciales, piel contra piel... Las caricias del otro cuando uno yace en reposo. El juego ajeno en los propios puntos sensibles y no solo en uno. El placer de juntar los labios, el juego de la lengua, el sexo oral, cabalgarse mutuamente, dominar en armonía...

Toda esta comunión de sensibilidades solo pueden existir entre dos personas (o más, pero eso es otro tema y con cierta complicación), lo mismo que las docenas de juegos y posiciones intermedias que producen sensaciones más variadas y cuyo punto de partida ancestral podría ser el *Kama Sutra*.

LA UNIÓN DE DOS SERES

Kamala le enseñó que no se puede recibir placer sin devolverlo, y que cada sabor, cada caricia, cada contacto, cada mirada y cada parte del cuerpo, por pequeña que sea, tiene su propio misterio, cuyo desciframiento produce felicidad al que lo descubre. Le enseñó, asimismo, que, tras la celebración de un ritual amoroso, los amantes no debieran separarse sin antes haberse admirado mutuamente, sin sentirse al mismo tiempo vencedores y vencidos, de suerte que en ninguno de ambos surja una sensación de hastío o abandono, ni la desagradable impresión de haber abusado o haber sido víctima de un abuso.

HERMAN HESSE,
Shiddarta

Aunque la práctica del sexo en pareja es una función natural, no está exento de responsabilidades hacia la otra persona.

Acierta Carmen Robles cuando denuncia: «La gente ensucia con palabras soeces y despectivas el acto íntimo del sexo.»

No se puede ser prosaico. Hacer el amor es como una conversación íntima. Hay que dejar que el cuerpo hable y ni la mujer ni el hombre han de sentirse invadidos. Cortejar, incluso para el hombre, es un concepto superado, aunque en la Antigüedad era imprescindible. El mismo Dante, genio de la literatura, fue también un vivaz e incorregible cortejante y amante de las mujeres.

La relación entre dos personas es un proceso natural muy simple. Se es atraído por una visión, se crea una ilusión, se despierta el deseo y nace una emoción... y al fin casi siempre desemboca en la pasión.

La intimidad no tiene nada que ver con esa «etapa de atracción» con que se inician las relaciones, sino con una situación posterior, y la relación íntima raras veces se separa de la sexualidad: cuando te sientes bien con alguien se tiende a intimar, interesarse, y entonces nace la caricia, el roce, el beso... No obstante, el estado de ánimo de la persona

tiene influencia directa en el deseo o la inapetencia de sexo. El nivel de deseo influye en toda relación.

Los roces y las sensibilidades a veces cargan de energía electrostática en muchos casos placentera. Ciertos puntos sensibles del cuerpo producen sensaciones de inquietud, bienestar o placer, siempre según la sensibilidad del cuerpo, los hábitos, la mentalidad o el tipo de educación recibida; como lo ilustra el caso del «recuerdo» de Dalí niño y el cariñoso juego de felación de su madre.

Como hemos dicho, el inicio más habitual de una relación entre dos seres es el beso. El contacto de los labios que puede empezar suavemente, pero que acaba compartiendo saliva y placer, teniendo un papel fundamental en la química del amor. Es el primer contacto íntimo y crea una reacción. La saliva del hombre contiene testosterona, lo que para ellas es un efectivo afrodisíaco que las predispone a un encuentro sexual más amplio. Según estudios científicos, cuando se besa, al anularse la distancia entre ambas personas, el cerebro recibe datos que emanan del olor corporal del otro en un proceso de histocompatibilidad, o MHC, una especie de carta de presentación que informa de cada sistema inmunológico. En términos evolutivos, la mujer posee una gran capacidad de captar con qué pareja provista de un sistema inmune que armonice con el suyo puede engendrar hijos más resistentes a las enfermedades. Besar reproduce la sensación de seguridad de nuestra infancia, y del placer que nos proporcionaba succionar el seno de nuestra madre.

Algunos mamíferos, especialmente los monos, inician el proceso sexual del mismo modo, con besos.

En *Zonas húmedas*, Charlotte Roche nos hace una sorprendente revelación: «Yo utilizo mi esmegma [secreción que suele acumularse en los genitales de los mamíferos] como otras mujeres sus perfumes. Mojo el dedo rápidamente en el coño y reparto el moco detrás del lóbulo de la oreja. Visto y no visto. Hace milagros en el mismo besito de saludo.»

Aparte de mil artilugios, algunos muy toscos y de una antigüedad de siglos, especialmente en Extremo Oriente, cuando un ser humano se acerca lleno de deseo a otro no provoca sensaciones intensas solo con su propio sexo. La magia de la mirada, el tacto de los labios, la destreza acariciante de las manos, la lengua, los dedos y hasta toques suaves con los dientes pueden dar más felicidad que una simple y rápida penetración. Evitar el coito rápido con eyaculación, que a menudo deja insatisfechas a las mujeres, permite a hombres y mujeres armonizar su sexualidad para obtener niveles superiores y disfrutar del éxtasis.

Uno de los objetivos de la mujer —o al menos debería serlo— en las relaciones íntimas es el «educar» sexualmente al hombre. Habituarlo a un más largo y lento placer de múltiples caricias antes del coito. A refrenar el tipo de actitudes machistas que no dan placer a ambos. A contar con ella para el placer conjunto. A corregir esa tendencia del hombre de «ir a la suya» sin contar con la sensibilidad de su pareja.

Tradicionalmente el contrato nupcial ha exigido la subyugación de la esposa a los caprichos sexuales del cónyuge, por dolorosos o denigrantes que fueran. Hoy se empieza

a dar su debida importancia a la «violación de cita», en la que el asaltante es un amigo o conocido de la agredida. Un estudio reciente en treinta universidades estadounidenses indica que el 12 por ciento de las estudiantes han sido forzadas sexualmente por algún compañero de estudios, mientras que el 48 por ciento de los varones encuestados opina que «a las mujeres les gusta que las coaccionen para practicar el sexo». Sin embargo, en su libro *Latidos de fin de siglo*, Luis Rojas Marcos nos dice que en muchos casos estas coacciones son auténticas violaciones. Auténticas agresiones violentas. Últimamente, la agresión sexual contra la mujer ha recibido una atención inusitada. En Italia, después de un verano marcado por una epidemia de violaciones brutales, el Parlamento contempla endurecer su legislación que data de 1936 y que tipifica ambiguamente este delito como una falta contra la moralidad pública. En Estados Unidos, asociaciones de mujeres se quejan con amargura de que los ataques sexuales no hayan disminuido pese a que el crimen violento se ha reducido un 20 por ciento. Estos sucesos han coincidido con la publicación por las Naciones Unidas de un informe, con motivo de la Conferencia Mundial sobre la Mujer celebrada en Pekín, que confirma que la invasión forzada del cuerpo femenino por el hombre continúa impregnando el devenir de la humanidad.

Me imagino que el descubrimiento de que los genitales masculinos podían servir de arma contra la integridad física y psicológica de la mujer debió de figurar entre los hallazgos prehistóricos más importantes, junto con el fuego o el hacha de piedra. Desde los comienzos del orden social basado en la ley del talión —«vida por vida, ojo por ojo, diente por diente...»— la mujer se ha encontrado en una situación de obvia desigualdad: debido a razones anatómicas, el hombre es el violador natural y ella la presa segura, sin posibilidad de vengarse de la misma forma.

Sin tener en cuenta a la mujer, durante siglos el abuso sexual fue considerado un agravio de un hombre contra otro hombre, un delito contra la propiedad privada del varón.

En latín, *coitus* proviene de *co* —juntos— e *ire* —ir—: ir juntos.

El cuidado con que se utiliza el lenguaje para hablar de una actividad universalmente placentera puede deberse a la creencia judeocristiana de que el coito debe practicarse con el objetivo fundamental de procrear, aceptándose como expresión del amor que se profesan dos compañeros sexuales solo de forma secundaria.

Gracias a la efectividad de los métodos anticonceptivos, hoy en día se ha hecho posible separar estas dos funciones. Se admite cada vez más que la sexualidad y el coito, que es su actividad genital, crean un vínculo físico y emocional entre dos personas, uniéndolas en una relación mutuamente placentera, de cariño y seguridad. Las relaciones sexuales no son un deporte competitivo para practicar solo en casa, ni una demostración de habilidad de la que presumir, sino la expresión física y emocional de una relación afectuosa, permanente o temporal, que existe entre dos personas que se atraen mutuamente.

En los más antiguos documentos orientales —en una época en que la vida transcurría sentados o durmiendo en el suelo— se puede apreciar que la posición más habitual para copular era con el hombre de rodillas y la mujer horizontal al suelo, elevando al máximo el pubis, como puede apreciarse en un grabado del año 1800 del maestro japonés

Utamaro y también en muchos dibujos de las diversas ediciones del *Kama Sutra* indio.

Para que el coito proporcione una satisfacción completa, uno u otro miembro de la pareja puede desear que, antes o después del orgasmo del otro, este le ayude a alcanzar el suyo mediante el *cunnilingus* o la *fellatio*. La entrada del pene en la vagina, o su estimulación con la lengua, solo deben ocurrir al cabo de toda una secuencia de actos placenteros (contacto corporal, caricias, abrazos, exploraciones, besos), que sirven para estrechar los vínculos entre los amantes al sumirlos en un sentimiento de mutuo afecto y alegría por el hecho de estar juntos.

Los años de experiencia en las relaciones íntimas permiten apreciar que hacer el amor resulta siempre distinto, dependiendo de los hábitos sexuales, las experiencias, las circunstancias del momento, los diversos modos de entender el placer, la actitud puntual de cada uno, la resistencia física, la clase de educación recibida, el tipo de existencia vivida, la higiene y los cuidados corporales, el estado de ánimo y el temperamento. Las coincidencias y los nuevos descubrimientos, todos los detalles influyen en que, por mucho que lo principal acabe siendo casi siempre el coito, todo se desarrolle de suerte y modo distinto. Cada mujer, cada hombre y cada pareja reaccionan y actúan de manera diferente. Cada acto o cada intercambio de amor es una experiencia irrepetible.

Estas circunstancias constituyen uno de los alicientes más vitales y apreciados de nuestra vida.

INTROITO-COITO-ACOPLAMIENTO

El orificio de la vagina recibe el nombre de *introito*. En la parte interior junto al clítoris se encuentra la uretra, que es el conducto que transporta la orina de la vejiga al exterior.

A ambos lados del introito hay unos conductos diminutos, no visibles a simple vista, por donde las glándulas de Bartolino drenan una secreción que lubrica la vulva durante el coito. Las infecciones de esta glándula son relativamente comunes.

El coito no consiste en un movimiento monótono y silencioso del pene dentro de una vagina indiferente, sino en una serie de actividades complejas y variadas, que pueden llevar a los amantes a conseguir el máximo placer sexual. (*Ser mujer*, Derek Llewellyn-Jones, pág. 115.)

Algunas «dificultades» que pueden darse en las relaciones sexuales no deben atribuirse a que la vagina sea demasiado pequeña. Esta idea no es más que una superstición. La causa de los problemas no radica en la vagina, sino en el miedo psicológico a las relaciones sexuales, que hace que la mujer contraiga los músculos en que se apoya la vagina, de forma que el coito se convierte en algo doloroso, o más difícil.

Las paredes vaginales son normalmente pequeñas, pero la vagina posee una gran capacidad potencial de dilatación que permite la colocación de tampones intravaginales durante la menstruación, la penetración del pene durante la copulación y, más asombrosamente, el nacimiento del niño durante el parto, momento en que alcanza grandes dimensiones. En reposo tiene unos 9 cm de largo, y en su extremo superior se

halla el cérvix (o cuello) del útero. Cercana a la vejiga por delante, termina en el recto por detrás y está protegida por los lados por los fuertes músculos de la parte inferior de la pelvis.

Durante la excitación sexual se da un fenómeno de vasodilatación que provoca la lubricación vaginal. En su mayor parte no es una secreción glandular, sino una verdadera «exudación» de la pared vaginal. A la entrada de la vagina se hallan las ya citadas glándulas de Bartolino, que lubrican un poco más la entrada. Esta exudación es más o menos importante, dependiendo de la mujer y su grado de excitación.

La eyaculación femenina durante el orgasmo quizá se produce por la presencia de restos embrionarios de la próstata en la mujer, que serían los responsables de esta emisión de fluidos.

El uso de ciertos medicamentos, una disminución hormonal, un exceso de tabaco y algunas enfermedades pueden ser responsables de una sequedad vaginal y de la ausencia o falta de excitación.

Las primeras veces en que ellos y ellas tienen ocasión de consumir el coito resulta frecuente tanto una fácil coincidencia de posicionamiento del sexo como una falta de coordinación, casi siempre de acomodación corporal de uno u otro o de los dos. Estas circunstancias crean tanta dificultad como puede causar el himen a las mujeres que lo tienen muy cerrado.

En estos u otros casos de falta de experiencia, el cariño, el ser paciente y el intentarlo voluntaria y mutuamente es la única manera de superar estas dificultades que solo aparecen las primeras veces.

El hueso de la pelvis puede ser un poco más grande y caído respecto de la carne que lo envuelve y así invade, siquiera ligeramente, el espacio entre los labios exteriores y la entrada a la vagina. De tal manera que al no ser siempre coincidentes crea una cierta dificultad de acoplamiento, consiguiéndose tanto por los constantes movimientos producidos en el intento como por un posicionamiento corporal de la mujer que en lugar de restar inmovilidad, avanza toda la zona, del pubis y vientre, levantando las piernas para una recepción más fácil. Más por instinto que por conocimiento de esta especial conformación física. En muchas de estas situaciones si ella no eleva la pelvis, el pene del hombre, al adentrarse entre los labios, se encuentra con pliegues que le dificultan la penetración.

Posiciones naturales aparte de la expresividad y posicionamiento corporal.

A) Situación alta y avanzada de la vulva que da entrada a la vagina.

B) Posición natural retrasada. En algunos casos esta situación presenta algún tipo de problema en el acoplamiento al inicio del coito, y mucho más en el intento de penetración con la pareja de pie.

Hay que tener en cuenta las personales variaciones del posicionamiento direccional de la entrada de la vagina. Desde la más habitual (A), cercana a la posición natural del sexo masculino y la más idónea para una fácil penetración, hasta una entrada más posterior y más baja (que a veces es fruto de un posicionamiento pélvico más retraído (retracción), como también físicamente que los labios interiores se sitúen más retrasados.

Como bien recomiendan los sexólogos, en estos casos —con más complicación para el coito —, la mujer ha de posicionarse avanzando y alzando la zona pélvica hacia su pareja en el momento del acoplamiento o penetración.

Cuando en Occidente no existían pueblos civilizados, en Oriente se sacralizaba la unión carnal entre un hombre y una mujer, cualquiera que fuese la finalidad de ambos, elevándola casi a un nivel religioso.

Al igual que un mayor porcentaje de hombres, alrededor del 5 por ciento de las mujeres —una cifra en constante crecimiento en muchos países— no se interesan sexualmente por los hombres, aunque puedan mantener relaciones amistosas con ellos, y buscan la unión con otra mujer para satisfacer sus necesidades sexuales y de compañía. Estas mujeres son homosexuales: su deseo se dirige hacia personas de su mismo sexo. Se les llama lesbianas debido a que, en tiempos de la antigua Grecia, un grupo de mujeres homosexuales, entre las que destacaba la poetisa Safo, vivieron en la isla de Lesbos. La civilización griega, alabada como uno de los períodos cumbres de creatividad en la historia de la humanidad, era bastante permisiva con respecto al sexo.

Hasta hace poco se pensaba que la tendencia homosexual de hombres y mujeres era innata, es decir, que se tenía desde el momento del nacimiento. Si bien es cierto que todas las personas tienen elementos masculinos y femeninos, hoy en día se sabe que la mayoría de estas decisiones y actitudes se adquieren también a través de la educación.

La ciencia se ha mostrado de gran ayuda en muchos casos en todo el mundo, casos en que hombres o mujeres, en diversas circunstancias genéticas, familiares, sociales y especialmente anímicas —en particular su propia sensibilidad—, nacen con un tipo de sexo pero se sienten del sexo contrario. Su identidad propia no llega a desarrollarse plenamente hasta el día que se deciden por un cambio de sexo. Cirujanos y psicólogos ayudan a que muchas personas acaben siendo del sexo que ellos se perciben desde su adolescencia, o ya desde su infancia en algunos casos.

La naturaleza produce por sí sola casos incluso más complicados, un porcentaje afortunadamente muy bajo. Y así, algunas personas poseen las características físicas de ambos sexos, más desarrolladas en unos y menos en otros. Son los cuerpos hermafroditas, habituales en especies vegetales y animales, pero mucho más raros —y ocultados totalmente por la familia o la propia persona— en seres humanos.

La evolución de la gente y las preferencias sexuales en nuestra sociedad se encamina a que las personas se relacionen y convivan con quien mejor se sienta cada uno. Con quien les haga sentir más felices en el conjunto de vivencias diarias. Con la persona con quien conviven o se relacionan mejor, por encima o independientemente de su género. Persona a persona. Un amplio y libre concepto de bisexualidad.

Cuando se tiene la pareja a mano es cuando más parece nacer cierta inapetencia sexual o, por el contrario, una glotonería constante, especialmente por parte de él. Algunas mujeres se quejan de que su hombre nunca les deja en paz. Llegan a perder el deseo, a sentirse tratadas como un «objeto» de uso. Un nivel alto de testosterona tiene siempre la última palabra y es lo que hace que el hombre se exceda en su avidez de sexo. Sin duda las parejas con mejor equilibrio y mayor coincidencia en su deseo sexual tienen

garantizada un mayor disfrute de los pilares básicos de la convivencia. En caso contrario, el deseo físico y el placer navegan por mares distintos.

La sensibilidad física conduce a la sensibilidad íntima, a una sensación corporal agradable, al placer, a las mejores sensaciones psíquicas, y a un estado de alegría y felicidad total... siempre y cuando se intercambie en las mejores condiciones dentro de una relación adecuada y liberada de tabúes.

En el capítulo IV del *Kama Sutra*, Vatsyayana da gran importancia a las posturas y actitudes durante la unión sexual. Posturas abiertas de la mujer, cerradas, elevadas, comprimidas, de apoyo, suspendidas, entrelazadas, etc. Una gran variedad de posiciones corporales que describe Bhabravya y amplía Suvarnanabha, quien incluso aconseja que antes de practicarlas, ya sea en posición supina, sentada o erguida, primero se intenten dentro del agua a fin de dominar las técnicas más difíciles.

En buena parte de las ilustraciones que habitualmente acompañan al famoso libro indio sobre refinamiento en las relaciones sexuales, *Kama Sutra*, el detalle central y destacado es el momento del acoplamiento, en el cual se muestran claramente ambos sexos durante el coito. Curiosamente, la homosexualidad y el lesbianismo no tienen cabida en este tratado.

El 99 por ciento de las mujeres son clitorianas. Es decir, obtienen mayores sensaciones y orgasmos del clitoris que de las zonas vaginales. El hombre debe comprobarlo para dar mayor placer a su pareja.

Según un estudio publicado por *El Periódico de Catalunya* son los hombres quienes en un 30,5 por ciento muestran más interés en obtener y dar placer contra solo un 25,90 por ciento de mujeres.

Sin embargo, en *El mejor amante* el doctor Yves Moigno comenta: «Cuando hablan las mujeres con toda libertad acerca del comportamiento erótico masculino expresan críticas variadas: el reproche es frecuente, la falta de habilidad de un marido o un compañero que no sabe "enrollarse bien", el desconocimiento de las realidades sexuales femeninas.

»Con más frecuencia, el blanco de los reproches es la falta de higiene o que el hombre no se muestra lo bastante tierno y atento en la cama y, sobre todo, en las relaciones cotidianas de la pareja. También se señala el egoísmo sexual masculino, el hombre que no piensa más que en su propio placer, sin preocuparse del de su compañera.

»No obstante, este atolladero tiene una salida. El sexo femenino debe aprender a expresar sus deseos más secretos, y el masculino aprender a tenerlos en cuenta. ¿Cómo puede adivinar un hombre los gestos que espera su pareja, las caricias que desea y qué le provoca el máximo de placer, si ella no se lo confía con anterioridad?»

PROTECCIÓN CONTRA EL EMBARAZO

Este es un asunto prioritario para la mujer. La mejor garantía es tomar la píldora, ya que en un 95 por ciento de las usuarias no provoca efectos secundarios. Para las mujeres que no se sienten seguras ya que algún día de la semana pueden olvidar tomarla, el

recurso del DIU asegura una eficiencia similar. Es un recurso muy práctico, y además evita la pregunta de si se puede hacer el amor ante la duda de si ese día se ha tomado la píldora.

Un riesgo que actualmente, con «la pastilla del día después», puede evitarse. Así pues, no se comprende la proliferación de embarazos indeseados de adolescentes y jóvenes, lo cual es una cierta muestra de desorden. En el siglo XXI la mujer tiene todas las garantías, solo ha de ser mínimamente precavida.

En realidad, si la mujer adopta medidas seguras puede vivir libremente y sin preocupación alguna, sin estar pendiente del preservativo masculino, salvo si existe duda sobre posibles enfermedades infecciosas. Porque cuando su cuerpo está protegido, su libertad y sensibilidad sexual es mayor sin preservativo.

Cuando no existía protección alguna para la mujer, hasta bien entrado el pasado siglo, prácticamente no había soluciones seguras. En algún país avanzado, como en el Reino Unido, se usaba un trozo de intestino de cerdo para envolver el pene, método muy popular para protegerse de la temible sífilis. Ya en el antiguo Egipto —también una civilización avanzada para su época— se usaba el intestino de uno de los peces típicos del Nilo para envolver el pene, con un cordón atado a la cintura que aseguraba su fijación. Sin embargo, su uso no tenía como finalidad evitar la procreación sino proteger al hombre los días en que la mujer menstruaba.

Pese a la amplia variedad de preservativos y la facilidad para adquirirlos, el hombre de hoy, aunque los usa, en muchos casos se despreocupa del efecto que puede ocasionar a su pareja — ocasional o habitual—, y no tiene demasiados miramientos hacia ella.

EROTISMO

El erotismo es uno de los aspectos de la vida interior del ser humano. Busca sin cesar afuera un objeto de deseo. Pero ese objeto responde a la interioridad del deseo. La elección de un objeto depende siempre de los gustos personales...

GEORGES BATAILLE

Pornografía y erotismo tienen diferente sentido en Oriente y en nuestra sociedad. Como ocurre con las revistas extranjeras tipo *Playboy*, que para ser vendidas en Japón deben retocar las imágenes del sexo femenino hasta volverlas admisibles para la mentalidad nipona. Al mismo tiempo, en aquel país existe el hábito social del Enjo-Kosai, mediante el cual hombres y mujeres maduros pueden contratar a jovencitas como mera compañía o para juegos sexuales mientras se realizan negocios. También son muy populares los *mangas* y los *hentai*, cómics de explícito contenido sexual.

Podría decirse que básicamente el erotismo es la insinuación de un ser hacia los demás, cuando no una directa provocación. El objetivo puede ser muy distinto y no siempre

tiene como finalidad el sexo. En muchos casos se trata de exhibicionismo, en distintos grados: juego, representación teatral que pretende provocar, incluso jugar con la ambigüedad de género...

El erotismo conlleva un fuerte componente exhibicionista. En muchos casos se propone despertar el deseo, pero no siempre —como suele creerse— necesita de un cuerpo bello o joven. La insinuación o provocación nace de una actitud, de un deseo de atraer. Tan importante como el cuerpo es la expresividad que se muestra. Una mirada intencionadamente desafiante, unos labios que prometen placer y una postura sensual causan más efecto que la belleza por sí sola.

Algunas piezas de vestuario —casi siempre minimalistas— ayudan a crear una imagen erótica, que en muchos casos la publicidad utiliza para vender productos. Las «prendas sexis» caen en desuso cuando cambia la mentalidad del hombre, pero conservan vigencia si evolucionan en sencillez, naturalidad y respeto a las formas naturales y las tendencias del presente.

El verdadero sentido del erotismo lo encontramos en la intimidad, en la intención de elevar la libido de la pareja, y es entonces cuando el efecto y la causa establecen una correlación directa y satisfactoria. Porque no existe nada más frustrante que el erotismo por el erotismo, simple provocación que no conduce a una relación interpersonal. No siempre el erotismo se expande plenamente —como sería lógico— en el mundo de la sexualidad.

Existen muchas clases de erotismo. Desde la más inocente y natural como el juego amoroso, hasta las crudas y brutales, en muchos casos expresiones de motivos ambiguos u obsesiones, como los que rozan el sadomasoquismo, pasando por el erotismo «elegante», como lo calificaba Berlanga.

Cuando desean ser penetradas, las mujeres con pareja de años recurren a escenificaciones eróticas que buscan la máxima excitación masculina, ya que el pene del hombre carece de hueso que le dé consistencia y, por tanto, depende de su nivel de excitación.

En algún caso se escenifica el placer de lo prohibido. Fantasías sexuales o eróticas de la mente de quien protagoniza la exhibición. A veces, mostrándose ambiguo respecto al género o, especialmente los hombres, enfocando el erotismo hacia elementos homosexuales.

EXHIBICIONISMO

El erotismo está muy unido al exhibicionismo, pues ambos representan la necesidad de visionar lo sensual que nos atrae. Ser *voyeur* de bellos cuerpos, de personas atractivas, de personas que se muestran eróticas o de expresiones insinuantes es muy habitual. Ver imágenes atractivas despierta en hombres y mujeres, con fuerza o simple suavidad, nuestra libido.

A veces la imaginación suple maravillosamente a la visión. Baste como ejemplo la

canción *Je t'aime, moi non plus* de Gainsbourg interpretada por su musa Jane Birkin en los sesenta, y que no deja de reaparecer de vez en cuando por su fuerza, realismo y originalidad. Un auténtico cántico de sensuales suspiros. La canción erótica por excelencia, que puede incluso provocar cierta excitación.

Resaltar el cuerpo y exhibir la belleza provoca deseo. Cada ser humano acaba por tener bien definido el ideal de prototipo con que le apetecería relacionarse íntimamente. En épocas pretéritas el deseo sexual nacía tanto por la visión del atractivo físico del otro como por el tacto, contacto u olfato del mismo, tal como ocurre en los primates. Con los hábitos de higiene actual, el macho ya casi no tiene posibilidades de captar los períodos de ovulación de las fêmeas y por tanto de ponerse frecuentemente en celo.

Algunas mujeres —más que los hombres— que ansían adquirir popularidad se valen de cualquier excusa —cuanto más divulgada mejor— para darse a conocer. Algunas poseen virtudes superiores a su belleza y con el paso de los años lo demuestran, pero el deseo de notoriedad las empuja a sacar partido de lo que tienen más a mano: su cuerpo joven. Con ocasión del Mundial de Fútbol de Sudáfrica en 2010, en muchos países hubo luchas soterradas para ser la novia del evento. Alguna como la paraguaya Larissa Riquelme, buscando mayor popularidad, anunció que se desnudaría si su equipo pasaba a la siguiente ronda, pero Paraguay no superó los cuartos de la competición. No obstante, ella se desnudó igualmente y exhibió su cuerpo en *Diario Popular*. Su ambición llegó más lejos y, tras la eliminación de su país, se convirtió en fan de la finalista España y aceptó —no sin una buena cifra por medio— desnudarse para la portada de *Interview*. Una buena muestra de la rentabilidad del exhibicionismo practicado en el momento adecuado.

El máximo exhibicionismo se da en los artistas pornos que se exhiben en salas como la conocida Bagdad de Barcelona. Son capaces de dar caladas a un cigarrillo alojado entre sus labios vaginales y luego exhalar el humo por el mismo conducto... Una técnica que podríamos llamar porno-circense y basada en ciertas contracciones.

ARTE CORPORAL-TATUAJES-PIERCINGS

Actualmente la mujer ofrece una especial imagen erotizando su propio cuerpo. Durante siglos ha ocultado su vulva bajo un vello enmarañado. Ahora se depila y lo descubre ofreciéndose visualmente con máxima naturalidad. Le complace mostrarlo en la intimidad o en playas donde se permita, y considera que es parte de su atractivo femenino.

Juega igualmente recreando su cuerpo o con algún sencillo símbolo, a base de tatuajes, los cuales no dejan de tener cierto morbo erótico, especialmente según su ubicación.

La mujer crea un arte corporal consigo misma, jugando con sus formas, añadiendo un cierto erotismo con los piercings que lucen gran parte de los jóvenes actuales. Con piezas de acero quirúrgico modifican o resaltan la visión de zonas de su cuerpo para producir diferentes sensaciones visuales. Aparte de anillas o seudopendientes en cejas, orejas, labios o nariz, como se ve en muchos hombres jóvenes, la mujer adorna también su lengua, los pezones y la vulva, incluso el clítoris. Más erotismo imposible. Algunas

mujeres confiesan que desean experimentar nuevas sensaciones táctiles, aunque esos singulares piercings puedan resultar incómodos en ciertas relaciones íntimas.

En los casos de extremo exceso de tatuajes o piercings en un cuerpo, la impresión que produce tiene como objetivo tanto impactar como provocar sexualmente a través de una imagen original recreada.

«El sexo y la paranoia —dice J. G. Ballard en el prólogo de su novela *Crash*— presiden nuestras existencias.» Y cita a McLuhan y Freud para afirmar que «el voyerismo, la insatisfacción y la puerilidad de nuestros sueños y aspiraciones no son más que enfermedades de la psique que culminan en la enfermedad de nuestro tiempo: la muerte del afecto».

Sin embargo, el sexo con afecto puede liberarnos de la paranoia.

PORNOGRAFÍA

El erotismo es una cosa que hacen los ricos.

La pornografía es lo mismo, pero hecha para los pobres.

LUIS GARCÍA BERLANGA

El erotismo no debe confundirse con la pornografía, de la que se dice que corresponde a un nivel más degradado de la sexualidad, pese a que los vídeos y canales de pago le han dado relevancia y popularidad. Normalizándola y haciéndola habitual le han quitado agresividad.

Parte del comportamiento de muchos individuos de hoy se guía por la irreal pauta que muestran las películas porno. Con fáciles inicios para intimar, repetitivos e interminables actos sexuales con finales nada originales.

Aquí cabría recordar que «había una mujer tan ingenua que las veía todas hasta el final... ¡para saber si el protagonista se casaba con la chica!».

La verdad es que la persona que busque una brizna de poesía o delicadeza en las películas porno acaba por deprimirse, aunque es cierto que muchas parejas las utilizan porque les estimula la libido, así como aquellos —especialmente hombres— que por su soledad lo necesitan como un desahogo.

La sexualidad tiene muchas dimensiones. «La realidad nos indica que existen muchas maneras de vivir el sexo. Y esto es algo que no puede tomarse con frivolidad ya que siempre se acaba por confirmar que el sexo está ligado a muchos aspectos de la vida, no únicamente a los cuerpos de las personas», constata la antropóloga peruana Gabriela Wiener, que ha profundizado consigo misma hasta las entrañas de las relaciones

humanas.

Pero existen también casos curiosos de mujeres que no tienen bastante con dedicarse a lo suyo, como por ejemplo la pornografía, y buscan de cualquier modo mayor popularidad. Es el caso de la holandesa Bobbi Eden, que prometió a sus seguidores de Twitter que si Holanda ganaba el Mundial de Sudáfrica les practicaría sexo oral; en masculino. Ellas se quedaban sin premio.

En los dos primeros días ya había cuatro mil inscritos para recibir tal atención por parte de Bobbi, quien, cuando la cifra de candidatos superó los treinta mil, solicitó la colaboración de muchas de sus amigas, también actrices porno, para satisfacer tan gran demanda... Una auténtica locura.

LA SEXUALIDAD

Respecto al sexo, cada persona es un mundo aparte.

Podría decirse que también en el sexo cada ser humano es diferente de los demás. La masturbación, la homosexualidad, el lesbianismo o la bisexualidad —dejando aparte el bestialismo— son preferencias y decisiones personales originadas por múltiples factores: genes, hábitos, relaciones de influencia, educación y ambiente social y familiar. Y no son definitivas para toda la vida, ya hay muchos casos de descubrimiento tardío de la propia tendencia sexual, o cambios bruscos tras conocer a una persona especial.

De las tendencias se pasa a las actitudes: al feminismo o el celibato, o a posturas más relacionadas con la libido, como la ninfomanía o la frigidez.

Algunas personas acaban cayendo en la prostitución a causa de sus entornos o por su indiferencia ante la educación.

Y todavía la mujer sufre circunstancias denigrantes como la ablación y la violación —esta muy unida a la violencia sexista—, el adulterio —aunque muchas mujeres también lo practican— y la poligamia —permitida en muchos países.

El Viejo Testamento estableció la poligamia como un hecho aceptado: los hombres podían poseer varias mujeres, algo aún hoy habitual en países musulmanes. Después, en el Nuevo Testamento y en Occidente esta posibilidad se reprimió, prohibiéndola.

La mayor muestra de los más poderosos seguidores de Mahoma son los grandes harenes que poseen, donde, para evitar paradójicamente toda posibilidad de infidelidad, sus celadores y guardianes son hombres eunucos, o sea, castrados.

