

# AMOR Y DEPENDENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Manuel Villegas Besora  
Universitat de Barcelona  
mvillegas@ub.edu

*This article studies emotional dependency in the context of the couple relationship. The vicissitudes in the negotiation of the parameters in which couples are formed, that is symmetry and complementarity, are considered enough to explain the phenomenon of emotional dependency, regardless of other predisposing personal, social or cultural factors.*

*Key words: dependency, couple relationship, symmetry, complementarity, love, moral development, psychotherapy.*

---

*“Ser capaz de entregarse total y completamente constituye el lujo más grande que la vida proporciona. El amor auténtico sólo empieza en este punto de disolución. La vida personal se basa totalmente en la dependencia, en la dependencia mutua”*  
(Henry Miller)

## INTRODUCCIÓN

Frecuentemente se le reconoce a la experiencia amorosa un poder transformador rayano en la locura, por el que las personas sienten perder sus límites o su identidad y entrar en un estado fusional semejante a la disolución de sí mismo. Esta experiencia la refieren los enamorados, de igual manera que los místicos, como una sensación de éxtasis que predispone al abandono y entrega total, como se deduce de la cita de Henry Miller con la que encabezamos este escrito.

Sobre la disolución inicial de las fronteras individuales, producida por la fuerza del enamoramiento, se construye la posibilidad de una vinculación más fuerte que la que originariamente unía el niño a sus padres. “Dejarán el hombre y la mujer a su padre y a su madre y se unirán los dos en una sola carne”, recuerda la liturgia del matrimonio citando las primeras páginas del Génesis (II, 24). Esta nueva entidad, producto de la fusión amorosa, constituye la pareja.

La ventaja evolutiva de esta pulsión está evidentemente relacionada con la posibilidad de establecer las condiciones para continuar la función procreadora de la especie, dotando a dos individuos de la atracción suficiente como para unirse de un modo más o menos duradero, adecuado a este fin. Está claro que para la consecución de los fines procreadores bastaría con una unión sexual esporádica, pero la complejidad de la crianza ha llevado a los humanos a buscar formas más complejas de relación para asegurar el proceso y el suministro continuado del sustento necesario: alimento, cobijo, protección.

Estos objetivos, sin embargo, se pueden conseguir de formas muy variadas, tal como demuestran las distintas modalidades de organización familiar descritas por los estudios antropológicos. En consecuencia, para asegurar la continuidad de la función procreadora bastaría con el impulso y la atracción sexuales, no siendo necesaria para ello una experiencia tan extraordinariamente devastadora como el enamoramiento. De hecho, los animales no se enamoran; entran y salen de periodos de celo de forma autorregulada, estableciendo uniones más o menos sólidas, estables o pasajeras según las especies, pero sin experimentar la pasión del amor, aunque a veces la lucha por conseguir la preferencia de las hembras pueda implicar auténticas batallas. A este comportamiento, sin embargo, no le podemos llamar amor si no es por analogía antropomórfica: carece de los sentimientos y de las proyecciones que los humanos depositamos en él. Sólo el ser humano se rinde a la seducción de Eros.

## 1.- EL AMOR

### Las funciones del amor

Entonces, ¿qué es lo que lleva a los seres humanos a enamorarse? Posiblemente el hecho de que el amor cumple diversas funciones simultáneamente, mucho más allá de las estrictamente previstas por la naturaleza. Algunas se hallan claramente inscritas en ella, como la continuidad de la especie; otras se sitúan a caballo entre las expectativas naturales y las sociales, como la consecución de prestigio, belleza, fama, poder, dominio y seguridad, valores que a su vez representan un reclamo o atractivo para posibles parejas; otras se ven afectadas por condiciones ambientales o circunstanciales más o menos pasajeras o estables; otras, finalmente, se remiten a características personales, expectativas y fantasías que sólo pueden entenderse en una perspectiva simbólica e idiosincrásica, como dice Punset (2007) “*De algún modo te enamoras de una invención de tu cerebro*”.

Entre estas diversas funciones están, por ejemplo, las modalidades que algunos psicólogos sociales (Hendrick & Hendrick, 1986; Lee, 1973), han descrito sobre la manera de concebir la relación amorosa:

- *eros*, basada en la atracción física, la intensidad emocional y la relación apasionada;
- *ludus*, orientada a la diversión, la promiscuidad y diversificación de las

experiencias;

- *storge*, fundamentada en la amistad y la lealtad;
- *pragma*, planteada en base a la conveniencia referida a todos los aspectos de la vida;
- *mania*, obsesionada por la dependencia hacia el amante;
- *agape*, centrada en la felicidad y el bienestar de la persona amada.

