

**ASSOCIAÇÃO JUNGUIANA DO BRASIL**  
**INSTITUTO JUNGUIANO DO RIO GRANDE DO SUL**

**HOMOSSEXUALIDADE E HOMOFOBIA INTERNALIZADA**

Rogério Mesquita

Monografia apresentada como requisito parcial  
para obtenção do título de Analista Junguiano  
pelo Instituto Junguiano do Rio Grande do Sul,  
da Associação Junguiana do Brasil.

Orientador: Gustavo Barcellos

Porto Alegre, 26 de novembro de 2010.

## Desejos e delírios

Eu e você frente a frente  
É o medo e o desejo  
É a desconfiança e a esperança  
É o grito e o silêncio  
É o gelo derretendo a não fogo

Eu e você frente a frente  
È ter sempre que me confrontar  
Encarar os meus erros e minhas razões  
Minhas verdades e a minhas ilusões  
Meu poder e minha impotência  
Minha liberdade e meus limites

Quando tou na sua frente  
Eu sinto toda a minha dor  
Mas só na sua frente eu posso sentir...  
Todo o meu...Amor.

Luiz A. Gasparetto

Dedico à Ana Beatriz, minha mãe.

## Agradecimentos

Inicialmente quero agradecer ao IJRS pela oportunidade de poder fazer parte de seu curso de formação. Sem essa oportunidade, não poderia ter estudado este tema que tanto me agrada.

As minhas colegas de turma pelos anos de troca e estudo, sem elas, não seria possível estar aqui.

As diferentes pessoas da minha família, pelas diferentes formas de ensinar e de respeitar as diferenças.

Ao Gustavo Barcellos por sua amizade e orientação ao longo destes anos.

Aos meus pacientes, pela oportunidade de compartilhar comigo suas histórias, dificuldades, alegrias.

A Alba pela cumplicidade durante todos estes anos.

Aos meus amigos, em especial ao Augusto, pelas horas, dias, noites, que não estive com eles para me dedicar a esta formação.

Ao Sérgio, pelo incentivo em momentos nos quais estava quase desanimando.

A Thiele pela ajuda de suas mãos e pelo seu pen-drive.

## RESUMO

A homossexualidade está presente desde as origens da humanidade, sendo diversamente admitida, interpretada e explicada. O presente trabalho pretende discutir as questões relativas à homofobia internalizada, suas causas e conseqüências no indivíduo. Inicialmente traço um breve histórico destas formas de caracterizar a homossexualidade, desde a Grécia Antiga até os dias de hoje. A intolerância ao homossexual fez surgir outro conceito o da homofobia, e conseqüentemente o conceito de homofobia internalizada, ou seja, a aversão a si mesmo. Para finalizar o trabalho optei em exemplificar estes conceitos com três casos clínicos que acredito serem comuns em qualquer consultório psicoterápico. Todos eles têm a mesma característica: em determinado momento de suas vidas aconteceu algum conflito com características bem particulares, pois, todos viviam em dois mundos diferentes e tendo um medo muito grande na possibilidade de interação destes dois mundos.

Palavras-Chaves: Homossexualidade, Homofobia, Internalizada, Desejo, Conflito.

## Abstract

Homosexuality has been present since the origins of humanity, being otherwise admitted, explained and interpreted. This paper discusses the issues of internalized homophobia, its causes and consequences on the individual. First trace a brief history of these ways of characterizing homosexuality from ancient Greece to the present day. The homosexual intolerance brought about the other concept of homophobia, and therefore the concept of internalized homophobia, or aversion to himself. I chose to complete the work in exemplifying these concepts with three case studies that I believe are common in any psychotherapeutic practice. They all have the same characteristic: at some point in their lives ran into conflict with very special characteristics, because they all lived in two different worlds and have a great fear of the possibility of interaction of these two worlds.

Key Words: Homosexuality, Homophobia, Internalized, Desire, Conflict

## Sumário

1. Introdução.....	07
2. Homossexualidade e homofobia .....	09
2.1. Breve História das definições da homossexualidade.....	09
2.2. Conceito de Homofobia .....	16
2.3. Homofobia internalizada .....	18
3. Exemplos Clínicos .....	21
3.1. Exemplo clínico 1 .....	21
3.2. Exemplo clínico 2 .....	24
3.3. Exemplo clínico 3 .....	25
4. Considerações Finais .....	28
5. Referências Bibliográficas .....	30

## 1. Introdução

Resolvi iniciar com a poesia da epígrafe como uma forma de ilustrar a questão que pretendo desenvolver no presente trabalho.

Esta poesia me fez refletir a respeito de qual tema o autor estava abordando, qual a questão central que ele estava expondo; o que me chamou a atenção inicialmente foi o nome da poesia: “**DESEJOS E DELÍRIOS**”.

Qual será esse desejo que é um delírio? Que desejo é esse que dá ao entender que só pode ser realizado delirando? O que é esse desejo?

Segundo Ferreira (2001) Desejo (p. 218) é: vontade de possuir algo, anseio, ambição. Delírio (p.207) Distúrbio mental caracterizado por idéias que contradizem a evidencia e são inacessíveis a critica. Exaltação de espírito, desvairamento.

Então, esse prazer só é possível quando não se está totalmente consciente. Que prazer é esse que não se pode ter sem que haja o delírio? Que impossibilidade é essa? Qual seria o impedimento desse delírio?

A poesia se inicia assim:

Eu e você frente a frente.  
É o medo e o desejo  
É a desconfiança e a esperança  
É o grito e o silêncio  
É o gelo derretendo a não fogo.

Duas pessoas em frente uma da outra. Parecendo estar congeladas, imóveis, sem saber o que fazer por alguma razão. Será medo? Medo de quê? Um medo desse desejo? Que desejo é esse que representa um perigo? Que risco é esse que impede de se avançar? Quais as consequências se uma das pessoas quebrar esse gelo? Junto com esse medo existe uma esperança, mas em quê? De gritar em silêncio? Que desejo é esse que não se pode gritar? E o que o autor quer dizer quando escreve: é o gelo derretendo a não fogo? O que seria essa força que derreteria o gelo?

Eu e você frente a frente  
É ter sempre que me confrontar  
Encarar meus erros e minhas razões as minhas verdades e minhas ilusões  
Meu poder e minha impotência  
Minha liberdade e meus limites

Acredito que aqui o autor apresenta o seu conflito maior, a briga entre o seu desejo e sua dificuldade em aceitar, ou reconhecer, esse desejo. Todo o conflito de sua razão com sua emoção, com o que ele aprendeu com seus sentimentos, seus desejos e seu prazer.

Creio que o autor está começando a reconhecer que ele não está tendo liberdade para vivenciar o que ele sente por essa pessoa.