Según el Ministerio de Sanidad español (*El Periódico*, 19/6/2010), los principales motivos de preocupación de la mujer respecto a su vida sexual son: *a)* Falta de experiencia, apartado en que el porcentaje más alto se sitúa entre los 16 y 24 años, y el más bajo entre los 45 y los 54. *b)* Miedo al embarazo, experimentado en dos grupos límites: menores de 24 años y mayores de 65. *c)* Crisis en la pareja, que afecta de los 25 años a los 54, con su punto álgido a partir de los 45. *d)* Mujeres que sienten más inseguridad y pierden la confianza en ellas mismas, su número aumenta de los 55 años en adelante.

Respecto al deseo sexual, se ha demostrado que crece con los años. Casi un 12 por ciento entre los 16 y 24 años. Un 24 por ciento entre los 25 y los 44 años. Y un máximo del 40 por ciento entre los 45 y los 64, y pervive más allá de los 65.

La preocupación por no tener pareja sexual se mantiene curiosamente en todas las edades en un porcentaje muy similar y bajo; en torno a un 9 por ciento.

Sobre la inquietud de padecer una enfermedad los índices son mínimos, y solo se inicia una lógica preocupación —con un máximo del 15 por ciento— a partir de los 55 años.

Sin embargo, existen problemas más profundos, como sufrir de violencia sexista, adulterios humillantes, y los más horribles: la violación o en países africanos la ablación del clítoris. Son agresiones y dramas que básicamente afectan a las mujeres.

Una costumbre ancestral que ha llegado a nuestros días muestra que muchos pueblos primitivos, aunque entroncados con la civilización, siguen usando elementos similares a los tatuajes: cicatrices o pinturas corporales no exentas de arte. También atraviesan con maderas o metales alguna parte del cuerpo, y ciertas tribus africanas amplían exageradamente los labios o el cuello.

Pese a su primitivismo, estas comunidades observan notables valores sexuales. Por ejemplo, en la zona caribeña, desde tiempos ancestrales las jóvenes, antes de convertirse en mujer, son aleccionadas por sus madres y abuelas para que los aparentemente inertes músculos de vulva y vagina, convenientemente ejercitados, acaben por moverse según la voluntad de la joven y sean capaces de apretar fuertemente, reteniendo el pene masculino a su antojo, especialmente una vez que el hombre eyacula, para evitar que la sangre se retire y, así, el pene continúe erecto dentro de la vagina. La técnica que se utiliza se basa en crear una constante reacción de presión de los labios con los dedos para que desarrollen una musculatura que es inoperante en nuestra civilización occidental.

Hay que haberlo vivido para creerlo, pero así es, y con una sorpresa todavía mayor para el hombre, ya que después de un descanso recupera la forma, y no solo eso, sino que las paredes de la vagina inician, por voluntad de estas muchachas o mujeres, suaves caricias interiores en torno al miembro.

Unos niveles de placer inimaginables y muy efectivos. La explicación la ofrece una abuela de La Guadalupe: «¡Ay, hijo mío!, para una mujer retener a su hombre es muy difícil... Los hombres tienen siempre chicas a mano... Las mujeres hemos de ser muy listas y estar muy preparadas para dar placer.»

Seguramente no existe mejor manera de retener a un hombre que con esta técnica ancestral practicada por mujeres negras y mulatas de aquella zona tropical.

HOMOSEXUALIDAD, LESBIANISMO Y BISEXUALIDAD

También hoy en día continúa, sin que apenas la notemos, la «evolución —inexorable— de las especies». Evolución de los animales, de los humanos. Y afortunadamente afecta a la evolución de la sociedad.

Si pensamos en la variedad de tendencias sexuales que pueden provocar los genes, aparte de los hábitos promovidos en ciertos ambientes, la homosexualidad en general no puede representar, ni representa, un hecho extraordinario. Mucho más se comprenderá y aceptará por el hecho de haberse desarrollado una nueva tendencia —en un mundo complicadísimo como el del siglo XXI— que deriva hacia un tipo abierto de bisexualidad. Es decir, muchos hombres y mujeres de hoy deciden relacionarse, convivir o unirse con personas con las que se sienten bien por encima de su género, y sin excluir la práctica de cualquier tipo de sexo. El objetivo es conseguir placer en la vida, tener compañía, alguien que te comprenda y con quien coincidas, etc. Así, existen cada vez más casos en los que cambiar de pareja obedece a un cambio de género, con total naturalidad.

Muchas mujeres, cansadas de una pésima relación con un hombre, traban amistad íntima con otra mujer, aunque tiempo después vuelvan a enamorarse de un hombre. Igual ocurre a la inversa. Una cuestión de liberalidad sin complejos.

Hoy, la afinidad parece valorarse casi más que el sexo clásico, porque la satisfacción sexual no le falta a ninguna pareja, basta con que le pongan voluntad e imaginación.

Resulta una tendencia muy liberal, acertada y con gran posibilidad de extenderse próximamente. La bisexualidad no resulta nada nuevo en las preguntas de *El informe Hite*: ¿Prefiere sexo con hombres, mujeres, consigo misma o de ninguna manera? Setenta y tres mujeres se identificaron como bisexuales, y lo más sorprendente de las respuestas es que, sin haberse preguntado en el cuestionario, «muchas mujeres sacaban a relucir el hecho de que podían estar más interesadas en mantener relaciones sexuales con otra mujer, o que por lo menos sentían curiosidad».

En la Edad Media la homosexualidad fue asociada a la herejía. La posterior reforma moral de las costumbres la convirtió en una materia de moral y finalmente acabó cayendo bajo la égida del derecho penal. No obstante, cada vez más personajes famosos —como Yves Saint Laurent, entre muchos otros — mostraron su sexualidad abiertamente.

La homosexualidad en ambos géneros ha sido criticada por la sociedad, aunque no en todos los siglos. La masculina ha sido la más controvertida y perseguida —por ejemplo, durante el franquismo—, mientras que dos amigas tenían toda la facilidad del mundo para viajar solas y compartir una habitación juntas, sin ser criticadas.

El lesbianismo ha tenido la ventaja de que el machismo de cualquier época siempre ha batallado denodadamente contra los homosexuales, olvidándose de perseguirlas a ellas. Se sugería que no era tan «pecaminosa» como la relación entre dos hombres. Se silenciaba.

Un informe de *El Periódico* del 23 de junio de 2010 señala que en España el 15 por ciento de la población considera todavía que la homosexualidad es una enfermedad, y algún psiquiatra español ha sido encausado por anunciar que aplica terapias para «curar» la homosexualidad. La homofobia latente en la sociedad sigue causando problemas de autoestima y autoaceptación en personas que se sienten perjudicadas socialmente. De hecho, cualquier crítica a nuestra vida sexual debe considerarse una intolerable intromisión en nuestra privacidad.

La homosexualidad tanto en hombres como mujeres tiene un importante trasfondo genético: el porcentaje de hormonas masculinas dominantes sobre las femeninas en un cuerpo de mujer, o a la inversa en el hombre. No obstante, los ambientes en que se ha crecido, el tipo de educación recibida y las amistades frecuentadas alteran muchas veces las auténticas preferencias de género de cada individuo; las alteran en su cuerpo, su mente y sus sentimientos.

Cabe recordar los muchos casos de mujeres que han acabado en los brazos de otra mujer a causa de las terribles o muy negativas experiencias vividas con algún hombre. Así como los casos inversos, hombres que se han sentido infelices e incomprendidos con alguna mujer y han acabado en los brazos de otro hombre.

El movimiento lésbico ha tardado años para que la sociedad entendiera la normalidad del fenómeno. Solo en los años setenta, con el movimiento de liberación de la mujer, aparecieron figuras respetadas como Aline Kominsky, pareja del célebre dibujante humorista Robert Crumb. Desde entonces, hubo que esperar hasta el año 2006 a que Alison Bechdel publicase la novela *Fun Home* sobre el despertar —en una familia disfuncional— de la identidad sexual femenina.

En su célebre *Informe y estudio de la sexualidad femenina*, Shere Hite afirma: «La fundamentación de nuestro sistema social sobre la diferencia de género y la función reproductora biológica, es una neta barbarie y debe ser reemplazada por un sistema basado en la afirmación del individuo y apoyo para toda clase de vida en el planeta.

»La sociedad nos enseña a inhibirnos de todo lo sexual que no dirija sus deseos hacia compañeros con quienes es posible procrear, excita nuestro entusiasmo por el acto y nos imponen el ideal de amor romántico combinado siempre con el matrimonio.

»La homosexualidad, o sea, el deseo de intimar físicamente con alguien del propio sexo, alguna vez o siempre, puede ser considerada una variedad natural y normal de la experiencia de la vida.»

Las mujeres bellas o con atractiva personalidad han sido ensalzadas y deseadas por literatas y poetisas a lo largo de la historia. Un ejemplo es la poesía que en los años cuarenta del pasado siglo la estadounidense Mercedes Acosta dedicó a la excelsa bailarina Isadora Duncan: «Un cuerpo grácil, manos suaves y blancas para servir a mi deleite. Dos pechos turgentes, redondos y dulces invitan a comer a mi boca hambrienta, donde dos pezones rosados y firmes persuaden al alma sedienta de que beba. Y más abajo, hay todavía un sitio secreto donde de buena gana ocultaría mi rostro amoroso.»

El famoso biólogo Alfred Kinsey realizó curiosas observaciones sobre que «también en el mundo animal, especialmente entre los mamíferos, existe una tendencia natural a la homosexualidad, así como también contactos lesbianos entre ratas, conejos, ganado vacuno, cabras, antílopes, o monos y chimpancés».

He tenido ocasión de contactar con mujeres con distintos tipos de sexualidad, intentando siempre hacer una clara distinción de la idiosincracia de cada una de ellas, algo que los hombres no suelen entender. Para la gran mayoría de feministas su ideal de sexualidad no es con otra mujer, sino con un hombre, pero uno que no arrastre prejuicios sociales, que no muestre reminiscencias machistas y, sobre todo, que las respete.

Su lucha en este caso debe entenderse que no es contra el hombre, sino contra la discriminación de género. He conocido a feroces feministas que eran inteligentemente femeninas en su relación con los hombres.

Uno de los muchos casos que ejemplifican la lucha por llegar a ser ellas mismas y respetadas en pie de igualdad es el de una de ellas, la joven psicóloga Aleyda Jones, que se mostró, tal como publicaron todos los periódicos, desnuda el Día Mundial de la Mujer. Utilizó su cuerpo como una pancarta con una leyenda pintada en el pecho y el vientre: «*Dret al propi cos*» («Derecho al propio cuerpo»), reivindicando su cuerpo y su independencia. Ella lucha contra el patriarcado todavía existente y las instituciones como la familia o la Iglesia que prolongan el injusto orden establecido. Es una transgresora que se queja de que los hombres todavía siguen decidiendo sobre el uso del cuerpo de la mujer. Y sostiene que el equivalente a las mujeres vanguardistas que en los años sesenta y setenta quemaban sus sostenes, es ahora el raparse la cabeza, como protesta contra lo mucho que les cuesta a los hombres comprenderlas.

Confiesa que se rapó porque ellos le decían que era «una nena mona», y no acepta que un cuerpo de mujer haya sido siempre foco de la mirada masculina. Aun así, no quiere luchar contra los hombres y aprecia a los que valoran y respetan a las lesbianas — por elección propia— y las feministas por su lucha en aras de que la mujer sea valorada también por su inteligencia. Sus guías han sido Monique Wittig, Simone de Beauvoir y Adrienne Rich. Y confirma, finalmente, que con la cabeza rapada cambió la mirada que le dirigían los hombres: la miran menos y de otra manera, con menos morbo, con miradas menos agresivas y sexualizadoras.

Esta clase de mujeres actúa impulsada por un ánimo transgresor para que no se olviden las muchas injusticias establecidas.

Como la escritora lesbiana de marcada actitud feminista Isabel Franc, que en su libro *Alicia en un mundo real*, rompe tópicos sobre las mujeres, desdramatiza la mastectomía y critica la dependencia de las mujeres en las distintas épocas y culturas, «a una moda que la deciden tíos, generalmente maricones y misóginos».

ADULTERIO

En Francia está socialmente aceptado tener una amante. No está mal visto, aunque es un hecho traumático para muchos matrimonios de cualquier país occidental, más para los latinos. Así pues, aunque más o menos camuflada, en Occidente la poligamia existe. Sin embargo, en países árabes como Mauritania la *zina* (el adulterio) criminaliza a la mujer a tal punto que la víctima de una violación acaba en prisión —la pena es de hasta dos años— y, una vez recluida, sufre agresiones sexuales. En cambio, el adulterio del hombre no está penado de ninguna manera. El hombre puede actuar a su antojo. Miserablemente, la ley le permite todo. Pueden tener más mujeres, pero sojuzgadas y sin derechos de ningún tipo.

Las organizaciones pro derechos humanos denuncian casos constantes de injusticias.

En julio del 2010 sus abogados lograron que S. Mohammadi Aixtiani, de 43 años, no fuera lapidada en Irán, acusada de adulterio. Cuando el *Times* de Londres aireó el tema, el gobierno de Irán contestó que esos castigos «casi» no se aplicaban en el país y tampoco se contemplaban (¡felizmente!) en el proyecto del Código Penal que discutía el parlamento iraní.

Sobre la violación de muchas jóvenes y mujeres, una buena parte de hombres, aun sin conocer los detalles, comienzan por criminalizar a la mujer. Es una especie de perversa cantinela repetida una y otra vez: seguramente era una provocadora o una casquivana, seguro que iba vestida enseñando todo, desde luego se lo tenía bien merecido...

Resulta increíble que en el siglo XXI todavía existan mentalidades masculinas con clichés tan primitivos.

¿Qué importa el vestuario o la actitud de una mujer ante el deber moral y social de respetarla en su intimidad física y psíquica? ¿Cuándo se perderá la mala costumbre de meterse en la vida de los demás?

Todavía más terrible resulta el rito de la ablación clitoriana. Cuando una niña va a convertirse en mujer, en más países de los que sería deseable —veintiocho africanos y algunas regiones asiáticas, según Unicef—, la familia, con la ayuda de una mujer experta, secciona el diminuto pene en la entrada de la vagina. La finalidad es clara: eliminar o restringir el placer sexual. En ningún país del mundo existe una operación similar para refrenar la libido de los hombres, cuando, vista la realidad, algunos sujetos —como los violadores— quizá deberían someterse a ella. Pura castración.

En 2010, médicos de la Fundació Dexeus en su sede de Barcelona y el doctor Pere Barri, que realiza anualmente viajes a varios países africanos, dedicaron su atención a solucionar complicaciones ginecológicas derivadas de la ablación, con la posibilidad de rehacer ese órgano sexual. Las mujeres que buscan solucionar tal problema son adultas entre 25 y 35 años que quieren recuperar la calidad de su vida sexual.

CASTIDAD

«Ser casto, vivir sin sexo... bien... —plantea Philip Roth en el *El animal moribundo*—. ¿Cómo encajarías entonces las derrotas, los compromisos, las frustraciones? ¿Ganando más dinero? ¿Teniendo todos los hijos que puedas? Eso ayuda, pero no es en absoluto como lo otro, porque lo otro se basa en tu ser físico, en la carne que nace y la carne que muere, porque solo cuando jodes te vengas de una manera completa, aunque momentánea, de todo cuanto te desagrada en la vida y todo cuanto te derrota. Solo entonces estás más limpiamente vivo y eres tú mismo... La corrupción no es el sexo sino todo lo demás. El sexo no solo es fricción y diversión superficial. Es también la venganza contra la muerte.»

Las personas que auténticamente abrazan la castidad solucionan de un plumazo la infinidad de problemáticas que existen en torno al sexo. Tienen parte de su vida tremendamente planificada, pero no conocen —o solo a nivel ínfimo— o han querido

olvidar y superar el placer psíquico y físico que proporciona el sexo inteligente. El disfrute natural.

La castidad se asocia generalmente a la religión, aunque muchos obispos y pastores anglicanos de ambos sexos están casados. Una solución que en el futuro —para evitar desgraciadas agresiones sexuales ocultas— la Iglesia católica tendrá que afrontar. De hecho, para no perder la grey el Vaticano estudia la posibilidad de que los curas tengan mujer —sin posibilidad de casarse—, ya que un tercio de los sacerdotes de la Iglesia anglicana antes eran católicos, y no se encuentra otro motivo para entender y frenar la sangría.

El celibato más auténtico lo encontramos en órdenes de monjas que no se mantienen célibes por reglas o conceptos, sino por decisión propia. Mujeres que creen firmemente en este precepto, pero que aun así no pueden acceder —como sería su deseo, fruto de su cometido— al sacerdocio. Como mujeres, las monjas sufren también una discriminación machista que les priva de vivir y actuar como ellas creen su deber. Además, se sienten marginadas por una Iglesia también patriarcal.

En el libro *Monges* («Monjas»), Laia de Ahumada entrevista a una veintena de monjas. Rosa María Piquer, una de las entrevistadas, dice: «Somos mujeres con un alto nivel de autorrealización que hemos sido invisibles durante siglos porque no podemos acceder al sacerdocio, pero vivimos más en contacto con la realidad y fuimos las primeras en hacernos pobres entre los pobres.» María Ángeles Segales, otra de ellas, vive voluntariamente en la calle con los sin techo para apoyarles en lo que necesitan y escucharlos pacientemente.

Las labores sociales que serían útiles para la juventud de nuestros días las realizan individualmente —sin una buena base organizativa— unas mujeres de buena voluntad, valientes y decididas. Mujeres que han renunciado al placer de su propio cuerpo en aras del bienestar de los demás. Admirable.

FRIGIDEZ

La frigidez es a la mujer más o menos lo que la impotencia al hombre. No es lo mismo renunciar al placer que vivir como mujer sin disfrutar de lo más excitante. Con la falta de sensibilidad del cuerpo y especialmente de las zonas más sexuales, aparece un fenómeno en el que se dan ciertas variantes. La medicina acepta en general que alguna mujer tiene un tipo de organismo en que la sensibilidad de los sentidos es mínima. Como la persona que nace ciega o sorda, algunas mujeres nacen sin respuesta sexual en las zonas clave de su cuerpo. Son un porcentaje muy bajo de casos, pero existen; y algunos nos han sorprendido.

En muchos casos la frigidez es como una falta de ejercicio sexual. El niño que quede para siempre confinado en una silla está claro que acabará con las piernas paralizadas o anquilosadas. Si desde la adolescencia las jóvenes —que en general carecen del nivel de perentoriedad física del hombre— no tienen contacto físico placentero, ni en la ducha

con la presión del agua, ni roces agradables al lavarse o al montar en bicicleta, acabarán con la sensibilidad sexual dormida o adormecida, inapetentes a las relaciones íntimas.

La educación religiosa tendía a que las jóvenes crecieran con un mínimo desarrollo de su sensibilidad sexual. Y luego se casaban con hombres inexpertos e incapaces de despertar su libido y darles auténtico placer. Así que resultaba lógica la existencia de mujeres de edades intermedias y maduras que vivían sin ningún interés ni deseo por el sexo. Les resultaba indiferente.

Esto ha mejorado con la mentalidad de las jóvenes del nuevo siglo, en que la mujer, junto con su mayor libertad social y apartándose de preceptos religiosos, ha desarrollado su identidad sexual. Más con la gran variedad de anticonceptivos de que dispone y que le proporcionan gran seguridad frente a la gravidez.

En algunos casos la frigidez tiene relación con la nula reacción con que una mujer puede resistir las cosquillas que le provoca otra persona, o sea ser completamente indiferentes y que este juego corporal no les altere.

NINFOMANÍA

Es cierto que a lo largo de la historia muchas mujeres se hicieron famosas por su voracidad sexual. Mae West, Marilyn Monroe o Jane Birkin, aparte de su labor como actrices, demostraron ser lo que el vulgo denomina «comehombres». Mujeres con «furor uterino» que sienten un constante deseo sexual, incluso a veces violento.

No hay duda de que este continuo deseo resulta como una droga y si se eterniza sin control acaba siendo como una enfermedad.

No está bien visto por la sociedad que una mujer tenga tendencias ninfómanas o «sexólicas», por lo que habitualmente se oculta. Los personajes «bienpensantes» opinan sobre ellas que presentan una actitud de dudosa moralidad.

Un ejemplo: los anuncios del film *Diario de una ninfómana* (2008), de Christian Molina, presentaban la fotografía de la actriz Belén Fabra enmarcada desde la cintura hasta las rodillas e introduciendo la mano en unas minibraguitas semitransparentes con la velada intención de acariciarse. En Barcelona el cartel se exhibió en calles y autobuses. En Madrid, la imagen fue prohibida porque era «gratuitamente provocativa». Diferencias de mentalidades que existen dentro de toda sociedad según las épocas.

La llamada revolución sexual se había convertido en un callejón sin salida y las mujeres supuestamente liberadas en los últimos años de la época decadente de los sesenta y setenta se encontraban desesperadas.

«Canción triste de cualquier mujer» es una fábula para nuestro tiempo, la historia de una mujer perdida en los excesos y el extremismo, una mujer adicta al sexo («sexólica») y a la bebida (alcohólica) y la comida. Es la «novela» que estaba escribiendo Isadora Wing cuando informaron que el avión en que viajaba se había perdido sobrevolando el Pacífico Sur, cerca de las islas Trobiand.

Actualmente, las jóvenes descaradas, las mujeres muy lanzadas y las ninfómanas

poseen la libertad de, cuando la ocasión lo permite, bajarse las braguitas sin complejo alguno ante la persona que las atrae, a veces alguien recién conocido.

Lo cierto es que muchos hombres, cuando ven a mujeres que no se ocultan y actúan con liberalidad en sus encuentros íntimos, que muestran sin recato cuánto les apasiona el sexo, y si no son demasiado apasionados, acaban por catalogarlas como ninfómanas, como si la búsqueda intencionada del placer no fuera algo natural.

Toda mujer que vive su sexualidad de modo libre acaba por no exhibirlo en demasía. Y como dice la actriz del film, «se aplica el término ninfómana a mujeres que no lo son, solo para poder controlarlas».

PROSTITUCIÓN

Resulta curioso que la prostitución sea una actividad en la que cerca del 90 por ciento de quienes la ejercen sean mujeres y prácticamente el 99 por ciento de los clientes sean hombres. Aunque una parte busque a otros hombres.

Todos sabemos que esta realidad es fruto de la condición de cada género. De la mayor necesidad sexual del macho, mucho más frecuente que la de la mujer, a tal punto que no se pueden comparar. No obstante, la mayoría de las mujeres no asumirían el rol del hombre en la prostitución, por orgullo o dignidad. Según la UNESCO, las prostitutas que prestan sus servicios profesionales a clientes mujeres son muy pocas.

En la mujer, su actitud en el intercambio de relaciones íntimas tiene un componente de necesidad o no necesidad física. Si bien es cierto que la mayor habilidad y conocimiento del placer sexual en las últimas generaciones femeninas han creado una situación — mucho más práctica— en que la mujer dispone de nuevas armas para conquistar hombres sin tener que pagar. Algo que muchos hombres son incapaces de conseguir.

De la prostitución solo se habla pensando en las mujeres que la practican, cuando en realidad existe una creciente oferta de prostitución masculina, para homosexuales o para mujeres.

Placer sexual para cualquier género o tendencia sexual. Sin embargo, las únicas críticas o quejas públicas son para las mujeres que prestan sus servicios a los hombres. Extraña e injusta singularidad, aunque sean mayoría.

Es cierto que en ocasiones falta una ética e incluso una equilibrada estética. Que buena parte de esas desgraciadas mujeres son parias sociales a quienes el único camino que les quedaba era ese. Problema que actualmente se amplía a mujeres liberalizadas que quieren vivir por encima de sus posibilidades o son víctimas de grupos mafiosos que comercian con mujeres de otros países, que las controlan férreamente y son trasladadas con engaños a ciudades lejanas de sus lugares de origen. Mafias que promocionan incluso el exotismo para aumentar el precio de los servicios de las chicas.

Un estudio del Ministerio de Sanidad asegura que uno de cada tres hombres españoles ha estado alguna vez con una prostituta. No se menciona la existencia de mujeres que hagan uso de servicios masculinos de pago; se considera que tal práctica no existe.

Vender y comerciar con el cuerpo es una realidad desde el inicio de los tiempos y no se puede prejuzgar a ninguna mujer por ello. No se conocen las circunstancias personales de cada una ni hay derecho a entrometerse en la vida de los demás, ni siquiera en la de hombres o mujeres que para tener un futuro asegurado se casan con parejas de edades o condiciones inapropiadas, y menos para juzgar si la decisión obedece a algún fin espurio. Aunque no existe el derecho de crítica, también hay quien piensa que estos casamientos constituyen otra clase de prostitución.

El propio García Márquez da muestras de machismo en sus personajes en *Memorias de mis putas tristes*, libro en que el protagonista inicia la narración así: «El año de mis noventa años quise regalarme una noche de amor loco con una adolescente virgen... »

La prostitución es triste porque siempre se basa en comerciar con el cuerpo.

Lourdes Ortiz, profesora de Historia del Arte, en su libro *Camas* (1989), desacredita la mística de muchos simbolismos del pasado: desde el diván, el desván —tan usado literariamente para aventuras eróticas—, la cama redonda, las cortesanas y su evolución, hasta las mujeres de hoy que esperan al borde de las carreteras para prestar igual servicio, algo que todavía no se atreven a ofrecer los hombres tan abiertamente.

IMPOTENCIA

No es necesario creer en Dios para amar. Ni creer en el amor para tener una erección. Sucede más bien al revés. Primero existe el sexo y luego se inventan los sueños que necesita.

COMPTE-SPONVILLE

Un problema muy consultado por las parejas a los expertos es el de la impotencia. Hay gabinetes especializados que aseguran solucionarla.

En realidad se piensa siempre en la falta de erección del hombre, aunque en la práctica debe valorarse que en la mujer se produce igualmente la inapetencia. Ambas tienen que ver con la actitud, la desgana de la libido o las relaciones poco estimulantes. También se la relaciona con una enfermedad o con problemas psíquicos, cuando en verdad muchas veces son el resultado, en ambos géneros, de especiales circunstancias negativas. En algún caso mínimo como fruto de una educación traumática como ocurrió con Salvador Dalí por culpa de su padre, quien le mostró en su adolescencia las crudas imágenes de un libro de medicina y lo destrozados que quedaban los penes cuando tras penetrar a una mujer acababan con sífilis, el antiguo azote sexual, como ahora lo es el sida. Esta circunstancia marcó al genio, como hubiera marcado a cualquiera, de por vida. Ante un sexo de mujer toda su libido decaía totalmente, resultado lógico por el pavor que su progenitor le había provocado ante la posibilidad, que nunca buscó, de realizar un coito con una mujer. Así creció la leyenda del «gran masturbador», como insinuó también en

sus telas. Era uno de los únicos placeres sexuales —felaciones de Gala aparte— que le quedaba por disfrutar de su cuerpo y relajarse, como él decía abiertamente.

Le gustaban las mujeres —así se destaca en toda su obra, incluso las transexuales como Amanda Lear—, pero nunca sintió deseo o ilusión por los sexos de ellas. No se sentía feliz ante la visión de un pubis, y menos de una vulva.

No siempre está en la mano del hombre solucionar un problema de impotencia. Pero si lo desean y lo intentan, muchas mujeres pueden arreglar las cosas. Yo mismo viví un ejemplo de esto, tal como lo describo en mi libro *Diálogos de un géminis: ideas en debate* (Viena Ediciones, Barcelona, 2008).

«Para ella no existe el hombre impotente, cualquiera que sea tu estado de ánimo, tu cansancio, tus pocas ganas de cariño.

»Cuando la conocí, bastaba con que se acercase a ti. Mirada fija, sonriente, silenciosa. En el peor de tus momentos no le podías negar un beso a esos labios que se te acercaban lentamente. Rozar la piel de terciopelo podía no excitarte, pero sentir la indescriptible suavidad y lentitud de su lengua te hacía cerrar los ojos y dejar pasar los segundos. Aun sin ganas.

»Que una mujer bella con una muy particular sensualidad te desee no es a veces suficiente, pese a halagarte. Has pasado una gripe, te repones de una larga tanda de viajes. Te estás rehaciendo del fin de una temporada dura. Sumergido en el estrés más brutal. Todo a la vez. No sientes deseo como otras veces ante una mujer.

»No estás para batallas pero ella no deja de mantenerse pegada a ti. Notas su cuerpo pero el centro de todos los sentidos está entre sus labios y los míos. Sabe que podrá despertar mi libido. Es maravillosamente paciente. Perseverante. Esta vez es ella quien me quita la ropa, quien la alterna con la suya. Desnudándonos a los dos sin abandonar mis labios. Con sapiencia. Como concentrada en conseguir sus deseos y que renazcan los míos. Con cariño. No lucha ni me toca vulgarmente para excitarme. Parece esperar mi reacción de un modo natural.

»Con mis ojos cerrados poco a poco el cansancio parece desaparecer. Aunque sin sentir deseo, me noto cada vez mejor. Con sensaciones apetecibles, positivas. Sin excitación sexual pero abandonado a un cierto placer físico. Mental. Corporal. Una sensación que crece. Mayor cuando el contacto de la piel es absoluto. Un momento siempre soñado.

»Pero es entonces cuando ocurre el milagro, al oír suavemente su voz: "Ven..."

»Sin dejarme totalmente se acuesta lentamente de espaldas. Sus brazos siguen entrelazándose. Apenas he notado cómo su pubis se alza con fuerza ante mí entre sus abiertas piernas.

»Noto felicidad pero no la necesaria energía para penetrarla. Ella actúa como si no le importara. En realidad no le importa. Ella tiene su magia. Acomoda con iniciativa la piel de mi relajado sexo entre sus labios vaginales. Solo lo noto. Porque en ningún momento hemos dejado de mirarnos, felices. Vivo esos momentos con timidez. Pensando que no estoy a la altura. Ni con lo que ella pretende. Pero está por encima de mis sensaciones. Sus manos resbalan hasta mis nalgas. Ella cree más en mí que yo mismo. Me aprieta

contra su cuerpo mientras un suave movimiento de caderas consigue acogerme en su interior. Cada vez con más profundidad. Ha sido una eficaz recepción más que una penetración.

»Siento placer con mayor intensidad en cada instante que mi pobre y relajado pene nota su ardor interior. Una calidez y una temperatura que me sorprende acaban por demostrarme que para ella no existe la impotencia masculina... Sabe cómo conseguir que ahora, a partir de permanecer obnubiladamente en su suave vagina, sin apenas moverse, casi con el suave ritmo de la respiración, impensadamente, sin yo creer que pudiera suceder, mi miembro crezca en su interior. Cada vez con más potencia, suficiente para que ella, quizás en el paroxismo de haberlo conseguido y la tensión física que desgarró su interior, comience a sentir un lento y larguísimo orgasmo.

»Segura de que sabe cómo tratar a un hombre que ama.»

¿AMOR... O SOLO PLACER?

La soledad es difícil en todos los ámbitos. La del sexo, al menos, choca más con las costumbres que con el sexo mismo, y con los usos más que con el espíritu.

ANDRÉ COMPTE-SPONVILLE

Habría que preguntarse si los hombres en celo o animados por un deseo desbordante están en disposición de emocionarse y sentir con sensibilidad tan profundamente como las mujeres.

El matrimonio Bárbara y Allan Peare han editado un libro de éxito: *¿Por qué los hombres quieren sexo y las mujeres necesitan amor?* Un resumen de una realidad que, educación recibida aparte, es una coyuntura natural. Los hombres con la testosterona alta van al grano. Por necesidad física y en ese estado de intenso deseo encuentran bellas y perfectas a la mayoría de mujeres.

«Perdura la cultura del patio de escuela —dice Clara Simó en su libro *Homes*—. El eterno juego entre macho y hembra.»

Para entender de entrada a los hombres en general, la mujer debe hacerse a la idea de que están en situación de celo permanente. Son capaces de buscar sexo dejándose llevar por la rutina o simplemente por un deseo irracional; sin embargo, la mujer en primer lugar siente ilusión, luego sensaciones y al final cae en la pasión... Todo puede ser positivo cuando el hombre aparta la rutina en la relación.

Sexo por placer y procreación son aspectos cada vez más diferenciados entre los humanos. El famoso primatólogo Frans de Vaal demostró con sus estudios con chimpancés como entre ellos se da también la búsqueda del placer sin fines reproductores. Entre macho y hembra son muy habituales los besos en la boca con lengua, sin que constituyan el inicio del proceso de procreación.

La intimidad que crea el beso, incluso en medio de una plaza pública, es tanto el inicio de un deseo como una prueba de amor... Cuando perdura y se repite aporta un significado de entrega.

Como dejó escrito Jun Pin Mei: «Cada uno bebe el néctar de los labios del otro, respirando ligeramente, muy ligeramente; entre las caderas esbeltas late la pasión; los ojos burlones brillan como estrellas. Las ínfimas gotas de sudor son como cien perlas fragantes; los dulces y turgentes senos tiemblan. El rocío, como un dulce arroyo, llega al corazón del portal. Y así, saborean los placeres del amor en perfecta armonía.»

En nuestra sociedad se dice a las mujeres que deben satisfacer sexualmente a los hombres, mientras que muchas técnicas de la sexualidad taoísta fueron desarrolladas para ayudar a los hombres a satisfacer a las mujeres. Pero, en definitiva, según el *Tao*, el placer de un miembro de la pareja es inseparable del placer del otro.