Desde una perspectiva más intimista el profesor de Psicología en la Universidad de Yale, Robert Sternberg (1989, 2002), propone una visión triangular de los componentes del amor, cuyos tres lados serían:

- Pasión: activación neurofisiológica o emocional que lleva al romance, la atracción física y la interacción sexual.
- Intimidad: sentimiento de cercanía que obtiene una pareja que se atreve a asumir el riesgo mutuo de mostrar sus sentimientos y pensamientos más íntimos.
- Compromiso: decisión de amar a alguien (al principio) y a mantener (después) una relación que se está desarrollando.

La combinación de estos tres factores da lugar a siete distintos tipos de amor, que pueden ir cambiando a lo largo de la relación:

- Amistad: compuesto de intimidad sin compromiso ni pasión.
- Enamoramamiento: basado predominantemente en la experiencia pasional.
- Amor vacío: caracterizado por un compromiso sin pasión ni intimidad, por ejemplo, “para mantener las apariencias” o “por el bien de los hijos”.
- Amor de compañeros: construido en base a la intimidad y el compromiso, pero sin pasión, típico de parejas que llevan juntas mucho tiempo y conviven armoniosamente.
- Amor ilusorio: mezcla de pasión y compromiso, pero sin ninguna intimidad ni conocimiento mutuo.
- Amor romántico: compuesto de pasión e intimidad, en ausencia de compromiso.
- Amor consumado: combinación de los tres componentes de pasión, intimidad y compromiso.

Sin embargo, la razón por la cual los seres humanos proyectamos tantas expectativas en el amor no parece poder agotarse con ninguna de las categorías anteriores, ni siquiera, tal vez, con la suma de todas ellas como en el caso del amor consumado de Sternberg. Debe haber algún motivo más profundo por el cual se le otorga al amor la capacidad de producir no sólo el placer momentáneo, asociado al orgasmo sexual, o a la satisfacción del “gen egoísta” (Dawkins, 1993), como postula la sociobiología, según la propuesta de Wilson (1975), sino la felicidad, entendida como un estado de plenitud y goce indefinible. El paroxismo atribuido al poder del amor es tan elevado que en su máxima expresión se ve llevado a los límites de la pérdida de la razón:

*“Per amor venne in furore e matto, l’uom che sì saggio era prima stimato”*  
 (“Por amor cayó en la insania y la locura, aquel hombre que antes tan sabio era considerado”)

dice el Ariosto.

En su ensayo sobre el amor y la muerte, Schopenhauer (1788-1860) se pregunta por el motivo de esta locura o engaño a la que se ve sometido el ser humano que no es otra que el predominio de los objetivos de la especie sobre los del individuo (tesis idéntica a la del “gen egoísta”, donde los intereses del gen por reproducirse se sobreponen a los del individuo). Para alcanzar este fin, dice el filósofo en un texto que se inscribe en la tradición que concibe el amor como ciego:

*“es preciso que la naturaleza embauque al individuo con alguna artimaña, en virtud de la cual vea, iluso, su propia ventura en lo que en realidad sólo es el bien de la especie; el individuo se hace así esclavo inconsciente de la naturaleza en el momento en que sólo cree obedecer a sus propios deseos. Una pura quimera, al punto desvanecida, flota ante sus ojos y le hace obrar. Esta ilusión no es más que el instinto. En la mayoría de los casos representa el sentido de la especie, los intereses de la especie ante la voluntad. **Pero como aquí la voluntad se ha hecho individual, debe ser engañada**, de tal suerte que perciba por el sentido del individuo los propósitos que sobre ella tiene el sentido de la especie...”*

Subyace, por otra parte, a la idea del amor, el anhelo de la disolución en la muerte, cuya expresión culminante se encuentra en los versos místicos de Teresa de Ávila (1515-1582):

*“Vivo sin vivir en mí,  
y tan alta vida espero,  
que muero porque no muero”.*

o la fantasía de un poder destructor, “*mourir d’amour*”, característica de innumerables obras literarias pertenecientes a los más diversos géneros, que impulsó Freud (1920, 1923) a emparejar Eros y Thanatos. Esta complementariedad entre amor y muerte se constata abundantemente en el mundo animal, donde con frecuencia los machos mueren después de la copulación o durante ella, a veces devorados por la hembra, como la Mantis religiosa, la cual mientras copula devora la cabeza del macho provocando en él espasmos de muerte que contribuyen a potenciar la cópula. (No en vano al orgasmo consecutivo a la eyaculación se le ha llamado la “pequeña muerte”). De acuerdo con Freud (1923):

*“Esto explica la semejanza entre la muerte y la situación que sigue a la completa satisfacción sexual, así como el hecho que la muerte coincide con la copulación de los animales más pequeños. Estas criaturas mueren en el acto de la reproducción en cuanto, una vez satisfechos los impulsos eróticos, el instinto de muerte tiene el campo libre para realizar sus objetivos”*

Está claro que la reproducción sexual está relacionada con la supervivencia de la especie y, por tanto, constituye el opuesto de su muerte o desaparición, por lo que todos los individuos de la misma se someten al imperio de sus instintos al precio que sea, con tal de asegurar su continuidad a través de la procreación.