E para finalizar o autor diz:

Quando eu tou na sua frente, eu sinto toda a minha dor

Que frase violenta, forte. Ao olhar a outra pessoa ele se depara novamente com seu conflito, com sua dor. Penso que esta pergunta é respondida com o final da poesia:

Mas só na sua frente eu posso sentir ..... todo o meu..... amor.

A dor de olhar o outro é também a de ter a sensação de todo o seu amor. A poesia apresenta sempre essas duas forças opostas de razão e ilusão, grito e silêncio poder e impotência...

Penso que o autor teve de sofrer todos esses conflitos para poder se dar conta de sua forma de amar o outro. Com tudo isso, imagino que o autor esteja falando de uma forma de amor não “convencional” um amor homossexual com todas as suas dificuldades e consequências.

Julgo que a dor à qual o autor se refere é a dor da homofobia internalizada e suas consequências.

E quando esse medo é sentido pela pessoa que está se descobrindo como gay? Quais as consequências desse medo? Que medo é esse que se volta contra si?

Na diversa literatura estudada, a homofobia internalizada, gera muitos sentimentos contraditórios.

O que é esse medo? Que sentimento é esse?

Este trabalho pretende discutir essas questões.



## 2. Homossexualidade e homofobia

### 2.1. Breve História das definições da homossexualidade

A homossexualidade está presente desde as origens da humanidade. Foi diversamente interpretada, admitida, explicada, sendo que nenhuma sociedade a ignorou.

No período da Grécia antiga, Platão (APUD: Guggenbühl 2004 p.66) foi um dos que abordou o assunto. Neste período, segundo Costa (1992 p. 46), as atitudes sexuais eram, sobretudo, referidas aos amores masculinos e tinham como modelo às relações pederásticas: o adulto (professor) mantinha relações com os adolescentes (alunos) com o intuito de passar seu saber para eles. Até os meados dos séculos V e IV a.C. a bissexualidade era tida como normal no mundo grego, um exemplo disto é quando um soldado ia para uma batalha, seu amante era colocado junto, com o intuito de aumentar a intimidade e inspirar um comportamento heróico.

Segundo Borrillo (2001 p. 49), o desconhecimento do termo homossexualidade nos mostra até que ponto a cultura clássica integrava esse tipo de prática. Amar um homem não representava uma opção fora do normal, era parte integrante da vida e, na maior parte do tempo, às experiências homossexuais alteravam-se com as heterossexuais.

No livro, O Banquete, escrito por volta do ano de 380 a.C., o personagem Sócrates assume uma posição de que “a homossexualidade é na verdade uma forma mais elevada de amor, não associado ao impulso de procriação e, portanto, mais pura e mais digna do homem” (APUD: Guggenbühl 2004 p. 66). Neste período, antes de Cristo, todos os relatos sobre o que hoje em dia identificamos como homossexualidade não estavam vinculados a uma ideia de segregação, de minoria, porém, de alguma forma faziam parte da sociedade.

Do que se tem notícia sobre a homossexualidade antes do século XIX estava sob o termo de *sodomita*, que abrange não somente o que hoje conhecemos por homossexual, mas também todos os atos sexuais prazerosos e não ligados à reprodução. Esses prazeres eram proibidos por motivos religiosos, vistos como um vício abominável, um dos maiores pecados do mundo do qual era melhor não falar ao povo.

Na Idade Média, a homossexualidade foi associada com heresia. Porém, certas leituras nos fazem perceber que enquanto fenômeno ela não surpreendia à sociedade. Na aldeia de Montailho, no final do século XII, a homossexualidade não era considerada algo extraordinário no ambiente urbano, clerical e relativamente elitista. Sua condenação se deveria ao fato de ser um prazer não útil à procriação. Nesta época, a Igreja Católica passou a condenar os prazeres sexuais não diretamente ligados à reprodução, e consequentemente, a perpetuação da espécie com a finalidade de aumentar seus seguidores. A atividade sexual como fonte de prazer era severamente restringida mesmo dentro do matrimônio, sendo a virgindade uma condição a ser mantida e a este como sendo o atributo maior que a pessoa poderia ter, sendo mais privilegiada do que o próprio casamento.

De 1348 ao ano de 1350 a peste negra matou mais de 1/3 da população européia e realimentou a velha hostilidade anti-homossexual. Neste momento, se desencadeou uma verdadeira caça aos sodomitas, que acabou levando centenas de homossexuais à fogueira. Neste contexto “A morte por fogo surge como uma forma específica e necessária para purificação, não somente do indivíduo do qual se queima a carne para salvar a alma, mas também a comunidade a que se extirpar o mal que a corrói por dentro (BORRILLO, 2001 p. 56)”

A partir do ano de 1730 foi-se diminuindo o uso da palavra sodomia e, no seu lugar, cada vez mais foi sendo incorporado o termo *pederastia* ou *infâmia*. Segundo Badinter (1993 p. 101): “A Sodomia é uma aberração temporária, uma confusão da natureza e nada mais”. Com essa frase, o autor descreve que a homossexualidade é uma anormalidade na qual não se chegou a um objetivo final, que é a heterossexualidade.

O termo homossexualidade, que significa “sexualidade semelhante” foi criado pelo médico húngaro Benkert, no ano de 1869, que tem o objetivo de nomear a sexualidade exercida por duas pessoas do mesmo sexo. Esta palavra é derivada da raiz grega “homo” que significa “semelhante” e pelo sufixo latino “sexus”, ou seja, “sexualidade”. Alguns pesquisadores da linguística apontaram para um erro gramatical na formação desta palavra, pois o autor juntou duas línguas diferentes para a composição grafológica, sendo que neste gesto já estaria introduzida uma semente do preconceito. Ao juntar duas etnias, deu-se espaço para que a palavra não fosse reconhecida como fazendo parte de nenhuma destas culturas. Com o surgimento deste

termo também se instaurou uma “doença psíquica” um mal social que revela a problemática de intolerância e discriminação até os dias de hoje.

Nesta mesma época, Benkert pediu para o Ministério da Justiça revisar seu entendimento sobre a criminalização da prática homossexual; as autoridades inglesas continuavam a executar em público pessoas apontadas como homossexuais, pois não aceitavam as ideias do referido médico e continuavam a criminalizar tais atos.

A partir da disseminação do termo homossexual no meio acadêmico, passou a conceber-se a ideia de que um sujeito teria uma história, com passado, presente e futuro. Assim, este indivíduo passou a ser não simplesmente um desviante cujos atos eram passíveis de julgamento e condenação. Com isso, tornou a ser reconhecido como um cidadão social. E ao mesmo tempo adquiriu a carga de se tornar ameaça para a família, a sociedade, passível de ser segregado, com a perspectiva da moral e dos valores.