Sea sexo o sea amor, la relación personal, el contacto de ambas pieles, percibir el olor del otro, no tiene punto de comparación con algo tan pobre e incompleto, y a veces de pura exhibición o violencia, como lo que se cuelga en internet.

Tiene sentido cuando se experimenta amor y la pareja vive separada sin posibilidad de encontrarse pronto. Entonces es como un sucedáneo. Cuando se siente amor al lado de tu pareja, recurrir a imágenes pornográficas resulta una falta de ética, a menos que sea vivida conjuntamente y acabe resultando, como los vídeos pornográficos, un elemento de mutua excitación para superar la rutina o el aburrimiento.

Tiene cierto paralelismo ético con la prostitución. Para muchos hombres resulta una solución necesaria: en la vida existen muchos machos que no tienen a mano una hembra que satisfaga su avidez congénita. Hombres solitarios, fracasados con las mujeres, impedidos sin pareja... En los demás hombres, recurrir a los servicios de la prostitución puede responder al gusto por la aventura, o para paliar la insatisfacción.

Es muy difícil ponerse en el alma masculina —¡y en la femenina!— para comprender y enjuiciar el uso de sexo pagado, o provocado a través de imágenes en un ordenador o un móvil.

En cada carácter y en cada tipo de educación recibida está la clave para que una pareja pueda coincidir en los puntos necesarios para la buena convivencia. Coincidir en sentimientos, en sensaciones. Aceptarse cuando el nivel de deseo físico sea diferente. No dejarse hundir por problemáticas propias de la convivencia. Superar esos momentos, ya sean de relación, económicos o del entorno familiar. Porque en definitiva, si existe afinidad y satisfacción sexual plena, muchos obstáculos pueden vencerse.

Cuando en la pareja uno o los dos sea/n mujer/es, acontece un fenómeno, un mito mal entendido sobre la menstruación. Desinformación o ignorancia que crea situaciones equívocas. El flujo menstrual no contiene más gérmenes que la saliva —y aceptamos de buen grado los besos—, pero muchos hombres experimentan un miedo irracional que les impide penetrar a una mujer en los días de la regla.

Durante la menstruación se han comprobado solo ventajas para la mujer y ningún inconveniente —reticencias aparte— para el hombre. No solo resultan ser días en que las sensaciones y los orgasmos son más intensos, sino que además se cuenta con la ventaja

de una vagina más lubricada, sin olvidar lo que todo el mundo sabe: durante esos días es imposible quedar embarazada.

SEXO ORAL

Por amor y por deseo, el sexo oral es una de las variantes de intercambio de placer en las relaciones íntimas. Un texto antiguo anónimo dice: «¿El paraíso? Aletargarse mientras ella mimosamente se adormece con mi pene en su boca.» Pero entre los géneros el juego no siempre es igualitario: en general, al hombre le place que ella se lo practique, pero no en todas las ocasiones le apetece corresponderla. Muchas mujeres se «enamoran» y juegan con el pene masculino, pero es más difícil que resulte a la inversa. Posiblemente se deba a esa ocultación y esa situación más recóndita y misteriosa de la vulva femenina. Pero el hombre que lo descubre, que busca los labios de ella con sus labios, en un gesto de deseo, placer o amor, encuentra un cúmulo de sensaciones y aprende a disfrutar de la sensualidad que contienen esos rincones tan sensibles de la mujer... Labios que se besan, se entrecierran, para poseer la intimidad más total, acariciando o succionando el clítoris en un clímax de máximo placer femenino.

Muchos adultos hemos experimentado que si te entregas a tu enamorada pareja y le correspondes, en un intercambio de sexo oral se puede crear una de las situaciones más vibrantes entre dos seres humanos; son los instantes o las horas en que la comunión y el placer es más intenso.

La mayoría de artistas universales han inmortalizado alguna de sus telas con una actitud machista, como el conocido cuadro de Picasso en el que Isidre Nonell disfruta de una felación. Pero ninguno ha inmortalizado un momento a la inversa, ni hay constancia de que existan obras que representen sexo oral practicado a una mujer. Las artistas femeninas han sido más discretas, como en el caso de la pintora Emilia Castañeda, que como máximo ha pintado una obra en que una joven se masturba suavemente con los dedos. Ciertamente, como me comentó un amigo cineasta, que «resulta más fácil para la mujer tener un pene, en la mano o en la boca, mientras que el hombre ha de buscar en complicadas posiciones la recóndita ubicación del sexo de la mujer, a la vez que le cuesta más retener y jugar con un clítoris oculto y huidizo».

Las parejas funcionan bien, unidas y con mínimos inconvenientes, si se preocupan por complacerse mutuamente, en especial si se centran en cómo siente y qué puntos de placer satisfacen al otro. Así, el sexo satisfactorio resulta una de las bases que más solidifica la unión de dos seres, llegando a crear afecto y buena convivencia. Uno necesita al otro. Y cuando otros aspectos de la vida no les funcionan a su satisfacción, el sexo les une y ya no pueden pasar sin él, como diría Philip Roth.

Aunque sea por diferentes vías y sea producto de sensaciones distintas, en casi todos los casos —excepto en mujeres muy ninfómanas— el hombre necesita primordialmente, y por razones fisiológicas, liberar su libido, mientras que la mujer, aparte de las sensaciones físicas, necesita la compañía de su amado; busca seguridad... amor.

La mujer es este ser especial que igual que en ciertos momentos, y a veces muy a su pesar, los vasos sanguíneos que le irrigan las mejillas se le dilatan provocándole rubor (Charles Dorcoïn ya observó que en el reino animal también alguna especie, cuando cambia su proceso hormonal se expresa con un cambio de color en su piel), en otros momentos, como parte de la población humana que más tiempo ha vivido oprimida, adquiere unas cualidades diferentes —«pese a tener un cerebro semejante al masculino experimenta emociones muy distintas», según la neuropsiquiatra Louann Brizendine— y en sus relaciones en general se vuelve más lista, compensando la lentitud de reflejos y la prepotencia de muchos hombres.

Esto les permite ser más receptivas cuando les conviene. De hecho está comprobado que los hombres valoran esta cualidad tanto como el que ellas aprecien el humor. Otro indicativo de receptividad sexual.

Otra vía de satisfacción de hombres y mujeres son las sensaciones que se crean en nuevas parejas con una diferencia de edad remarcable. En plena madurez, o en el inicio de las últimas etapas de la vida, basta con ver o abrazar un cuerpo joven para colmar los sentidos y recibir sensaciones que mejoran la libido y el estado de ánimo. Es un hecho comprobado médicamente y establecido ya en la Antigüedad como algo natural y necesario especialmente en China. En *Viento del este, viento del oeste*, la premio Nobel Pearl S. Book lo describe con claridad.

Las personas maduras valoran mucho estrechar un cuerpo joven. Es como un deseo de agarrarse a la vida. En la vejez de los humanos representa un aliciente para seguir vivo y se valora tanto o más que el sexo en sí, que ya se ha vivido antes de muchas maneras. La belleza de los cuerpos jóvenes proporciona ilusión vital y deseo, aunque hay límites éticos que deben respetarse.

SEXO TÁNTRICO

Otra de las vías más comentadas en Occidente pero en la que apenas se profundiza es el sexo tántrico. Se habla de él sin que se conozca ni su filosofía ni sus objetivos. Sus conceptos pueden resumirse en varios puntos:

1. Practicar sexo con menos desgaste biocelular con el fin de evitar constantes eyaculaciones.
2. Conseguir una vez que se tenga el control de la eyaculación, después de meses o años de aprendizaje —algo que siempre resulta muy irregular—, prolongar minutos y minutos todos los juegos amorosos. El hombre aprende el mayor placer que puede conseguir de su relación sexual: que la mujer llegue a sentir los máximos orgasmos. Mientras el hombre disfrute con el coito y otros juegos sin eyacular, ellas sienten el placer repetido, largamente. ¿Qué mujer no firmaría por tener una

pareja así? Una pareja con la que ellas puedan enloquecer.

3. El hecho de hacer el amor provocando orgasmos y finalizar sin eyacular le permite al hombre volver a empezar, si ella lo desea —o si lo resiste— una hora después o al día siguiente, o con la frecuencia que se desee mientras no se eyacule, y evitar la necesidad de un cierto descanso —muy diferente en cada macho— para que su cuerpo reponga las mejores esencias de su organismo en las bolsas del escroto.

Un artículo publicado en el *Times* sugiere que, debido al desgaste de esperma, como media las mujeres viven seis años más que los hombres. Pero lo que es muy cierto sobre la producción de esperma —acorte o no la vida— es que debilita la fuerza masculina, tal como se afirma en el libro *El hombre multiorgásmico*, de Mantak Chia y Douglas Abrams. Hace más de dos mil años (mucho antes de que se experimentase con nematodos, o «gusanos redondos») los taoístas describieron, en el *Discurso del Tao más elevado bajo el cielo*, la importancia de no eyacular: «Si el hombre tiene un coito sin derramar su semilla, su energía vital se fortalece. Si lo hace dos veces, su oído y su visión se aclaran. Si lo hace tres, todas sus enfermedades físicas desaparecerán. La cuarta vez empezará a sentir paz interior. La quinta, su sangre circulará con más vigor. La sexta, sus genitales se regenerarán. Cuando llegue a la séptima, sus muslos y su trasero serán firmes. La octava, su cuerpo irradiará salud. La novena, su longevidad se verá incrementada.» Los taoístas han sabido desde siempre lo importante que es conservar el semen.

Y todavía resulta más importante el sexo tántrico porque durante los últimos años de la vida, por larga que sea, el hombre se sigue sintiendo hombre y puede continuar disfrutando de las relaciones sexuales.

El proceso de control de la eyaculación con el sexo tántrico se basa en diversas premisas, ante todo un control mental con respiraciones profundas, relajando la loca impaciencia en los momentos en que nota acercarse el «punto sin retorno» de la eyaculación. También funciona el cambiar de posición, con lo que se frenan y se modifican los tipos de estímulos, pero todo ello precisa del control mental y la voluntad previa de realizar sexo sin llegar a la eyaculación. Un conjunto de actitudes que no son fáciles de adquirir, pero que, sin embargo, elevan al hombre a un nivel sexual superior.

Permite disfrutar más y más tiempo del sexo y con mayor frecuencia, proporcionando los mayores placeres a las mujeres y con menos desgaste de vitalidad, preservando y alargando la buena salud.

Cualquier esfuerzo para conseguir estos objetivos tiene sentido y amplía la potencia y la satisfacción sexual.

Ante la unión entre un hombre y una mujer —no en los casos de homosexualidad—, las parejas nunca deben olvidar dos puntos básicos para conseguir una relación satisfactoria:

Uno, que el hombre es rápido en excitarse y en obtener el orgasmo, mientras que en la

gran mayoría de mujeres este proceso es mucho más lento. Sexualmente siempre existe diferencia de ritmo. No frenar al hombre por parte de la mujer y no llegar ambos al éxtasis total juntos o en momentos muy cercanos, con el tiempo erosiona la pareja.

Y dos, un punto menos evidente y poco comentado, pero no por ello menos importante y que provoca también un cierto alejamiento —unque sea momentáneo— en la pareja. Se trata de un elemento fisiológico. Hombre y mujer psíquicamente obtienen similar satisfacción del coito, en especial cuando ambos llegan al orgasmo, pero donde existe una gran diferencia es en el aspecto físico. La mujer tiene un mínimo desgaste físico creando uno —o dos o tres— óvulos mensualmente, y en el acto sexual consigue la satisfacción —orgasmo aparte— de un buen ejercicio cardiovascular. Su estado después del coito normalmente no es de agotamiento, sino de plenitud y relajamiento. En cambio, el hombre acaba de eyacular de sus testículos millones de espermatozoides que toda la biosíntesis del cuerpo tiene que reponer desde ese momento. Según el estado de salud, edad, etc., este proceso tiene una duración de muchas horas e incluso días. Y la sensación física —que no la psíquica— del hombre es de agotamiento, por mucha satisfacción que experimente...

Pocas mujeres captan esa realidad física y pocos hombres evitan evidenciarlo en desmedro de su masculinidad, y resulta uno de los puntos de fricción en la pareja, entre la mujer que quiere seguir copulando y el hombre al que su cuerpo le pide descanso. Esta falta de coincidencia —y de conocimiento de estas diferencias físicas entre ellos y ellas— provoca no pocas decepciones o desilusiones que desunen, especialmente en las parejas de larga duración. Es uno de los muchos temas a considerar y esclarecer conjuntamente, y solo así será posible acceder a un acuerdo común que busque, como en el sexo tántrico, que el hombre aprenda a no eyacular para así dar más placer y orgasmos a su pareja, además de que siempre estará listo —al no tener el cuerpo que reponer el valioso semen— para una nueva experiencia sexual.

Para el hombre entrenado para prolongar y prolongar el placer continuo compensa más que los segundos en que pueda sentir un orgasmo. En libros como *El hombre multiorgásmico* se incide en el hecho de que el orgasmo puede sentirse —se consigue con el adecuado entrenamiento— separadamente de la eyaculación, y con el tiempo se consiguen por separado, sintiéndolo y a la vez evitando la pérdida de simiente final.

En una relación de pareja los hábitos de cada uno son también básicos para una unión duradera. Hábitos de vida, de higiene, preferencias, frecuencia de relación amorosa, etc., aparte de una tranquilidad económica que cubra las necesidades. Toda unión estable se consolida según la compatibilidad de caracteres.

Resulta difícil que una pareja solo coincida en el sexo y pueda mantener por largo tiempo su relación. El éxito de lo duradero ha de construirse sobre un buen conjunto de aspectos y hábitos.

Tampoco pueden olvidarse los celos, muy influyentes en las relaciones y causa de muchas situaciones complicadas. Tener celos sin fundamento resulta tan irracional e inaceptable como fomentarlos para mantener interesada a tu pareja. Es cierto que los celos son un sentimiento fuerte o muy fuerte de la propia mentalidad que no puede

refrenarse cuando se ama con pasión, pero en muchos casos son resultado de una falta de buen nivel educativo.

Sin embargo, sabemos que por desgracia existen hombres con la locura interior, que disimulan durante su vida como los personajes tan realistas de la novela y la película *Milénium, los hombres que no amaban a las mujeres*. Dentro del realismo de los que nos consideramos seres humanos, nos parece increíble que existan hombres así, y dudamos que pueda existir una mujer con tales errores mentales masculinos y tales actos de locura y criminalidad. Posiblemente por los sentimientos que puedan influir a partir del hecho de que la mujer está compuesta por genes de tendencias maternas.

El comportamiento sexual de la sociedad actual se ha modificado. Los impulsos sexuales masculinos dependen de la cantidad de testosterona presente en cada cuerpo masculino. No obstante, según el Instituto de Biotecnología Molecular de Austria, un cierto gen —uno solo— rige todos los comportamientos sexuales. Con él los machos modifican su comportamiento. De cortejar a ser cortejados, con una mayor tendencia a usar la sexualidad libremente y de manera mucho más explícita. Aunque las manifestaciones sexuales son muy distintas en cada persona y circunstancia.

También está demostrado que las mujeres se excitan más con la visión y con palabras que les plazcan, mientras que los hombres mucho más con los estímulos directamente sexuales.

Algunas mujeres llegan a descubrirlo: para una gran mayoría de hombres la figura de un cuerpo de mujer, o algunas actitudes sexis, o unas caderas y unos senos sensuales, no es en definitiva lo que de verdad desean... Esos no son más que encantos que provocan deseos secundarios. El gran deseo final es poseerla a ella invadiendo su mayor intimidad: penetrar el portal.

Sin embargo, la mujer del siglo XXI ha adquirido con un cierto espíritu masculino la seguridad de seleccionar al hombre que le gusta y posee mayor fuerza y decisión para hacerlo suyo.

El sexo estilo «aquí te pillo, aquí te mato» o un coito de unos minutos pueden tener interés ocasional, aunque casi siempre originan no pocas decepciones, y no son nada recomendables para practicarlos toda la vida, ni para disfrutar plenamente de una de las actividades más deseadas.

El sexo tántrico también recomienda que el hombre no se lance de buenas a primeras a penetrar a la mujer. Nos reta a jugar para que, al ritmo más lento de la mujer, aumente constantemente esa excitación que la lleva al orgasmo. La mujer debería aprender más a dar placer con toda clase de caricias al hombre antes de que este se lance a penetrarla. Así evitaría sesiones sexuales rápidas que nunca proporcionan satisfacción plena.

Del mismo modo, en la educación sexual de la mujer se ha afianzado una mentalidad terriblemente errónea para una buena relación de pareja. Ellas parecen tener como objetivo final obligado conseguir que el macho acabe eyaculando. Aquellas mujeres que saben, por conocimiento o experiencia, las técnicas para obtener relaciones íntimas placenteras y saben frenar la eyaculación consiguiendo que al final el hombre se sienta pletórico de energía después de haber disfrutado largamente con ellas, saben en qué se

basa el sexo tántrico y disfrutan mucho más intensa y repetidamente de las relaciones íntimas.

Como coinciden en escribir los maestros tántricos, «el secreto de una feliz relación es lograr que después de una sesión de juegos amorosos quien se quede dormido en brazos del otro, sea la mujer». Conseguirlo es una garantía de dominar y disfrutar del sexo tántrico.

ORGASMOS

Mae West, célebre actriz de principios del pasado siglo —con fama de «comehombres»—, decía: «*An orgasme a day keeps the doctor away*», o sea, que para cualquier mujer un buen orgasmo o varios a menudo, es la base para una buena salud, psíquica y física.

Para la mujer de cualquier edad representa tener el cuerpo vivo. Y los hombres que aman a las mujeres se esfuerzan para que su pareja disfrute. Así describe esta situación Ernest Hemingway por medio del protagonista de la novela y la película *Por quién doblan las campanas*, quien al final de su copulación en medio de un prado dice a una feliz Ingrid Bergman: «¿Has sentido moverse la tierra?» Un modo original de preguntar si ella ha tenido un orgasmo.

De sentir orgasmos —de autocomplacencia o de relación— depende que una mujer se sienta viva.

En su notable libro *El cuerpo al desnudo*, Desmond Morris explica con detalle cómo se obtiene el clímax sexual: «Esta función no depende de los centros más elevados del cerebro, sino que tiene lugar a un nivel químico muy básico. Durante el orgasmo, el cerebro se inunda de una sustancia química natural, muy similar a la morfina, que anula el dolor y estimula los centros del placer. Al mismo tiempo, parte del cerebro "enciende" las neuronas de una forma que recuerda notablemente los ataques epilépticos, mientras que los centros más elevados quedan casi por completo desconectados durante unos pocos y mágicos momentos de abandono. Justo antes de que esto suceda, los centros de la visión reciben una repentina e intensa estimulación que semeja un relámpago de luz. En pocas palabras, el orgasmo masculino es como una pasajera y natural intoxicación por drogas, con desaparición del dolor y las preocupaciones y un vertiginoso placer que inunda el organismo, bloqueando el mundo exterior.»

Se trata de una de las mejores explicaciones de lo que es un orgasmo, su mecanismo y las sensaciones que produce. Lo que resulta increíble es que en ningún momento explica ni se preocupa del orgasmo de la mujer. Y este olvido en un libro publicado en los años ochenta del siglo XX resulta una muestra del poco interés al respecto que muestran no solo la sociedad, sino también los intelectuales, en todo lo referente al placer sexual de la mujer.

Lo cierto es que estas sensaciones, en efecto, son como un relámpago en el hombre y afortunadamente el disfrute de la mujer y la duración de sus orgasmos son igual de

intensos y profundos, pero más duraderos.

Tan álgidos resultan los clímax femeninos —dependiendo naturalmente de la sensibilidad y el «entorno» de cada una de ellas—, que mujeres que no resisten un simple pellizco en los primeros besos de escarceo, durante su máximo punto de éxtasis disfrutan con las nalgadas o los mordiscos o retortijones de senos, y encima piden más y más fuertes. Resisten el dolor al mismo nivel que en el parto.

«El orgasmo es el peor entendido de los procesos sexuales.» En *Smith's General Urology*, Chia y Abrams explican que el orgasmo incluye «contracciones rítmicas involuntarias del esfínter anal, hiperventilación (aumento del ritmo respiratorio), taquicardia (aumento del ritmo cardíaco) y una elevación de la presión sanguínea».

Estas alteraciones se producen en todo el cuerpo. Sin embargo, durante mucho tiempo el orgasmo ha sido (y para muchos hombres sigue siendo) un asunto estrictamente genital. Wilhelm Reich, en su controvertido libro *La función del orgasmo*, fue el primer occidental en afirmar que el orgasmo afecta a todo el cuerpo.

Se cita a menudo el punto G. Hay un lugar en la vagina que, cuando es acariciado, supuestamente vuelve loca a la mujer. El doctor Ernest Grafenberg, que fue el primero en describirlo en 1950, le dio el nombre de «punto G». Como se ve, el concepto no es nuevo, pero sigue levantando controversia, puesto que algunas mujeres lo encuentran pero otras no. La teoría actualmente aceptada es que el punto G es una colección de glándulas, conductos, vasos sanguíneos y terminaciones nerviosas que rodean la uretra femenina.

¿Dónde está exactamente? La mayor parte de las mujeres que consiguen localizarlo aseguran que está situado entre tres y cinco centímetros a partir de la entrada de la vagina. Puedes sentirlo en la parte superior de la pared anterior, inmediatamente detrás del hueso pubiano.

BESTIALISMO

Otros tipos de relaciones sexuales que la sociedad oculta son los diversos modos de sentir placer compartiendo juegos o caricias con diversos animales. Generalmente, con los que se tienen más a mano, las mascotas.

Siempre recordaré la primera (y única) escena que he visto, que me resultó dolorosa, en un local de sexo en vivo en el Londres de los sesenta, al que entré empujado por unos amigos. Esperaba ver el juego de una pareja, y al aparecer una joven rubia con cara de ángel pensé, llevado por su belleza, que la escena quizá sería atractiva, hasta que a los pocos instantes un musculoso hombre arrastró un cerdo ya empalmado —su extraño miembro tenía forma de sacacorchos— que se montó sobre ella para iniciar un coito. Al minuto bajaba las escaleras para salir a Safesbury Avenue, casi vomitando.

En los periódicos se publicó que durante el derrumbe de una montaña en Galicia, unas rocas aplastaron a un hombre que estaba copulando con una gallina.

En otra ocasión, en una visita a mis Equipos de las peluquerías de Palma, mientras me

secaba con una toalla tras ducharme en el apartamento común habilitado para los colaboradores del salón, un perro lobo se acercó a mí y sin preámbulos empezó a hacerme una inesperada y experta felación. Me costó trabajo deshacerme del animal; posteriormente uno de mis colaboradores —su propietario— admitió haberlo comprado en Inglaterra por un alto precio debido a que estaba especialmente adiestrado para esos menesteres.

Es proverbial que algunos pastores de alta montaña tengan sus ovejas preferidas. Y también el apartado de animales domésticos habituales, en especial los perros, que reciben el cariño de corazones solitarios; los que más valen en el mercado de especies caninas son los de lengua nerviosa, larga y rasposa. El cariño que profesan algunas mujeres de la tercera edad a sus complacientes canes les ha hecho exclamar en más de una ocasión: «¡Le tengo más cariño que a mi marido!»

Cuando el placer sexual se obtiene en una intimidad secretamente guardada no molesta a la sociedad. Cuando no se muestran pruebas cada persona actúa como le place, con total libertad personal y total corrección «política».

Maternidad

El movimiento de la liberación de la mujer es simplemente una estupidez. Son los hombres los discriminados: no pueden tener hijos.

GOLDA MEIR, política israelí
de origen ruso, 1906-1978

No importa la edad que tenga una madre, la maternidad siempre rejuvenece y mejora interiormente a una mujer.

MELANIE GRIFFTH,
actriz estadounidense

La maternidad ya no es lo que era. Los bebés probeta, las adopciones y las madres de alquiler están anulando todo el encanto y el romanticismo de procrear a partir de la unión de un hombre y una mujer que se quieren.

Los hombres que nunca en su vida han visto ni acariciado la piel tersa y suave de un vientre de mujer lleno de vida no han sentido la creación humana más excelsa.

Muchos y placenteros juegos sexuales hacen las delicias de media humanidad, pero en el coito, en la unión natural de un varón y una hembra, está la clave de la humanidad. Y de la preservación de la especie.

La maternidad es una de las sensaciones más profundas que puede llegar a vivir una mujer. Antes, durante y años después de parir. Vivir la experiencia, fruto de un deseo en casi todos los casos, de crear vida. Y de sentir de modo sublime como crece un ser en su seno, experimentando el instinto de conservación de la especie.

El paleontólogo Jaume Portulas, de la Universidad de Bellaterra, dice que ya la antigua doctrina evolucionista del hombre primitivo se fundamenta en la evidencia de que la maternidad, *per natura*, es más sublime que la paternidad.

«En la antigua Europa —según Robert Graves— no existían dioses. Se adoraba a la Diosa Madre con diversos nombres, una creencia que se había extendido por el norte de África, en países como las actuales Libia o en Siria, y en este pensamiento religioso no se había introducido aún el concepto de paternidad.»

Los individuos conocían bien a su madre, pero muy difícilmente, al vivir los humanos en grandes grupos, reconocían quién era su padre.

Ni hoy ni en el antiguo ayer de nuestra existencia —por más que haya individuos que no le den valor—, nada hay más sagrado —ni siquiera la religión— ni más natural, humano, primario o pasional, que procrear.

En sus relaciones íntimas, ya sean por placer o para reproducirse, los adultos, con sus lógicos deseos de vivir una experiencia única como el ser padre, crean una vivencia inigualable que Rabindranath Tagore describe en uno de sus textos poéticos:

«El niño pregunta a su madre: "¿De dónde vengo?" Ella lo toma entre sus brazos, lo aprieta contra su pecho y le dice: "Eras un deseo que albergaba mi corazón."»

«Cuando sientes el deseo carnal crees que morirás si no lo satisfaces —dice Isabel Clara Simó—. El del macho es febril, no piensa en otra cosa y sus sueños son obsesivos. Pero el de ellas lo forman otros ingredientes: está pleno de sentimientos y perdurabilidad... En los hombres es una fuerza irresistible que, una vez saciada, se convierte en un estorbo. En cambio, el de ellas, aunque se trate de una aventura de una noche, tiene suficiente habilidad para atrapar al hombre. La mujer desea sexo, corazón y alma. No es que en ese momento ella ame a su pareja circunstancial, es que su metabolismo y sus hormonas le piden continuidad.»

Por lo demás, a veces parece que las mujeres no tienen celo. En realidad lo disimulan instintivamente, en especial en los períodos de estró (los de disponibilidad sexual o celo de los mamíferos). Noonan y Alexander consideran en sus estudios que «es el modo evolutivo con que la hembra evita que los varones solo copulen cuando les convenga».

¿Son reales o imaginadas mis primeras sensaciones, esas que me han perseguido placenteramente toda mi vida como un lejano recuerdo cálido lleno de silencio y bienestar?: ¡moviéndome en el vientre de mi madre! El surgir a la vida desde su vientre. Respirar la primera bocanada de aire. La sensación de que ella me cubría de besos mientras me limpiaba con todo su amor y la tersura embriagadora de sus senos con el aroma adormecedor de su piel. Eran tiempos en que nacías en casa.

Los sentidos despiertan mientras se desarrolla nuestro cuerpo. Según los descubrimientos más recientes, ciertas reacciones y actitudes del bebé cuando nace podrían ser el reflejo de la historia de su vida fetal. Al parecer, el recién nacido guarda en su cuerpo la «memoria» de las sensaciones percibidas en el vientre materno. Por tanto, estudiar el comportamiento del bebé durante el embarazo es una buena forma de evaluar su posterior desarrollo corporal y madurez neurológica.

¿Por qué rechazar la intuición de haber vivido esas sensaciones? ¿Puede el recuerdo más primario pervivir con incierta consciencia? Aunque tengo ciertas dudas, me gusta pensar que sí.

He encontrado otro espíritu loco. El diseñador gibraltareño John Galliano coincide, sexualidad aparte, con una de mis fijaciones: «Siempre deseé ser madre. Quizá pueda parecer extravagante, pero creo que es la única manera de convertirme en un hombre completo.»

Parir un hijo para muchas mujeres ha sido más enriquecedor y les ha dado más plenitud que el mejor de los orgasmos. Les crea unas sensaciones y una excitación más profunda y trascendente.

Tomar la resolución de tener un hijo es algo trascendental. Se trata de decidir tener para siempre tu corazón vagando fuera de tu cuerpo.

ELISABETH STONE
escritora estadounidense, 1811-1886

Concepción, formación fetal, humanizarse en el vientre de la propia madre, ser carne de su carne. A través de un encuentro-sexualmente íntimo con el macho, ellas han creado, concebido, amparado en un milagro corporal a un ser vivo.

Creación de vida, creación de un ser —de dos o más en ocasiones—. El cuerpo maternal desarrolla, envuelve y protege la formación de un futuro individuo de su especie... Vivo, único, distinto, amado.

Una parte vital a quien debemos la vida. Nuestro mejor amparo, nuestro primer habitáculo y estancia, mientras nos formamos como seres humanos en las entrañas maternas.

«Tener un hijo quizá sea el acto más bellamente irracional que pueden realizar dos personas que se aman», ironiza con admiración Billl Cosby, el humorista estadounidense.

Cuando se ha cumplido el tiempo de la sagrada creación, el último roce, la última caricia viene de estos labios de mujer, de madre, ese portal que, cumplida su misión, se cierra, se minimiza, vuelve muy lentamente a la normalidad, dolorido, agrandado con el valor de haber cumplido con su misión: expulsar con amor materno el bebé a la vida. A su nueva etapa en el mundo. Hacia su futuro. Enternecidos. Amorosamente sangrantes. Sufridos.

Cadena de milagros naturales repetidos en la historia de la humanidad, pero no por ello menos sorprendentes y valiosos.

«Si tuviera otra vida para vivir, nunca renunciaría a esos nueve meses de embarazo, en los que percibes cómo una vida está creciendo dentro de ti, la única experiencia que me ha acercado de verdad al sentido de lo milagroso», confiesa Emma Bombeck, escritora y humorista estadounidense (1927-1996).

En el terreno de la procreación resulta muy habitual que muchas parejas en cierta noche especial no han experimentado solo placer, pasión y sexo. Ni siquiera saben que esa noche han dado inicio a la vida de un nuevo ser.

Según un realista estudio de Gemma Lienas publicado por la revista *QUO*, la idea de que la mujer no se completa hasta que es madre ha sido un error histórico, además de una presión social para muchas mujeres que no sienten de modo natural el instinto maternal. Algunas se ven inducidas a serlo para cumplir lo que de ellas se espera. Ser padre y ser madre es una vocación provocada por instintos naturales, no de obligación social. También crea problemas en las parejas en que el hombre —que casi siempre tienen más interés que ellas— fuerza con insistencia el tener un hijo.

Asimismo, ante el actual aumento de las separaciones, algunos hombres, al ver a su mujer cada vez con mayor independencia, capaz de coger las riendas de su vida o de

largarse en cualquier momento, se esfuerzan egoístamente por dejarla embarazada como una especie de seguro de que ella continuará a su lado.

El hombre tiene reacciones sorprendentes ante el hecho de haber dado vida a un nuevo ser con su pareja. Me lo hizo comprender David Escamilla al salir de una emisión de radio en RAC 1, comentando una actitud masculina más frecuente de lo que imaginamos:

Antes de la maternidad, los hombres centran todo su deseo en el portal de vida, en algunos casos adorándolo al límite durante los intercambios sexuales. Y, lógicamente, tienen una reacción negativa después de que su pareja dé a luz, al ver cómo el interés de la mujer se centra en su maternidad, en desmedro del puro sexo. Este cambio de actitud provoca un natural descenso del deseo en la mujer, y el hombre lo soporta muy mal.

También puede ocurrir que, al ver cómo esa zona adorada y deseada de su mujer se convierte en el sitio por donde da salida a una nueva vida, el hombre modifique su manera de pensar, ver y valorar los labios de la vulva y le resulten menos sexuales y menos deseables. En realidad, con una visión lógica de la situación, el alumbramiento debería incrementar la valoración de esta parte del sexo femenino a ojos del hombre.

Los mamíferos humanos, aunque se componen de dos géneros físicamente diferentes a fin de acoplarse y reproducirse, son iguales en el aspecto funcional. Ambos tienen boca para alimentarse y ano para expulsar los residuos. Y ambos tienen los mismos cinco sentidos (oído, gusto, tacto, olfato y vista). En cambio, los sexos fueron diseñados por la naturaleza para acoplarse y, por tanto, son diferentes, lo mismo que la función maternal, exclusiva de la mujer, que puede alimentar al bebé a través de los senos con su savia o leche enriquecida.

Por lo general, los machos dominan en el aspecto físico, poseen la fuerza de unos músculos más desarrollados que en la mujer. Y esta, por su parte, posee la superior sensibilidad e intuición que le brinda el instinto maternal.

¿La maternidad es un concepto moderno?

Tal vez haya quien se sorprenda o incluso se escandalice ante la idea de que el amor maternal no es un sentimiento innato. De hecho, todos los animales, de cualquier especie, tienden a proteger sus crías, lo cual lleva a pensar que existe algún tipo de instinto amoroso.