Pero en el ser humano esta tendencia está individualizada gracias a la aparición de la conciencia, por lo que admite no sólo variedades o modalidades diversas de las previstas por la naturaleza (como las prácticas intencionadamente estériles, preventivas o abortivas, de la actividad sexual), sino que la dinámica o dialéctica nacimiento-muerte adquiere en el ser humano una trascendencia dramática o mítica, por la que el ímpetu de Eros se convierte en un desafío a Thanatos. La dimensión pasional erótica representa para el género humano un desafío a la mortalidad, generando una ilusión de inmortalidad que tiene que ver no sólo con la perpetuación a través de la descendencia, sino con la propia unión amorosa, por la que la angustia existencial de muerte parece diluirse en la fusión de los cuerpos y las almas. La ausencia de la conciencia de muerte hace que las relaciones sexuales de los animales o las aventuras amorosas de los dioses del Olimpo carezcan de pasión o dramatismo. Sólo cuando Zeus se acuesta con una mujer mortal, como Ío o Leda, la historia adquiere una dimensión trascendente. El amor es el producto del encuentro fecundo entre mortalidad e inmortalidad, entre dioses y humanos. Y ésta, como dice Rollo May (1969), es la razón por la que Eros es descrito como un “*daimon*”, es decir como un ser a medio camino entre los dioses y los hombres, que participa de la naturaleza de ambos. Por ello la práctica sexual, desprovista de erotismo, tal como en la prostitución o la pornografía, se vuelve algo vacío, carente de significado, aburrido y mecánico o, inversamente, compulsivo y adictivo.

Igualmente, el miedo a no poder controlar la pasión o a ser devorados por la dialéctica entre amor y muerte, puede ser lo que lleva a algunas personas, como la paciente del siguiente fragmento, Ana (A), mujer de 54 años, a protegerse del erotismo:

T.: *¿Enamorada, estabas?*

A.: *No, (silencio) quizá esto también sea eso que llevo dentro... (con referencia a la tristeza), nunca me he dejado, no me he dado la oportunidad de enamorarme, eso; no sé porqué, no sé...*

T.: *Parece que no te lo has permitido.*

A.: *No, no me lo he permitido.*

T.: *¿Qué implicaba enamorarse?*

A.: *Pues no lo sé, no lo sé que implicaba. Sí implicaba algo, sí, pues si yo me hubiese enamorado, hubiese sido algo que no hubiera podido controlar. Demasiado, hubiera sido demasiado y me podrían haber hecho mucho daño, entonces... he preferido dejarme querer... he querido querer a quien me quisiera. Pero claro, ésa no soy yo... Ya te digo que es algo muy fuerte, todo en mi vida es muy fuerte; yo por unos ideales he hecho de todo...*

*Y a la persona de la que me habría podido enamorar no me he acercado...  
No; creo que me he acercado a personas serias, que no supiesen tratar a  
la mujer.*

### **La naturaleza del amor**

Sin embargo, como queda dicho, a este poder destructor, que por una parte nos atrae y que por otra tememos, se le otorga, paradójicamente, una virtud sanadora o reparadora de carácter ontológico: a través del binomio *eros-thanatos* encuentra el individuo humano su plenitud o complemento en la fusión amorosa, de modo que la propia angustia de muerte desaparece con ella, puesto que el enamorado identifica ésta última como el grado máximo de disolución en el otro, a través de la cual se crea la ilusión de trascendencia del propio ser que llamamos felicidad. ¿Significa eso que el ser humano es por naturaleza incompleto, que necesita del otro para llegar a ser ontológicamente? Esta es una pregunta de gran calado, puesto que de su real o ilusoria respuesta depende en gran parte la dependencia afectiva o, al menos, su justificación psicológica.