Neste final de século XIX, os pesquisadores Ulrichs, Westphal, Ellis (APUD: Badinter, 1993 p.103) fizeram novos estudos, trazendo a ideia de que a homossexualidade era originária de uma anomalia congênita. No ano de 1882, Magnan e Charcot (APUD: Badinter, 1993 p.103) apontaram a ideia de “invertidos sexuais” e com isso a noção de doentes, pois, no final do século, nenhum homem poderia ser considerado sadio se não afirmasse sua identidade heterossexual dos pés a cabeça, mantendo-se a ideia de doença que Maurice Lever tinha escrito a mais de 150 anos antes.

Com todos esses estudos, a homossexualidade passou do campo da religião e da justiça para o campo da medicina, ou melhor, para a Psiquiatria. Em princípio, poderia se pensar que a medicina haveria de definir o fenômeno psíquico se abstendo de julgamentos morais, mas a psiquiatria a entendeu como uma perversão, deixando espaço para interpretações e julgamentos.

Freud foi o primeiro estudioso mais tolerante nas questões relativas aos prazeres sexuais. Sua teoria da bissexualidade originária defende o aspecto mais biológico e não patológico da homossexualidade. Em seu texto intitulado “Três ensaios sobre a sexualidade”, em 1905, manteve-se muito cauteloso em tentar responder quais as causas da homossexualidade, mas escreve que existem elementos arcaicos e mecanismos psíquicos ligados à escolha do objeto narcíseo mesmo que estes não sejam

suficientes para demarcar uma diferenciação entre homossexualidade e heterossexualidade.

ISAY (1998 p. 142) revela também que para conseguir uma maior aceitação na cultura americana, seus teóricos destituíram-na do seu enfoque inovador e revolucionário, reduzindo a clínica à adaptação, apontando, assim, as diferentes interpretações sofridas pela transmissão e difusão da psicanálise. A teoria da homossexualidade consolidada entre 1940 e 1980 como um desvio do desenvolvimento, acaba por não questionar esses preconceitos em favor de um interesse na aceitação da psicanálise, legitimando o preconceito social. Ainda, de acordo com o referido autor:

A posição clínica ainda sustentada por alguns psicanalistas e por outros médicos, de que os homossexuais têm uma orientação sexual ‘perversa’ passível de ser transformada é usada pelo direito político e congregações religiosas conservadoras para se opor aos esforços legais dos homossexuais no combate à discriminação que nos priva dos mesmos direitos civis dos heterossexuais. Se homossexuais podem se tornar 20 heterossexuais, como se argumenta, então que eles precisam de tratamento, e não de direitos iguais. O mesmo argumento é usado para se opor ao direito dos gays de se casarem. Contudo, subjacente à oposição a relacionamentos comprometidos entre gays e lésbicas está também a necessidade social de alimentar o preconceito sustentando que os homossexuais são diferentes, promíscuos, antifamília e anti-sociais.”(p. 155-156)

No ano de 1948 a sociedade americana sofreu um duro golpe provocado pelo pesquisador Kinsey quando da apresentação do seu relatório. Após anos de estudos ele chegou à conclusão de que existe um *continuum* hetero-homossexual, ou seja, os impulsos sexuais não são fixos e sim, existe uma fluidez de desejos desde o homossexual exclusivo até o heterossexual exclusivo. E neste intervalo é que se define o grau de homossexualidade ou heterossexualidade.

Freud e os primeiros analistas tinham conhecimento de que sua clínica não era imparcial. A progressiva atitude rígida da psicanálise para com a homossexualidade fica clara na lealdade com o ideal da família burguesa nuclear. Lewes sugere que o trauma histórico da II Guerra Mundial foi uma das causas que provocou a ideia posterior que a homossexualidade era patológica, reforçada pela crença de que quando se perdia alguma batalha era porque os homens que estavam no front não estavam em sua plena capacidade, imaginando que perderam sua potência masculina.

Para Lewes (2001 p.235), o divisor de águas na história da teoria psicanalítica da homossexualidade foi à correlação da homossexualidade com a perversão iniciada nos anos 1930. Apenas a genitalidade heterossexual era compreendida como o desenvolvimento saudável e natural. A teoria psicanalítica nessa ocasião foi

profundamente influenciada pelo desenvolvimento psicosssexual pré-edípico, a partir das contribuições de Melanie Klein. Ao se enfatizar as tendências orais na homossexualidade, de acordo com a teoria vigente ela passou a ser vista como correlata a paranoia e a perversão. Todos os homossexuais padeciam de relações objetais primitivas, funções do eu prejudicadas e superego falho. Essas afirmações não eram fundadas num modo disciplinado de observação, nem em bases teóricas claramente delineadas ou em dados de pesquisa. Ao invés disso, eram hipóteses não confirmadas que foram afirmadas como verdadeiras e difundidas.

Os homossexuais são vistos como defeituosos porque eles compartilhavam certas características psíquicas com as mulheres. Badinter (1993 p.104) refere que “o homossexual é um traidor da causa masculina”. Segundo Lewes (2001 p.326), o sistema de valores originários da psicanálise é masculino tendo em vista a importância do complexo de castração e seus efeitos psíquicos para ambos os sexos, onde a mulher é representada como inferior ao homem, mesmo que Freud negasse alguma intenção de desprezar a organização psíquica feminina.

Os elementos precursores da hostilidade aos gays e lésbicas provém de uma tradição judaico-cristã enquanto que para o pensamento pagão, a homossexualidade era considerada como um elemento constitutivo, inclusivo, indispensável para a vida do indivíduo (sobretudo do masculino). O cristianismo acentuou a hostilidade da lei judaica, colocando em seguida os atos homossexuais e, portanto, as pessoas que os cometem, não somente fora da salvação, mas também, e, sobretudo, fora da natureza. O cristianismo triunfante fez desta colocação fora da natureza o elemento precursor e capital da ideologia homofóbica. O homossexual é considerado como um doente passível de internação ou o perverso que acabaria seus dias em um campo de extermínio, uma vez que deixou de pertencer à espécie humana. Borrillo (2001 p. 46) Resume desta maneira: “A desumanização foi assim *conditio sine qua non* da infravalorização, da segregação e da eliminação dos marginais sexuais”.

Em 1973 a American Psychiatric Association (APA), ao fim de um longo e muito contestado debate interno, retirou a homossexualidade da lista de distúrbios mentais. Conforme Isay (1998 p.140) os psicanalistas foram os principais opositores da retirada da homossexualidade da lista de desordens mentais a fim de manter seu entendimento embasado na teoria do desenvolvimento da sexualidade.

ISAY (1998 p.142) menciona que até a metade dos anos 1980, uma grande parte dos psicanalistas se ancorava na antiga ideia de que a homossexualidade era uma perversão e que desde então não houve mudanças significativas na compreensão psicanalítica sobre a homossexualidade masculina. Acrescenta que essa visão estagnada facilitou a aceitação da psicanálise dentro da cultura americana predominante, pois “a teoria expressava o preconceito social da sociedade na qual os analistas haviam sido criados, treinados e profissionalizados e oferecia um motivo racional para impedir que *gays* e lésbicas fossem treinados nos institutos da Associação Americana de Psicanálise”.