Sin embargo, basta con echar un vistazo a la historia para comprobar que la familia ha cambiado mucho a lo largo del tiempo. Por extraño que pueda parecer, el infanticidio, el abandono o la crianza en manos de nodrizas han sido comunes en muchas sociedades, incluidas las occidentales. De ahí que no sea absurdo suponer que las relaciones entre padres e hijos poseen un acentuado carácter cultural y no meramente instintivo.

De hecho, hasta finales del Renacimiento no surge en Europa un debate sobre la educación de los niños que sienta las bases del concepto moderno de infancia. Esta no aparece como tal hasta principios del siglo XVIII, y es entonces cuando convertirá a la mujer, en tanto que madre, en el alma del hogar y, a través de su labor educadora, en depositaria de las virtudes cívicas. Solo a partir de ese momento, aparece una nueva representación de la femineidad en las artes: la mujer madura, madre y guardiana de su familia, manifestación del amor puro y desinteresado. Y esta noción, pese a la

transformación de los valores y las instituciones de la sociedad, ha perdurado hasta el presente.

«El milagro de la vida va más allá del mero acto de tener un hijo. De hecho, la gestación tan solo es el prólogo de una ardua labor de comprensión, cariño y, sobre todo, abnegación amorosa», nos dice el médico francés Émile Despreaux-Byer (1823-1888).

En cuanto el recién nacido empieza a respirar correctamente, el médico lo examina para asegurarse de que es una criatura normal, y después se lo da a la madre para que lo abraza y acaricie. Ella ha conseguido algo que ningún hombre es capaz: hacer que una nueva vida madure en el interior de su útero a lo largo de cuarenta semanas, hasta el alumbramiento. Tal es el milagro de la maternidad. Iniciado con la concepción, el nuevo ser crece a la vida, se forma en la infinita riqueza corporal de la madre y surge al mundo a través del portal más amado, bendecido, amoroso y tierno. Un portal que se engrandece y adapta al tamaño del nuevo ser para librarlo a la vida. Para introducirlo en el cosmos. Nueve meses después de un feliz encuentro de ambos progenitores. Tomando forma corporal cálidamente. Creciendo a la vida. Flotando en el espacio más íntimo. Viviendo sensaciones que quizá nunca podremos recordar, como las de nuestro nacimiento.

Sintiendo los rumores del corazón. Nuestros más íntimos e inaccesibles instantes. Formarnos corporalmente. Creciendo como seres vivos. Sin respirar el aire todavía... En plena calidez. Vida dentro de la vida. Cuerpo en el cuerpo. Formándose nuestra identidad. Física, sexual, caracterológica a través de los genes. Todo eso y el instinto del dolor vivido y olvidado... Resulta frustrante no poder recordar el crucial momento de traspasar el portal materno. El primer instante de vida.

El proceso mediante el cual el cuerpo materno nos expulsa es solo cosa de dos: la madre y uno mismo.

Los dos solos aun rodeados por comadronas y médicos.

Imposible más intimidad.

En nuestros primeros instantes de vida, el momento más triste debe de ser abandonar a nuestra madre sintiendo el frío de quedarnos solos ante el mundo.

«¿Qué alegría es comparable a la del nacimiento de un niño entre todos los goces que alivian el sufrimiento en la Tierra?», nos dice la activista feminista estadounidense Carolina Norton (1808-1877).

«Me acuerdo cuando nació mi hija. Yo era un solo dolor miedoso, esperando ver salir de entre mis piernas un sueño de nueve meses» (fragmento del poema «Parto», de Gioconda Belli, escritora y política nicaragüense).

ANATOMÍA. EL PROCESO REPRODUCTOR FEMENINO

Lo primero que podemos apreciar a simple vista del aparato procreador de la mujer es mínimo, muy discreto.

El pubis, los muslos y las nalgas protegen los labios que cierran la vagina. El vello era

una protección para la mujer de los pueblos menos civilizados, la cual no disponía de telas de fibras naturales o vegetales. Todavía hoy cumple esa función en tribus africanas o del Amazonas...

En el interior encontramos la solidez del esqueleto humano, con la sabia disposición de los huesos pélvicos, la estructura desde la espina dorsal hasta las caderas con el espacio abierto desde las costillas. Ese conjunto forma el receptáculo de las nuevas vidas durante sus meses de gestación.

A partir de la adolescencia hasta una época que, según las características de cada hembra puede superar hoy en día los 55 años de edad, el sistema reproductor de la mujer prepara cada mes óvulos para que sean fecundados. Los ovarios están ubicados en el fondo de la vagina y solo el espermatozoide puede llegar hasta ellos durante esos días fértiles a mitad de cada menstruación.

Las complejas pero casi exactas formas complementarias que la naturaleza ha dado al sexo del hombre y al de la mujer permiten que, al unirse en los días adecuados, se produzca la fertilización. Protegido dentro del útero —que separa la vagina de los ovarios—, el óvulo fecundado se adhiere a la pared del mismo y se desarrolla durante nueve meses, después de los cuales las paredes musculares del útero comienzan una serie de contracciones para empujar al bebé y la placenta, que le ha permitido desarrollarse totalmente protegido del exterior, como si de un saco de concepción se tratase.

EL PARTO

Dios ha puesto el placer tan cerca del dolor que muchas veces se llora de alegría.

GEORGE SAND (Aurore Dupin),
escritora francesa, 1804-1876

El útero resulta un órgano fundamental en el parto. Mide unos 9 cm de largo por 6 de ancho, con un peso de 65 g, aunque durante el embarazo se agranda y alcanza un peso aproximado de un kilo, suficiente para contener el feto aunque mida 40 cm de longitud.

Después de las primeras contracciones del parto se desencadena una especie de plegado natural del feto dentro del saco amniótico, en armonía con la fisiología materna, acoplándose, generalmente de forma automática, pronto a la salida. El bebé presiona la vejiga y el recto y por sí mismo —de ahí la necesidad de colaboración de la madre— pugna por salir fuera. Escondiendo la barbilla, comienza a emerger por la vulva, gira los hombros para acoplarse al espacio pélvico materno y en ese momento el perineo comienza a transformarse. De muslo a muslo la piel se estira con una elasticidad inaudita y toda la zona de la vagina, la vulva y los labios externos —el «portal de vida»— ayuda a que el nuevo ser emerja y nazca. En algunos casos se practica la episiotomía o corte en el perineo para facilitar una salida más rápida o fácil del bebé.

Una vez la cabeza ha salido, los hombros y el resto del cuerpo van deslizándose ya sin dificultad por el canal del parto hacia el exterior.

Una nueva vida fuera de la madre está lista para sentir los efectos de la existencia: la temperatura, el aire que respirará y los brazos amorosos que le acogerán para cuidarle durante los meses en que el ser humano prácticamente no puede sobrevivir por sí mismo, a diferencia de la mayoría de mamíferos.

El período de pocas semanas que se extiende entre el parto y el momento en que el útero, la vagina, la vulva y los labios exteriores recuperan sus dimensiones normales, se llama puerperio.

Psicológicamente, ante los primeros síntomas del inminente nacimiento, bebé y madre se preparan para vivir instantes mágicos. Vivencias anímicas únicas y profundamente humanas y sensibles.

En el momento de nacer, el bebé es expulsado lenta pero inexorablemente de su abrigado refugio, sometido durante cierto tiempo a una gran presión, y luego arrojado al mundo exterior para sentir por primera vez la atracción de la gravedad, la presión de la atmósfera y una temperatura que no es la suya. El «shock epidérmico», como lo llamó Margaret Mead, es uno de los mayores impactos del nacimiento.

La eclosión hacia la vida. La salida a la vida por el portal materno. Los momentos más reales, sangrientos, poéticos, violentos, crudos, dolorosos, tiernos, impensables, vigorosos y definitivos que se pueden vivir.

Nacer a la vida, aparecer al mundo, perder la calidez, el amparo, la ternura íntima materna. Surgir, respirar, salir, aparecer a la vida y al mundo a través del portal materno.

Unos labios que milagrosamente se adaptan al cuerpo del hijo en los momentos que se transforma en un ser vivo independiente. Labios que se agrandan increíblemente para dar salida a un nuevo ser humano.

Aparecer a través de ese tierno portal íntimo, que se agiganta en esos instantes mágicos y milagrosos, expandiendo amor y empujando a una criatura hacia el inicio real de su vida. Hacia el milagro de la existencia.

Ese amoroso portal que fue amado —y seguirá siendo deseado— cumple amorosamente con su misión genética.

Como con gran mimo, da la última caricia al cuerpecito indefenso de una criatura que habrá de seguir cuidando, ayudándola a crecer a través de su amor con los jugos de sus senos.

Después de mostrar un amor infinito con el roce final de los últimos labios que acarician al ser que inicia el respirar del aire de vida.

El amoroso portal materno es la última parte del cuerpo, carne y piel, que traslada desde sus entrañas a un ser preparado para eclosionar a la vida total. El paso de todos los seres humanos que, desde la cálida intimidad de la placenta materna que nos cobija en los primeros meses de nuestra no-existencia, iniciamos nuestro desarrollo vital, envueltos en el incomparable y limpio líquido que nos protegía.

Todo el mecanismo amoroso del parto nos traslada del milagroso interior materno a un mundo abierto a los sentidos, a un inicio de realidad mundana, humana. Aunque no se

debe olvidar la frase del escritor alemán Friedrich von Schiller (1759-1805): «No es la sangre o la carne lo que nos hace padres e hijos, sino el corazón y el respeto.»

EL FETO DURANTE LA GESTACIÓN

Cuando la época de gestación es corta, hay secuelas y el sistema nervioso del bebé puede sufrir. Los que han nacido prematuros entre la 22.^a y la 26.^a semana suelen tener problemas escolares de aprendizaje.

En muchos de estos casos el bebé no quería nacer, al contrario de cuando están maduros, alrededor de la 36.^a semana, cuando la misma criatura provoca las contracciones y la madre y el médico comprenden que el parto está próximo. Se siente preparado, completo... ¡Quiere nacer!

El problema es que alrededor de la 25.^a semana todavía no han acabado de desarrollarse las neuronas del sistema nervioso, ni el aparato digestivo ni la mayoría de sentidos. Los pulmones, por ejemplo, acaban de madurar después del nacimiento, a los 7 días de vida.

Así pues, los prematuros carecen de algunas capacidades naturales del bebé de nueve meses. Con sus pulmones llenos de líquido, solo los maduros saben vaciarlos instintivamente para que entre el aire y puedan comenzar a respirar para asegurarse la vida. Como relata el doctor Xavier Krael, experto neonatólogo que en 1984 estrenó este servicio en el hospital Sant Joan de Déu de Barcelona, nacen con los ojos y labios hinchados, cubiertos de grasa, mojados y con la piel enrojecida, en una situación estresante, tanto o más que el estado de la madre, que una vez ha pasado el parto se libera y se sume en un estado de alegría y lloros intercalados, por haberse liberado en su cuerpo una enorme cantidad de endorfinas, una especie de opiáceos endógenos que la dejan como alucinando, y de igual modo se siente el neonato.

Se trata de unos instantes emocionantes y mágicos que viven madre e hijo durante el parto y en el posparto.

PARTOS MÚLTIPLES

En los partos múltiples o con gemelos, ya sean bivitelinos por la fecundación de dos óvulos femeninos o univitelinos por la fecundación de un solo óvulo que posteriormente se divide en dos embriones idénticos, la elasticidad de la zona perineal es mayor y más larga en el tiempo para poder dar salida a todos los bebés. No obstante, la medicina actual —sin apenas utilizar aquellos fórceps metálicos que provocaban problemas físicos en la cabeza de las criaturas o los extractores por vacío— decide casi siempre facilitar los partos mediante una intervención quirúrgica como la cesárea, ya muy habitual y de poco riesgo.

ALIMENTO MATERNAL

Esta fase de la maternidad supone una unión todavía más intensa entre la madre y un hijo/a que ya le huele y respira. Alimentarle con la leche de los propios senos une todavía más a los dos seres. Aparte de las mutuas sensaciones agradables que produce —importantes durante esta época—, se está transmitiendo a la criatura el alimento más sano, natural y con mejores elementos de crecimiento y protección, por mucha publicidad con que insistan las empresas farmacéuticas para vendernos sus productos alimenticios.

En ocasiones, algunos bebés no reciben directamente el alimento del pecho materno por simple egoísmo: para proteger la buena estética de los senos.

FECUNDACIÓN ARTIFICIAL-BEBÉS PROBETAS-MADRES DE ALQUILER

La ciencia está encontrando variados sustitutos al acto básico de la reproducción.

Cuando el hombre sufre cierto tipo de infertilidad debido a la producción de espermatozoides de movimientos lentos, llamados «perezosos», existe una técnica clínica mediante la cual se inyecta directamente en el óvulo extraído del útero el intracito plasmático de un espermatozoide, devolviéndolo después al útero para que se desarrolle.

En el hospital Doctor Peset, de Valencia, se ha solucionado la esterilidad de una mujer de 39 años con un trasplante de ovario fecundado *in vitro*, técnica que desde 2004 también utiliza el hospital Sant Joan de Déu de Barcelona, entre otros. Este nuevo proceso de vitrificación ovárica permite planificar los embarazos congelando tejidos ováricos mediante la crioconservación para ser madre años después, cuando se desee.

La fecundación artificial ha alcanzado altos niveles de seguridad para parejas con problemas, y se ha legislado el tema de las madres de alquiler. Generalmente son casos en que se prefiere discreción máxima, aunque cuando se trata de personajes mediáticos como el futbolista portugués Cristiano Ronaldo, que utilizó este hecho para incrementar su fama, anunciándolo cuando le falló un intento de silenciar a la mujer que aceptó inseminarse —al parecer sin que llegaran a conocerse— por el deportista. Doce millones de dólares fue el precio de silenciar su paternidad. Su actual novia, la modelo rusa Irina Shayk, lamentó no haber sido informada de tal paternidad antes del alumbramiento.

LA FECUNDACIÓN IN VITRO (los «bebés probeta»)

La nueva técnica de la fecundación *in vitro* (FIV) ofrece esperanzas a aquellas mujeres cuyos oviductos están en tan mal estado que la cirugía tiene pocas probabilidades de éxito. Las primeras fecundaciones de esta naturaleza tuvieron lugar en Gran Bretaña en 1978. En 1986, más de mil mujeres que habían gestado un óvulo fecundado *in vitro* dieron a luz bebés saludables.

Sin embargo, entre la clase médica y los perceptivos medios oficiales existe un silencio —que no ignorancia— del hecho de que muchas criaturas nacen con problemas neurológicos provocados por el riesgo de fecundar en momentos en que el organismo de hombres y mujeres no solo se encuentra en un bajo estado de salud, sino, mucho peor, en estados étlicos o alterados por drogas o medicamentos.

La causa-efecto resulta clara, aunque poderosos intereses a todos los niveles prefieran seguir ignorándolo. Porque se sabe a ciencia cierta que la naturaleza ha dispuesto en la procreación una severa selección natural para que los futuros bebés sigan superando los niveles de «calidad» de anteriores generaciones.

Con el organismo en condiciones no saludables ni naturales —a causa de drogas, medicamentos, alcohol, etc.—, es previsible que se procee individuos deficientes o con alguna subnormalidad. Lo corrobora el hecho de lo mucho que influyen la mayoría de medicaciones desaconsejadas para la mujer durante el embarazo.

Pero para el momento de la concepción no existen consejos.

Todavía existen víctimas, ahora con 40 años o más, con deficiencias en brazos y piernas debidas a malformaciones del feto provocadas por madres que para mitigar el dolor de cabeza tomaron un medicamento —no tan comprobado como se decía en el prospecto— llamado Talidomida, hasta que ante el cúmulo de evidencias insoslayables fue prohibido.

Hay que hacerse una pregunta. Si la Dirección General de Tráfico y el gobierno español propugnan insistentemente el lema «Si bebes no conduzcas», ¿cómo pueden concebirse criaturas estando los padres en estado de embriaguez? Posiblemente porque es casi imposible controlarlo si nadie lo cuestiona.

Éticamente, en el futuro se concienciará para que las personas recurran a sistemas anticonceptivos en casos así, o incluso al aborto si los padres tienen claro y recuerdan las circunstancias negativas en que procrearon. Se trata de un aborto tanto o más necesario que los abortos por motivos de violación.

TASAS DE NATALIDAD

Este es un tema al que recurren los gobiernos con una idea bastante abstracta de potenciar el país. Sin embargo, y con toda lógica dada la crisis mundial, la natalidad en España, que según las estadísticas crecía desde 2002 a un ritmo de 1,21 hijos por madre española y 2,05 por extranjera —en 2008, 1,36 y 1,81 respectivamente—, descendió a 1,33 y 1,68 en 2009 —un 4,93 por ciento menos—, un proceso decreciente que sigue acentuándose en 2010.

Cataluña, Madrid y Andalucía tienen una tasa de nacimientos por cada mil habitantes en torno al 12 por ciento.

Según datos del INE, en 2009, repitiendo el patrón del año anterior, nacieron en Cataluña más varones (44.120) que niñas (40.794). Una línea que augura una futura sociedad cada vez más poblada de hombres, con efectos que habrá que valorar.

La edad promedio en que la mujer es madre aporta un dato de interés: las mujeres actuales esperan más años para optar a la maternidad. En 1976, la mujer española era madre a los 28,51 años de promedio, y en Cataluña a los 27,91, y en 2008 lo postergaron en torno a los 30,83 y 30,78 años respectivamente, demostrando así el deseo de vivir y disfrutar como mujeres liberadas —la mayoría, que no la totalidad— durante más tiempo.

EL ABORTO

Un embarazo inesperado puede ser motivo de grandes tensiones en una relación, al punto de ponerla en peligro. Y un aborto es también un drama para muchas mujeres que desean ser madres. Hay mujeres —como Gala, la musa de Dalí— a las que el solo hecho de no poder ser madres las hace sentir desgraciadas.

Hoy en día, gracias a la eficacia de los métodos para el control de la natalidad, los embarazos no deseados deberían ser infrecuentes siempre que, tanto los adolescentes como los adultos de ambos sexos, dispusieran de información sobre la contracepción y de la posibilidad de obtener anticonceptivos. Esto significa que todos los países deberían poner los medios para llevar a la práctica la declaración a la que se llegó, por acuerdo de los líderes políticos, en una Conferencia de las Naciones Unidas celebrada en Bucarest en 1974. Se acordó que «es un derecho básico de todas las parejas e individuos poder decidir, con libertad y responsabilidad, tanto el número de hijos como el momento en que desean tenerse, así como recibir la educación y la información necesarias para poder hacerlo».

La responsabilidad de evitar un embarazo no deseado recae sobre ambos miembros de la pareja. Desgraciadamente, muchas mujeres confían en el hombre cuando este les dice que «tendrá cuidado». Tener cuidado no es suficiente. La contracepción debe ser una responsabilidad compartida. Una mujer debe tomar medidas para protegerse contra el embarazo si no toma contraceptivos y si no está segura de que su compañero vaya a utilizar un preservativo. Adoptar una actitud más permisiva con respecto al sexo no significa olvidarse de toda responsabilidad sexual.

Si en el siglo XXI la mujer tiene a su alcance todas las prevenciones anticonceptivas para cualquier ocasión y momento, a un extremo inimaginable hace unas décadas —cuando solo se contaba con la píldora y el DIU—, también dispone de muchas facilidades legales —naturalmente, discutidas por posicionamientos extremistas— para abortar.

En Rusia se anuncian, incluso en periódicos, interrupciones del embarazo seguras desde 45 euros. La crisis económica está desanimando a muchas mujeres a ser madres y para las clínicas privadas rusas resulta todo un negocio.

¡Qué lejos quedan las décadas del siglo pasado en que muchas jóvenes solteras viajaban una semana de «turismo» a Londres! Actualmente en casi toda Europa es legal la interrupción del embarazo. En España, antes de las 14 semanas, justo la época en que

el feto no ha iniciado el auténtico desarrollo embrionario ni se han decantado los cromosomas por ningún género.

En España, el Ministerio de Salud Pública, en vista del colapso de la red médica —obligada por las nuevas leyes a atender todas las demandas—, proyecta que desde 2011 se pueda abortar en casa con la pastilla RU-486, una sustancia activa llamada mifepristona que se asocia con una pastilla de mosoprostol para facilitar que el embrión incipiente se desprenda de la zona del útero, pero que solo puede prescribirse antes de las siete semanas de embarazo. Esta combinación de medicamentos actúa una vez que se ha implantado el blastocisto, o embrión incipiente.

«Dos sucesos han detonado, una vez más, la bomba social del aborto —comenta Luis Rojas Marcos—. Uno ha sido el respaldo oficial que el alcalde de Nueva York, David Dinkins, ha dado a la RU-486, la píldora francesa para abortar. Dinkins argumenta que las mujeres que optan por interrumpir un embarazo deben tener acceso al método más privado, seguro y eficaz. El otro evento ha sido la polémica sobre el uso de tejidos fetales para el tratamiento experimental de ciertas dolencias incurables, como la diabetes infantil y la enfermedad de Parkinson. Mientras unos están a favor, otros se oponen y alegan que esta práctica inclina a abortar a mujeres indecisas, al hacerles pensar que con el aborto ayudarán a estos enfermos. La intensa discordia que han causado estos acontecimientos ilustra cómo la sociedad moderna todavía no ha resuelto el viejo y agónico dilema del embarazo indeseado.»

Sin embargo, la pastilla del día después —que sin duda hará descender la venta y el uso de preservativos—, basada en la sustancia activa *levonorgestrel*, tiene una eficacia del 95 por ciento si se toma antes de las veinticuatro horas, un 85 por ciento a los dos días, y solo un 58 por ciento antes de los tres días, 72 horas.

Se ha enraizado la costumbre de que las jóvenes compren la pastilla sin ir al médico, y su venta se dispara en las farmacias al no requerir receta. Ellas no solo no van al médico sino que, como explicó a *El Periódico de Catalunya* el farmacéutico Francesc Pla, el problema es que «más de una usuaria pide la pastilla cada semana».

Estos hábitos deberían estar controlados por las instituciones sanitarias por si existen problemas de salud o algún tipo de efecto secundario negativo, ya que en solo diez años se han duplicado los abortos en nuestro país y la tendencia al uso de la pastilla del día después va en aumento.

La liberalidad en las relaciones íntimas sigue creciendo también, aportando mayores problemáticas en la unión de los dos géneros por culpa del peligro de una indeseada preñez, tan equiparables como la expansión del sida entre los homosexuales, ahora parcialmente frenada.

Respecto al derecho de la mujer que no usa medicamentos ni preservativos a protegerse mediante dispositivos intrauterinos —vulgarmente llamados DIU—, el doctor Derek Llewellyn-Jones puntualiza: «Es sorprendente el grado de desconocimiento que muchas mujeres tienen de su propia anatomía. Previamente a la colocación del DIU es importante que la mujer hable con un especialista médico, para informarse bien acerca de su anatomía genital y solventar sus dudas. El especialista examinará la vagina para

determinar el tamaño y la posición del útero. Una vez hecho esto, el DIU se inserta en la matriz con facilidad y sin causar dolor. Los dispositivos actuales vienen presentados en envolturas estériles, siendo sencillísimo introducirlos en el útero. Normalmente, la mujer se tumba de espaldas, con las piernas separadas, y el médico le introduce en la vagina un pequeño instrumento que permite observar el cérvix. Después de realizar una limpieza con un antiséptico suave, el aplicador, cargado con el DIU, se introduce por el conducto del cérvix hasta situar su extremo dentro de la cavidad uterina. Empujando un émbolo, se proyecta el dispositivo hasta el interior de la matriz. No hace falta utilizar anestesia, y la mujer puede irse a casa inmediatamente después de la inserción.

»El momento ideal para la colocación de un DIU son los últimos días de la menstruación, o la visita médica posnatal, que suele realizarse de seis a ocho semanas después del parto, o justo después de un aborto, ya que entonces el conducto del cérvix está dilatado, facilitándose la introducción del DIU.»

En muchas adolescentes, sin embargo, su desconocimiento es total. Con la educación y las costumbres liberales de la actual sociedad occidental, muchas adolescentes, sin la necesaria formación como mujeres, llegan a mantener relaciones que las abocan a una maternidad indeseada y sin siquiera comprender la magnitud del milagro que puede realizar su cuerpo fertilizado por un intercambio con un ser de sexo complementario. El enamoramiento, la ilusión de un momento, un espíritu aventurero por conocer al hombre, por ser más mujeres, lleva a muchas jóvenes inexpertas a juegos en los que a veces, sin plena conciencia de ello y aún vírgenes, su portal de vida es penetrado por el sexo masculino. No siempre deseándolo ni teniendo conciencia de la nueva etapa que su cuerpo y su mente inexperta inician.

Una etapa de mujer plena que en muchas jóvenes no coincide con su incompleta preparación para mantener relaciones íntimas, en las que no todo lo importante es el sexo.

A veces ni siquiera viven conscientemente la importancia de un momento tan trascendental, cuando una joven deja de ser niña madura para convertirse en mujer a todos los efectos. De ahí la importancia de la experiencia vivida por las madres, que con buen sentido en muchas sociedades se transmite a las hijas, como el mejor medio de preparación para que las adolescentes se enfrenten a todas las responsabilidades que su cuerpo exige. Es necesaria que exista una buena relación entre la madre consciente y con buen criterio y su hija aún inexperta.

La transmisión de conocimientos de madre a hija es uno de los más importantes logros de los progenitores y una responsabilidad importantísima de todos los padres hacia sus hijos.

El problema de los embarazos no deseados sigue existiendo también por la inadecuada y mínima educación sexual que se imparte en las escuelas, tanto como por la inadecuada concienciación de los jóvenes en sus primeras relaciones, dos factores que reducirían drásticamente la problemática del embarazo y el aborto.

Igual falta de información existe entre los adolescentes acerca de cómo dar y obtener placer, según un macro estudio de sanidad de la Generalitat de Cataluña en 2010.

Aparte de la píldora, los métodos anticonceptivos más utilizados son los preservativos masculino y femenino, el DIU, el diafragma y cremas espermicidas. La pastilla del día siguiente es usada en mayor porcentaje por jóvenes con poca experiencia, de edades comprendidas entre los 16 y los 34 años, y algunas cercanas a la cuarentena que intentan salvarse de un embarazo por esta vía.

Los ligamentos de trompas y la vasectomía aumentan desde los 30 años en adelante, alcanzando casi un 40 por ciento de las personas entre 55 y 65 años.

En el Hospital del Mar de Barcelona se ensaya una fácil esterilización femenina permanente, con una nueva técnica nada agresiva, sin anestesia y con pocos minutos de intervención. Mediante un tubo de 4 mm se introduce un implante por vía histeroscópica que bloquea las trompas de Falopio e impide la fertilización. Un método que la Conselleria de Salut de la Generalitat catalana va a extender a toda Catalunya.

Evitar el estado de gestación ha de ser ante todo una decisión de la mujer sobre sus circunstancias personales. Siempre es buena la llegada de una criatura, pero ¿es adecuado que nazca inmersa en una maraña de problemáticas sociales, económicas y, sobre todo, humanas que le van a dar sin duda una mala niñez?

Sería positivo que la sociedad aceptase que no todas las mujeres tienen como razón de ser el matrimonio y/o la maternidad, lo que no impide que lleven una vida activa, con su propia personalidad e independencia. No obstante, resulta triste que muchas mujeres mueran sin experimentar los estados y sensaciones únicas que se viven en el proceso de gestación.

EL SEXO DEL BEBÉ

Aunque en la fecundación *in vitro* el sexo de los hijos se pueda escoger al seleccionar el esperma, el doctor Malsanet, en su libro *Para ti, futura mamá*, comenta las eternas conjeturas sobre el modo de influir en el sexo del bebé deseado. ¿Qué base científica tiene esto? Sin total consenso, se mantiene que consumir el coito en relación al momento de la ovulación puede influir. Dado que los espermatozoides Y (niño) se mueven más rápido que los X (niña) pero durante menos tiempo, se puede tener en cuenta la fecha de ovulación para favorecer uno u otro sexo. Así, los coitos fecundantes realizados durante la ovulación dan probabilidades de gestar un niño, mientras que los realizados de dos a cuatro días antes de la ovulación pueden más fácilmente traer una niña.

Una teoría en que muchos especialistas de la comunidad científica no están de acuerdo.

Mucho se ha escrito sobre la maternidad, en general solo para expresar buenas intenciones y actitud positiva. Pensamientos agradables como aquel que se repite en mi mente: «Nunca deberíamos olvidar que solo somos un trozo de carne nacido de nuestra madre.» O el de Oscar Wilde: «No tiene el mundo flor en la tierra alguna, ni el mar en ninguna bahía perla tal, como un niño en el regazo de su madre.» O también con cierto humor, como G. K. Chesterton: «El lugar donde nacen los niños, donde la libertad y el

amor florecen, no es una oficina ni un comercio ni una fábrica. Por eso un buen hogar y una mejor madre son tan importantes.» O los versos de Antonio Machado:

Me tuviste
galerías del alma...
¡El alma niña!
Su luz clara y risueña; y la pequeña historia,
y la alegría de la vida nueva...
...¡Ah, volver a nacer, y andar camino,
ya recobrada la perdida senda!
Y volver a sentir en nuestra mano
aquel latido de la mano buena
de nuestra madre... Y caminar en sueños
por amor de la mano que nos guía.

Todo lo relativo a la maternidad evoluciona continuamente en el mundo occidental, no solo gracias a los medios anticonceptivos o las madres de alquiler, sino también por las grandes facilidades para que la mujer quede preñada con métodos cada vez más sencillos. También destaca socialmente la «reproducción» impostada que algunas parejas buscan a través de complicados procesos de adopción; una vía en crecimiento que se sigue por exotismo —ya que se adoptan niños de países pobres o de etnia diferente de los padres—, por comodidad o por simple moda competitiva social.

Así la auténtica maternidad queda enmascarada por diferentes procesos que la suplen. La ciencia y nuevas leyes aumentan las vías para que hombre y mujer, mujer y mujer u hombre y hombre tengan descendientes y puedan formar una familia monoparental o, la más habitual, de macho y hembra.

Las posibilidades futuras parecen infinitas, como lo ejemplifica el caso del americano Thomas Beatie de Los Ángeles, un transexual que en proceso de cambio de sexo, después de haber comenzado el tratamiento hormonal, dijo sentir la llamada de la maternidad y por ello dejó de hormonarse y procedió a una inseminación artificial. Su fotografía como hombre preñado dio la vuelta al mundo... y lo más curioso fue que resultó madre, pero con rasgos y cuerpo masculinos, luciendo buena barba y bigote. Desde luego, es un caso rocambolesco que demuestra hasta dónde puede llegar la medicina actual.

Toda la vida mi mente ha aceptado mi género masculino, especialmente por mi sensibilidad y atracción hacia el cuerpo de la mujer. Solo me he sentido bien con ellas, pero he de confesar que en más de una ocasión experimenté un sentimiento de nostalgia por no poder sentir y vivir, no el momento de la concepción como mujer, sino el maravilloso proceso de sentir cómo una vida crece en mi propio interior. Nostalgia de no poder disfrutar de estas sensaciones tan humanas.

Por otra parte, me horroriza la cantidad de hombres —nunca lo he oído en mujeres—

que en español y en pleno enfado utilizan la expresión «¡Tu puta madre...!», o peor: «¡La puta madre!» ¿La suya? En ocasiones, he lamentado el poco respeto que se dispensa a las mujeres que han sido madres. No obstante, me consuela el uso frecuente —más en catalán—, ante lo que vemos o está muy bien, de: «¡Estás de puta madre!» o «¡Te veo de puta madre!». Al menos expresan sentimientos más positivos.

La infancia es tan fragante y maravillosa porque está perfumada aún y embellecida por la proximidad de ese jardín de donde salió.

AMADO NERVO

Tabúes, hábitos, culturas y religión

TABÚ. De la lengua del archipiélago de Tonya (Taboo), que significa «prohibido». Prohibición religiosa entre pueblos primitivos, de comer o tocar determinado objeto. Se ha generalizado a cualquier prohibición supersticiosa, o fundada en prejuicios o en preocupaciones irracionales de alguien. Objeto sobre el cual recae esa prohibición.

MARÍA MOLINER, *Diccionario*

Los labios íntimos de la mujer son tan nobles como el reservado portal de una iglesia.

La sexualidad —especialmente su lado femenino— vive al compás de los tabúes, las religiones y la mentalidad social de cada momento. Solo la lucha que muchas mujeres del siglo XX iniciaron a modo de reconquista de su propia y libre sexualidad está redimiendo su triste y esclavizante pasado.

El sexo es el mayor tabú del ser humano. Un tema prohibido que provoca actitudes de inseguridad, vergüenza, complejos, secretismo. Una parte del cuerpo que, aparte de ser la que da más placer, socialmente se considera como si no existiera. La parte más noble, ya que de ella depende la reproducción de la especie, es la que menos valoramos, cuidamos y respetamos.

Prácticamente todas las religiones la desprestigian, todos los males la acechan. Prohibición o inexistencia... y absurdo sentimiento de pecado.