### **La experiencia escindida**

La palabra individuo significa, literalmente, no dividido; en consecuencia, entero, completo. Sin embargo, la experiencia subjetiva de los humanos contradice este supuesto: en su dimensión más íntima el individuo humano se siente incompleto y profundamente solo. La experiencia fenomenológica de esta condición se percibe como un anhelo permanente de plenitud al que llamamos vacío o angustia existencial. La vivencia de este anhelo se va fraguando tanto a nivel filogenético (en la historia de la especie) como ontogenético (en la historia del individuo) a medida que va aumentando en el ser humano la conciencia de estar “arrojado” en el mundo, desnudo, necesitado y carente de todo frente a otros seres, naturales o sobrenaturales, los cuales, real o imaginariamente se piensa que pueden colmar este vacío, lo que les convierte en objeto de apetencia, deseo o adoración.

El mito del paraíso terrenal parece responder a esta fantasía: la de un lugar en el mundo, protegido de cualquier peligro, donde la satisfacción de todas las necesidades y de todos los placeres está garantizada. La abundancia de alimentos, el clima agradable, la vegetación exuberante, la extrema belleza de los prados poblados de flores o frutales que crecen al lado de riachuelos de aguas sonoras y cristalinas, las lluvias refrescantes del atardecer, la armonía del cielo estrellado de las noches templadas y acogedoras, la cálida unión de dos cuerpos eternamente jóvenes amorosamente entrelazados, constituyen el escenario donde se desarrolla plácidamente la existencia de Adán y Eva. La sensación de plenitud es total. Aparentemente no existe en su entorno ninguna amenaza que pueda perturbar esta paz paradisiaca, basada en la fusión con la naturaleza.

No existe en su entorno, pero sí en su interior en forma de curiosidad, de anhelo

de saber, de incitación a ir más allá, de ambición de trascender, de desafío a ser como dioses. Ésta será la tentación que ladinamente susurrará la serpiente a sus oídos, dispuestos a dejarse seducir por sus propios anhelos y ambiciones. El castigo por comer del árbol prohibido será la aparición de la conciencia de muerte, la sensación de soledad y extrañamiento del mundo, la experiencia del vacío y de la angustia. La primera sensación de Adán y Eva después de morder el fruto del árbol de la ciencia del bien y del mal será la de andar desnudos, la de carecer de todo bien y tener que procurárselo con dolor y sudor, la de haber roto el encanto de la fusión primigenia con la naturaleza. La restauración de esta unión primordial será el objetivo que con mayor o menor acierto propondrán todas las religiones, al intentar re-ligar lo natural o lo sobrenatural con lo humano.

En realidad, la expulsión del paraíso no constituye un castigo por desobedecer a Dios, sino una consecuencia inherente al aumento de conciencia. En este punto la especie humana se separa de la animal. Este es el verdadero pecado de origen de la humanidad, ligado a la formación de una conciencia de finitud, de la que Dios quería protegerla con su prohibición. Pero precisamente en la trasgresión de la prohibición divina experimenta el ser humano su trascendencia, se realiza como tal. A partir de ahora el ser humano empieza a existir, a diferenciarse del mundo que le rodea: ha sido arrojado del paraíso al mundo, se ha roto la vinculación intrínseca del hombre con la naturaleza, se ha producido una escisión, donde a la experiencia de plenitud originaria le sucede la de carencia y necesidad, a la satisfacción plena y constante le sigue el deseo imposible de saciar. El individuo humano se experimenta incompleto y se afana por colmar este vacío intentando reinstaurar la conciencia de plenitud.

En este contexto surgen las ambiciones de riqueza o de poder, o la búsqueda de reconocimiento social, como intentos de colmar carencias ontológicas. Pero ninguna de estas consecuciones tiene la capacidad de devolver al individuo humano la conciencia de plenitud, que llamamos felicidad. Todas encierran en sí la amenaza de la infelicidad: la riqueza puede diluirse con los avatares de la economía, las oscilaciones de la bolsa o el fracaso de los negocios; el poder nos puede ser fácilmente arrebatado por oponentes más poderosos o influyentes que nosotros; el tesoro de la fama puede dilapidarse fácilmente sometido a injurias y calumnias de quienes nos odian o envidian.

### **La fantasía de la plenitud originaria: el mito del andrógino**

El poder de restaurar el mito de la plenitud originaria ha sido reservado a Eros, el único fuego capaz de fundir el espíritu humano con la totalidad, de borrar los límites de la conciencia de finitud, de reabrir las puertas del paraíso. Bajo sus efectos desaparece el temor a la muerte, a la carencia, al dolor, al desamparo. Eros nos vuelve a la experiencia del estado fusional primigenio.

