

Hace unos meses llegó el Fran, me contactó por internet, pues no es mexicano. Estaba desesperado al extremo, atormentado por un sentimiento homosexual que nunca pidió y con el que inocentemente creía que podía vencer solo, sin ninguna ayuda o entrenamiento. Solo puso un requisito: que no le hablara de nada religioso.

Ya le di de alta, les presento su Testimonio.

“Empecé la terapia con miedo y muchas dudas. No sabía si iba a funcionar o no, pero sí, funcionó. Todo era un caos, pero al final el esfuerzo dio resultados.

El problema empezó en la adolescencia cuando empecé a ir al instituto. Mis compañeros no tenían tantos problemas como yo para relacionarse con el sexo opuesto y yo notaba que algo fallaba, pero no sabía exactamente qué era.

Se manifestó hasta que hice la terapia, había muchas cosas que no lograba entender y me encontraba perdido. Vivía en un ambiente de familia normal y corriente y no pensé que pudiera estar relacionado, pero empecé a darme cuenta de que sí.

Todo se gestó durante la infancia, aunque el problema se manifestó después. Mi papá era alcohólico, de niño me hizo sufrir mucho porque mis papás se peleaban y vivía situaciones que más tarde se reflejarían en sentimientos de atracción homosexual.

Nunca logré identificarme con mi papá. Nunca recibí afecto de su parte y cada noche llegaba bebido a casa y peleaba con mi mamá; Eso hizo que me distanciara todavía más de él, porque veía sufrir a mi mamá por culpa de mi papá.

A nivel subconsciente eso hacía que no quisiera identificarme con mi papá, mi papá era el malo, y mi mamá era la buena, la que me cuidaba. Eso tampoco era bueno del todo, porque mi mamá era demasiado sobreprotectora, y me asfixiaba bastante. Siempre estaba encima de mí y me agobiaba mucho, y al no tener referente masculino en el que fijarme, empecé a identificarme con mi mamá, que era la eficiente y la buena.

Cuando era niño eso no era problema, pero cuando llegué a la adolescencia eso me causaba muchas inseguridades. Sin darme cuenta empecé a fijarme en hombres, y al principio era algo en lo que no me daba cuenta. Pero cuando llegué al instituto yo sabía que algo no iba bien. Me atraían sexualmente los hombres, no las mujeres, y eso no me hacía sentir cómodo. Poco después empecé a ver pornografía.

Al principio era pornografía “normal” de hombres con mujeres, pero poco a poco sin darme cuenta casi, empecé a ver pornografía sólo de hombres. Me sentía vacío y sólo, como si llevara una doble vida, era algo que no me hacía sentir bien, no me llenaba.

Sin embargo, yo me fijaba en las chicas, no en los chicos. Me enamoraba de las mujeres, pero notaba que algo no funcionaba bien en mi interior. Empecé a salir con chicas y dejé de ver pornografía. Eso me hizo sentir mejor. Como si hubiera cerrado un capítulo, sin embargo, más tarde regresó. A los 18 años me eché una novia y al poco tiempo fuimos a vivir juntos. La cosa iba bien, pero no me sentía completo.

Eran peleas, celos, reproches y poco a poco la relación se fue minando. Cuando llevaba con ella año y medio, la atracción sexual por hombres volvió a aparecer, y yo ya me había olvidado de ella. Me preguntaba por qué había vuelto a aparecer si yo ya había cerrado ese capítulo. No entendía que era porque tenía asuntos todavía pendientes de resolver. Al final dejé a la novia y volvía a caer otra vez en lo mismo que tiempo atrás había dejado. Empecé a buscar solución y a investigar, hasta que encontré la terapia y empecé a entender muchas cosas.

Al principio no me fiaba mucho de que fuera a resultar efectiva. Desconfiaba bastante y no creía muchas cosas. Pero Everardo me ayudó mucho. Conforme iba avanzando la terapia empezaba a recordar cosas de la infancia y a relacionarlas con la atracción homosexual. La relación con mi papá

y con mi mamá, la relación con los compañeros de la escuela, las experiencias vividas... Todo eso influye. Pero empecé a trabajarlo y asombrosamente en poco tiempo la terapia dio resultado. Trabajé duro y tenía muchas ganas de que resultara, y así fue.

Primero empecé a trabajar la relación con mi papá. Empecé a hablar más con Él, a dedicarle más tiempo, a perdonarle muchas cosas y a que me enseñara muchas cosas también. Comenzaba a tener con Él la relación que hacía muchos años desde la infancia no había tenido. Y entonces me di cuenta de que mi papá tampoco era tan malo como yo creía y que tenía muchas cosas en común con Él, más de las que pensaba. Hacíamos cosas juntos y le comentaba a mi papá cómo iba avanzando la terapia.

Esta fue la parte más difícil al principio, porque a mi papá le guardaba mucho rencor desde hacía años. Pero lo trabajé y lo conseguí. Ahora me llevo muy bien con mi papá y estoy muy contento por ello. Realmente la parte más difícil de la terapia fue la primera parte, la relación con mi papá, porque el resto de la terapia se hizo prácticamente solo y fue bastante rápido.

Al solucionar la relación con mi papá, también se resolvió el segundo punto, la relación con mi mamá, porque conforme iba pasando más tiempo con mi papá me iba distanciando cada vez más de mi mamá, que al principio era mi confidente, hasta que logré llevar con ella una relación de madre e hijo sana. Naturalmente que sigo hablando con mi mamá, pero no es la dependencia que tenía al principio de tener que contárselo todo y pedirle opinión y permiso para todo.