Las principales religiones han crecido y algunas han evolucionado, pero desde el inicio de los tiempos han mantenido su percepción de que la mujer es un ser secundario dentro de las diversas sociedades que dominan.

Es decir, que las religiones son dominios claros del hombre.

Posiblemente —y ya ocurre en Occidente— la liberación de la mujer y la futura igualdad de género sean pasos que marcarán el declive de las religiones.

Si en principio los grupos y creencias religiosos discriminan a la mujer, no son peores que los enormes, extensos y repetidos tabúes sociales que han arraigado en las comunidades sociales.

El portal femenino, que posibilita que un feto se convierta en ser humano, merece el mayor de los respetos y el homenaje que se le debe y que a lo largo de la historia las sociedades y buena parte de las religiones nunca le han rendido.

Algunas religiones consideran el portal de vida como algo pecaminoso. Pero ¿acaso sus representantes y dirigentes no han nacido de madre? ¿No valoran el hecho de su venida al mundo?

No es ni justo, ni poético ni romántico considerar el portal de vida como algo asqueroso, sucio, pecaminoso, deshonesto o meramente erótico.

¿Procrear sí, pero vivir el placer de intimar no?

Generaciones de fieles piadosos han respondido a llamadas desde el púlpito del tipo: «El nudismo es tan desvergonzado como el mismo Demonio. Es el cenit de la rebelión humana contra Dios.»

¿Qué es lo que intentamos ocultar con tanto ahínco?

Al contrario de las religiones que lo ocultan y lo niegan, el hinduismo eleva el sexo de la mujer al mismo nivel que el masculino o más. En el *Kama Sutra*, la enseñanza para un acoplamiento feliz les da la misma importancia, en actitud y entrega, con un respeto más igualitario.

El espíritu del *Kama Sutra* es liberal y puede parecer anárquico por haber tratado ampliamente y a fondo la realidad de las relaciones íntimas, en la sociedad de su tiempo. Le duele y odia la hipocresía, la beatería y la negación del más bello momento de los seres vivos: la unión sexual.

El ser humano sobrevive gracias al acto íntimo que la sociedad puritana niega u oculta por «no estar bien visto».

También la tradición sintoísta japonesa honra el principio de vida que contiene el sexo de un hombre y una mujer. Lo simbolizan libremente en madera, terracota o mármol. Lo exhiben en templos, en casas y en lugares públicos, y se celebra en festividades especiales, con procesiones por las calles exhibiendo grandiosos símbolos fálicos y vaginales, u obsequiándolos como especiales regalos en ocasiones muy señaladas, como símbolos de fertilidad. En jardines y lugares estratégicos de sus templos no existen otros símbolos divinos exhibidos, solo los dos elementos —masculino y femenino— que crean vida.

A causa de la terrible opresión que ejerció la Iglesia española con su abominable Inquisición (1500 e inicios de 1600), el único desnudo conocido a que se atrevió un artista español fue *La Venus del espejo* de Velázquez, que acabó en la National Gallery de Londres sin haber sido expuesto en España. Mucho más por el hecho de que, según las últimas investigaciones, la modelo fue una tal Olimpia Triunfi, una italiana con la que el pintor tuvo un hijo. Algo inaceptable para la autoridad religiosa, por más que fuese el pintor preferido de la corte.

Como es bien conocido, el cuerpo pintado por Velázquez muestra solo la espalda, ocultando las partes consideradas más púdicas e indecentes.

En países menos influidos por la Iglesia católica la permisividad fue ampliándose. En el Londres de principios del siglo XVIII existían lugares de exhibición del cuerpo femenino —antepasados de los actuales clubes de *go-gos* y *striptease*—, aunque siempre hubo encendidos debates sobre la forma y los lugares en que las partes íntimas femeninas podían ser exhibidas. Por lo demás, en casi todo el mundo y desde las más ancestrales civilizaciones se ha concedido más importancia a lucir el vello pubiano o, en cambio, a mostrar el pubis rasurado como en el antiguo Egipto.

En una de las páginas de su libro *El cuerpo al desnudo*, Desmond Morris incluye una

caricatura procedente de la Mary Evans Picture Library de Londres, «La exhibición» de Thomas Rowlandson, que muestra como únicamente exhibían sus partes íntimas unas pocas mujeres «depravadas», para hombres «lascivos», haciendo de ello su profesión. Aunque a principios del siglo XX los artistas habían evolucionado al punto de que en 1911 Schiele dio a conocer —no sin escándalo— su *Vista en sueños*, en la que una mujer abre felizmente los labios mostrando su vagina.

La mayoría de las religiones actuales mantienen actitudes y dogmas en que la mujer queda socialmente disminuida, cuando no esclavizada al hombre. Religiones articuladas y dirigidas solo por hombres y en las que la mujer no tiene cabida, por más que, dada su condición de madre, podría aportar mejoras sociales y familiares si su igualdad como ser humano fuera respetada.

A lo largo de los siglos han existido creencias y movimientos que acercaron la mujer al hombre en condiciones igualitarias, a la vez que valoraban las relaciones íntimas y la procreación como si de una religión se tratara.

Las sectas tántricas y su mentalidad abierta y liberal, la permisividad de deidades como Shiva o Kali y las Yonis de iniciación han sido interpretadas en Occidente —sin conocerlas a fondo ni entenderlas— como prácticas nocivas. Solo el yoga ha logrado introducirse en nuestro mundo, aunque únicamente como disciplina de relajación y poco más. Su implantación en las sociedades occidentales solo ha sido posible desestimando el yoga de vertiente sexual, que en la India antigua era casi una religión. La cosmogonía tántrica que se difundió en el seno del budismo y en ciertas corrientes del hinduismo como el shaktismo gira en torno a la idea de la *shakti*, Madre Universal, aspecto femenino que en sánscrito quiere decir «energía, fuerza o capacidad».

Entre los centros de energía del cuerpo, o *chakras* según el tantrismo, es el Kundalini, que nace en la base de la columna vertebral, ascendiendo hasta el vértex del cráneo y uno de sus principales centros es el sexo. El órgano sexual femenino se denomina *yoni*, y en general es priorizado sobre el masculino por ser la cuna de la fertilidad.

Otras corrientes liberales más cercanas, como el «sexo libre» de las comunas hippies de los años sesenta, se inspiraron en el espíritu de antiguos movimientos y doctrinas de la India y sus seguidores pretendieron vivir con mayor liberalidad y mutuo respeto entre ambos sexos, aunque cayó en el descrédito social, criticado por los políticos por el uso indiscriminado de drogas como medio de iniciación o experimentación.

La influencia de la religión en los políticos y la sociedad siempre ha sido fuerte. Un político como el francés Sarkozy no hubiera podido ser presidente de su país separándose de su mujer y conviviendo públicamente con una bellísima joven modelo, inicialmente sin casarse.

Esta es la prueba más evidente de que en Europa el poder de las Iglesias y la religión está en franco retroceso, porque sus teorías y mandamientos van en sentido inverso a la realidad social y sus tendencias.

El moralismo no está de moda.

HÁBITOS DE CULTURAS

El conocedor del yoga siempre debe rendir culto al poder femenino, siguiendo las revelaciones de los tantras: debemos reverenciar a nuestra madre, hermanas, hijas, esposa y a todas las mujeres. Durante este tipo de culto, se debe contemplar la unidad esencial de la Sabiduría y los principios femenino y masculino.

ADVAYASIDDHI

En las más diversas civilizaciones y países han nacido y se han fomentado ideologías que buscan aunar el cuidado físico de las personas con su equilibrio espiritual, en algún caso unidas a filosofías para relacionarse mejor íntimamente, como muestra el *Kama Sutra*.

El tai chi chino, cuya práctica al aire libre puede verse en los jardines de cualquier población, busca por igual el equilibrio y la relajación física y espiritual y se practica a cualquier edad. En Japón y Corea diferentes disciplinas apuntan al control del cuerpo y también a la defensa personal, como el judo, taekwondo, karate, etc.

El yoga indio, más ambicioso que el *Kama Sutra* (que busca básicamente la unión espiritual a través del acoplamiento físico con una finalidad reproductora, más que de placer sexual), ha trascendido hasta nuestros días porque busca la flexibilidad, equilibrio, salud y relajación del cuerpo, la paz espiritual, tan poco habitual en el ajetreo occidental diario, y prepara el inicio de las relaciones amorosas. Algunos elevan su concepción del amor a la categoría de religión, según épocas y países, pero en todo caso es una concepción respetuosa. Actualmente existen escuelas de yoga (y sus variantes) en todo el mundo, ya que los resultados de su práctica se han demostrado beneficiosos, en especial para obtener un buen equilibrio psíquico y huir de la enfermedad más desoladora de nuestra época, la depresión.

En los años sesenta el movimiento hippie encontró en el yoga un medio para huir de un tipo de vida excesivamente organizado y dio un nuevo impulso a esta antigua práctica filosófica, recreándola con la máxima liberalidad, uniéndolo a las relaciones íntimas tal como había nacido en la Antigüedad.

El hippismo rompió con el encorsetado estilo occidental al usar túnicas o chándales, huyendo de las prendas ajustadas y promoviendo los ejercicios de yoga con el cuerpo al desnudo, al igual que la filosofía naturista y el nudismo, buscando la más sencilla naturalidad.

El libro de Nick Douglas y Penny Slinger *Secretos sexuales* (1982) es una muestra bien documentada de cómo el yoga en el pasado y en toda la época hippie se practicaba con absoluta desnudez. También lo muestran pinturas antiguas como la *Dakini Blanca* del Tíbet del siglo XVIII, que poseía el poder de iniciación a la sabiduría tantra. O la escultura en madera de la India del mismo siglo, que simboliza a una bailarina *yogini*, que eran las iniciadoras a esas filosofías.

Yoga y espíritu tántrico han ido y van unidos a muchos movimientos actuales que superviven precariamente en un mundo con poca vida y paz interior, pero fue en el reino

antiguo de la India Oriental donde nacieron la filosofía y los ejercicios del tantra-yoga

Dentro del lamaísmo indio, la secta o filosofía tántrica Kargyudpa simbolizó a la diosa de la sabiduría en una pintura tibetana del siglo XVII en la que fluye energía de su *yoni*, loto o portal, formando una hoja de *bodhi*, el árbol bajo el cual Buda meditaba.

En algunos templos hindúes se impartían enseñanzas de danzas espirituales que resultaban no solo un espectáculo, sino también un medio de expresión y sano ejercicio, con la finalidad tanto de buscar el éxtasis individual como la visualización de un ritual de cortejo, y encender así la vitalidad del hombre reavivando sus energías. La ritualidad de la música que les acompañaba podía convertirse también en una danza erótica que llevaba a la consumación del amor.

Las bailarinas aceptadas como residentes en el templo eran instruidas por maestros —*yoguinis*— que dominaban el arte de la danza, el erotismo y los más refinados secretos sexuales.

En la figura 181 del libro de Douglas y Slinger puede apreciarse cómo su vestuario era mínimo para mostrar la belleza natural de la mujer, adornando únicamente tobillos, cuello, cabello o muñecas y dejando al descubierto las partes más femeninas.

Algunas tribus del sur de la India utilizaban esculturas de madera de tamaño natural para sus rituales de iniciación, como muestra una talla del siglo XII con el *yoni* o portal perfectamente delimitado y detallado.

La filosofía tántrica en cuanto a las prácticas sexuales fue muy popular en la antigua China. Se basaba en que «la mujer solo se desgasta creando un óvulo al mes, en muy pocos casos más de uno, y de ahí su mayor supervivencia, mientras que el hombre eyacula millones de espermatozoides en sus continuas pérdidas seminales de las más vitales esencias de su cuerpo, que debe repetida y automáticamente reponer». De ahí que la mayoría de religiones y filosofías orientales estén orientadas a disfrutar del sexo sin eyacular.

Esta habilidad presenta gran dificultad para las mentalidades occidentales, en las que, por ejemplo, una mujer, erróneamente, no se siente plenamente mujer hasta que provoca tanto la erección como la eyaculación del hombre. Y en las que el macho busca ese objetivo desde el primer momento, sin pensar, en general, en obtener primero el placer de su pareja, para disfrutar mucho más entre ellos.

Se puede resumir esta filosofía en la sentencia de Yin Shan Cheng Yao: «El camino del placer depende de la nutrición del cuerpo, pero también del alma... »

Existen ciertas enfermedades causadas en ocasiones por el exceso de sexo o porque el hombre se fuerza en eyacular. Las personas sabias que saben cómo nutrir y mantener sana su naturaleza no cometen el error de caer en excesos.

TABÚES Y AGRESIONES A LA CONDICIÓN FEMENINA

La más grave agresión física a la mujer basada en el tabú ancestral más degradante es, sin duda, la ablación o eliminación del clítoris. Esta operación se realiza en casi todos los

casos en países africanos, con insuficientes condiciones higiénicas, y a veces clandestinamente en Occidente a hijas de inmigrantes de religión musulmana.

El objetivo de dicha práctica —con o sin sentido religioso— es una de las costumbres más machistas aún existentes. En pleno siglo XXI, atenta contra la integridad física, moral y al derecho al placer sexual de las mujeres.

Los más prestigiosos expertos coinciden en señalar que anula el placer sexual de las mujeres, esclavizándolas y reduciéndolas a una condición ínfima, peor que la de muchos animales.

Su objetivo es completamente inverso al de la circuncisión masculina, cuya finalidad —aceptada o no— es facilitar la penetración de la mujer, reducir el dolor cuando la piel del prepucio no permite la aparición del glande, aumentar el placer con su exteriorización y la más aireada de sus ventajas: evitar que los residuos de orina y esperma lleguen a crear núcleos de infección. Teóricamente se fundamenta en la higiene.

La circuncisión masculina es el resultado de buena parte del oscurantismo de las sociedades religiosas occidentales, ya que los hábitos higiénicos desde la infancia permiten que los propios padres, o quienes se ocupen de él, ayuden al niño en algo tan sencillo en las primeras épocas de la infancia masculina como forzar suavemente el elástico prepucio que cubre el glande para que en poco tiempo este se vaya descubriendo por sí solo con facilidad. Un ejercicio indoloro que facilita que el juego de cubrir o descubrir el glande sea un movimiento natural y fácil. Cuando en la infancia no se ejercita esta facilísima gimnasia íntima por los motivos ya citados, al hombre que carece de una fácil movilidad del prepucio se le busca la solución mediante un pequeño corte del frenillo, lo que permite usar el miembro masculino con normalidad. Esta técnica ya se utilizaba en la Antigüedad, como lo acreditan unos relieves egipcios encontrados por los arqueólogos en los yacimientos de la antiquísima Saqqara.

Sin embargo, y como ha ocurrido a lo largo de la historia, esta clase de prácticas siempre se han ocultado. Y aún mucho más en el caso de la ablación femenina, de la que no hay constancia en pergaminos o relieves de ninguna época. Sería agradable pensar que en aquellas largas dinastías egipcias se respetaba la sexualidad de la mujer, no como ha ocurrido durante siglos en países actualmente denunciados por Amnistía Internacional, como Etiopía, Mali, Kenia, Somalia, Sudán, Yemen, Yibuti, Omán, Malasia, Indonesia, Oriente Medio y el sur de Egipto. De estos países se sabe que en algunas épocas el corte o eliminación del clítoris, muchas veces con un simple cuchillo u hoja de afeitar en malas condiciones higiénicas, sigue produciendo muertes por infecciones. A veces las víctimas, jóvenes niñas antes de la pubertad, han sufrido también la extirpación de los labios vaginales para eliminar de su volumen un exceso de sensualidad. Y en sociedades de gran dominio machista y religiosidad intolerante se llega a coser la vulva de los modos más atroces (con espinas, hilo de seda o ganchos metálicos con la mínima abertura para la eliminación de la orina o la menstruación), para luego atar las piernas de las niñas a fin de que las cicatrices se endurezcan, cerrando casi los labios de modo permanente.

Con la abertura completamente reducida, los padres pueden entregar para los esposales a sus hijas totalmente vírgenes, ya que tienen dormidas toda la sensibilidad de

su sexo, y que sufrirán lo indecible mientras que su marido se abre paso para consumir la desfloración y consiguiente penetración. La dignidad y la honradez de la familia se asientan en el dolor de la mayoría de las mujeres de dichos países y en la no existencia de placer en su vida íntima y sexual, y este es precisamente el resultado que se busca. Sin embargo, se ha constatado que incluso en mujeres con el clítoris cercenado en su infancia, la sensibilidad del resto del cuerpo lo ha compensado permitiéndoles sentir más profundamente de lo habitual, y así consiguen orgasmos no solo vaginales sino también con el roce y la caricia en la base del clítoris cercenado.

Un artículo de Nuria Cadenes en la revista *El Temps* describe al detalle una ablación de clítoris: «El día antes de la operación, la encargada de realizarla fija una ortiga sobre el clítoris de cada niña para que, exageradamente hinchado, sea fácil coger el capuchón con una pinza [...]. Arrancado el clítoris, se realiza una resección de las paredes de los grandes labios a fin de reducir las dimensiones de la vulva a la mitad del orificio vaginal. A continuación se unen las heridas manteniendo las paredes en carne viva y se traspasan los labios con espinas de acacia. En la parte posterior se deja un minúsculo orificio que permitirá el paso de la orina y la sangre de la menstruación. Para que no se cierre esta abertura se utiliza una pequeña caña de bambú. La operada debe permanecer atada desde las nalgas hasta las rodillas. Así, después, en la noche de bodas, solo queda cortar la banda de garantía en presencia del marido. Entonces, a la joven esposa de 12 a 15 años se le reabre de nuevo el portal de su sexo con una navaja de afeitar.»

Una atrocidad que los gobiernos occidentales deben vigilar y evitar, ya que se sigue practicando en algunas familias de inmigrantes en muchos países.

La Conselleria de Salut de la Generalitat de Catalunya, en un intento de desterrar ignorancias sociales y familiares sobre los aspectos naturales del sexo, ha creado la web «Sexe joves» (www.sexejoves.gencat.cat) con doce apartados que incluyen el afecto, el conocimiento del cuerpo, la contracepción, el embarazo, el aborto, el sexo virtual y las drogas.

Se expone en diálogos de audio con gran interactividad y no deja de poner el acento en el camino más normal hacia el sexo, que es la atracción inicial, tan importante en las relaciones.

Cataluña es la única comunidad de España que facilita esta información; en el resto del Estado es una labor realizada por sociedades médicas.

Lógicamente, el arzobispo de Barcelona, el cardenal Sistach, ataca la web, acusa al gobierno de «destruir la obra educativa de las familias» y, según declara en *El Periódico de Catalunya*, juzga «perversa la información sexual de dicha web».

Las incongruencias de la Iglesia católica atacan además directamente a la mujer, aunque oficialmente su finalidad es ayudar al prójimo a través del sacerdocio. El portavoz del Vaticano, Federico Lombardi, critica a aquellas mujeres cuyo objetivo sea llegar a sacerdotisas y recuerda las normas de esta Iglesia, según las cuales ordenar sacerdote a una mujer es un grave delito. Afortunadamente existen mujeres que luchan por este objetivo, como Maria Vittoria Longhitano, primera mujer sacerdote de Italia, que ha tenido que afiliarse a la Iglesia veterocatólica, que no acepta la infabilidad del papa.

Junto a otras mujeres sacerdotes de otros países ejercen presión sobre la Santa Sede a base de manifestaciones.

A la Iglesia le llueven todo tipo de conceptos y realidades ignoradas que no dejan de hacer mella en su falsa fortaleza.

Un libro sobre Bernadette Soubirous —la niña que en su día supuestamente vio a la Virgen en Lourdes, circunstancia a partir del cual el catolicismo ha creado un gran montaje de milagrosidad—, *Las señoritas de Lourdes* —Premi Sant Jordi 2008—, de Pep Coll, vuelve a la carga con un dato que se airea de tiempo en tiempo: «El agujero donde se aparecía la Virgen tiene forma de sexo femenino.»

Curiosamente, también en las religiones y en su arte encontramos intensas manifestaciones de erotismo. Por ejemplo, María Magdalena y su pasión por Jesús, el extremismo místico de santa Teresa, la simbología homosexual de san Sebastián, las tentaciones de san Antonio... «Como si Eros se hubiera convertido en la preocupación central de la tradición monoteísta judeocristiana», sugiere acertadamente Guillermo Solana, director artístico del Museo Thyssen.

Eva Piquer, en *El Periódico de Catalunya*, coincide conmigo en la lectura filosófica de André Compte-Sponville y destaca alguno de sus iluminadores aforismos: «Si fuésemos inmortales no tendríamos necesidad de Dios. Esto dice mucho sobre la religión. La fe es hija de nuestros miedos.»

Las religiones se oponen también a la naturalidad de la desnudez. Quieren evitar las reacciones humanas ante la belleza real, frenar el deseo privando de la visión completa del cuerpo.

En muchos casos, la moda en el vestir destroza la verdadera y auténtica belleza natural de un cuerpo de mujer. En otros casos, algún tipo de prenda, especialmente los tejanos ajustados, como reconocen algunos famosos, entre ellos Madonna, parece útil para crear una sensibilidad especial en sus partes más íntimas, al caminar o bailar, creando sensaciones de placer, según alguna ha confesado. Y mostrándose así más mujer ante los demás.

Las iglesias occidentales han criticado los *top* cortos que exhiben vientre y ombligo, los pantalones por debajo de la cintura —causa de que muchas jóvenes hayan acabado por afeitarse el pubis— y la excesiva exhibición de los senos. No obstante, las jóvenes han impuesto sus cánones, no creados por diseñador de moda alguno, para lucir sus cuerpos con la máxima libertad o insinuación, provocando claramente en algún caso. En suma, comportamientos liberales que se desligan de cualquier norma religiosa, al menos en los países no musulmanes.

Estos países tienen diversas normas según sean africanos, árabes o más occidentalizados como Pakistán. En algunos rigen extremismos inaceptables para la razón humana, como la noticia publicada por *La Vanguardia* en febrero de 2010: en Dubai, «una sentencia judicial absolvió a un matrimonio acusado de mantener relaciones sexuales». En Jerusalén y en toda la franja de Gaza, los islamistas han prohibido exhibir ropa interior femenina en los escaparates, y la mujer tiene prohibido fumar con el narguil.

Unas «patrullas del decoro» y «de la moralidad pública» vigilan tiendas y tenderetes

con el catecismo islamista en la mano.

Las religiones más diversas niegan lo que Bill Bryson llama «la posibilidad de experimentar ese estado tan agradable, pero tan a menudo infravalorado que se llama existencia».

Los avances sociales, médicos, alimentarios, cuidados físicos y, sobre todo, la voluntad, permiten que una mujer de 50 años que se ha cuidado esté en la mejor etapa de su vida. Con cierto cúmulo de experiencias, un cuerpo en forma y las sensaciones desarrolladas, puede comenzar una vida plena a todos los niveles durante una buena época.

En la educación religiosa de los años cuarenta y cincuenta en ningún momento, bajo ninguna circunstancia, se hablaba o insinuaba a mujer alguna. En los salesianos de Horta, donde estuve unos años interno, lo único que oí referente a la mujer fue la existencia de la Virgen María. Ni siquiera se citaba en ningún momento a las propias madres de los alumnos. Las santas se citaban en tono neutro, y se ponía el acento en el hecho de que no quisieron conocer varón y prefirieron morir vírgenes.

La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC) considera que «la sexualidad es una asignatura pendiente en la educación de los adolescentes», y que «esta materia en los colegios se queda en la superficie». Los facultativos creen que «existe una excesiva tendencia a transmitir una idea de sexualidad llena de miedos y riesgos, una idea oscura —denuncia la doctora Rosario Jiménez—, sin contemplar los beneficios de una relación sana y completa».

Si esto ocurre en colegios en apariencia liberales, ¿cómo se llegará a conseguir que en tantas entidades, grupos o instituciones de enseñanza con raíces religiosas, se inculque el disfrutar sexualmente con responsabilidad y observando valores como el respeto a la pareja?

Imaginarlo resulta una auténtica utopía.

Así pues, no es extraño que, ante una nota de prensa vaticana sobre los hallazgos del telescopio Hubble en la que se decía que «explora indicios de vida extraterrestre», el humorista Lejeure mostrara un científico ante la imagen de una mujer abierta de piernas y señalara su sexo con el comentario: «De este agujero negro puede salir vida», mientras a su lado un cura en actitud temerosa exclama: «¡Misterios del universo!»

Lo que la mayoría de colegios y religiones no ofrecen a los adolescentes acerca de la realidad de uno de los elementos físicos y anímicos más importantes del cuerpo humano como es el sexo, acaba por ser una tarea educativa familiar y, en el caso de las niñas, especialmente de la madre.

En muchos casos, la manera de transmitir el sentido de la sexualidad entre madre a hija a través de una adecuada relación entre ellas está llena de dificultades.

Las hijas tienen otra mentalidad y distinto carácter, y a veces ni hacen caso a ninguna sugerencia, no digamos ya consejos, y menos si intentan ser impuestos.

Puede parecer fácil ser natural, mostrarse cual mujer experta ante una joven que empieza a ser mujer. Pero en las sociedades actuales con fuertes reminiscencias religiosas o costumbres secretistas, hablar de sexo es duro, se hace difícil, y en muchos casos se

evita. Se hace como si no existiera. Muchas madres ya tienen difícil la vida: trabajo, pareja o marido, familia, entorno, amigas, y les resulta engorroso hacer el esfuerzo de dedicar unas horas a solas con su hija que se convierte en mujer. Pero basta mirarla a los ojos, intentar hablarle como a una amiga y tocar el tema de ser mujer, de las muchas diferencias sexuales respecto a los hombres.

Que tu hija pueda conocer aquello que tú querías saber a su edad.

Y guste o no, debe comenzarse por su condición física, las sensaciones, las necesidades higiénicas, la normalidad del ciclo, los días intermedios en que su condición de mujer la hace fértil para el embarazo y la maternidad, la ética de las relaciones íntimas...

Es difícil que el discurso de las religiones se base en la naturalidad. No se acercan a la naturaleza. Están en contradicción con ella.

Cuando se llega a vivir sin tabúes y valorando todo lo que la naturaleza nos ofrece, se debería conseguir que, al igual que vemos y decimos «¡Qué oreja más bonita!», podamos decir también con toda naturalidad: «¡Qué vulva tan preciosa!»

Para las religiones, uno de los principales objetivos ha sido siempre cubrir el cuerpo, ya que la visión de la carne conducía al pecado. Al infierno. Desde siempre, una mujer que enseñe las piernas o luzca un escote pronunciado siempre ha escandalizado a la mayoría de religiosos.

Aún hoy en día un hombre con camisa de manga corta puede entrar en una iglesia, pero si es una mujer la que enseña los brazos, generalmente es conminada a cubrirse. Es una circunstancia habitual cuando vamos de turistas por el mundo, aunque es peor en los países musulmanes, donde ellas no tienen derecho ni a entrar a las mezquitas. Y en países árabes que se valen de bellas mezquitas para incentivar el turismo, es imperioso cubrirse como mínimo la cabeza con un pañuelo para poder acceder. Una costumbre que también era obligatoria en España en la época franquista.

También se ha fomentado en beneficio del hombre la castidad femenina.

Uno de los ideales más definidos por las Iglesias occidentales es el de la pureza. Un valor a mantener pero que va desapareciendo con el creciente debilitamiento de la religión católica.

¿Es una virtud? Sin duda, o mejor dicho, es lo que permite al amor ser una virtud y hacer las veces de todas las demás virtudes. No hay que confundir la pureza con la continencia, la pudibundez o la castidad. Existe pureza cada vez que el amor no está «mezclado con el interés». Con la pureza ocurre como con la «idea de tiempo», que es como decía san Agustín: «Si nadie me pregunta lo que es, sé lo que es; pero si me lo preguntan y quiero explicarlo, dejo de saberlo.»

Es igual que intentar entender que un cuerpo sea puro simplemente porque en su vida no exista ningún conato de sexo, de autocomplacencia o deseo.

Las religiones parecen valorar solo la pureza de las jóvenes. «Jóvenes que tengan la virtud, o parezcan tenerla —como escribe Compté-Sponville—, de que sus cuerpos sexuados y mortales habitaran en la claridad, como la luz en la luz, como si ni el amor ni la sangre pudieran mancharlos.» Y nos recuerda a la santificada María Goretti, que en

plena adolescencia prefirió morir antes de entregarse a los placeres del sexo.

«De todas las virtudes, la pureza quizá sea la más difícil de comprender. La pureza es una evidencia y un misterio.»

En la Edad Media era una afrenta para la mujer tener que soportar cinturones de castidad a raíz de la partida del marido o prometido para las cruzadas. Con cerradura incluida, sufrían toda clase de dificultades incluso para sus más simples necesidades fisiológicas. Un raro artefacto como símbolo de una total desconfianza...

Durante siglos no ha existido una educación racional que valorase como valoran la mayoría de los mamíferos a la hembra. Pese a los muchos avances sociales y el derecho de las personas a su libertad, las mujeres no han sido respetadas como personas.

La castidad femenina fue un auténtico axioma social. Familias y estamentos han estado desde siempre de acuerdo en educarlas —como dice ¡y acepta! Nietzsche— *in eroticis* con el mayor desconocimiento posible, introduciendo en su mente y sus costumbres un pudor profundo ante tales asuntos. La mujer se jugaba su honor, pero se la mantenía totalmente ignorante para luego ser arrojada a la realidad del matrimonio.

Hoy en día la situación es muy diferente. Afortunadamente.

Una de las consecuencias de la injusta situación anterior la viví en mi propia familia, con la muerte de Ramona Jorba, mi abuela materna, en 1940, por culpa de una infección urinaria. Al no existir ginecólogas especializadas, ella, tanto por su educación de inicios del siglo pasado como por su dignidad personal, no se dejó tratar por médicos masculinos, de modo que por culpa de dicha infección falleció dolorosamente a sus jóvenes 42 años.

En algo más de medio siglo han cambiado las cosas y algunos fenómenos que antes podían parecer extremos y merecedores de «excomunió», han contribuido a que la sociedad evolucionara hacia una liberalidad más permisiva. Por ejemplo, la publicación desde los años sesenta en Estados Unidos, un país liberal, de la revista *Playboy*, la más vendida en aquella década.

Es perfectamente discutible, según el ángulo de posicionamiento social, la opinión de Ricard Mas sobre Hugh Hefner —el creador de *Playboy*—, quien además de incitaciones al onanismo promocionó en su revista un nuevo modelo de sociedad con espíritu rabiosamente moderno, ya que también abordaba temas de interiorismo, arquitectura, diseño de mobiliario, e incluía entrevistas a grandes maestros de los movimientos racionalistas modernos y en el primer número un maravilloso y elegante desplegable de Marilyn Monroe como diosa desnuda. Mas le considera «un pionero de la liberación masculina».

Como si de una religión moderna se tratase, Ricard Mas reconoce que le atrae Hugh Hefner por su trasfondo trágico y su faceta de escultor de almas —como fundador de una nueva religión— y promotor de tendencias. Todos somos un poco hijos de Hefner. Es como un papa alternativo. Su religión fundada hace sesenta años se difunde por todo el mundo vía prensa gráfica y televisión. No tiene papamóvil pero sí un jet privado con jacuzzi. Y su Vaticano es la Mansión Playboy de Los Ángeles. Si Hefner abandonase el sexo promiscuo sería casi lo mismo que si el papa de Roma se casara.

En uno de sus ensayos, Beatriz Preciado califica al fundador de *Playboy* de creador del primer *reality show* de la historia, tanto con su revista como más tarde en vídeos.

No olvidemos que somos una sociedad voyerista... el *súmmum* del comercio es el *pay per view*; programas para leer periódicos, para ir al cine y convertimos también en un bien mercantil para asistir al espectáculo más tabú: la intimidad de las personas.

En 2009, el gobierno Zapatero se apuntó el tanto más protestado: la creación del Ministerio de la Igualdad, al frente del cual colocó a una atrevida ministra, Bibiana Aído. La extrema derecha puso el grito al cielo por su presupuesto y sus objetivos. Habiendo parados en el país, causó escándalo una partida de 26.000 euros para la elaboración de «un mapa de inervación y estimulación sexual del clítoris y los labios menores».

Santa indignación manifestada de las formas más pintorescas, destaca Sebastia Alzamora en *El Periódico de Catalunya* (febrero de 2010). La ministra fue tratada de «obsesa sexual» y «degenerada», y acusada de malgastar los recursos públicos en «marranadas».

Sin embargo, resulta chocante que un periodista del siglo XXI parezca bromear sobre el mapa de marras ante las palabras de la ministra Aído: «Tanto el clítoris como el imaginario femenino son realidades de un orden superior que escapa a la comprensión de los hombres.»

Y con un humor desolador con viso de realismo, Alzamora sigue: «Y es que los hombres, como es de dominio público, somos criaturas esencialmente primitivas y nunca hemos sido capaces de entender la compleja y riquísima sexualidad de las mujeres, concentrados todo el día en el triste pene sobre el cual hemos construido nuestro discurso falócrata y dominador.»