El mito de la fusión de los amantes encuentra su antecedente filosófico literario

en el Diálogo de Platón, titulado el Banquete. Entre los diversos comensales que comparten con Sócrates la mesa, invitados a loar a Eros, se encuentra Aristófanes, el cual basa su discurso en el mito del andrógino. En resumen el discurso de Aristófanes se desarrolla de la siguiente manera:

*“Primero, la raza humana constaba de tres géneros, y no de dos como hoy, macho y hembra; había también un tercer género, común de ambos y cuyo nombre queda, aunque él haya desaparecido: el género andrógino se realizaba entonces en unidades concretas que participaban de los otros dos -el masculino y el femenino- no sólo por el nombre, sino también por su forma... Eran su fuerza y robustez terribles y muy ambiciosos sus pensamientos, de modo que levantaron la mano a los dioses y emprendieron la escalada del cielo para sobreponerse a ellos.*

Zeus y los demás dioses celebraron consejo sobre lo que debía hacerse y se encontraban con dificultades: no querían matarlos... ni soportar su soberbia. Por último Zeus que había meditado profundamente, dijo: “Me parece que tengo un procedimiento para que siga habiendo hombres y cesen en su desobediencia: debilitarlos. Los cortaré a todos por la mitad y así, al mismo tiempo, serán más débiles y más beneficiosos para nosotros, puesto que aumentarán en número”...

Dividida así la naturaleza humana, cada uno se reunía ansiosamente con su mitad. Abrazados, entrelazados, deseando fundirse en una sola naturaleza, morían de hambre y de inacción, porque no querían hacer nada por separado. Y cuando una de las partes moría quedando la otra en vida, ésta buscaba otra mitad cualquiera y la abrazaba... Desde entonces, pues, es el amor recíproco connatural a los hombres, el amor que restituye al antiguo ser, ocupado en hacer de dos uno y en sanar la naturaleza humana.

*Cuando alguien tropieza con su propia mitad queda sujeto a un maravilloso asombro hecho de amistad, confianza y amor, y ninguna de las mitades quiere entonces ser de nuevo dividida ni por corto tiempo... Si Hefaiсто (Vulcano en la versión latina) se les apareciera mientras yacen juntos y les preguntara con sus herramientas en la mano: “¿Qué es lo que queréis que suceda en vuestra unión? ¿No deseáis haceros uno de modo que ni de noche ni de día podáis separaros?”, estamos seguros de que ninguno rehusaría ni podría manifestar otro deseo: coincidir y componerse con el amado para formar los dos juntos una unidad. La causa es que nuestra antigua naturaleza era tal como queda dicho y nosotros éramos seres plenos.*

*Al deseo y persecución de la plenitud se llama amor... Afirmo pues que nuestra raza humana sería feliz si cada uno encontrara a su propio amado y volviera así a su originaria naturaleza... El Amor es quien nos otorga en nuestro estado presente las mayores gracias, conduciéndonos a lo que nos*

*es propio y es también quien nos depara mayores esperanzas para el futuro, pues él nos restablece en nuestro antiguo ser, nos sana, nos hace bienaventurados y felices”.*

### **El nacimiento de Eros: la dialéctica plenitud - carencia**

Cuando Sócrates se decide a tomar su turno en “el Banquete”, el diálogo imaginado por Platón, celebrado en honor de Eros, después de las intervenciones de Fedro, Pausanias, Erixímaco, el médico, y los poetas Aristófanes y Agatón, no empieza elogiando el amor, sino que se remite a la historia del nacimiento de Eros, según le fue relatada por la sacerdotisa Diótima.

*“El día que nació Afrodita, cuenta Diótima, los dioses celebraron un banquete. Al acabar éste, Penia, es decir pobreza, se presentó para mendigar. Vio entonces en el jardín de Zeus a Poros, es decir ingenio, riqueza o recursos, embriagado por el néctar y adormecido. Buscando poner remedio a su indigencia, Penia decidió tener un hijo con Poros y, echándose a su lado, concibió a Eros”.*

Nacido de la pobreza, la carencia, la necesidad o el déficit, Eros busca saciarse de riqueza, belleza o poder. De este modo, Eros es el demonio del deseo, que busca afanosamente aquello de lo que carece y que al en-amorarse cree descubrir en el otro el objeto que ha de colmar su indigencia. Le guía, por tanto, una ambición egoísta y narcisista. Egoísta por cuanto, como hijo de Penia, intenta colmar sus carencias; narcisista, por cuanto al poner en marcha, como hijo de Poros, su ingenio, su astucia y sus recursos descubre lo mejor de sí mismo.