A decisão da retirada da homossexualidade da lista de distúrbios mentais ocorreu em decorrência direta do movimento de liberação homossexual iniciado no final da década de 60 e início de 70. Até meados de 1980, a homossexualidade ainda era considerada uma “perversão tratável”.

Este movimento de liberação homossexual não se deu da noite para o dia. Foi marcado no ano de 1969 pelo motim de “Stonewall”, um bar onde *gays* e travestis se encontravam, na cidade de New York. Ali, houve um confronto violento entre a polícia e os frequentadores do bar. A partir deste evento, onde as atitudes da polícia foram condenadas pela opinião pública, foi institucionalizado o dia de 28 de junho como o “Dia do Orgulho Gay”, dia que lembra o fim do motim. Para celebrar este dia, no ano seguinte, foi realizada uma passeata em New York, com a intenção de exaltar o orgulho de ser homossexual. Logo, as passeatas se espalharam pelos Estados Unidos e pelo mundo.

O referido movimento desfraldou suas bandeiras, buscando mudar a conceitualização, tanto social, como individual, das relações homossexuais. A emergência da sexualidade foi assinada pela popularização da autodenominação “*gay*”, que sugere colorido, abertura e legitimidade. O termo *gay* traz a referência da alegria para um fenômeno que antes era visto como doença, sofrimento, vergonha, além de possuir uma conotação política importante. Citando Castañeda (2007):

A adoção deste termo representou um esforço para se afastar do modelo médico e constituir uma identidade baseada no orgulho da diferença. (p. 31)

Por outro lado, constrói um cinturão de identidade fechado demais, um *gay way of life* que tende ao gueto (lugares *gay*, revista *gay*, filme *gay* etc.) em resposta ao sentido fechado da cultura heterossexual machista.

Segundo Ferreira (2001 p. 357) a definição de gueto é: local onde certas minorias moravam por imposições econômicas e/ou sociais. Além de ser o nome dos bairros onde os judeus foram obrigados a morar quando seus países haviam sido invadidos durante o regime nazista da Segunda Guerra. Esses bairros eram muito povoados, não tendo higiene e, conseqüentemente, sendo um local de proliferação de doenças, um lugar a margem.

Ao se tomar o termo *gay*, corre-se o risco de se produzir uma valorização do narcisismo das pequenas diferenças que, na verdade, mantém a segregação. O termo *gay* e seu estilo de vida não são suficientemente abrangentes para caracterizar todos os homossexuais, já que existem homossexuais que não são *gays*, isto é, embora possuam uma escolha de objeto do mesmo sexo, não se identificam com a cultura *gay*.

Na perspectiva da Psicologia Analítica, Jung escreveu poucas vezes sobre a homossexualidade, e quando o fez, quase sempre era a fim de descrever um caso não tendo como objetivo o estudo da sexualidade do paciente.

Hopcke é o autor do livro Jung, Junguianos e a homossexualidade, sendo tal obra a principal referência ao estudo da homossexualidade com o entendimento da Psicologia Analítica. Jung (APUD: Hopcke, 1993 p.40) em seus escritos relata que não se pode avaliar positivamente ou negativamente o indivíduo unicamente tendo a sexualidade, ou melhor, a homossexualidade, como parâmetro. Para ele a “homossexualidade não passa de um fenômeno natural”. Com esse entendimento Jung retira a homossexualidade do campo da perversão, doença e dos julgamentos morais e a compreende como uma variação da forma de relacionar-se.

Na sua revisão bibliográfica Hopcke (1993 p. 139) escreve que nem Jung nem seus estudiosos posteriores foram capazes de compreender e explicar os mistérios que estão envolvidos na paixão de um homem por outro homem e de uma mulher por outra mulher. Esse seria um dos muitos mistérios do deus Eros a ser desvendado, compreender a razão pela qual uma pessoa ama outra independentemente do sexo das pessoas envolvidas.

Ao estudar a homossexualidade em diversos países sob a perspectiva transcultural, o sociólogo Frederick Whitam (APUD: Badinter 1993 p.106) chegou às seguintes conclusões:

1. Homossexuais existem em todas as sociedades.
2. A percentagem de homossexuais parece ser a mesma em todas as sociedades e mantém-se estável ao longo do tempo.
3. As normas sociais não impedem nem facilitam a emergência da orientação homossexual.
4. Subculturas homossexuais aparecem em todas as sociedades que tem uma população suficientemente grande para mostrar esta variação.
5. O comportamento homossexual e os homossexuais de diferentes sociedades tendem a ser parecidos.
6. Todas as sociedades produzem um *continuum* similar de homossexuais masculinos e femininos.

## 2.2. Conceito de Homofobia

Homofobia é um neologismo criado pelo psicólogo americano George Weinberg, em 1969, combinando as palavra grega *phobos* ("fobia"), com o prefixo *homo-*, com o objetivo de referir à palavra "homossexual". Phobos (grego) é medo em geral, Silva (2004p. 538) descreve medo como sendo originário do latim *meto*, que significa causador de cuidados, algo que nos coloca em alerta. Fobia seria assim um medo irracional de algo. Porém, "fobia" neste termo, é empregado não só como medo geral, mas também como aversão ou repulsa. Ao pensar sobre essas origens, podemos inferir que homofobia é um sinal de alerta à sexualidade semelhante – homossexual.

Também segundo Castañeda (2007 p.147) a palavra homofobia significa medo ou rejeição da homossexualidade. Esse medo pode parecer instintivo, como o medo do fogo, mas não é. Sua significação muda conforme a época e o lugar. Trata-se, portanto, de um fenômeno cultural e social. Tal fenômeno visa desprezar a homossexualidade.



A homofobia se manifesta no psiquismo em termos de um medo do feminino, um medo de ser *gay*. Na nossa cultura, os homens homossexuais são percebidos como as mulheres, vistos como “seres inferiores”, herança da teoria oitocentista da feminilização do homem homossexual que Freud absorveu em parte. Isso é ilustrado através das pesquisas sobre violência no Brasil, onde *gays* e os transgêneros (travestis e transexuais do sexo masculino) tem sido vítimas preferenciais da agressão física e verbal devido a sua orientação sexual. Essa agressividade dirigida aos homossexuais revela as dificuldades internas do agressor em aceitar sua predisposição, sua dificuldade em aceitar, lidar com o que não é masculino. Em outras palavras, mostra o quanto o agressor tem medo de lidar com o feminino em si mesmo.