Lo que cambia poco son las normas religiosas:

En un documento del Vaticano titulado *Normae de gravioribus delictis* de la primavera de 2010 se reafirma que además de las eternas apostasías —la herejía y el cisma—, por fin aceptan que también la pederastia es un delito grave, igual que una mujer sea ordenada sacerdote. Eso sí, monseñor Charles Scicluna los diferencia: el primero es un delito moral —que por cierto prescribe y ningún juez estilo Garzón se atreve a llevar a los tribunales—, mientras que la prohibición del sacerdocio femenino se basa en cuestiones sacramentales.

No obstante, deberíamos preguntarnos cuántas mujeres escogerían en sus opciones de futuro el sacerdocio. ¿No existe ya una enorme cantidad de videntes-consejeras? ¿Se reconvertirían? ¿Las aceptarían? ¿Dejarían sus buenos emolumentos actuales para hacer el bien por amor al prójimo?

En las iglesias anglicanas de Estados Unidos y Australia desde 1989 y 2008 respectivamente nada impide que las mujeres ejerzan el sacerdocio y puedan llegar a obispos. En 1994, cuando la Iglesia de Inglaterra aprobó la ordenación de sacerdotisas se produjeron más de cuatrocientas renunciaciones de sacerdotes contrarios a la idea, las cuales, además de desmejorar sus servicios, le supusieron un coste económico a la Iglesia de cerca de treinta millones de libras.

Otro caso de discriminación, el de los judíos ultraortodoxos contra la mujer, sigue

vigente. En Jerusalén, los rabinos han de rezar recitando los rollos de la Torá escondidos detrás del llamado Arco de Robinson, fuera de la vista de otras personas si quieren hacerlo en voz alta. Para los ultraortodoxos oír el cántico femenino es pecado y dan gracias a su Dios por el hecho de no ser mujeres.

Sin embargo, la sociedad y muchas familias también viven limitadas por tabúes que crean conflictividad. Que las hijas se casen con chicos negros provoca malas caras; menos al revés. Aún algunas madres no dejan que sus hijas se enjabonen la vulva cuando se duchan. Una niña pequeña no puede ver ducharse a su padre.

Son prejuicios contra la naturalidad que despiertan el morbo. Una realidad que más tarde han de conocer, pero en situaciones menos educativas y más complicadas.

Estamos a inicios del siglo XXI. Igual comienza una nueva época para los jóvenes: ahora duermen, se pasean por la casa y se duchan en calzoncillos, como si nunca se los cambiasen. ¿Volvemos a una etapa en que el sexo deja de ser algo natural? Ya no es problema de discreción o de vergüenza en el pasaje a la adolescencia. No saben por qué lo hacen cuando se les pregunta: «Nos sentimos mejor así.» Un nuevo hábito.

Pero también estos nuevos hábitos hacen que te encuentres más a menudo a un hijo adolescente en la cama de su habitación con una chica; los dos medio vestidos bajo las sábanas. Con naturalidad. Ellas te saludan si te conocen, o se presentan si es la primera vez. Muy educadas.

No digo que los haya encontrado practicando sexo, sino más bien como si se tratara de un encuentro entre amigos que se sienten muy bien a solas. Ningún espanto. Hoy en día estos episodios se han convertido en algo habitual y natural, sexo discreto incluido.

Higiene y estética

El ser humano civilizado tiende a cuidar los aspectos visibles, la ropa, el cabello, el cutis o los labios, pero no parece tener mucho interés en sus partes ocultas, a las que no siempre dedica igual atención y cuidados.

La mujer muestra sus atributos externos con cierta facilidad, con o sin prendas, especialmente en la intimidad y en las playas nudistas. Dependiendo de su actitud corporal, pueden resultar discretas y recatadas o mostrar un comportamiento desenfadado y sin complejos, incluso vestidas. Según su tipo de educación y personalidad, adoptan una u otra actitud.

La estética íntima de la mujer se cuida más que la del hombre porque ella se preocupa por su aspecto, en especial por la imagen que puede dar al tratar o tener cerca a otras personas. Sin duda en la intimidad reacciona con más cuidado o más libertad, dependiendo de la confianza que exista con su pareja.

Estéticamente, el primer rasgo femenino, aparte de los senos, es el vello pubiano o su inexistencia. En este último caso, la feminidad de su vulva resulta íntimamente visible. Sin vello, los labios vaginales de cada mujer resultan muy distintos cuando se conocen en detalle, como por ejemplo la nariz de cada persona, aunque por su similitud sería más apropiado decir: como los labios faciales. Porque efectivamente ambos labios tienen formas parecidas, como destacaba la portada de la exitosa colección erótica

La Sonrisa Vertical: presentaba una boca en posición horizontal, imagen que se confundía con el «portal» femenino. Ambos labios guardan una amplia similitud. Igualmente, así como en la cara de nuestros conocidos vemos labios estrechos o anchos, de poco relieve o medianamente abultados, hay mujeres que poseen labios sensuales de gran relieve, por ejemplo las pertenecientes a etnias mulatas. Curiosamente, médicos y artistas podemos certificar que en pocos casos existe coincidencia de forma, medidas y relieve entre los labios vaginales y los de la boca. Cada mujer es distinta en sus rasgos corporales y faciales como en sus formas íntimas. La naturaleza afortunadamente nos ha hecho únicos y puedo aportar una experiencia personal sobre cómo se valora la belleza del sexo femenino. En mi vecindad, una madre actuaba como una matrona y toda la familia vivía pendiente del hecho —constantemente proclamado por ella— de que una de sus hijas tenía una *patatona* (en catalán, vulva) más que extraordinaria. Y desde luego algo especial o de gran belleza debía poseer el sexo de su hija, ya que, con máxima discreción, muchos hombres visitaban el entresuelo del edificio donde vivía con sus padres.

La estética de las zonas íntimas femeninas se muestra de muy distintas maneras, no solo por el aspecto físico.

El color natural del cabello de una mujer es casi siempre similar al del vello pubiano, y

cuando es distinto de tono o intensidad resulta un tanto desconcertante.

Más contraste ofrecen las mujeres que se tiñen el pelo con colores claros artificiales de peluquería y, sin embargo, muestran un vello pubiano oscuro y moreno. Crea sensación de poca naturalidad. También existen muchísimos casos en que ambos tonos se coordinan. En cambio, en muchas rubias naturales el vello pubiano resulta casi transparente y claro como la piel.

La actitud y postura del cuerpo influyen también en la visión de su forma. Unas posturas naturales, por ejemplo simplemente de pie, hace que unos labios depilados queden discretamente ocultos entre las piernas, y en cambio con una posición de pubis adelantada se muestran más visibles, especialmente en las mujeres que gustan de ir rapadas en esta zona. En otros casos, esta mayor visión de los labios obedece a la voluntad de la mujer de resultar —adelantando el pubis— más seductora para su pareja, con lo que su postura corporal voluntaria los exhibe con mayor facilidad. Así, tanto la postura del pubis como la existencia o no de vello modifican la estética de cada mujer.

Estar con las piernas juntas o relajadamente entreabiertas confiere una visión distinta del portal femenino, muy diferente de la que sabiamente ofrece la naturaleza —y la actitud de la mujer al entregarse íntimamente— con las piernas abiertas al máximo para facilitar la relación íntima, el coito, la penetración, el parto o los incómodos exámenes ginecológicos.

Viví un ejemplo de cómo se puede tener dificultades inesperadas para la penetración en la playa nudista de Saint Tropez, donde una colega italiana jugaba briosamente con las olas y luego descansaba en la playa allí donde las olas la arrastraban, manteniendo su cuerpo largamente estirado en la arena. Las olas la envolvían como dándole un masaje, y ella estaba sin bañador y abría las piernas ocasionalmente... Cuando llegamos al hotel, ella, muy animada, me incitó deliciosamente desde la cama, pero resultó imposible penetrarla después de los juegos preparatorios. Por el dolor que los dos sentimos al intentarlo. Así pues, dedicamos un cuarto de hora a sacarle de la vagina la arena y las piedrecitas allí adheridas, en una cantidad que nunca hubiera creído posible.

Según las encuestas, la gran mayoría de mujeres no se gustan en posición de piernas abiertas. Saben que, aparte de unos frenéticos instantes con una pareja deseosa y apasionada, no ofrecen su imagen más bella, sino quizá todo lo contrario.

Madonna es una de las mujeres que ganó más dinero en el 2008, según *Billboard*, 242 millones de dólares, y todavía hoy sigue siendo de las primeras. Sin embargo, lo que mucha gente no sabe es que con solo veinte años, y siendo una desconocida, Lee Friedlander realizó unas fotografías de su cuerpo joven y desnudo de gran belleza y plasticidad, y una de ellas, en la que con pleno descaro y liberalidad aparece con las piernas abiertas, ha sido adquirida en subasta por 37.500 dólares.

Si en aquella época Madonna hubiera lucido un pubis depilado como ocurre seguramente hoy, la foto habría sido imposible y resultaría sumamente antiestética, con sus labios abiertos, la cavidad visible y mostrando al fondo el perineo, pero en la fotografía ella muestra una mata densa y espesa de oscuro vello que le cubre no solo el pubis sino todas las partes sexuales, protegiéndola. Gracias a esa esplendidez pilosa y a

mostrar inhibición y para muchos descaro resulta una fotografía apreciada artísticamente, como lo confirma su venta en subasta pública por un alto precio.

Las actuales jóvenes de pubis depilado no pueden abrir tan libremente las piernas.

Cuando los labios sexuales se les abren, pierden cierto aire inocente y caen en una vulgaridad antiestética, similar a masticar y hablar al mismo tiempo.

Vives toda una vida plena, evolutiva y llena de conocimientos y nunca acabas de enterarte de cosas simples y elementales. Por ejemplo, la insistencia de las madres o las abuelas en que, aun llevando pantalones, las jóvenes quedan poco elegantes si se relajan o descansan con las piernas separadas. Cuando te dedicas a profundizar para realizar un estudio como este, caes en la cuenta de que es cierto. No es aconsejable, pero no por pudor. Simplemente porque una mujer que va separando las piernas tiene la sensación de que sus labios vaginales acaban por entreabrirse de modo incómodo.

Con estas zonas depiladas, domina la visión de la vulva y la morfología de la zona, pero también existe una estética no siempre brutal y exagerada como en la foto de Madonna. También algunos tipos de vello pubiano —casi siempre menos densos y más finos— muestran formas más naturales gracias a las diversas direcciones en que nace y se distribuye cada pelo. En algunos casos el conjunto forma imágenes de gran belleza... Una frecuente entre jóvenes, rubias mayormente, tiene apariencia de pluma o planta exótica.

El sexo de la mujer es simple y sencillo exteriormente. Y su vestuario es muy diferente al del hombre. Un slip o un pantalón se adaptan naturalmente a la mujer, y sin embargo, tienen que estar confeccionados —si no son elásticos— para adaptarse al volumen del sexo masculino. Por el contrario, una camisa o un vestido deben adaptarse para dar cabida a los senos de la mujer.

Al vestir, dormir o correr, los dos sexos muestran la diferencia de su volumen exterior —aparte del volumen de los pechos—, prácticamente nulo en la mujer, apenas el pequeño relieve de los labios, al contrario que el del hombre.

El sexo visible de la mujer aparece y resulta visualmente natural, sin cambios apenas perceptibles con el movimiento, al contrario que el del hombre, cuyos atributos varían exageradamente ya sea durante un ejercicio o una carrera o en momentos de reposo, circunstancias que a algunos machos les crea ciertos complejos. Además, pasa de una situación a otra mediante un cambio físico muy visible, convirtiéndose en un miembro tieso, sin hueso pero como si lo tuviera, en los momentos de excitación de la libido.

Con el aumento circunstancial de la talla aumenta el ánimo, la sensación de virilidad y de hombría, y en general son las ocasiones en que despiertan más interés sexual en su pareja.

La postura corporal, la elevación pélvica y especialmente las muy diferentes acomodaciones de las piernas durante un relajamiento cómodo y liberal, son los elementos que confieren y aportan unas estéticas diferentes y que causan distintas visiones según la prenda que se use —pantalón, bañador, falda corta— o en plena desnudez.

La educación religiosa, tan enraizada durante la época del franquismo y hasta bien

entrados los setenta, fue el principal freno —junto a la falta de buenos y adecuados productos— a la necesaria higiene femenina.

Por no existir, ni existía la venta de compresas o de tampones, y cuando aparecieron en las farmacias, tampoco era posible publicitarlos.

Una experiencia personal me hizo descubrir hasta qué límites aberrantes llevaba la nefasta educación religiosa, haciendo que las madres controlaran y prohibieran severamente a sus hijas un simple lavado de la vulva en la ducha. Es cierto que en los varios años que trabajó a mi lado como secretaria siempre noté un agradable perfume en ella. Lo que no sabía era que ocultaba una concentración de otros aromas.

En los inicios de los ochenta tuve necesidad de ayuda en una de mis presentaciones en el Espace Cardin de París y varias de mis colaboradoras me acompañaron. Todavía no tenía mi apartamento frente al Salón Llongueras de la rue Saint Honoré y nos instalamos cerca, en el hotel MontTabor.

En una de las primeras noches, apenas me había dormido, llamaron discretamente a mi puerta y acto seguido mi secretaria se abalanzó sobre mí llorando. Hacía pocos meses que se había casado felizmente y, con una vergüenza y reserva total, se confió a mi larga experiencia —como quien recurre a un padre— para consultarme ¡cómo podía consumir su matrimonio! Naturalmente, con un coito, pero he aquí que todavía no lo habían conseguido con su marido, pese a la voluntad que ambos ponían. Intentando ayudarla a encontrar el motivo de tal anomalía, le propuse que se tendiese en la cama y abriese las piernas para así poder observarla. Ella aceptó, no sin grandes remilgos y cerrando los ojos, ya que había sido reacia hasta a acudir a un ginecólogo.

Lo que presencié fue una de las cosas más extrañas que he visto, y que me permitió comprender la mentalidad exageradamente «cristiana, apostólica y romana» con la que su madre la había educado, prohibiéndole desde la infancia lavarse el pubis y la vulva. Nunca se había tocado siquiera, ni con sus manos ni con jabón. La maraña de vello era tan prieta que cubría incluso la vulva y los inguinales, y la primera pregunta que me hice fue cómo era posible que por aquella masa endurecida pudiese evacuar la orina y el flujo de las menstruaciones. Naturalmente, sus costras hacían imposible la penetración.

Afortunadamente, en los hoteles franceses nunca falta el bidet, así que con paciencia, agua caliente, jabón y buenos consejos liberé a aquella joven veinteañera de un auténtico «armazón de castidad».

Durante meses, cada vez que nos veíamos bajaba los ojos y se le humedecían; hasta que un dichoso día anunció su embarazo, señal de que ya vivía normalmente como la joven mujer que era.

HÁBITOS DE HIGIENE

Muchas mujeres de vida activa siguen costumbres prácticas y eficaces apenas se levantan por la mañana: expulsión de la orina acumulada, ducha rápida, cepillado de dientes, revisión, lubricación y ajuste del diafragma si lo tienen, vestirse y un frugal

desayuno antes de salir de casa.

Según los estudios realizados por los fabricantes de compresas y tampones, un 64 por ciento de las mujeres se duchan cada día. El 16 por ciento de las que dejan pasar los días sin una ducha general deberían al menos cuidar la higiene de su zona íntima diariamente, con los productos adecuados pero siempre después de abundante agua y jabón.

Según consejos de dermo farmacia, para mantener en perfecto estado la región genital hay que evitar prendas ajustadas y ropa interior de tejidos poco permeables que dificulten la transpiración; lavar la ropa interior con jabones poco agresivos y comprobar su correcto aclarado; y usar prendas limpias cada día.

La vagina tiene sus propios mecanismos de autolimpieza y protección, por lo que las duchas vaginales internas no se recomiendan como medida rutinaria de higiene, a menos que formen parte de un tratamiento médico.

Para la limpieza de la zona íntima deben utilizarse productos con ingredientes neutros y que no alteren la acidez de la mucosa genital.

Se recomienda no usar esponjas o guantes, ya que estos acaban teniendo una elevada carga microbiana que puede provocar una infección.

Los perfumes desodorantes íntimos son potencialmente irritantes, por lo que se debe evitar o moderar su uso. Además, los desodorantes tienen el problema de que, al eliminar olores, pueden estar enmascarando el principal síntoma de un proceso que requeriría un tratamiento.

Es muy importante lavar los genitales antes y después de mantener relaciones sexuales, especialmente si se han utilizado lubricantes o algún otro preparado para facilitar el coito.

La frecuencia de cambio de las toallas higiénicas, compresas o tampones durante la menstruación debe variar en función de la cantidad de flujo de cada mujer y del día del ciclo en que se encuentre, pero en ningún caso debería exceder las 4 o 6 horas. Para salvaguardar cualquier humedad de la vagina, el tampón interno siempre es más discreto y seguro y permite moverse libremente, mejor que una compresa.

Antes y después de la colocación de un tampón se aconseja lavarse las manos.

Los ginecólogos denuncian que para eliminar olores y secreciones naturales, muchas mujeres abusan de desodorantes femeninos, cuando el agua y jabón es suficiente, o al menos complementario.

La vagina se limpia a sí misma y los lavados excesivos pueden alterar el balance de bacterias útiles que se encuentran en ella, causando «vaginitis» (infección de la vagina).

La salud del sexo va ligada al modo de vida y al conocimiento de cada mujer, del cuidado anímico personal, de una alimentación sana, del ejercicio y la limpieza periódica de su vulva con un jabón específico y abundante agua, aplicado con la mano siempre de delante hacia atrás.

Las secreciones son la fuente de mayores preocupaciones acerca de la vagina. Durante la pubertad se comienza a producir una secreción que puede ser incolora o blanca, la llamada «leucorrea». No es una enfermedad, sino un elemento natural.

Cuando la mujer tiene una excitación sexual o está ovulando, la vagina produce una secreción transparente considerada un lubricante natural. Es la forma en que la vulva se

limpia a sí misma y elimina los posibles gérmenes.

La vulva es también objeto de secreciones sudorales, vaginales, uretrales, además de las menstruales. La descomposición bacteriana de estas es la causante del olor característico de esta zona. Un olor más fuerte del habitual suele ser indicio de algún tipo de trastorno.

El olor característico de la vulva tiene una aceptación variable en los individuos, hay quienes piensan que es agradable y quienes piensan lo contrario, pero en una mujer saludable, por lo general, el olor natural de su vulva no es desagradable.

Si huele realmente mal, con fuerte olor ácido, puede deberse a una vaginosis que podría empeorar durante la menstruación o con las relaciones sexuales. Una secreción maloliente puede ser señal de que hay una infección vaginal que se debe tratar inmediatamente.

Siempre que se cita los elementos sexuales debe atenderse a la higiene. Los consejos son tan válidos para el prepucio más cerrado como para el interior de la vagina. El hombre tiene la facilidad que expulsa exteriormente la orina sin apenas humedecer su vello, al contrario de la mujer, a la que fisiológicamente le resulta difícil evitar que alguna partícula quede entre sus labios o en el vello.

En los noventa, a finales del pasado siglo, los japoneses inventaron una tapa de váter que colabora en la higiene íntima con chorros de agua, tanto para el hombre como para la diferente necesidad de la mujer. Un sistema perfecto para no tener que tocar la piel, ni rincón alguno, ni usar el proverbial rollo de papel. Una auténtica y cómoda modernidad. Un producto que es tan útil para el uso clínico como para el personal privado.

A partir de consideraciones anatómico-fisiológicas, los productos para la higiene íntima se han agrupado en cinco grandes grupos según su función: limpieza, desinfección, hidratación, protección y facilitación de las relaciones sexuales.

El hecho de sentirse limpia aporta mayor confianza en sí misma a la mujer. Sabemos que el cuerpo elimina las toxinas por las axilas y los inguinales, aparte de por la orina a través del aparato urinario, así como por esa parte desprestigiada del cuerpo humano que es el ano. Todos estos puntos del cuerpo que tienen tantas necesidades higiénicas como el conjunto del sexo.

La piel vulvar difiere marcadamente de la del resto del cuerpo. Las características epiteliales del aparato genital están fuertemente influenciadas por el perfil hormonal femenino, y experimentan importantes transformaciones durante toda la vida de la mujer. La piel vulvar presenta una mayor reactividad frente a agentes irritantes que el resto de la piel del cuerpo; así como la mucosa interior de los ojos.

El PH de la piel vulvar en la mujer adulta está próximo a 6, algo menos ácido que el del tejido epitelial corporal, que es alrededor de 5, lo que determina una menor protección frente a la colonización microbiana. Este riesgo se acentúa mucho entre la población infantil, ya que el PH vulvar de las púberes se sitúa alrededor de la neutralidad (7-8), lo que las convierte en más vulnerables ante este tipo de procesos infecciosos.

Cualquier circunstancia que cause un aumento del PH (las alcalinas secreciones del útero durante la menstruación, los lavados con jabones agresivos, los trastornos

hormonales, etc.) produce una reducción de la flora vulvar autóctona e incrementa el riesgo de infección.

La incontinencia urinaria es la pérdida involuntaria de orina y causa de un problema higiénico-social. Su incidencia —mucho mayor en la mujer que en el varón— aumenta sensiblemente con la edad. Además de la propia anatomía del aparato urinario femenino, otros factores que favorecen su aparición son: embarazos, partos múltiples, atrofia genital y la menopausia.

AROMAS NATURALES-AROMAS DE CIVILIZACIÓN

Si todos los higienistas le recomiendan al hombre una higiene local para evitar la formación de elementos nocivos que pueden acarrear infecciones, con más razón puede ocurrirle a la mujer, por lo que en su caso los hábitos higiénicos locales son mucho más necesarios.

Los olores o aromas condicionan las relaciones íntimas, facilitando el deseo o la buena disposición cuando resultan agradables o naturales. Hay que saber distinguir entre el olor humano limpio y los aromas o perfumes artificiales.

En la higiene íntima, el jabón o los geles y cremas de última generación son indispensables. Los desodorantes raramente eliminan los olores íntimos y corporales, a menos que se utilicen sobre las pieles limpias.

De todos modos, aunque el uso de colonias o perfumes puede resultar en la práctica más agradable, lamentablemente ha conseguido una reacción negativa en el deseo que el olor de las feromonas femeninas despertaba en el hombre. Eso sí, es posible encontrar un punto ideal —posible hoy en día para las parejas detallistas y cuidadosas—, evitando una limpieza exagerada que anule el agradable aroma natural del cuerpo, que la gente casi ha olvidado. Muchos sexólogos/as recomiendan limpieza total de las partes íntimas varias horas antes de los encuentros sexuales, para dar tiempo a que el olor natural de las feromonas vaya apareciendo y provoque un encuentro más apasionado.

En los genitales se concentran las glándulas sudoríparas apócrinas, encargadas de propagar moléculas olorosas volátiles; y las ecrinas, que sirven para refrigerar la zona.

Algunos científicos consideran también que la función del vello pubiano es, por una parte, retener los efluvios corporales que señalan la madurez sexual de la persona, y por otra, dispersarlos. Esos olores junto con otros signos actúan como una especie de señales que enviamos a los otros para decirles que ya somos adultos sexualmente maduros. Otras hipótesis aducen razones más prácticas: una buena mata de pelo protege los genitales durante las relaciones sexuales, reduce el peligro de rozaduras cuando caminamos y ayuda a mantener nuestras pudorosas partes a una temperatura y humedad agradables.

Las partes más íntimas de los seres humanos, al contener espacios habitualmente cerrados como el prepucio, y, mucho más, por su mayor amplitud, la vagina, presentan los problemas de higiene más habitual, superados hoy en día por la existencia de buenos productos de uso íntimo. Es la concentración de residuos de orina —uno de los vehículos

naturales de eliminación de toxinas por parte del cuerpo—, así como los humores o humedades naturales con que se lubrica la mujer cuando se excita sexualmente y finalmente posibles residuos de la menstruación, lo que puede crear problemas.

Los productos jabonosos siguen siendo los más prácticos para usar a diario. Incluso más veces al día en las épocas de fuerte menstruación, o tras un coito.

El olor natural del cuerpo humano limpio es no solo saludable, sino que también contiene feromonas que atraen y excitan al sexo contrario.

Es importante insistir en que el uso exagerado de productos desodorantes y colonias puede prácticamente eliminar el olor natural, lo que reduce la atracción entre sexos porque la libido del hombre no percibe las feromonas de la hembra y viceversa, reduciendo el deseo y resultando uno de los problemas de inapetencia sexual o de impotencia en la sociedad de hoy.

Es por ello que cuando entre las parejas se crean esas situaciones los buenos sexólogos como ya hemos dicho, y nunca está de más repetir, recomiendan la ducha matinal, incluyendo las partes íntimas —con uso de desodorantes inodoros si se desea—, para dejar que el limpio olor corporal humano vaya apareciendo durante el día: olor animal de las feromonas, que tienen propiedades excitantes. Así, al atardecer, en los cuerpos y los sexos limpios, el aroma humano aparece contribuyendo a incitar el deseo de relacionarse íntimamente.

En la menstruación —o en el hombre después de eliminar comidas con muchas especias—, la decisión de practicar una higiene profunda es muy personal o una elección conjunta de la pareja. La ducha de la mañana conserva todos los rincones del cuerpo con suficiente nivel de higiene como para mantener relaciones sexuales a cualquier hora del día. Hay que evitar que el sudor y las toxinas de varios días —tabaco, alcohol, medicamentos o drogas— produzcan olores desagradables —a veces repugnantes— que eliminan todo deseo libidinoso y producen rechazo, influyendo decisivamente en agravar las malas relaciones entre los seres humanos.

Las colonias y perfumes nunca deben intentar «tapar» estos problemas olfativos. Solo la limpieza íntima con geles o jabones y las duchas totales con largos enjuagues pueden salvar estas situaciones.

Incluso los aromas más exclusivos o más preferidos aportan atracción o pasión únicamente cuando se aplican sobre la piel limpia.

Cuidar la higiene es también cuidar la piel para que su tacto sea agradable, y una buena alimentación rica en vitaminas consigue mantenerla con las mismas agradables cualidades que se poseen en la juventud. Comer alimentos insanos, beber fuertes bebidas alcohólicas o fumar son los peores enemigos de una piel sana y suave. Su hidratación con aceites, especialmente en manos y cara, al estar más a la intemperie, no debe hacer olvidar a la del resto del cuerpo, los senos, el vientre, las ingles o los mismos labios vaginales, cuyo tacto mejora con leches o cremas hidratantes. Casi todas las zonas de epidermis presentan características similares.

MODA DE LAS FORMAS DEL VELLO DEPILADO

La naturaleza aportó inicialmente el vello corporal y el pelo de la cabeza como elementos de protección. En la mujer, el vello pubiano es el más útil en este sentido, ya que, por la evolución, en el pubis del hombre o en los sobacos de ambos géneros ha perdido su utilidad práctica. En el pecho y la espalda masculina no es más que un elemento desfasado de una mutación —la de los humanos— desde hace millones de años.

Sin embargo, actualmente el vello tiene un valor estético y para algunas personas es motivo de atracción o incitación sexual, según sea la mentalidad de los muy diversos países y etnias. La valorización del vello se extrema. Desde la mujer que idealiza a un macho por «lucir pelo en pecho» hasta la que sugiere a su pareja la depilación, incluso de piernas y brazos, una moda creciente entre los deportistas: ciclistas, nadadores, etc., para mejorar sus *performances* y que ha ganado puntos en apreciación estética entre las mujeres.

Prácticamente ningún hombre se afeita o depila el pubis, que desde siempre forma un conjunto con sus volúmenes sexuales, mientras que muchas mujeres, que tienen más a mano la posibilidad de depilación, deciden eliminarlo, sea por verse más *sexis*, disfrutar de una mayor comodidad o por una mayor facilidad en su higiene.

Muchas mujeres prefieren depilarse su pubis antes que raparse la cabeza, como ocurrió entre las jóvenes hace pocos años. Para muchas resulta un juego y una novedad poder ver sus labios vaginales y recrearse en ello, lo confiesan, como se recrea ante el espejo un hombre admirando sus atributos sexuales o la forma de su perilla o su barba. Otras muchas lo han utilizado como una forma de acicate sexual. Para ofrecerlo como un objeto de deseo a su pareja o como una simple sorpresa que se convierte en un regalo íntimo.

En Japón, el vello pubiano está considerado algo muy atractivo. Debido a que el vello de los asiáticos es a menudo muy fino, existe allí la moda del uso de postizos de pelo artificial para aparentar una mayor abundancia.

Sin embargo, en muchas culturas de Medio Oriente y Europa Oriental, el vello pubiano lo consideran sucio, y, debido a motivos religiosos y de higiene, las mujeres pertenecientes a esas culturas se lo han depilado desde hace siglos. Algunos ejemplos de regiones donde esto es común son Irán —la antigua Persia—, Albania, Turquía y otros países del Mediterráneo.

El vello pubiano aparece primero sobre el borde de los labios mayores y en los dos años siguientes se esparce por el pubis. Unos tres años después del comienzo de la pubertad el «triángulo» pubiano está densamente cubierto. A veces una pequeña cantidad crece hacia arriba en forma lineal hasta el ombligo, o hacia atrás cubriendo el perineo, e incluso en algunos casos en torno al ano. La causa más frecuente de distribución casi masculina del vello pubiano de la mujer es una enfermedad llamada «síndrome de ovarios poliquísticos», que determina que los ovarios produzcan cantidades elevadas de testosterona.

El vello del cuerpo femenino es fino y poco visible en la totalidad del cuerpo, y donde más destaca es en las axilas y el pubis. Cuando aparece no solo en el monte de Venus

sino en los labios de la vulva, puede originar molestias si crece en zonas intermedias cercanas a la vagina, donde sí resultan pelos gruesos y crean dificultades para depilarlos totalmente.

Se llama monte de Venus al acolchado tejido blando que cubre el hueso pelviano y que después de la pubertad se recubre de vello. Venus era la diosa romana del amor; por tanto, monte de Venus equivale a «monte del Amor».

DEPILACIÓN

La depilación o el afeitado del vello siempre han ido al vaivén de la moda, cuando no del capricho. Si ha podido comprobarlo con los hombres que ha conocido, cada mujer tiene claro si su vello pubiano estorba, atrae o repele y, lógicamente, con «la pareja de su vida» o la del momento «obra en consecuencia».

Cuidando su mejor imagen si deciden no ir totalmente depiladas, en cuanto se acerca el verano una gran mayoría de mujeres cogen su bañador, bikini o tanga preferido, o el último que hayan adquirido, y acuden a su esteticista para que —con la prenda puesta— la concienzuda profesional —a veces una amiga— elimine todo el vello que pueda apreciarse fuera de la tela, mediante el tipo de depilación que le hayan aconsejado o que ella haya decidido. Así, la mayoría de pubis quedan minimizados en su contorno velloso, perdiendo sus propios y variados dibujos naturales.

Buena parte de las opiniones masculinas quedan también tan minimizadas como el vello pubiano después de una intervención depilatoria. A la mayoría no les queda más remedio que aceptar esta adecuación estética mediante la cual la mujer busca no solo sencillez, sino también ofrecer una imagen más «limpia», así como un mayor lucimiento de las prendas de baño, si es que utiliza alguna.

Dentro de las complicaciones del depilado del vello pubiano están las posibles infecciones causadas por vellos muy arraigados, o las reacciones irritativas por el uso frecuente de la navaja de afeitar, o alérgicas a las cremas depilatorias, pues resultan agresivas para el área genital.

Con menor frecuencia, algunas mujeres prefieren formas estéticas singulares, según su propio capricho o las sugerencias de esteticistas más atrevidas, recortando de manera más personalizada el vello pubiano, si bien siempre se eliminan los pelos de la ingle o que escapen por los bordes de la prenda.

Un rectángulo vertical sobre la abertura de la vulva es de los más prácticos que se lucen, ya que queda oculto incluso por las prendas más diminutas. También se recortan formas curvadas en el punto más alto del pubis —quizás el más vistoso estéticamente— o formas de corazón como capricho barroco.

La fantasía es libre, a tal punto que algunos artistas han intentado convertir en obras de arte las formas y el color dado a la zona pubiana, diseñando el vello femenino y luego publicando fotografías de su original obra.

En este nuevo siglo, aparte del peinado, prácticamente solo el vello facial en el hombre

y el pubiano en la mujer —vestuario aparte— contribuyen a ofrecer un toque personal, a veces con formas de connotaciones un tanto sexuales.

Las mujeres que gustan del sexo oral a menudo lo hallan más agradable cuando su piel se expone directamente a la lengua de su pareja si no está protegida por una capa de vello.

Durante los cuarenta años en que me he especializado en captar imágenes femeninas —de las que han nacido, entre otros, los libros *Raig de Llum* (2001) y *Art Models* (2009), editorial Lunwerg (Planeta)— he podido comprobar esta evolución femenina constante y en paralelo a su adquisición paso a paso de su nuevo espíritu liberal, respecto a la segura disposición de su propio cuerpo. Cada día existen más jóvenes y mujeres que con inquietud y constancia cuidan su belleza corporal. Tanto en la depilación como en las intervenciones estéticas, que cada vez ofrecen mayores posibilidades, o cuidando su peso y silueta través de la alimentación, o musculando zonas en el gimnasio.

La mayoría de cambios visuales rápidos o instantáneos se basan en intervenciones estéticas que cambian la propia imagen, mucho más con el paso de los años.