Eros, pues, nace de la necesidad y el recurso, pero carece de plenitud, es ontológicamente privación. En consecuencia no puede ser saciado nunca plenamente, puesto que se extinguiría en el mismo acto de colmarse, dejaría de ser deseo. Pertenece a la dinámica del deseo el anhelo constante, la apetencia insaciable. Independientemente de cuál sea el objeto de su amor, se empeña siempre en su consecución, sin nunca alcanzarlo plenamente; por eso sólo es verificable en el mundo de la fantasía, como queda plasmado en la continuación del diálogo de la paciente, cuya transcripción hemos iniciado más arriba:

T.: *Y ¿cómo quisieras que te amaran?*

A.: *A ver, ¿cómo a mi me gustaría que me amasen? No, lo que yo no quería es enamorarse, porque cómo podría yo amar a esa persona. Aunque hubiese sido fantástico que me hubiesen querido como yo podría querer.*

T.: *Como tú podrías querer.*

A.: *Cómo yo podría querer, pero claro, no me valía que ellos me amasen, como yo hubiese podido querer, si yo no quería, no hubiese valido, claro... Si a mi me dan mucho cariño, pero si yo no siento hacia la persona lo mismo, pues eso a mi no me llena. Si yo hubiese podido encontrar una persona capaz de amar... con un poco de sentimiento... y yo hubiese amado*

*como yo sé amar pues eso hubiera sido un desmadre* (risas).

T.: *¡Sería un desmadre!* (ríe)

A.: *Sí: y si la persona no me hubiese amado.., pero ¡bueno, qué conversación...!*

T.: *Ah, pero lo sientes.*

A.: *Sí que lo siento.*

T.: *Tienes todavía una resonancia, como si fueras un arpa, tocan una cuerda y suena.*

A.: *Sí, pero eso ya lo doy por perdido, yo sé que me moriré y ahí estaré. Yo me llevaré esto, aquí es el único sitio donde lo he explicado, mi secreto está aquí algo que llevaba conmigo yo ya estaba decidida a morirme con eso y ahora ha salido.*

T.: *Tú al principio tenías el planteamiento de no dejarte enamorar.*

A.: *Sí, por eso digo, es como si estuviera viviendo una segunda vida ¿No?*

T.: *Esta vida sí que la viviste, cuando eras joven, en fantasía.*

A.: *En sueños, sí.*

T.: *Tú te has enamorado de una fantasía.*

A.: *¿De una fantasía me he enamorado? Pues..., sí.*

T.: *Y esa fantasía, tienes miedo de llevarla a la práctica, porque si la llevaras a la práctica el cuento se hubiera terminado.*

A.: *Pues sí. Además mi fantasía siempre tenía un final.*

T.: *¿Cómo era el final?*

A.: *No era un final feliz. Era un final, que yo no quería.*

T.: *¿Qué final querías?*

A.: *Yo en mi fantasía, que no hubiera final ¿por qué tenía que haber un final?*

T.: *¿Tú no querías que hubiese un final?*

A.: *No.*

T.: *Así cualquier final es infeliz porque no tiene por qué haber final.*

A.: *Mis fantasías de amor yo las contaba a mis amigas y siempre terminaban, y yo no quería que terminaran y terminaban cuando la fantasía llegaba, cuando yo le daba un máximo, entonces se terminaba y eso me sabía mal, que terminase.*

T.: *¿Cuál es el máximo?.*

A.: *Cuando el amor había llegado a la cumbre, a lo más... bueno, ya se ha terminado el cuento... (ja, ja, ja...) era de película. Sí, es eso, lo que usted dice. Eran sentimientos, fantasías; no sé si es que lo escuchaba, lo podía captar tanto... No lo sé, era un amor muy grande, de mucha pasión. [T: ajá]. Un amor de mucha pasión...: (Risas). Si yo hubiera sido un hombre hubiera sido un Don Juan Tenorio..., para que no se hubiese terminado el amor.*

## La dinámica de Eros

El origen genealógico de Eros legitima en la necesidad (prenómica) o carencia sus afanes que le impulsan a buscar de forma totalmente amoral (anómica) la satisfacción de sus deseos. Por eso se siente con derecho a anhelar, poseer, dominar, sojuzgar, humillar, maltratar o incluso destruir su objeto sin el menor sentimiento de culpa, si éste no le corresponde o no lo satisface plenamente. Igualmente está dispuesto a implorar, suplicar, humillarse, entregarse o someterse a él sin experimentar el menor sentimiento de vergüenza, si esto tiene que desembocar momentánea o imaginariamente en la satisfacción de su deseo.