A autora ainda descreve que a identidade homossexual, tal como a conhecemos, é uma produção do estigma social, cujo principal objetivo é tentar segregar o indivíduo homossexual com o objetivo de não necessitar refletir sobre o diferente. A homossexualidade desempenha o útil papel de contraste, sua imagem negativa desprezada pela sociedade faz com que a heterossexualidade se torne algo superior e desejável por alguns. A projeção homofóbica faz com que os homossexuais sejam sempre “os outros”. Assim, a homofobia “salva” o heterossexual da homossexualidade (p. 147). Constrói-se uma ideologia consistente para promover uma forma de sexualidade (heterossexual) em detrimento a outra (homossexual). Borrillo (2001, p. 36) reforça tal idéia da seguinte maneira: “homofobia organiza uma hierarquização das sexualidades e tira desta organização as conseqüências políticas”.

Segundo Mott (2003 p. 36), a homofobia é uma “epidemia nacional”. Ele refere que o Brasil esconde uma desconcertante realidade: “é o campeão mundial de assassinatos de homossexuais, sendo que, a cada três dias, um homossexual é barbaramente assassinado, vítima da homofobia”.

Porém, tal afirmação não implica necessariamente que as pessoas homossexuais sejam, efetivamente, um alvo preferencial quando comparados com o número de assassinatos no Brasil. Os dados indicam que de 1980 a 2007 foram assassinadas 2.647 pessoas identificadas como homossexuais, entretanto, o total destes casos no país foi de 800 mil pessoas. Segundo esses dados, temos uma média de 32 mil assassinatos por ano onde apenas 100 eram *gays*, tornando-se percentualmente um número não significativo. No entanto, ao analisarmos individualmente estes crimes, deparamo-nos com cenas

muito agressivas, levando-nos a crer que o componente da discriminação aumenta a brutalidade do crime.

Segundo o site Vidas Alternativas, os índices de homossexuais agredidos ou discriminados permanecem em patamares muito elevados. Nos anos de 2004 e 2005, o Grupo Arco-íris de conscientização homossexual da cidade do Rio de Janeiro, realizou pesquisa na Parada do Orgulho LGBT que revelou um preocupante quadro: 64.8% dos entrevistados já foram vítimas de discriminação por sua orientação sexual e referiram que 61.5% sofreram agressão física. Outras pesquisas realizadas no ano de 2006 nas Paradas do Orgulho LGBT nos estados de São Paulo e Pernambuco apresentaram resultados semelhantes: 69% sofreram discriminação e 62% dos entrevistados disseram que já teriam sofrido algum tipo de agressão.

Badinter (1993p. 118) descreve a homofobia como um sentimento que se liga a outros medos, e, em particular, o medo da igualdade dos sexos. Os homofóbicos são pessoas conservadoras, rígidas, favoráveis à manutenção dos papéis sexuais tradicionais. De fato a homofobia remete ao temor secreto dos próprios desejos homossexuais.

Borrillo (2001, p. 16-17) a homofobia é um fenômeno complicado e variado que se manifesta de diversas formas, desde as brincadeiras que ridicularizam o efeminado, até a vontade de exterminar o outro. Formas mais sutis de homofobia pregam uma certa tolerância aos gays e lésbicas, não fugindo da condição de atribuir um lugar marginal e silencioso, e de considerar como uma sexualidade incompleta ou secundária. Aceita na esfera íntima da vida privada, a homossexualidade tornou-se insuportável quando reivindicou publicamente a sua equivalência com a heterossexualidade.

### **2.3. Homofobia Internalizada**

Em relação à homofobia internalizada, de acordo com Castañeda (2007):

A maioria dos homossexuais na sociedade atual, mesmo que eles se aceitem como tais carregam em si um conflito existencial permanente. A homofobia internalizada não tem fim: ela ressurge sob diferentes formas ao longo do ciclo vital. Complica a percepção de que o homossexual tem de si mesmo e dos outros; colori todas as suas relações interpessoais, assim como o seu projeto de vida e sua visão de mundo. Constitui provavelmente a diferença subjetiva mais importante entre os homossexuais e os heterossexuais. (p. 143)

Acredito que essa diferença subjetiva está exemplificada na frase de Caio Fernando Abreu quando ele diz: *“Alguma coisa aconteceu comigo. Alguma coisa tão estranha que ainda não aprendi o jeito de falar sobre ela”*. Não sei a que o Autor estava se referindo; a sua homossexualidade, mas penso que essa frase diz as várias etapas que o homossexual enfrenta ao se dar conta de seus desejos, que depois do susto inicial tem que aprender a lidar e a falar sobre o tema até o ponto de poder aceitar-se como se é.

Borges (2009 p.33) em seu livro “Terapia Alternativa” lista quais as manifestações clínicas da homofobia internalizada: confusão mental, baixa autoestima, atitude hipercrítica em relação a si mesmo e aos outros, isolamento social, supressão generalizada da expressão de sentimentos, depressão crônica, autoabuso - por meio do álcool ou abuso de substâncias ilícitas, automutilação, exposição a situações de risco e tentativas de suicídio, ansiedade crônica, dificuldade generalizada de estabelecer limites, “atuação” por meio de adoção de estereótipos, “recusa” em assumir posições ou situações de liderança, atitudes supercompensatórias nas relações familiares, sociais e profissionais (quer ser o melhor em tudo), baixa imunidade, o que gera problemas de saúde, depreciação de outros *gays*, ou mesmo ataques verbais ou físicos a eles.

Nos filmes “hollywoodianos” em geral os *gays* aparecem como homens efeminados “queens” ou personagens risíveis, em contrapartida, nos filmes eróticos para homossexuais os protagonistas são homens mostrando a mais robusta virilidade e não deixam espaço para características de suavidade ou sutileza ficando esses aspectos cindidos.

Com a segmentação da sociedade e com o reconhecimento desta minoria surgiram vantagens e desvantagens para a população homossexual. O reconhecimento enquanto grupo, favoreceu o desenvolvimento de um sentimento de confiança e de aceitação, mas ao mesmo tempo, quanto mais homossexuais se tornaram visíveis, maior a constatação de novas formas de hostilidade.

Uma linha de pensamento mais nova em psicologia social vê a homossexualidade como uma variação natural da expressão sexual humana e considera os *gays*, indivíduos que desejam, “com um pé no prazer e outro na dor”, tendo que lidar

com o sentimento de culpa, medo e auto-rejeição. Essa vivência cindida de dor e prazer é o que todo *gay* busca resolver a fim de poder ser e se poder sentir, sem tantos medos.

Através dos tempos a comunidade homossexual se organizou, lutou, obteve conquistas, mas será que essas conquistas são libertadoras do preconceito? Da dificuldade em se aceitar como um homossexual? Como se sentir diferente, e ao mesmo tempo ter prazer nesta diferença? O que “fazer” com tudo que foi aprendido e internalizado de repúdio sobre um grupo, se, afinal de contas, isto te torna um dos repudiados?