Mis primeras modelos de los años setenta lucían el monte de

Venus completamente poblado de vello. Los retoques laterales para evitar que escapasen del borde de la prenda apenas se notaban. Pero el interés o pasión por depilarse creció con el tiempo, como crecieron las zonas en que se practica, hasta que en la primera década del siglo XXI las modelos más jóvenes han aportado un cambio de hábitos y estética, apenas notado por la sociedad. El porcentaje de féminas con el vello pubiano completamente depilado crece y es superior a lo que pueda creerse, y es seguido por mujeres de edades intermedias ya que hoy en día pueden vivir con mayor intensidad sus relaciones íntimas.

Existe una razón práctica: es más difícil depilar pequeñas zonas para dejar algún adorno de vello que eliminarlo completamente, todo a la vez. También es más higiénico, más cómodo para limpiarse, evita que el vello moleste si es grueso y espeso, y elimina todo tipo de parásitos. Hay que destacar que la mayor parte de las modelos actuales se sienten complacidas viéndose al natural, con esa parte vital de su cuerpo a la vista, pues en general les proporciona mayor autoestima y admiración masculina en el terreno de la sexualidad. No obstante, cabe recordar que durante siglos los hombres se han excitado imaginándose el sexo femenino, no por su forma real como ocurre hoy en día, sino por «lo oculto» que quedaba tras el poblado vello.

Fue con la llegada del bikini en los años sesenta cuando las mujeres de pubis muy vellosos comenzaron a utilizar la depilación, para que en la playa su aspecto resultase más correcto.

De solo pulir los laterales del pubis, durante años se evolucionó hasta dejar un simple trazo vertical de vello rectangular como una continuidad de la raja vulvar.

Con la aparición del tanga, a la mujer, ya habituada a depilarse en la época previa al verano, le costó menos eliminar más vello, reduciéndolo al máximo, ya que se pusieron de moda las braguitas mini, muy similares en su parte delantera y trasera, para uso diario. De ahí a rasurar completamente toda la zona púbica solo hubo un paso, en especial para

la mayoría de mujeres jóvenes. Aprovechar la manipulación más extensa para eliminar todo trazo de vello y mostrarse al natural.

En algunos casos el vello es tan excesivo que, además del pubis, cubre toda la vulva, a veces invadiendo su interior. E incluso con bañadores de una pieza se desparraman por el inicio de los muslos y los inguinales, o hacia el perineo, provocando que la mujer se avergüence.

En ocasiones, el vello resulta duro y molesto, especialmente cuando se rasura reiteradamente con cuchillas de afeitar, cómodas y muy prácticas. El único problema con su uso es que el sano vello inicial se transforma en pelo endurecido que se ha de cuidar más a menudo. Al principio, en épocas en que aún no se recortaba habitualmente el vello pubiano, este crecía y formaba auténticas «barbas» visibles por delante y por detrás, como muestran las primeras fotos traseras que aparecieron en *Playboy*. La mayoría de mujeres en esta situación tienen que prevenir un posible problema de relación íntima, ya que el vello no totalmente afeitado puede crecer unos milímetros y aparecer antiestéticamente a través de braguitas de tela fina, molestando al hombre tanto como un bigote a la suave boca de una mujer. De ahí, y ante la duda de cuándo aparecerá, las jóvenes han optado por eliminar totalmente el vello de la zona y presentarse así como más sexis y naturales.

Con su discutida sinceridad en el desconcertante libro *Zonas húmedas*, Charlotte Roche dice: «Afeitarme yo misma el pubis es un incordio... estoy acostumbrándome a que me lo hagan (alguna esteticista se supone) y creo que si los hombres quieren mujeres sin vello deberían hacerse cargo del afeitado, en vez de dejarles todo el trabajo a ellas.»

El vello solo crece si se corta. Cuanto más se recorta, más abundante se reproduce. En cambio, depilar significa reducir en cada nueva sesión el espesor y la cantidad. Es la gran diferencia entre ambos sistemas.

Muchas mujeres se depilan ellas mismas en solitario. Con una cera fría o un pequeño aparato de cera tibia, una espátula y un espejo. Se sientan en un pequeño taburete o se acucillan. Con esta práctica, la eliminación es temporal aunque con cada nueva sesión se consigue que el vello crezca cada vez más débil.

Con sesiones de rayo láser se puede atacar la raíz del bulbo velloso y prácticamente eliminarlo, aunque solo se consigue con varias y largas sesiones que requieren tiempo y paciencia.

El dolor o las molestias son muy similares en cualquiera de los procedimientos.

El vello unifica las formas exteriores del sexo femenino, las disimula e iguala su aspecto.

Con la nueva tendencia a depilarse, las jóvenes generaciones muestran su diferenciación. Y así, las formas personales de la zona íntima resultan muy diversificadas.

En playas o centros nudistas, así como el hombre no corre alocadamente debido al molesto vaivén de sus volúmenes sexuales —similar al de los senos de la mujer según sus pesos específicos—, también ellas evitan movimientos o posturas con las piernas excesivamente abiertas o sentadas a horcajadas debido a la abertura de los protectores

labios exteriores, ya que en estas posiciones los inesperados huecos que se producen adquieren raras formas de oquedades, y a la vez se hacen visibles los pliegues y los siempre irregulares labios interiores.

El efecto que puede provocar una visión no habitual resulta extraño y en principio antiestético. En estas circunstancias, la mujer que solo redefine los laterales, pero luce el resto de su mata de vello tiene una clara ventaja.

Al parecer, actualmente existen dos grupos muy definidos: las mujeres y jóvenes que prefieren mostrarse abiertamente bajo la protección del vello, y las que se sienten más «limpias» y naturales con una depilación total. En casi todos los casos consultados, únicamente permiten que les depile otra mujer, una experta, cuando no son capaces de depilarse ellas mismas. Unas pocas, menos exigentes, acaban por sucumbir al morbo de ser admiradas y tocadas por manos masculinas.

Hay suficiente constancia de que en otras civilizaciones y en otras épocas de la sociedad occidental la mujer se ha rapado o depilado el pubis para ver su propia morfología, a piel desnuda, y, como muchos pueblos primitivos, ha dado la máxima importancia a su diferencia sexual respecto al macho, a sus compenetradas formas y a su misión natural.

En todos los casos, lo más importante es un meticuloso proceso higiénico —diario y posterior a cualquier circunstancia— para evitar irritaciones, granos o alguna infección cutánea que además, de molesta, resulta siempre un lastre para las relaciones y un problema estético.

En los años previos al cambio de siglo, el derecho de decidir llevó a algunas mujeres y muchas jóvenes a raparse la cabeza como señal de inconformismo social y el pubis como logro personal liberador. Este acto se ha repetido en diversas épocas y diferentes civilizaciones.

En algunas épocas del Egipto de los faraones, para las mujeres de alto nivel, especialmente en la corte, eliminar todo tipo de vello y pelo se consideraba un refinamiento. Los egiptólogos han descubierto que como adorno usaban pelucas sobre cráneos rapados. Para el sentido estético y religioso de los egipcios, lo más íntimo de las personas se hallaba en la cabeza. Y para un hombre, poder acariciar un cráneo rasurado era la intimidad máxima. Axilas y pubis eran también rapados para que el cuerpo femenino mostrara una simplicidad y una estética natural total.

En la actualidad se rapa menos la cabeza que las axilas y el pubis. Es un rasgo de las muchachas de esta época, que tienen menor sentido de lo que llamamos vergüenza y quieren mostrarse como mujeres.

Cuando se trata de depilación «no total», desde hace décadas muchas mujeres, tanto por sentido práctico como por capricho, prefieren que el vello pubiano no solo luzca formas diferentes, si no en muchos casos también diferente color, como mostró en una colección de sus fotografías Yoko Ono, la viuda de John Lennon, en los noventa en una galería de arte londinense.

«En la especie humana —dice Morris— el vello es un signo visual de madurez sexual y un vehículo de olores.» De ahí que desde hace siglos su depilación haya sido una

constante intermitente en las más avanzadas civilizaciones, siempre según la permisividad de las normas religiosas dominantes.

En la Antigüedad la depilación del pubis se realizaba ya con un procedimiento muy similar al básico actual: a la cera de abejas.

Tan antiestético como una maraña de vello natural puede resultar ver desnudo un cuerpo bronceado con fuertes contrastes blanquecinos en el bajo vientre y el pubis, o incluso en los senos de las mujeres más recatadas.

Cuando toman el sol, si no están desnudas en piscinas privadas o playas permitidas, las mujeres que cuidan la estética utilizan prendas de formas y tamaños distintos, y las mueven: más arriba o más abajo de la cintura, evitando así una línea de contrastes excesivos entre los dos tonos de piel. Del mismo modo, se desabrochan los sostenes y descubren los senos para evitar zonas blancas al tomar el sol.

En otro aspecto quizá pueda parecer exagerado, pero las mujeres que cuidan los detalles, cuando van a vivir momentos íntimos evitan vestir prendas interiores muy apretadas o de talla reducida, porque las presiones sobre la piel alrededor del torso o la cintura dejan marcas que recuerdan a cicatrices.

HIRSUTISMO (EXCESO DE VELLO)

La cantidad de vello que recubre el cuerpo está sometida a variaciones interraciales. Así, por ejemplo, los chinos tienen muy poco vello, y los habitantes del sur de Europa suelen tener más vello y de tonalidad más oscura que los del norte.

Algunas mujeres poseen un exceso de vello, lo que puede ser motivo de preocupación, sobre todo si el vello aparece encima de los labios de la boca, en las piernas o los pezones, ya que el vello en zonas inapropiadas puede dar a la mujer una apariencia poco femenina o hacerla sentir acomplejada. En casos infrecuentes, también su cuerpo sufre un proceso de masculinización: su clítoris aumenta de tamaño, les aparecen entradas en el pelo y la voz se les vuelve más grave. A estas mujeres deberá practicárseles un reconocimiento médico completo, dado que la causa de los cambios, según el doctor Llewellyn-Jones, autor de *Ser mujer*, puede estar en un tumor que sea necesario extirpar quirúrgicamente.

La mayoría de las mujeres que padecen hirsutismo no sufren cambios, ni tienen problemas de tumores. Su exceso de vello puede deberse a que los folículos pilosos tengan una sensibilidad mayor de la normal con respecto al pequeño nivel de hormonas masculinas que circulan en su sangre, o a un aumento del nivel de hormonas en circulación.

En muchos casos, las mujeres con este problema se conformarán con mejorar su apariencia física depilándose y utilizando cosméticos, mientras que otras considerarán necesario recurrir a medicamentos que reduzcan la cantidad de vello. Uno de estos es un diurético llamado spirinolactoma, y otro es la ciproterona, cuyo efecto contrarresta el de las hormonas sexuales masculinas. La ciproterona se toma diez días al mes, combinada

con estrógeno. El tratamiento, que ha de ser indicado y controlado por un médico especialista, dura unos tres meses, hasta conseguir que el vello deje de crecer en exceso, y luego se prolonga durante seis meses más para asegurar sus buenos resultados.

REVISIONES GINECOLÓGICAS

Con el transcurso de los años, las revisiones ginecológicas periódicas se van convirtiendo en una necesidad aceptada, por más que desagrade a la mujer. La mejor posición para una buena observación de sus partes íntimas resulta desagradable, sensación que generalmente aumenta cuando el facultativo es masculino. Es inevitable la sensación de invasión de la propia intimidad, aunque peor le ocurre al hombre cuando debe someterse a un tacto rectal para controlar la próstata, pues además de sufrir la penetración ve atacado el mito sexual masculino, lo que convierte en tabú esa clase de revisión médica.

Complementando con una mamografía la revisión periódica de su vagina, la mujer consigue prevenir a tiempo la formación de tumores o cánceres. Estas revisiones son absolutamente aconsejables desde que se inicia la actividad sexual.

En la exploración puede encontrarse una retroversión del útero, aunque hoy en día se sabe que, a menos que también exista una infección o una endometriosis, carece de importancia y no es la causante de esterilidad ni dolor de cabeza, como se creía antes. Ese cerca del 10 por ciento de mujeres que la tienen puede hacer vida normal, ya que solo se trata de una formación especial del útero, similar a tantas diferenciaciones corporales que existen en todas las personas. Pueden ser madres con o sin retroversión. Sobre todo en las prevenciones y ejercicios previos al parto, debe evitarse que se distienda la franja de tejidos especiales que se extienden en forma de pliegues desde la parte inferior del útero hasta las paredes interiores de la pelvis. A esta elongación muscular se la llama prolapso y no causa dolor ni otro efecto que la distensión misma.

La primera vez que observan «el potro» donde deben instalarse —así es como algunas lo llaman—, muchas mujeres se preguntan si no habría otra manera de hacerse la revisión, pero entonces sería menos efectiva, ya que la posición corporal a la que «el potro» obliga está estudiada: apoyo en espalda y nalgas para que, con las piernas alzadas al máximo, el pubis se eleve dejando a los labios y la vagina con la inclinación adecuada y la separación de los muslos provoque la máxima abertura, posibilitando así una visión perfecta de cada rincón de su intimidad. Así pues, resulta la posición ergonómica y postural perfecta para ese fin.

Las jóvenes parecen aceptarlo mejor que las mujeres de anteriores generaciones, y con las revisiones anuales se consigue casi mantener una mayor seguridad en su salud y sexualidad.

CIRUGÍA ESTÉTICA ÍNTIMA

Aunque alguien dijo que «la cirugía plástica es el burka de nuestro tiempo», la intimidad más preciada de la mujer también puede necesitar retoques. Por necesidad, porque causa molestias o por simple estética. Al igual como nos crecen las uñas, los cabellos y la piel que nos ocupamos de recortar en varios puntos del cuerpo, las partes íntimas femeninas sufren evoluciones similares, y en ocasiones aparecen trozos de tejidos fuera de lugar, como colgajos. Puede ocurrir por diversos motivos: la destrucción del himen, labios interiores que por conformación natural se exteriorizan fuera de la vulva, o como consecuencia de la maternidad. También cuando se reconstruye el himen y su evolución posterior lo deja visible; en estos casos, mediante una pequeña intervención con láser o bisturí, sin hospitalización y con anestesia local o epidural, resulta fácil eliminar cualquier pliegue o colgajo de piel que aparezca por fuera de los labios externos. A este respecto, unos labios interiores mínimos y de formas simples, sin irregularidades, facilitan la penetración y la sensibilidad de la vagina.

Hoy en día estos detalles para cuidar el aspecto estético, que resulta importante en la intimidad, son habituales e incluso más sencillos que extraer una verruga de la cara.

En algunos casos excepcionales el clítoris va cobrando mayor tamaño y aparece entre los labios, en especial con la edad y la frecuencia de sexo oral o del coito. Normalmente no se aconseja intervenir quirúrgicamente el clítoris, para evitar cualquier pérdida de sensibilidad.

Sin embargo, ha de tenerse en cuenta que estas irregularidades no siempre resultan antiestéticas para la mujer, y a veces incluso son excitantes para su pareja.

También se realizan intervenciones sencillas para succionar grasa excesiva de la barriga e implantarla en los labios exteriores para que adquieran mayor relieve y se muestren más espléndidos y bellos.

Si en los años ochenta el doctor Pitanguí, brasileño, sorprendió al mundo como pionero de estas intervenciones, hoy en día son muy habituales y cabe destacar los notables avances logrados por el doctor Matlock en Los Ángeles y los doctores Planas, Benito y Tapias en Barcelona.

Con la cirugía —incluyendo la plástica— se realizan casi milagros y son precisamente los labios vaginales exteriores, nuestro portal de vida, los que han podido solventar graves problemas estéticos en los labios faciales de muchas mujeres accidentadas o que han sufrido quemaduras. Actualmente un porcentaje de labios faciales que a raíz de accidentes han quedado con un aspecto antiestético, monstruoso en algunos casos, son operados para implantarles piel de los labios vaginales. Su morbidez, forma y textura son, según los expertos, las más similares a los de la cara. Lo cierto es que estas intervenciones solucionan graves problemas y, por tanto, mejoran el estado de ánimo y la vida de muchas mujeres accidentadas. Pese a las bondades de este avance quirúrgico, más de un cirujano plástico ha reconocido que en ciertos casos las pacientes han preferido silenciar qué tipo de piel se ha utilizado para el trasplante, a tal punto que muchos maridos no han llegado a sospechar la procedencia de los renovados labios faciales de su mujer.

La reducción del tamaño de la vulva, e incluso el estrechamiento de la vagina que no

retorna a su oquedad normal después de un parto —o por la madurez de la edad—, son también dos tipos de operaciones habituales para que la mujer se sienta físicamente como antes de la maternidad o en su juventud.

Las intervenciones en los labios faciales o los senos son más visibles y obligan a lograr un equilibrio de volumen casi perfecto. Hay que huir de los excesos de relieve y tener muy clara la finalidad de tales intervenciones: mejorar pero que el cambio sea apenas perceptible. Con productos como el bótox o inyectando grasa sobrante de otra zona del cuerpo se retocan con eficacia tanto las arrugas como los labios de la cara y los de la vulva.

Finalmente, existen casos en que la naturaleza juega con las formas y apariencias del sexo femenino, provocando movimientos de la piel antes del nacimiento o durante la pubertad, en los que los labios vaginales prácticamente desaparecen, perdiendo todo su volumen y mostrando solo una mínima raja, o bien la piel interna, los labios interiores o los pliegues de la vagina surgen al exterior en las más variadas y originales formas. Por ejemplo, algunas pueden asemejarse a una coliflor, otras a un clavel.

Sin duda es de los problemas más difíciles de solucionar para un cirujano estético, si ellas prefieren modificarlo, pero en algún caso que he visto en mis modelos al natural, he tenido la agradable sensación de que se gustaban y se aceptaban con esos singulares pliegues visibles, sin complejos. Otra cosa es la sorpresa que puedan experimentar sus parejas la primera vez.

La cirugía plástica es muy útil también para suavizar las secuelas de las cesáreas, así como para la construcción de vulvas en los cambios de sexo.

Todos son avances útiles para enmendar los caprichos indeseados de la naturaleza.

Los labios de una mujer, en la boca o en el sexo, tienen similitud de formas.

El portal... en la historia del arte

El arte nos impulsa a liberarnos de los tabúes, en particular de los referentes al sexo, pese a que la sociedad rechaza y oculta las obras más explícitas, especialmente las que tratan de la mujer.

Esta actitud nos viene de las épocas más lejanas. Los atributos masculinos han sido bien destacados en centenares de obras, comenzando por la más conocida, el *David* de Miguel Ángel, usada incluso en publicidad. Pero ni en su época, el Renacimiento, ni durante la griega ni la romana hubo una reproducción real del sexo femenino. Únicamente insinuaciones. Y aun hoy, la *Venus*, de Lucas Cranach (1472-1553), que fue usada para promocionar una exposición en la Royal Academy y anunciada en el metro de Londres —un cuerpo de mujer con el pubis suavizado por un tenue velo que sostiene entre sus manos—, fue censurada como imagen promocional y retirada de todas las estaciones. Desde luego, un ejemplo increíble de rancio puritanismo en el siglo XXI ante la visión de un cuerpo de mujer nada sensual y que, apenas sin senos, en absoluto resulta provocativo.

La figura humana sirvió para crear simbologías originales —reyes, dioses y guerreros— en las civilizaciones avanzadas de la Antigüedad. Al hombre se le simbolizaba prioritariamente por su poder o sus conquistas; a la mujer, por su belleza, casi nunca por su máspreciado —¿y envidiado?— don: la maternidad. Egipcios, chinos, griegos o etruscos crearon con relieves, estatuas o monumentos un arte que principalmente destacaba la figura humana. El caso del sintoísmo japonés merece un estudio aparte. La época de esplendor griego y mucho más tarde el Renacimiento italiano les superaron con refinamiento. Su arte se mostró mucho más liberal. Boticelli, Leonardo, con sus dibujos anatómicos, o Miguel Ángel, con su *David*, rendían culto a la belleza natural del cuerpo, al igual que más tarde Velázquez, con *La Venus del espejo*. Las cortes de reyes y papas acogieron a los mejores artistas, aunque coartaban su inspiración con sus encargos. En su momento la cúpula de la Capilla Sixtina del Vaticano de Miguel Ángel fue censurada por cardenales y obispos, por tanta exhibición carnal, especialmente humana.

Fue en el siglo XX cuando, al compás de las nuevas ideologías políticas, los artistas comenzaron a interpretar con más liberalidad el cuerpo.

Como hemos visto, en las dinastías del antiguo Egipto los más importantes personajes de la corte lucían el cuerpo completamente rasurado, para distinguirse de los animales y ofrecer la pureza de su cuerpo al natural. Este refinamiento llevaba a las mujeres de la aristocracia a adornarse con pelucas de lino y otras fibras, joyas de oro y metales preciosos. Piezas que actualmente pueden admirarse en la cabeza de momias egipcias en el Victoria and Albert Museum de Londres. Pelucas que solo se quitaban en la más estricta intimidad, ya que mostrar el cráneo —el cual, según creían, contenía el alma—

era la máxima expresión de confianza y entrega. Daban más valor a dejarse acariciar la cabeza rapada y desnuda que a mostrar el sexo, también sin vello. Como se ve, valoraciones muy distintas de las de nuestras actuales sociedades, y la desnudez recibía una alta valoración estética.

En el antiguo Egipto el vello pubiano femenino era representado en forma de triángulos negros, como se aprecia en dibujos de la diosa del cielo Nut. En la Europa clásica era raramente descrito, y el vello pubiano masculino casi siempre era omitido. Algo similar sucedía en la India y otras culturas orientales.

Durante las diversas épocas faraónicas las figuras humanas masculinas eran representadas con pelucas ricamente elaboradas de pelo largo y porte erguido, viril y estático. En su mayoría mostraban bien visibles sus atributos sexuales, curiosamente en la misma postura erguida durante siglos. Puños cerrados y brazos caídos tocando los muslos. Las mujeres se immortalizaban en actitudes más variadas, como se ve en «Un marfil de Samos» del siglo VII a. C.

En otras civilizaciones, como en la precolombina de México, las mujeres ya mostraban el pubis rapado.

Las mismas formas estéticas se aprecian en las terracotas del estilo de Nayarit (Tumba de las cebollas, Nayarit).

En épocas similares y aproximadas del período arcaico, en torno al año 630 a. C., se conserva un relieve de marfil del actual Zaire que marca la vulva en una figura que se considera de una de las hermanas del rey Proitos, obra que se atribuye a Hera.

También encontramos una clara representación del sexo femenino en las pequeñas muñecas rituales del sudeste de Norteamérica, símbolos espirituales del pueblo indio de los Kachina de Arizona y Nuevo México. Destaca alguna pieza como la «Hopi» de madera de chopo, con policromía ya borrada por el tiempo y más de un palmo de madera y piedra calcárea, de una época en la que los religiosos cristianos no habían llegado aún para hacer vestir a las muñecas (aprox. siglo XIV.) El culto Kachina consideraba a las muñecas mensajeras de los dioses.

Curiosamente, las muñecas Kachinas se conocieron en Europa gracias al espíritu coleccionista de los surrealistas franceses. Breton, Paul Éluard, Duchamp y Ernst las buscaban por París en los años veinte, utilizándolas como fuente de inspiración por su originalidad, como lo fue también todo el arte africano para los artistas europeos de la época. Una de las colecciones más importantes fue la del ministro de Cultura francés André Malraux.

Más pequeñas son las piezas de marfil pigmentado del actual Zaire, antiguo Congo Belga, de menos de un palmo de altura (15 cm). La estatua *Lega*, encontrada por el reverendo Joseph Blakeney en 1926, muestra con rotundidad —piernas abiertas— la zona púbica y los pliegues y aberturas, como en ofrecimiento, con formas muy primitivas y esquemáticas en que la parte más realista de la estatuilla es el sexo.

En la portada románica del monasterio de Santa María de Ripoll (siglo XII), entre numerosos símbolos medievales se puede apreciar *El sueño de Salomón* —el nacimiento del rey Salomón—, en el que dos santos abren con sus manos un enorme portal de vida

a través del cual surge al mundo el personaje. Nacer a la vida de un modo real.

En arte, muchas obras, sin mostrar directamente el sexo femenino, están cargadas de erotismo en su intención. Pueden ser obras que, además de intimidad, contengan poesía, ternura, posturas corporales románticas y sensibilidad, aunque la imagen sea tan cruda como una masturbación. Por ejemplo, la *Venus de Urbino*, de Tiziano.

Al compás de la política, en el arte han existido épocas oscuras y épocas liberales, con diferentes niveles de testimonio y respeto por las formas del cuerpo humano.

Desde el siglo XV hasta el XVII las obras muestran más naturalidad y menos ocultación, como en *El Bosco*, Boticelli y otros.

En *La primavera*, de Boticelli, las diosas y ninfas insinúan su pubis, mientras que en *El nacimiento de Venus*, de unos años después, el pintor, seguramente por imperativos de la situación sociopolítica y religiosa, adaptó y veló los detalles más íntimos. Los Médicis dominaron Florencia desde 1434 hasta 1494, cuando Girolanno Savonarola, acusado de paganismo en este último año, protagonizó revueltas religiosas que expulsarían a los Médicis hacia 1512, dando un giro cultural y político a la vida florentina.

Lucas Cranach con su *Venus y paisaje* (1529), al igual que Rubens, Boticelli y otros, pintaron Evas, Venus y Dianas con un velo prácticamente invisible o transparente que mostraba la plena desnudez, y también algunas sin vello púbico.

La desnudez enloquecida de *El Bosco* (*El jardín de las delicias*, 1504) se muestra discreta con la figura humana, pero no en algunos simbolismos que sugieren aspectos, actitudes y formas sexuales bien concretas. Entre 1501 y 1504, Miguel Ángel, en la citada obra el *David*, representa al personaje bíblico totalmente desnudo, mostrando un vello pubiano artísticamente interpretado. Sin embargo, los hombres desnudos del techo de la Capilla Sixtina carecen de vello pubiano. La exigencia de las autoridades a los artistas modificaban el realismo.

En obras pornográficas realizadas en el siglo XVII hay mujeres desnudas que muestran vello, por ejemplo en las de Agostino Carraci. En el siglo XVIII tardío, el vello femenino era abiertamente representado con precisión en los *shungas* y los grabados y pinturas japoneses.

En el Renacimiento, entre 1510 y 1512, el estudio de la anatomía humana llevó a Leonardo a realizar dibujos de fetos o del sexo femenino, más con intenciones de ilustración que de creaciones artísticas en sí mismas. Unos años antes, en 1490, en su pasión por la figura humana, creó un estudio de proporciones utilizando al hombre como era habitual en la época. Su *Homo* (u *Hommo*) *Vitro Viano* (o Vitruviano) puede admirarse en la Galleria dell'Accademia. Hacia el final de su larga y fecundísima trayectoria y en su más avanzada edad mostró mayor interés —como ha ocurrido a muchos artistas— por los detalles femeninos más íntimos en su óleo *Leda di Vina* (1506-1508), donde muestra un pubis cuidadísimo en el que se insinúa el inicio de los labios. Otros dibujos de las partes íntimas femeninas fueron diseñados por Leonardo en sus estudios de anatomía.

La maja desnuda (1797-1800) de Francisco de Goya fue la primera pintura occidental que mostró a una mujer con vello pubiano. En su época se la consideró una pintura

pornográfica.

Velázquez presentó el primer desnudo europeo en época cercana a la Inquisición, la mencionada *Venus del espejo* (García, 1649), y en 1805 Goya, en contraste con su *Maja desnuda*, pintó a la duquesa de Alba vestida. Un auténtico hito entre gente de alcurnia.

En el siglo XIX se conjura una voraz censura con ediciones clandestinas como *El calendario del placer* y *Juliette*, escrito por el Marqués de Sade en el paso entre los dos siglos, textos de Verlaine, Merimée o *Las flores del mal* de Baudelaire, así como un libro de Bataille, *Histoire de l'oeil*, de 1928, ilustrado con dibujos originales de Bellver de buen estilo, aunque tachados de obscenos.

En la *belle époque* francesa los pintores utilizaban los desnudos integrales para representar la justicia, el progreso, la fe o la fortuna. Fue el período de magnificación de los cuerpos femeninos jóvenes en actitudes liberales, como se aprecia en la mayoría de obras de P. Chabas y sus *nymphettes*, H. Gerbault, L. Gerome, H. Gervex, J. L. Henner y, el más reconocido, William Bouguereau, con sus numerosos desnudos siempre con suaves esfumados en el pubis, apenas insinuados pero sin detallar vello alguno.

El libro de la editorial Hachette *Les Maitres de la belle époque* es una obra interesante, aunque en la portada no se indica su autor.

A comienzos del siglo XX, en general los impresionistas vuelven a ser discretos en sus obras, a excepción de Modigliani. Ya se ha citado a Courbet por una sola de sus obras, *El origen de la vida*, quizá la de mayor impacto y valentía en este tema.

Resultan obras más liberales en esa época *Hércules y las musas*, de Alessandro Allori, y los óleos de François Boucher, en especial *Baño de Diana*, de 1742.

Por otra parte, en torno a los años 1860 las rollizas figuras femeninas se representan con especial delicadeza. Jean Auguste Ingres es el más atrevido y sus dibujos y óleos con la temática de los «Baños turcos» (1863), el más conocido de los cuales se halla el Louvre de París, no utilizan más que la expresión corporal de la época en las figuras femeninas, en el vello pubiano e incluso una cierta sensación de su inexistencia, se refleja de manera natural en contra de las actitudes más exaltadoras o sensuales.

La joya de mostrar el cuerpo femenino resalta —si tenemos en cuenta sus actitudes—, en todas sus obras en el estado más natural y en plena libertad.

Toulouse-Lautrec, en alguna de su obras de ambientación erótica como *Mujer quitándose las medias* (1894), se muestra de lo más atrevido al mostrar con realismo las partes íntimas femeninas.

DEL ARTE DE LA OCULTACIÓN A UNA VISIÓN MÁS REAL DEL SEXO FEMENINO

En *Psique reanimada por el beso del amor*, o *El amor de Psique*, un mármol neoclásico de Antonio Canova, hallamos un ejemplo habitual del enfoque utilizado en el siglo XVIII. La figura masculina muestra de modo natural sus atributos sexuales. En cambio, a pesar de que el sexo femenino queda siempre tapado por el vello pubiano, el

artista lo cubre con una túnica o velo que lo oculta. Y en *Las tres Gracias* las figuras, aun desnudas, igualmente ocultan las zonas del pubis.

En cambio, Henri Laurens (1885-1954) sí enseña el sexo femenino en su *Mujer estilizada con un espejo* (1926). Más discretos se muestran Julio González en sus bronce de *Mujer reclinada con un libro* y Clará en toda su obra.

En una serie de bronce de los años veinte que se exhiben en el museo parisino que lleva su nombre, Arístides Maillol se atreve a que sus modelos se abran de piernas en posturas sentadas, tratando los labios y el vello pubiano con la discreción adecuada.

Igual que en los bronce de Manolo Hugué en *Joven mujer catalana* (1911) y de Arturo Marino en *Mujer tomando el sol* (1930).

En cambio, en su obra Arístides Maillol respeta al cien por cien la naturalidad del cuerpo femenino, como se aprecia en la postura de sus *Mediterráneas* (1905), sentadas con las piernas entreabiertas, que se exhiben en el ayuntamiento de Perpignan. Prácticamente igual que *Dona amb flors*, de Llimona, exhibida en el barcelonés Museo de Arte Moderno.

En sus esculturas Rodin trata a la figura humana de una manera más auténtica y con total libertad. En *El beso* (1901-1904) nos sugiere el inicio más habitual de una relación amorosa, como hemos sostenido antes. Y en sus últimos años nos descubre la intimidad de sus modelos y posiblemente de su compañera Camille, tan buena escultora como él, en una larga serie de acuarelas y dibujos espontáneos que muestran el sexo en primer plano. Pese al gran prestigio de Rodin en la escultura realista figurativa, estas tardías acuarelas y dibujos fueron tachados de escandalosos.

También los mármoles *El beso* (1908) de Brancusi, de total simplificación, y el de Rodin *El eterno ídolo* (1889) resaltan los mejores símbolos del inicio de un romance entre una pareja.

Desde 1890, tras descubrir la intimidad femenina con Camille, se apasionó por interpretar con naturalidad lo más íntimo de su sexo y los de sus modelos. Y lo hizo del modo más natural, tal como él los veía, sin velar, ocultar ni magnificar su visión de esa parte femenina, la menos reproducida en arte pero la más inspiradora para Rodin en su vejez.

También se sabe que el escultor visitó a Klimt en Viena en 1902 y quedó deslumbrado tanto por el ambiente en que vivía este, rodeado de varias jóvenes que convivían desnudas con él, como por los esbozos que trazaba de la intimidad de ellas, aunque más tarde Klimt fue encarcelado y acusado de pornógrafo. En esa época de su vida, Rodin encontró en mujeres encintas o envejecidas un halo de belleza. En su mente ya no existían límites y, lleno de curiosidad y con la facilidad de su mano, esbozó en un suspiro una actitud inspiradora de un instante en cualquiera de sus modelos, como nos asegura Claudie Indrin, conservador del Museo Rodin. Miles de diseños y acuarelas que se conservan en su museo de París, en su momento fueron denostados por la crítica, que no aceptaba su nueva y tardía pasión. Lo criticaron en Roma en 1902, y especialmente en Weimar, en 1906, donde el director del Museo Gran Ducal, el conde Harry Kessler, acabó por dimitir por haber expuesto sus dibujos. La prensa acusaba a Rodin —según

Indrin— de lesbianismo, sadismo y pornografía. Sin embargo, su muy distinta obra como escultor, con sus piedras, mármoles y bronce, sigue y seguirá siendo venerada por el mundo artístico a través de los siglos.