Hay dos formas de intentar aplacar a Eros, una orientada a su satisfacción *inmediata*, reduciéndolo a su dimensión de **carencia**: necesidad, deseo o apetito sexual; la otra, buscando su satisfacción *completa* o *definitiva* a través del enamoramiento, máxima aspiración de **plenitud** del espíritu (romanticismo), que constituyen los dos polos de cuya tensión se alimenta el erotismo y que sólo se resuelve en la fusión “con” o en la posesión “de” el otro.

## El deseo sexual

Como carencia, apetito o deseo, la necesidad sexual es relativamente fácil de satisfacer, siempre que se tenga a mano algún estímulo u objeto disponible, al igual que el hambre o la sed se pueden satisfacer y, por tanto apagar fácilmente, comiendo o bebiendo, aunque ambas necesidades vuelvan a aparecer de forma recurrente o cíclica en el transcurso del tiempo. Se trata de necesidades básicas que se regulan por mecanismos internos de activación y desactivación y que, como tales, no producen respuestas adictivas o dependientes, a no ser que su motivación responda a la ansiedad y no al hambre.

Los mecanismos que guían la sexualidad “están escritos en el sistema genético, situados en el sistema nervioso, celosamente protegidos, perfectamente determinados” (Alberoni, 2006). El núcleo fisiológico cerebral que regula la activación sexual, el hipotálamo, comparte su función con la regulación precisamente de las otras necesidades o motivaciones básicas, hambre, sed, etc. a que nos hemos referido. Es el santuario del deseo sexual, dotado de receptores específicos para las hormonas sexuales, bajo la acción de neurotransmisores convencionales como la dopamina o la noradrenalina y con la ayuda de neurohormonas como la oxitocina, la vasopresina, los opioides y los esteroides gonadales, “aunque sus manifestaciones más estentóreas y succulentas se experimenten, por fortuna, en zonas corporales más accesibles” (Tobeña, 2006).

La bioquímica del amor forma parte de la estrategia de la naturaleza (Morgado, 2006). El amor crea un vínculo estable que favorece el éxito reproductivo. La evolución ha ido seleccionando en los humanos los genes que transmiten esa emoción cooperativa vital para forjar una alianza duradera que proporciona más seguridad a la prole. El amor bioquímico comienza con la segregación de la

feniletilamina, que produce excitación. A esa primera sacudida le sigue la producción gonadal de andrógenos y estrógenos que aumentan el apetito sexual. La feniletilamina, combinada con las dopaminas, propicia, incluso antes del intercambio sexual, la confusa euforia y la pasión emocional típica de los enamorados. Pero todavía es más relevante el hecho que paralelamente se inhibe la producción de sustancias cerebrales como la serotonina que antes del enamoramiento contribuían a la estabilización del humor y las emociones, a la vez que se produce la desactivación de zonas específicas del cerebro, como la corteza frontal, causantes de la “ceguera” del amor.

La activación de esta serie de mecanismos en los estados de enamoramiento, se ha puesto de manifiesto en estudios llevados a cabo a través de resonancia magnética cerebral con personas enamoradas: frente al estímulo representado por la imagen de la persona amada muestran la activación del núcleo caudado derecho y del área ventral del *tegumentum* diestro, así como altos niveles de producción de dopamina, que coinciden, por cierto, con áreas que se activan al comer chocolate. La producción de dopamina, productora de satisfacción y placer, se relaciona en dosis altas con el aumento de energía, motivación y euforia. La activación de estas características fisiológicas son las que se hallan en la base del fenómeno de la atracción sexual.

Helen Fisher (2004) de la Rutgers University, que ha llevado a cabo estos estudios, interpreta los resultados como una forma evolucionada de asegurar la reproducción en los humanos, permitiendo la selección de compañeros con quienes engendrar y criar la prole. Para Fisher, de acuerdo con el resumen que de su trabajo hace Isabel Larraburu (2007), la experiencia del enamoramiento puede encararse como un instinto biológico que incluye deseo sexual, amor romántico y apego. Las tres experiencias son distintas entre ellas pero su finalidad es la reproducción exitosa. El deseo sexual nos induce a la caza del compañero, la pasión romántica estrecha el foco y la energía hacia un solo individuo y el apego induce a apegarnos a la pareja para criar a la descendencia.

Los tres sistemas están coordinados en el ámbito neuroquímico, cada uno con sus respectivas hormonas. Cuando nos sorprende algo nuevo, los niveles de dopamina y noradrenalina se incrementan. En la fase inicial de la pasión, estas sustancias generan tal euforia que podemos perder el hambre y el sueño. Además, Fisher iguala pasión a adicción. Sostiene que cualquiera que sea el factor estimulante, cocaína o la chica de la Facultad, los altos niveles de química activan y ponen en marcha el sistema cerebral de recompensa. Prosigue diciendo que la pasión es un ansia, un “mono” un desequilibrio homeostático que nos lleva a perseguir a cierta persona y a experimentar emociones tales como euforia, esperanza, o desesperación y rabia. La acción de la dopamina decae a su tiempo, dando lugar a otras sustancias como la vasopresina y la oxitocina, las hormonas que acompañan el apego duradero. Estas hormonas, que se segregan durante el acto sexual, favorecen el vínculo

necesario para criar a los hijos.