Pensaba que me iba a costar, pero realmente fue más difícil resolver el primer punto que el segundo. Por otra parte, mi hermano mayor también me ayudó bastante. Siempre tuve buena relación con Él, pero ahora es mejor. Nunca le pedía consejo ni pasaba demasiado tiempo con Él a pesar de que nos lleváramos bien, pero ahora son las dos cosas, me llevo bien con Él y además pasamos tiempo juntos.

Esto también tiene que ver con los compañeros del mismo sexo, porque al haber mejorado la relación con mi hermano mayor y haber solucionado el tema de mi papá hiciera que me interesara por cosas que antes no, como mecánica, el fútbol y cosas así. Esto me ayudó a mejorar la relación con los compañeros del mismo sexo porque al interesarme por estos temas tenía de qué hablar con ellos. Antes no sabía de qué hablar con los hombres, pero este tema también quedó resuelto.

Empecé a juntarme con chicos de mi edad y conforme iba estrechando la relación de amigos la atracción empezó a reducirse notablemente y al final pues terminó por desaparecer. Ya no es un tema que me preocupe, porque todo lo que tenía sin resolver en el pasado lo resolví haciendo la terapia, y fue algo más rápido de lo que pensaba. Mi terapia básicamente se puede resumir en los siguientes puntos, que también formaron parte de mi trabajo estudiarlos:

AVANCES EN LA PSICOTERAPIA: CLASIFICACIÓN DE LOS PUNTOS

1.-) PAPÁ:

- Perdón a papá: se han ido el odio y la rabia anteriores como consecuencia del perdón.

Antes veía a mi papá con los ojos de mi mamá, ahora lo veo objetivamente, lo que ha hecho posible que también vea las cosas buenas que hay en él. Todo concepto tiene su opuesto, por lo tanto, toda cualidad potencialmente negativa también conlleva adjunta otra cualidad potencialmente positiva.

He descubierto las cualidades positivas de mi papá: inteligente, deportista, trabajador, buen consejero, buen proveedor, generoso, protector, culto, buen conversador, cumplidor (si promete algo lo cumple), amistoso, precavido, simpático, puntual, justo, respetuoso con la gente, comprensivo, paciente, agradable, preocupado, compasivo, agradecido, educado, confiable, honesto, buen confidente.

- Identificación con papá: como consecuencia de todo lo anterior ha sido posible una mayor identificación con papá, en detrimento de una identificación con mamá. La identificación con papá o con mamá son inversamente proporcionales, al igual que lo son los pedales de un coche (cuando sube el embrague baja el acelerador y viceversa).

La identificación con papá ha hecho posible que vea cosas buenas que él tiene reflejadas en mí, y esto también ha surtido el mismo efecto de inversa forma, es decir, ir viendo cosas buenas que papá tiene reflejadas en mí ha hecho posible la identificación paulatina con él. Todo esto unido al punto anterior (perdón), ha desembocado en pasar más tiempo con él y poder así ir cubriendo poco a poco, aunque no con total plenitud, carencias afectivas paternas de la infancia. Esto también hará posible la integración con los pares.

- Intercambio de roles: antes mamá era la eficiente, la fuerte, la mandona, la buena y papá era el malo, el débil, el don nadie. Poco a poco los roles se invierten y veo a papá como papá y a mamá como mamá.

- Papá como confidente: conforme he ido pasando tiempo con papá se ha ido convirtiendo en mi confidente, ahora pido consejo a él y me da un punto de vista masculino, una perspectiva masculina, más práctica y directa.

2.-) MAMÁ:

- Desidentificación con mamá: conforme ha ido aumentando mi identificación con papá ha ido disminuyendo la identificación con mamá, como los pedales de un coche en el ejemplo explicado anteriormente. Aumento de un punto de vista masculino, detrimento de un punto de vista femenino.

Esto también ha hecho posible valorar más la parte racional que la emocional y poder actuar más prácticamente, pudiendo resolver poco a poco la ruleta sentimental diaria. Asimismo, pudiendo identificar cosas de mamá que antes había tomado como propias cuando en realidad no son más que acoplamientos y puntos de vista que se han ido integrando y tomando como propios con el paso del tiempo, pero sin pertenecer al verdadero Yo.

Mamá como mamá: antes mamá era confidente, ahora el confidente es papá. Trato justo con mamá para las cosas que son totalmente necesarias.

El punto de mamá prácticamente se ha resuelto solo conforme se ha ido trabajando el punto de papá. Pensé que sería más difícil pero, todo lo contrario, ha sido el más fácil y prácticamente se ha resuelto sólo.

3.-) DINÁMICA FAMILIAR:

- Jerarquía familiar: en la cadena primero está papá, luego mamá, luego el hermano mayor, y luego el hermano menor. Hay que saber qué puesto ocupa cada uno dentro de la jerarquía, de lo contrario puede surgir confusión que se toma como normal con el paso del tiempo.

- Mejor relación con el hermano mayor: también es un punto importante con la identificación masculina, pues al ser más próximo en edad que papá y del mismo sexo, también puede servir como un puente entre la identificación con papá y la integración con los pares.

Básicamente la terapia consistió en esto. Resueltos estos puntos la atracción cedió y con el tiempo desapareció. Mi relación con el sexo opuesto también ha mejorado notablemente. Me siento más seguro y más maduro. Me eché una novia al tiempo y todavía sigo con ella. No tiene nada que ver con la relación que tenía antes con las mujeres, ahora estoy completo y miro las cosas desde otro punto de vista. La terapia dio sus resultados y ese capítulo ya se cerró y sé que no volverá. Ahora podré disfrutar en el futuro de mi esposa totalmente y por ello estoy muy feliz".