Igualmente el escultor que mejor representó el cuerpo como fue Rodin, realizó a finales del siglo XIX un fragmento corporal de su amante y se trataba también de su zona más femenina.

La obra *El sueño de la esposa del pescador* (1820) de Katsushika Hokusai, que representa a una mujer en su fantasía erótica copulando con un pulpo, es un conocido ejemplo.

A pesar de estas pinturas y esculturas, creadas antes del siglo XX, la tradición occidental usualmente representa a las mujeres desnudas sin vello pubiano o una vulva muy tenuemente visible, casi imaginada.

La obra que muestra el portal de vida de forma más realista es *El origen del mundo* de Gustave Courbet, un clásico. Es quien rompe, en 1866, con su óleo de 55 x 46 cm que inicialmente se expuso en los salones de un sultán turco, pasó después por la casa del célebre psicoanalista Lacan y finalmente fue recuperado por el gobierno francés, exhibiéndolo al público primero en el Museo de Orsay y después en el Gran Palais de París, en 2009. Gregorio Morán, admirador de Gustave Courbet, destaca su curiosa personalidad, su devoción, casi su fraternidad hacia la mujer, pero hacia la mujer sin tapujos, desde la punta de los pies hasta el cabello, con especial delectación «en las partes más sensuales», muy escandalosa por representar en su obra el vello y los labios vaginales en un primer plano muy realista y auténtico.

De modo que el origen, o portal de vida, de su modelo en actitud orgullosa lo pintó con respeto y admiración, valorando su particular y oculta belleza. Sin prejuicios y con veneración, como confirmando que se trata de una obra de intención feminista.

En el Metropolitan de Nueva York, la pintura fue exhibida en una especie de reservado prohibido a menores de edad, algo muy curioso en el siglo XXI, ya que los mismos jóvenes descubren el sexo a la carta en internet. Y en una sociedad que, como dice Miquel Molina: «No tiene reparo en exhibir dialécticamente los atributos masculinos. Al esconder el cuadro —continúa— se evidencia la feliz pervivencia del carácter transgresor del arte. La obra de Courbet resulta hoy en día más subversiva que las ideas de los líderes del Mayo del 68 parisino.» Como las de Mattia Moreni de 1971.

El arte figurativo más moderno se sirve de las partes íntimas femeninas como elemento de creatividad. A este respecto existen claros ejemplos en pintura, la fotografía o cualquier otro medio, en que los artistas crean imágenes plenas no solo de evidencia, jugando o recreándose en las formas naturales del sexo de la mujer, sino que también lo utilizan para una creatividad sin límites. Un ejemplo es la obra *¿Qué nacerá aquí?* (1976, creta sobre foto) del austríaco Arnulf Rainer.

De Kooning, al igual que Wols, deforma a tal extremo la realidad que el público debe realizar un gran esfuerzo de imaginación para captar cómo expresa el sexo femenino, todo lo contrario de Goya, Raffaello, Modigliani y tantos otros grandes artistas que pintaron cuerpos desnudos.

Aunque de las obras de Rodin las entidades «bienpensantes» solo han mostrado figuras desnudas en actitudes discretas, el artista nunca dejó de valorar todas las partes del cuerpo humano, tanto del hombre como de la mujer. Su obra en terracota *Iris mensajera de los dioses* (1890) o sus diseños íntimos y reales del sexo femenino le muestran como un artista liberal que únicamente se sentía apegado, obligado y responsable con la naturaleza en todo su verismo. Cabe recordar su respuesta a sus críticos: «La gente dice que reflexiono mucho sobre las mujeres, pero, a decir verdad, ¿qué otra cosa hay más importante?»

Casi todos los artistas que han tratado en profundidad el tema del sexo femenino realizaron sus obras llevados por la pasión que vivían en su momento con alguna mujer.

Desde Leonardo hasta Picasso, representar abiertamente el sexo de la mujer fue para muchos artistas —como Courbet— una necesidad imperiosa de romper barreras —¿demostrar lo que amaban?— para presentar lo íntimo como una realidad que si bien puede no tener sentido exhibir, tampoco es pecado hacerlo.

Existen muchos ejemplos de diversas épocas y estilos:

Desde bellos desnudos de los inicios de la fotografía a Tom Wesselman con su *Gran desnudo americano n.º 91*, de 1967 y *Coño afeitado*, dibujo de 1966.

O de Allen Jones: *Mujer cayendo* (1964).

Egon Schiele adquirió fama por su constante presentación de sexos femeninos.

La gran fachada (1941, acuarela) de Wols, que, según el crítico Henri Pierre Roché, es «una cabalgada en el terror de un embrujado sexo de mujer».

En el mundo del arte lo erótico ha sido tratado desde ángulos distintos. Peter Fendi realizó en 1853 una serie de dibujos y acuarelas que fueron calificadas de pornográficas. Los menos relacionados con la práctica del sexo representan a mujeres desnudas y un tanto metidas en carne. Sin vello y en las más procaces actitudes, con una recreación sobre los originales realizada más de cien años después por Arnulf Rainer, coloreando, retocando y velando con discreción las partes más comprometidas del mismo libro.

Rembrandt, Dubuffet, Masson o Picasso, entre otros, se atrevieron a recrear en sus obras momentos tan íntimos de la mujer como el de orinar. Auténticas indelicadezas a las que no pudieron resistirse. Momentos humanos que, excepto en un infante como la pintoresca escultura del jovencillo *Manekév Pis*, ningún artista osó representar en la figura masculina.

Gustave Klint, siempre elegante con sus vistosos y personales vestuarios, con que adornaba imaginativamente a sus modelos, fue también un oculto trasgresor en dibujos como *Semidesnudo sentado con los ojos cerrados* (1913), en el que, con la ropa alborotada, la propia mano inocente de la modelo se autosatisface. Una obra que tardó años en ver la luz, actualmente expuesta en el Museo Histórico de Viena.

Igual que la de Egon Schiele *Vista en sueños* (1911, acuarela y lápiz).

En los años treinta Christian Schad se atrevió a mostrar en sus óleos los labios de la mujer acariciados, como en *Amigas* (1930).

George Grosz llegó más lejos en exhibicionismo en *Con dos mujeres*, una acuarela de la misma época. Fue de los pintores más eróticos y sobrepasó todos los límites del

descaro al presentar sexos de mujer en una época en que la sociedad vivía reprimida.

Stanley Spencer, un artista poco conocido pese a su extraordinario oficio, en 1936 expuso *Retrato de dos desnudos* con un realismo intimista total. Liberalidad plena en el concepto.

También Dalí, que leía, estudiaba y analizaba los aspectos tántricos que le servían como punto de inspiración para sus obras. Así, no es casual que geoméricamente el centro del cuadro *Leda y el cisne* (1949) resulte ser el sexo de Gala. Y en cientos de sus dibujos que no ocultan el sexo femenino.

En una serie de serigrafías de 1978 titulada «Partes Sexuales», Andy Warhol —en cierto modo discípulo de Dalí— unió el diseño sobre fotografía, y una de ellas muestra el sexo femenino armoniosamente enmarcado por unos brazos masculinos. El texto que acompañó a la serie rezaba: «Amor y sexo, bien; sexo sin amor, bien; y amor sin sexo, bien. Pero amor y sexo personal es algo fatal.»

Jan Saudek resulta un artista diferente, sus obras fotográficas muestran, sin selección de especiales tipos de belleza ni utilización única de modelos jóvenes, unas actitudes nunca visualizadas de las partes humanas más íntimas.

No existe diferencia entre dibujo, pintura o fotografía cuando se trata de planteos visuales de la fisiología sexual de las personas.

El fotógrafo Eric Kroll denuncia: «Me parece... injusto que artistas como Picasso, Schielle o Grosz puedan dibujar y pintar actos sexuales explícitos y su obra se etiqüete de "ilícita" y que, en cambio, si esa misma temática se refleja en una fotografía se catalogue de "pornografía".»

La galería Barbican de Londres expuso en 2007 un óleo de Picasso cuyo tema ha sido muy poco utilizado por pintores famosos, aunque en Picasso se repite como una obsesión: la felación.

En el mundo de la fotografía artística de finales del siglo pasado, la modernidad llevó a artistas de prestigio a arriesgarse en su representación de la mujer de esa época. David Seidner, Andrew Brucker, Jeanloup Sieff, Ken Lichtenwalter, Thomas Karsten, China Hamilton, Daniel Bauer, Eric Kroll y Crag Morey las mostraron con exquisitez y poesía. Jan Saudek, con más descaro y fantasía realista (con pubis casi siempre sin vello), mostró el sexo femenino en su máxima naturalidad. Mariano Vargas, en su libro *Pxotos*, muestra a las mujeres en ambientes renacentistas o fellinianos y en actitudes atrevidas e íntimas. Toques originales, insinuaciones realistas y una gran liberalidad no exenta de cierta poesía. Mención especial merece la obra de Paolo Roversi, *Nudi*, editada por Stromboli, en que unas sesenta jóvenes recién renacidas como mujer posan de pie sin más aportación que su actitud personal más natural, que a la vez refleja claramente su personalidad. En conjunto, destaca que ninguna presenta el vello pubiano rasurado, probablemente por su extrema juventud, y que los pubis y labios vaginales de todas ellas, más allá de las posturas que adopten de frente o de tres cuartos, son muy distintos.

En los años veinte del siglo pasado París era la capital del arte, con los últimos coletazos de los impresionistas. Picasso, Dalí, Miró y tantos otros artistas se aprestaban a alcanzar su máximo nivel de fama, entre otros Duchamp y Man Ray, que se conocieron

en 1915 en Nueva Jersey. Era la época en que los maniqués humanos desnudos se utilizaban como elemento creativo, tal como lo hizo Dalí, que en su obra *Percha* supo coordinar pintura, fotografía y objetos para mostrar un cuerpo real de mujer. Aunque aquella época parisina se consideraba la de mayor liberación de la mujer, casi todos los artistas parecían proteger su realidad física, aunque sí expresaban artísticamente y sin cortapisas el sexo del hombre, como se aprecia en *Pisapapeles de Príapo* (1920) de Man Ray.

Marcel Duchamp elaboraba también conceptos estéticos nuevos, por ejemplo en su obra *Nu descendant l'escalier n.º 2*, que provocó un escándalo en la buena sociedad parisina.

Los escándalos de Picasso fueron muy posteriores, incluso después de haber luchado contra el figurativismo para imponer formas más abstractas. El genio malagueño realizó no solo los más atrevidos dibujos y pinturas basados en el sexo de la mujer, sino que también afirmaba: «El arte nunca es casto, y habría que mantenerlo alejado de todos los ignorantes inocentes. Si la gente no está preparada para él, no hay que permitir que se acerque. Sí, el arte es peligroso. Si es casto, entonces no es arte.»

Dalí, más simbolista que explícito, no hizo como Picasso presentando sexos esquematizados ni primeros planos dentro de una abstracción. Un ejemplo lo tenemos en la representación de Gala a punto de hacer una felación a un joven en calzoncillos en el cuadro *El gran masturbador*; en el que el título no se refleja en la obra, pero sí un símbolo erótico claro sin ninguna imagen directa ni evidente.

Si en la época surrealista de principios del siglo XX hubiera existido liberalidad para mostrar los atributos sexuales, seguro que el pintor de Port Lligat, en una recreación surrealista máxima, habría incluido en sus telas una vagina de la que surgiese un pene, de acuerdo con sus sueños surrealistas.

En el arte actual, otros artistas han logrado con sus ideas las más ilógicas posibilidades, como Niki de Saint Phalle, que realizó una instalación original y gigantesca del cuerpo y las piernas abiertas de una gran figura femenina, *La figura Hom (Ella)*, en el Moderna Museet de Estocolmo, frente a la cual instaló unas sillas para que los visitantes admiraran tranquilamente un portal sexual a cuyo interior también se podía acceder. La artista proponía un acto inverso al nacimiento... Un ser humano podía acceder a través de un portal de vida, o labios sexuales femeninos, a la sensación de retroceder a la época en que había sido un feto y, así, volver a «renacer».

También los poetas juegan con delicadeza con el sexo de la mujer. Rafael Alberti recrea en una vibrante colaboración con el artista granadino Manuel Rivera un «Diálogo entre Venus y Príapo», que en 1989 editó Círculo de Lectores con el título *El ceñidor de Venus desceñido*. Tanto el sexo femenino como el masculino, así como su unión, están tratados con un veraz, artístico y desenfadado estilo. Con poesía y respeto. Con romanticismo.

En la presentación, Rafael Alberti resume un canto básicamente centrado en la belleza y las poéticas partes íntimas de la mujer.

Incluso artistas como Chillida, mundialmente famoso por un estilo de abstracción muy

personal, en sus primeros años realizó también desnudos femeninos, experimentando con sus volúmenes como vía hacia una abstracción futura.

En el libro de Werner Schmalenbach sobre Chillida, se presenta una terracota de 1948, así como el esbozo de un grupo de tres mujeres, de 1949, una de ellas con las piernas abiertas como en la escultura anterior, sin que el artista remarque los rasgos físicos propios de toda mujer. El crítico asegura que «las líneas de Chillida poseen un instinto especial tan característico como peculiar, además de seguridad instintiva y recato».

Es decir, se recrea en algún cuerpo de mujer en actitudes de descaro, pero eso sí, sin que descubra ni insinúe sus partes íntimas. Como si no existiesen.

Estos primeros trabajos plásticos de Chillida fueron destruidos después por el propio autor. Seguramente para centrarse en la pureza y simplicidad de sus abstracciones posteriores.

La famosa galería Barbican de Londres, en 2007 exhibió alrededor de trescientas obras de artistas de todos los tiempos con el título «Seducidos: Arte y Sexo». Obras que según la comisaria Marina Wallace fueron fuertemente censuradas en su momento, pero que algunos museos, sin exhibirlas, conservaron en sus depósitos secretos, entre otros el British y el de Nápoles. Incluso la propia reina de Inglaterra ha preservado una obra que se exhibió en el Barbican: un dibujo a tinta del siglo XVI en el que el dios Zeus, mutado en cisne, hace intensamente el amor con su adorada Leda. Leyenda que también Dalí interpretó en una de sus telas.

Esta muestra incluía los grabados eróticos de Rembrandt, los citados dibujos y acuarelas de Rodin, el corto de 41 minutos de sexo oral filmado por Andy Warhol, las fotos sadomasoquistas del fotógrafo Robert Mapplethorpe, así como también una obra de juventud de Picasso de 1903 cedida por el Metropolitan de Nueva York, *La douleur*, en la que puede verse a un Picasso adolescente y relajado mientras una joven desnuda de larga cabellera le ofrece una apasionada sesión de sexo oral.

Se recupera así, de vez en cuando, las obras de arte relacionadas con el erotismo o el sexo, como si existiera cierto interés en informar y crear conciencia en la sociedad acerca de instantes íntimos que todo el mundo experimenta, incluso muchos obispos y sacerdotes católicos que disfrutaban con lo que tienen más a mano.

Es a través del arte que, paso a paso, los artistas habitúan con sus obras a que la sociedad se abra a la naturalidad del sexo. En noviembre de 2009 coincidieron en España cuatro exposiciones sobre temas de velado erotismo: «Las lágrimas de Eros» en el Museo Thyssen-Bornemisza de Madrid con estampas de aire virginal como la *Venus* — un glamuroso lienzo de 1862— de Amaury-Duval, y otras tres exhibiciones en el mismo mes en Barcelona.

Las japonesas Hiroomi y Mari Yto, ambas afincadas en Barcelona, presentaron sus trabajos en el espacio Kannon Gyo de la calle Agullars. La primera busca con sus obras despertar el sentido del sabor y el gusto tratando sus lienzos como cocinados. La segunda explora algunos matices del erotismo. Por su parte, la exposición en el Museo Picasso, «Imágenes secretas—Picasso y la estampa erótica japonesa», mostró cómo el artista se inspiró en Katsushika Houkusaï y los *shunga*, estampas eróticas japonesas, vinculadas

técnicamente con los grabados de la época Edo (1603-1867), que representan escenas sexuales con todo lujo de detalle.

La exposición, según Ricard Bru, su comisario, pese a la crudeza del tema, fue de las más visitadas en el museo de la calle Montcada.

Con una visión feminista la exposición «Ellas», en el Centre Pompidou de París, muestra a las pioneras de la modernidad, como Dorothea Toming —mujer de Max Ernst—, cuyo discurso feminista, como dice Pilar Parcerisas, refleja la mujer en el espacio doméstico, de 1970: «Podríamos pensar que el cuerpo es el motivo principal inspirador del arte de las mujeres, cada vez más presentes en todos los ámbitos artísticos... La lucha feminista no escapa al fondo de esta reflexión, y es en el arte contemporáneo donde mejor y más libremente ha podido expandirse este discurso, que a la vez es una visión del mundo y la vida.»

De febrero a abril del 2009, el Museo de la Secesión vienés, del que fue director Gustav Klimt, exhibió una instalación del artista Christoph Büchel que a tamaño real reproducía las diversas instalaciones de un club de intercambio de parejas. Con sus lechos enormes para practicar sexo grupal, cortinajes transparentes, habitaciones oscuras para los menos desinhibidos, área sado con potros de tortura, máscaras de cuero, y dispensadores de preservativos por doquier. Tampoco faltaban elementos como duchas o jacuzzis, pero sin conexiones de agua debido a las normas del museo para salvaguardar de la humedad su extensa colección, especialmente las obras de Klimt.

La muestra se tituló «Espacio para la cultura del sexo». De día ofrecía un recorrido solo para contemplar los espacios, pero, provista de los permisos necesarios, a partir de las nueve de la noche funcionaba como un local real. Como comenta Sebastia Alzamora, los visitantes tenían la opción de utilizar las instalaciones ya fuera como simples *voyeurs* o participando en encuentros sexuales de diversas naturaleza. Cada noche, pues, había la posibilidad de una orgía en el Museo de la Secesión, pero no se trataba de una orgía pura y simple, sino de una obra de arte tremendamente liberal y realista, como buena parte de nuestra sociedad parece necesitar para desinhibirse al compás de los tiempos.

A principios de 2010 pasó a engrosar el fondo del MNAC (Museo Nacional de Arte de Cataluña) el óleo más erótico del inefable Maria Fortuny, nacido en Reus en 1838 y muerto en Roma en 1874 después de vivir años en Venecia diseñando lámparas, vestidos, tapices y otros geniales elementos de decoración, y donde existe un espléndido museo a él dedicado. Pese a que su época no fue nada liberal, en una tela de tamaño medio exhibió una gitana granadina, Carmen Bastión, vestida reposando en un sofá pero con la falda levantada mostrando la desnudez de su sexo cubierto de espeso vello, como era habitual en la época. Esta obra catalogada no fue exhibida hasta 1989 en el Palau Macay de Barcelona, secuestrada por la pudibundez de la familia durante años. Así que Courbet no fue el único, aunque la obra de Fortuny muestra menor atrevimiento tanto en la postura de la modelo como en el primer plano que presenta *El origen del mundo*.

En 2010, una exposición de arte por las calles de Budapest, titulada «Magníficas innovaciones para la mujer», exhibió diversos elementos no necesariamente femeninos: un secador de pelo y una plancha para la ropa, pero también —en tallas gigantescas

como las demás — un sostén y una pierna elevada al cielo enfundada en una media de seda. En la foto de la agencia Efe no se aprecia la exhibición de otros objetos, por ejemplo un vibrador o una afeitadora, que, como la mayoría de objetos, son usados por ambos géneros de individuos pese al título machista de la exposición.

FOTOGRAFÍA, CINE Y LITERATURA SIGUEN LA EVOLUCIÓN ARTÍSTICA

En 1985, una época de evolución política y social en España, el número 26 de la revista cultural *El Paseante* produjo un fuerte impacto al dedicar su edición a «El cuerpo y la fotografía», algo que ocurría por primera vez. En su portada aparecían unos netos y simples labios vaginales, que se pudieron ver en las vitrinas y kioscos más osados. Arte y naturalidad del más puro atrevimiento. Además del autor de la imagen de portada, Rudolf Schafer, en sus páginas colaboraron con sus obras Javier Vallhonrat, Toni Catany y Nobuyoshi Araki —más discretos—, así como Thomas Florschuetz con una sencilla y casi abstracta penetración, nada explícita y de un disimulado realismo, en la que los labios vaginales presentan una simplicidad y pureza que casi no existe en la naturaleza.

Destaca entre sus páginas una colección fotográfica de Mireia Sentís de 1985 de joyas clásicas y antiguas presentadas en fuerte contraste de metal contra piel, en los puntos más sensuales de las personas. Con un aire más rompedor, Schafer fotografió a una joven que se muestra con el vello recortado, creando un diseño cúbico con racimos de perlas incrustadas como *piercings* en sus labios vaginales.

Los textos de Cabrera Infante, Almudena Grandes, Juan José Millás y Félix de Azúa, entre otros, aportaron calidad literaria a la edición.

También rompieron moldes los desnudos de Helmut Newton, fotógrafo básicamente de moda, que, con cuerpos de mujer siempre estilizados y con zapatos de tacón altísimo, presentó a una mujer segura de sí misma, en posturas descaradas, muchas de ellas con las piernas separadas, como simbolizando en los años ochenta el nuevo tipo de mujer liberal. Otros artistas, como Craig Morey, presentaron una sensualidad más directa.

Después de la aparente desaparición del franquismo comenzaron los pequeños brotes de liberalidad o permisividad, y así nació la colección de libros eróticos *La Sonrisa Vertical* dirigida por Luis García Berlanga, con su original portada, que ya hemos comentado.

También en el mundo de la literatura se han ocupado de la mujer. Sin embargo, los autores, aunque huelan a Premio Nobel, no dejan de escribir de modo poco favorable a ellas. Dos claros ejemplos: *Memoria de mis putas tristes*, de García Márquez, y *Pantaleón y las visitadoras* —llevada también al cine—, de Vargas Llosa. No son épocas de romanticismo para las plumas prestigiosas.

En cambio, autodefinida como feminista, Charlotte Roche en su primera novela, que se acerca a los dos millones de ejemplares vendidos solo en Alemania, propone —entre pornografía y escatología— un juego desinhibido sobre su propio cuerpo y sus secreciones.

El cine a veces ofrece cambios importantes de la imagen de la mujer en la intimidad. Del pecho desnudo al sostén o la camiseta, la cámara siempre ha jugado con el busto, la boca, el cuerpo, muy poco con el vello de un pubis, pero de repente un film «serio» del circuito comercial mostró unos labios muy naturales, en movimientos de entrega y deseo. Fue en una película inglesa dirigida por Michael Winterbottom en 2003, en la cual la actriz Samantha Morton, liberada de prejuicios, enseña el sexo al natural durante una secuencia de casi un minuto. Así, el enfoque del intercambio amoroso adquirió una dimensión más realista. La película se titula *Código 46*.

En el film inglés *Oriente es Oriente* (2004), el hijo de un paquistaní afincado en Londres que educa a sus vástagos con costumbres atávicas, ante la visita de esponsales de una familia de su país para casar a uno de sus hijos recibe a las dos familias. La sorpresa que rompe el aire privado y serio de la reunión es una escultura que ha realizado uno de sus hijos, que asiste a clase de arte, y que dinamita la reunión: un bloque cuadrado de silicona en el que, entre el pubis y vientre y los muslos, unos ampliados labios vaginales abiertos entre un exuberante vello muestran su rosado interior.

El sexo de la mujer sorprende, choca, indispone, se oculta o nos produce felicidad. Lo único que parece cierto es que el portal de vida no deja a nadie indiferente.

Pero sigue precisando mayor respeto por parte de todos nosotros —hombres y mujeres— como por toda entidad social, política o religiosa.

Porque el sexo femenino es el portal de vida de todos nosotros; los seres humanos.

Bibliografía

- Alberti, Rafael, *El ceñidor de Venus desceñido*, Círculo de Lectores, Barcelona, 1989.
- Arnheim, Rudolf, *El pensamiento visual*, Paidós, Barcelona, 1986.
- Azúa, Félix de, *Diccionario de las artes*, Anagrama, Barcelona, 2002.
- Bailey, David y Martin Harrison, *Naked Eyes*, Watson-Guptill, Nueva York, 1987.
- Bernal, Ignacio, *Mexique Precolombien*, Hachette Réalité, París, 1979.
- Beyala, Calixthe y Uwe Ommer, *Black Ladies*, Taschen, Colonia, 1997.
- Bienal Internacional de Fotografía Fotonoviembre, 1991, *Catálogo General*, Cabildo de Santa Cruz de Tenerife, 1991.
- Boardman, John, *Greek Sculpture*, Thames and Hudson, Londres, 1979.
- Cabanne, Pierre, *El arte del siglo veinte*, Polígrafa, Barcelona, 1983.
- Cannizzo, Jean, *Into the hearth of Africa*, Rom, Toronto, 1989.
- Cantor, Iris y Gerald, *Rodin and his contemporaries*, Cross River Press, Nueva York, 1987.
- Centre Cultural de Roma, *Auguste Rodin. Disegni e Acquarelli Dell'eta Natura*, Artificio, 1987.
- Chia, Mantak y Douglas Abrams Arava, *El hombre multiorgásmico*, Neo-Person, Madrid, 2007.
- Clark, Kenneth, *The Nude*, Penguin Books, Harmondsworth (GB), 1960.
- Col.lecció Josep Suñol 1.^aPart 1915-1995, Fundació Suñol, 2007. Crespelle, J. P., *Les Maîtres de la belle époque*, Hachette, París, 1966.
- Diccionari d'art Oxford: Des del segle V a. C. fins a l'actualitat*, Joan Ramon Triadó (ed.), Edicions 62, Barcelona, 1996.
- Douglas, Nick y Penny Slinger, *Secretos sexuales*, Martínez Roca, Barcelona, 1982. Duque, Pedro, *Tatuajes. El cuerpo decorado*, Midons, Madrid, 1996.
- Dzielska, Maria, *Hipatia de Alejandria*, Siruela, Madrid, 2004.
- Ewing, William A., *El cuerpo*, Siruela, Madrid, 1994.
- Ferrer, Linda y Jane Lahr, *Eros*, Evergreen Taschen, Colonia, 1997.
- Ferry, Luc, *¿Qué es una vida realizada?*, Paidós, Barcelona, 2003.
- Flyn, Tom, *El cuerpo en la escultura*, Akal, Madrid, 2002.
- Fricke, Christiane, *Jan Saudek*, Taschen, Colonia, 1998.
- Friedenthal, Richard, *Leonardo. Biografía ilustrada*, Destino, Barcelona, 1961.
- Fundació Caixa Giroña, *Kachian*, Caixa Girona, 1998.
- Art sagrat de les tradicions indiques*, Caixa Girona, 2005.
- Cubisme i tendències afins*, Caixa Girona, 2007.
- Fundació Suñol, *Joan Hernández Pijoan, la mesura del temps, el transcurs de la pintura*, Fundació Suñol, 2010.
- Fundación Picasso-Fundación Málaga, *Man Ray. Yo soy un enigma*. Fundación

- Picasso-Fundación Málaga, 2006.
- Gallotti, Alicia, *Alma de mujer*, Malsinet, Barcelona, 2006.
- Siempre mujer*, Malsinet, Barcelona, 2007.
- Goethe, Johann Wolfgang, *Los sufrimientos del joven Werther*, estudio preliminar de Juan Rof Carballo, Círculo de Lectores, col. Grandes Clásicos Universales, Barcelona, 1982.
- Guibert Ferrara, Lidia, *Reclining Nude, Thames and Hudson*, Londres, 2002.
- Hanson, Dian y Eric Kroll, *The New Erotic Photography*, Taschen, Colonia, 2007.
- Hite, Shere, *El informe Hite*, Plaza y Janés, Barcelona, 1976.
- Jones, Terry (ed.), *Private Photos*, Taco, Berlín, 1983.
- Judrin, Claudie, *Auguste Rodin. Aquerelles et dessins erotiques*, Biblioteque de l'Image, París, 1996.
- Kroll, Eric, *Fetish Girls*, Taschen, Colonia, 1997.
- La Huerta, Juan José, *El fenómeno del éxtasis*, Siruela, Madrid, 2004.
- Lamairese, E., *Le Kama-Sutra. Figures Erotiques de l'art hindú*, Solar, París, 1980.
- Levi, Silvana, *Leonardo da Vinci*, Círculo de Lectores, Barcelona, 1980.
- Llewellyn-Jones, Derek, *Ser mujer*, Temas de Hoy, Madrid, 1971.
- Maury, Christian, *In the act*, Vertigo Publishers, Barcelona, 2001.
- Miralles, Francesc, *Jassans, la pervivencia de l'esperit classic*, Columna, Barcelona, 2003.
- Mishima, Yukio, *Confesiones de una máscara*, Espasa, Madrid, 2002.
- Mit Committe on the Visual Arts, *Elisabeth Murray. Paintings and Drawings*, MIT Committe on the visual Arts, 1987.
- Morris, Desmond, *El cuerpo al desnudo*, Folio, Barcelona, 1985.
- La mujer desnuda*, Planeta, Barcelona, 2005.
- Museu Picasso, *Imatges secretes Picasso i l'estampa eròtica japonesa*, Museu Picasso, 2009.
- Muthesius, Angelika y Gilles Neret, *El erotismo en el arte*, Taschen, Colonia, 1994.
- Myers, Bernard, *Goya*, Paul Hamlyn, Londres, 1968.
- Navascués, Hernán de y Gonzalo de Travesedo, *Cómo saber algo de... las mujeres, el amor y el matrimonio*, Corona, Barcelona, 1964.
- Neret, Gilles, *Erótica Universal*, Taschen, Colonia, 1994.
- Neri, Louise, *Juliao Sarmiento*, Polígrafa, Barcelona, 2003.
- Pedretti, Carlo, *Leonardo, Arte e Scienza*, Giunti, Florencia, 2000.
- Perucho, Joan, *Rosas, diablos y sonrisas. La sonrisa de Eros*, Espasa, Madrid, 1990.
- Rainer, Arnulf y Peter Fendi, *Pseudología*, catálogo de la exposición (Viena, 1988), Peter Gorsen (ed.), Mazzotta, Milán, 1988.
- Raquejo Grado, Tonia, *Sandro Botticelli, Historia 16: El Arte y sus Creadores n.º 1*, Madrid, 1993.
- Rawson, Philip y Laszlo Legeza, *Tao, Thames and Hudson*, Londres, 1973.
- Ricardo, Juan Carlos, *Photographing the Male*, The Burlington Books, Londres, 1983.

- Roversi, Paolo, *Nudi*, Stromboli, París, 1999.
- Schmalenbach, Werner, *Chillida*, Polígrafa, Barcelona, 1979.
- Simlet, Sarah, *Anatomía para el artista*, Blume, Barcelona, 2002.
- Subirachs Burgaga, Judit, *Subirachs. Analogías. Dualidades. Oposiciones*, Carto Cambri Editore, Poggibonsi (Si), 2010.
- Thomson, Richard, *Degas. The nudes, Thames and Hudson*, Londres, 1988.
- Tusquets Blanca, Oscar, *Contra la desnudez*, Anagrama, Barcelona, 2007.
- Vargas, Mariano, *Pxotos*, Acento, Cádiz, 2003.
- Vátsyáyana, *Kama Sutra*, Ediciones Librería Universitaria, Barcelona, 2009.
- Vierny, Dina, *Henri Matisse: Dessins, Benteli*, Berna, 1989.
- VV.AA., *París*, El Louvre, Argos, 1973.
- El paseante. El cuerpo y la fotografía*, Siruela, Madrid, 1995.
- Leonard, Anatomy*, Giunti, 1998.
- Mamá, cosas que nunca te dije*, Malsinet, 2007.
- The Bodies. Exhibition*, Premier Exhibitions, 2007.
- 100.000 Years of Beauty*, Elizabeth Azoulay ed., vol. 1, *Prehistory/Foundations*, Editions Babylone, Gallimard, París, 2009.
- 100.000 Years of Beauty*, Elizabeth Azoulay ed., vol. 5, *Future /Projections*, Editions Babylone, Gallimard, París, 2009.
- Women on Women*, Publisher, 1987.
- Walker, Richard, *Gran atlas del cuerpo humano*, Pearson Alhambra, Madrid, 2006.
- <7p>
- William, A., *100 Drawings*, Dover, 1972.
- Zitman, Cornelis, *Sculptures et Dessins*, Benteli, Berna, 1989.

Índice

Portadilla	2
Créditos	3
Índice	4
EL SEXO FEMENINO	7
Introducción	8
Dedicatoria y citas	9
Un viaje en torno a la intimidad femenina	11
Declaración de intenciones	12
Entender a las mujeres	16
1. El sexo femenino	17
2. La naturaleza y el físico femenino	38
3. Relaciones íntimas y comportamiento sexual	58
4. Maternidad	103
5. Tabúes, hábitos, culturas y religión	119
6. Higiene y estética	132
7. El portal... en la historia del arte	149
Bibliografía	162