Na clínica, com os pacientes homossexuais, os questionamentos que levam ao conflito gerado pela homofobia internalizada são um tema recorrente. Esta situação acaba gerando um grande impedimento à individuação. Hopcke (1993 p.69) escreve que a homofobia internalizada é o medo mais importante a ser desafiado e superado pelo homossexual, e que esse sentimento é o mais responsável pela incidência de doenças mentais entre os homossexuais do que os fatores inerentes da própria homossexualidade.

As pesquisas empíricas realizadas principalmente nos Estados Unidos e Inglaterra geraram uma linha de pensamento voltada ao público LGBT chamada de terapia afirmativa, que tem como objetivo ajudar as pessoas a se afirmarem como homossexuais.

O termo terapia afirmativa foi descrito por Malayon (APUD: Borges 2009) e descreve assim:

A Psicoterapia afirmativa gay não é um sistema independente de psicoterapia. Ela representa um conjunto especial de três conhecimentos psicológicos que questionam a visão tradicional de que o desejo homossexual e as orientações homossexuais fixas são patológicos. A psicoterapia afirmativa gay utiliza os métodos psicoterápicos tradicionais, mas de uma perspectiva não tradicional. Essa abordagem considera a homofobia, e não a homossexualidade em si, como a variável patológica mais importante para o desenvolvimento de certas condições sintomáticas encontradas em homossexuais. (p.21)

### 3. Exemplos Clínicos

Este capítulo tem por objetivo apresentar três casos da minha clínica, os quais acredito que são importantes exemplos das manifestações psíquicas da homofobia internalizada.

#### 3.1. Exemplo Clínico 1: Pedro Eduardo

Pedro Eduardo, 26 anos, nasceu na zona rural de uma cidade do interior de São Paulo, sendo fruto de uma união aonde a identidade do pai não foi revelada, tendo sido criado pelos avós maternos aos quais trata como pai e mãe. Morou com os mesmos até a idade de cursar o ensino médio. A partir deste momento, passou a morar com sua mãe biológica e o atual marido, com o qual ela teve mais duas filhas. Mudou-se para Porto Alegre para cursar a graduação por conta de ter ganhado uma bolsa de estudos.

Procurou terapia há um ano e meio com o objetivo de se conhecer melhor. No início de nossos encontros se apresentou como sendo *gay* e anunciou que toda sua família já sabia e o aceitava muito bem.

Descreve-se como um aluno estudioso e participativo, visando o reconhecimento de seus familiares pelo seu empenho nos estudos. Conta que sempre ficou muito frustrado, pois para seus familiares, que tem baixa escolaridade, nunca foram relevantes as notas que ele obtinha, e nunca tiveram nítida preocupação com as atividades escolares, nem estavam presentes nas reuniões de pais, entrega dos boletins e atividades extracurriculares.

Sua dedicação aos estudos continua até hoje, assim como seu discurso de que isso não é um problema, mas sim “um desejo de conhecer, uma sede de saber”. Ao relatar suas conversas com professores e amigos, Pedro Eduardo tem sempre a preocupação de se mostrar interessante, inteligente e cativante, sempre mostra uma grande preocupação em estar sempre bem informado, buscando conhecimento nas mais diversas áreas.

Em um de nossos encontros, chegou dizendo que queria contar um interessante sonho que transcrevo a seguir:

“Sonhei que chegava para o churrasco da turma e vi que estavam só os guris. Uns 50 à volta da churrasqueira. Fiquei deslocado e procurando as minhas duas amigas, que percebi que ainda não tinham chegado. Nesta procura, vi que na sala da casa tinha algum movimento, percebi que era uma TV ligada, fui lá olhar. Quando cheguei na porta, vi que estava passando um filme pornô gay. Queria entrar para ver o filme, mas fiquei com medo que meus colegas vissem que estava assistindo ao filme, e assim, fizessem alguma piadinha que não iria gostar. Foi quando eu vi que uma das meninas tinha chegado. Fui ao encontro dela e vi que tinha dois guris nus e excitados. Vi que tinha um clima entre eles, mas eles não se tocavam. Fui até a minha amiga e começamos a conversar como se não existisse os guris ou os caras nus e a TV com o filme”.

Quando perguntei o que mais tinha chamado a atenção dele no sonho, Pedro Eduardo me respondeu que ficou pensando no “porque que uma das amigas não tinha chegado”. O que isso queria dizer? Que feminino é este que não aparece? O que é isto que está escondido e não quer aparecer?

Pareceu-me assim, que houve uma rápida incorporação de algumas questões trabalhadas antes por nós, e que Pedro Eduardo as repete imaginando estar fazendo uma profunda reflexão, mas, na forma como é trazida por ele, me faz pensar que não passa de um clichê fazendo com que venhamos a perder o foco da questão principal proposta pela imagem do sonho, assim, a meu ver, é sintoma do conflito produzido pela homofobia internalizada. Ao se ater a esta amiga que não comparece, nos distanciamos de como refletir questões sobre seu desejo, seu sentimento, sua forma de se apresentar ao mundo e a seus colegas.

Penso que neste sonho há uma representação de sua homofobia internalizada. Logo no início, ao chegar à festa, Pedro Eduardo não se juntou aos colegas, mesmo sendo todos eles homens. E ele se sentiu acuado e não pertencendo a este grupo, não igual.

Ao chegar à entrada da casa, o limite entre o social (churrasqueira) e o íntimo (a sala da casa, no interior da residência) Pedro Eduardo não conseguiu atravessar este limite, ficando preocupado com a reprovação social de seus colegas, mesmo sabendo que os colegas sabiam da sua homossexualidade.

Pedro Eduardo ficou com um pé na dor e outro no prazer. Sua dificuldade em aceitar-se fez com que ele não fosse sentar no sofá e “aproveitar” o filme, e seu medo o

deixou em estado de alerta sem conseguir romper a barreira fictícia que se impôs. Permaneceu simplesmente espiando o filme, e, ao mesmo tempo, cuidando para ver se seus colegas não o pegavam vendo o filme, desconsiderando até o contexto compartilhado com a turma.

Transcrevo outra parte do sonho: “Foi quando eu vi que uma das meninas tinha chegado. Fui ao encontro dela e vi que tinha dois guris nus e excitados. Vi que tinha um clima entre eles, mas eles não se tocavam”. Que cena forte, dois homens nus, se desejando, mas ao mesmo tempo não podendo se tocar, se curtir. Que ferida profunda que congela os rapazes impedindo eles de demonstrarem a sua sexualidade e afetividade.

Esta passagem do sonho me faz lembrar o início da poesia da epígrafe:

Eu e você frente a frente.

É o medo e o desejo

É a desconfiança e a esperança

É o grito e o silêncio

É o gelo derretendo a não fogo.

Ao continuar o sonho, Pedro Eduardo não fez nenhum comentário a respeito do que estava se passando no ambiente que compartilhava: a festa, o filme e os dois homens nus imóveis numa atitude de se desejarem mutuamente.

Que dor profunda é representada nesta cena, pois mesmo desejando um ao outro e tendo conhecimento deste desejo e a liberdade de desejar, uma vez que o anfitrião da casa estava oferecendo um filme direcionado ao público *gay*.

Os personagens do sonho estavam imóveis e não podendo ser o que são (*gays*). Todo trabalho que realizo com Pedro Eduardo visa justamente focar esse impedimento na sua vida cotidiana, o que muitas vezes ele nega que exista.

Inicialmente fiquei intrigado, como ele, ao ficar tão preso a esta amiga que não apareceu, e que agora acredito que seja ela, sim, um meio de resolver seus conflitos. Essa representação de uma amiga que não comparece, e que penso ser a não existência do caminho entre seu consciente e seu inconsciente. Somente quando Pedro Eduardo tiver como integrar este aspecto, “que não aparece”, é que será possível dissolver sua cisão interna e consequentemente monitorar sua homofobia internalizada. Ao aceitar sua

alma como ela é: gay, Pedro Eduardo estará integrando-se e assim favorecendo sua individuação.

### 3.2. Exemplo Clínico 2: Zilda

Zilda, 32 anos, pós-graduada, procurou terapia há três anos dizendo que sua vida estava estagnada. É a mais velha entre três irmãos. Atualmente mora com os pais e o irmão mais novo.

Quando chegou à terapia, tinha acabado de pedir demissão de seu emprego com o objetivo de se dedicar a um concurso público dentro de sua área de formação, mas sem um cargo específico. Tornava-se dedicada, estudava em casa ou em alguma biblioteca pública. Seus resultados em concursos sempre foram muito ruins. Quando questionada sobre a possibilidade de ser uma profissional liberal, Zilda sempre dizia que era muito difícil e que não sabia se tinha condições para tal.

Depois de seis meses de acompanhamento Zilda revelou que tinha uma namorada há dois anos. Com esta confissão, fiquei sabendo também que sou a única pessoa em quem ela confiou para contar sobre sua namorada.

Logo após esta revelação, Zilda termina este relacionamento e entra num estado depressivo. Seus pais, preocupados, começaram a pressioná-la a fim de saber o que estava acontecendo e qual a razão de sua depressão.

Zilda disse que não saberia até quando iria resistir em não confessar aos seus pais. Mesmo sabendo que eles teriam uma grande aceitação, uma vez que sua namorada era frequentadora de sua casa e seus familiares a tratavam muito bem.

Em um de nossos encontros, Zilda chegou feliz dizendo que nos dias anteriores, de tanto seus familiares perguntarem a razão de sua tristeza e sua angustia, ela contara da sua opção sexual e o término de seu relacionamento. Para surpresa dela, todos seus familiares disseram que já sabiam de tudo aquilo e que ela não seria tratada de uma maneira diferente.

Atualmente Zilda abriu uma empresa como profissional liberal, tem uma nova namorada, mas se mantém sempre em casa. Recusa-se a sair com a namorada na rua com medo de alguém perguntar para ela quem é esta pessoa.



O que me chama atenção no caso de Zilda é justamente esta singularidade de seu medo. Seus familiares sabem, apóiam e cuidam de sua namorada, mas, ao pensar em apresentá-la aos seus amigos, vizinhos ou clientes, ela entra em pânico.

A representação de sua homofobia internalizada se dá justamente onde acreditamos que seja mais simples se assumir, com as pessoas mais distantes e com vínculos não tão próximos. No entanto, pessoas são a representação de seu medo maior.

Penso que Zilda, ao longo de sua vida, desenvolveu a “síndrome da boa moça”, criando uma falsa persona com o objetivo de assegurar o amor e a aprovação social. Justamente esta falsa persona é que impede a sua individuação, seu trabalho psíquico é justamente fortalecer seu ego e o reconhecimento de seus desejos a fim de romper esta falsa máscara, e assim poder deixar surgir uma persona mais “adequada a sua realidade”.

### 3.3 Exemplo clínico 3: Alexandre

Alexandre, 44 anos, pós-graduado, mora só desde antes de fazer 30 anos, sua família conheceu todos seus ex-namorados, tendo morado junto com um deles durante cinco anos. Apresentou-se como assumido, e a questão de sua identidade sexual parece ser bem resolvida.

Procurou terapia, pois estava se sentindo muito triste sem identificar a causa, já havia tido uma experiência anterior por alguns anos. Relatou que nos últimos anos teve algumas perdas importantes e relacionou essa tristeza a elas. Quando questionei sobre sua terapia anterior ele respondeu que fez durante muito tempo, quase 15 anos, e achou que sabia tudo sobre ele mesmo, mas como não conseguia lidar com sua tristeza resolveu procurar novamente uma terapia, com um ponto de vista diferente da sua ex-terapeuta.

Depois de algumas sessões, Alexandre me descreveu a seguinte situação:

“Minha turma de formatura irá se reencontrar para comemorar 20 anos de formados, e gostaria de ir, mas estou com medo e ansioso, pois alguns colegas nunca mais vi desde a formatura”. Não sabia me dizer o porquê, mas simplesmente que estava com medo.

Na sessão depois da festa ele trouxe o seguinte relato de sua experiência:

*“Estava com muita dificuldade em saber qual roupa colocar, tinha comprado algumas roupas pensando na festa, não conseguia decidir qual seria a melhor. Pensei qual era o motivo desta dificuldade. Quando sai de casa, atrasado, me peguei pensando; Será que as pessoas iriam lembrar-se de mim? Quem estaria lá? Será que iriam comentar algo sobre mim que não iria gostar? Neste momento fiquei muito angustiado e com muito medo”.*

*Quando finalmente começou a comemoração tive vontade de voltar correndo pra casa e me fechar no meu quarto. Todas essas emoções eram muito incoerentes, pois planejei e pensei que queria muito estar na festa. Quando finalmente começou, eu queria voltar correndo.*

*No decorrer da festa comecei a perceber que estava com muito medo das cobranças dos amigos e de que as pessoas não mais viessem falar comigo. Ao me dar conta de tudo isso senti um grande alívio, e, ao mesmo tempo, uma grande dor.*

*Alívio em decorrência do entendimento de porque queria sair correndo de lá. Essa vontade estava ligada a minha incapacidade, minha limitação de não ser “perfeito o tempo” todo para com o que eu achava que os meus amigos esperavam de mim.*

*Foi quando me dei conta que a festa já estava acontecendo há algum tempo e que todos os meus medos eram infundados, pois, tudo corria na mais absoluta normalidade. Toda a cobrança que sentia estava mais e mais sem sentido. Percebi que o meu maior temor era de não ser “aceito” pelos outros, por sentir não ser perfeito, de ter decepcionado eles. Dei-me conta de minha necessidade de me sentir perfeito, e de a minha cobrança de tentar esconder minhas fragilidades, e algo que era mais forte ainda, de tentar esconder uma parte de mim que eu mesmo reprovava, mas que ao mesmo tempo, era eu mesmo. Parece que tinha que compensar o erro de ser eu mesmo, de ser gay.*

*Foi então que tudo mudou. Vislumbrei a resposta que não queria ver, mas que estava em busca. Todos esses sentimentos eram reflexos do meu preconceito, o sentimento de repulsa a mim mesmo, de ter que compensar em atos e atitudes o “defeito” que carrego em mim. “Defeito” esse que já foi tão pensado, estudado, aberto, trabalhado. Sinto-me uma pessoa sem restrições quanto a minha sexualidade, e que todos os meus dilemas, medos, e pré-conceitos foram ao longo dos anos se desfazendo com a análise e a vida. Mas quando me imponho em ser “perfeito” sem “defeitos” hoje*

*me salta aos olhos a minha “compensação” de não o ser. A dor mais profunda que permanece sem cicatrizar.”*

Acredito que esse depoimento do Alexandre mostra muito nitidamente o quanto ele tem consciência de sua sexualidade, mas também mostra o quanto a homofobia internalizada é uma peste que a qualquer momento pode aparecer e ameaçar acabar com seu trabalho psíquico de muitos anos. Penso que essa sessão com o Alexandre me fez pensar o quanto essa ferida tem que ser monitorada diariamente e à menor distração pode se manifestar sem que se perceba.

Alexandre também reconheceu que sempre fez um esforço para ser o “bom menino”. Quando percebeu isso, seu entendimento de si, essa falsa persona ruiu. Alexandre está se re-descobrendo. Nossas sessões estão sempre muito voltadas a pensar em o que ele realmente gosta, e identificar quando ele está fazendo coisas exclusivamente para agradar alguém. Fala que se sente outra pessoa que nunca imaginou ser, agora sem as amarras de um preconceito que imaginava ter superado.

#### 4. Considerações Finais

Ao chegar ao fim deste trabalho, acredito que enfrentar, lidar a ferida da alma chamada de homofobia internalizada seja o grande trabalho psíquico que cada *gay* tenha que fazer ao longo de sua vida.

Penso que esses três casos descritos no trabalho são muito comuns em qualquer consultório psicoterápico, todos eles têm a mesma característica; em algum momento de suas vidas aconteceu um impedimento. Impedimento esse com características bem particulares, pois todos viviam em dois mundos diferentes e tinham um medo muito grande em poder interligá-los. Todos eles têm como principal trabalho psicoterápico deixar de ter um pé na dor e outro no prazer.

Para tal, poderíamos tomar algumas ideias da terapia afirmativa e construirmos uma psicologia junguiana afirmativa, usando as categorias da análise junguiana para afirmar a essência do indivíduo e com isso favorecer sua individuação.

Assim como o *gay* tem seu trabalho diário para combater seu conflito de alma, acredito que os analistas junguianos também deverão revisitar de suas ideias, crenças, pré-conceitos e opiniões pessoais com o objetivo de receber seus pacientes portadores desta ferida tão singular de uma maneira mais receptiva e acolhedora.

Gostaria de finalizar com este vídeo-blog:

<http://www.youtube.com/RyanJamesYezak#p/u/4/2EVeM1FVi9E>

Abaixo, segue a tradução de uma poesia:

Eu pessoalmente acredito que o melhor caminho para todos nós sentirmos a mudança é somente...

Ser, ser, ser  
Ser honesto  
Ser forte  
Ser esperto  
Ser pensativo  
Ter fé  
Ser verdadeiro  
Ser tímido  
Ser aventureiro  
Ser espontâneo  
Ser herói  
Ser cuidadoso

Ser jovem  
Ser livre  
Ser quieto  
Ser barulhento  
Ser ouvinte  
Ser ousado  
Ser assumido  
Ser tudo  
Ser generoso  
Ser corajoso  
Ser responsável  
Ser positivo  
Ser individual  
Ser comunitário  
Ser um  
Ser muitos  
Ser um time  
Ser mentor  
Ser amante  
Ser amigo  
Seja você mesmo  
Só assim você será diferente  
Não tenha medo  
Não fique assustado  
Não fique receoso  
Esteja sempre preparado  
Não seja estúpido  
Não seja covarde  
Seja feliz  
Seja sempre  
Seja agressivo  
Seja, seja agressivo  
Eu sou, sou, sou eu  
Você deveria ser, ser, ser você  
Seja único?  
Seja alguém  
Seja você mesmo  
Seja você  
Somente seja  
Seja a mudança.

Autor: Ryan James Yezak  
Tradução livre

## 5. Referências:

- BATINTER, Elisabeth. XY: sobre a identidade masculina. 2º ed . Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1993.
- BORGES, Klecius. Terapia afirmativa: uma introdução à psicologia e à psicoterapia dirigida a gays, lésbicas e bissexuais. São Paulo: GLS, 2009.
- BORRILLO, Daniel. Homofobia. Espanha: Edicions Bellaterra, 2001.
- CASTAÑEDA, Marina. A experiência homossexual: explicações e conselhos para os homossexuais, suas famílias e seus terapeutas. São Paulo: A Girafa Editora, 2007.
- COSTA, Jurandir Freire. A inocência e o vício: estudos sobre o homoerotismo. 2º ed. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1992.
- FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. Miniaurélio Século XXI: O minidicionário da língua portuguesa. 4º ed. Nova fronteira, 2001
- GUGGENBUHL-CRAIG, Adolf. Abuso do poder na psicoterapia e na medicina. Paulus, 2004.
- HOPCKE, Robert. Jung, junguianos e a Homossexualidade. 2º ed. São Paulo: Siciliana, 1993.
- ISAY, Richard A. Tornar-se gay: o caminho da auto-aceitação. São Paulo: Summus.
- LEWES, George Henry. Physical Basis Of Mind, The. WOZNIAK, Robert H (org.). Continuum Publishing, 2001.
- Lutar Contra a Homofobia. Disponível em <http://va.vidasalternativas.eu/?p=245>. Acesso em 03. ago.2010.
- MOTT, Luiz. Homossexualidade: mitos e verdades. Salvador: Grupo Gay da Bahia, 2003.
- SILVA, Deonísio da. De onde vem as palavras. 14º ed. São Paulo: Girafa, 2004.
- WEINBERG, George. Homophobia. Disponível em <http://en.wikipedia.org/wiki/Homophobia>. Acesso em 25. set.2010.