Añade Fisher que para estimular una pasión apagada, no hay nada como una separación forzada o las discusiones. Estas últimas provocan una subida de adrenalina y química activadora que explica en parte las reconciliaciones fogosas. Las separaciones forzadas o impedir que los enamorados estén juntos (el síndrome de Romeo y Julieta) hacen que la recompensa se aplace. De este modo la secreción de estimulantes cerebrales se mantiene sostenida. Esto da lugar a la “atracción de la frustración” que hace que las barreras provoquen un mayor deseo.

La necesidad sexual, impregnada de deseo o anhelo del goce inmediato y continuo da origen a la concupiscencia, la cual pretende reducir el amor a placer carnal, buscando saciarse a través de él. Del empeño en conseguirlo sin descanso como forma de satisfacerse definitivamente nace la compulsión erótica, que en los casos más exacerbados puede dar lugar a la erotomanía, la adicción al sexo, las perversiones sexuales, la ninfomanía. Como escribe Valeria Tasso (2003) al final de su libro, titulado “Diario de una ninfómana”:

*“He sido una mujer promiscua, sí. Porque pretendía, en definitiva, utilizar el sexo como medio para encontrar lo que todo el mundo busca: reconocimiento, placer, autoestima y, en definitiva, amor y cariño ¿qué hay de patológico en eso”?*

También puede saciarse el deseo carnal a través de transacciones lucrativas como en la prostitución o la pornografía que Virginia Despentes (2007) considera totalmente legítimas:

*“Necesitaba dinero para vivir y, entre las opciones que me ofrecía el sistema, la prostitución fue durante dos años la menos mala. Ofrecía mi cuerpo por internet, elegía a mis clientes y descartaba a los feos y viejos, como hacían conmigo; no era tan triste. Ser prostituta es entender perfectamente en qué consiste vender belleza. En mi caso, el dinero por sexo fue una elección libre. Yo, al fin y al cabo, sólo tenía que soportar a algunos durante algunas horas mientras que otras mujeres han de aguantar al viejo las veinticuatro horas del día... Y luego, cuando envejecen, el viejo se las quita de encima y se va con la joven, y han cobrado menos por hora que yo”.*

Parece que tal motivación compulsiva por el sexo no convenía ni al propio Epicuro, el fundador de la escuela que lleva su mismo nombre, epicúrea, de orientación hedonista y materialista, a juzgar por lo que escribe en sus sentencias Vaticanas (Fragmentos, 51):

*“Acabo de enterarme de que tus excitaciones carnales se hallan demasiado propensas a las relaciones sexuales. Tú, siempre y cuando no quebrantes las leyes, ni trastornes la solidez de las buenas costumbres, ni molestes al prójimo, ni destruyas tu cuerpo, ni malgastes tus fuerzas, haz uso como gustes de tus preferencias. Pero la verdad es que es imposible no ser cogido*

*al menos por uno de esos inconvenientes, el que sea. Pues las cosas de Venus jamás favorecen y por contentos nos podemos dar si no perjudican.”*

La satisfacción carnal, sin embargo, no es más que un hito sensual del amor. Limitado a su experiencia sensorial, disociado de su significado amoroso se convierte en un placer intercambiable por otros placeres, que colman una apetencia sensible, pero que dejan abierta la herida del deseo de plenitud (May, 1969). Ésta sólo se imagina en la fantasía de fusión con el objeto amado. De esta fantasía ha nacido el concepto de amor romántico.

## **EL AMOR ROMÁNTICO**

El adjetivo “romántico”, aparece por primera vez en Inglaterra (*romantic*), en la segunda mitad del siglo XVII, aplicado, no sin ironía, a cosas que suceden sólo en las novelas, fuera de la realidad. La palabra deriva, en efecto, del francés “*roman*” que significa “novela o fábula” y hace referencia a su carácter fantástico o imposible. En el periodo comprendido entre finales del siglo XVIII y principios del XIX dio origen a un movimiento cultural, denominado romanticismo, caracterizado por la atracción hacia lo fantástico e irracional, misterioso o exótico, al amparo del triunfo de la Revolución Francesa (1789), paradigma de exaltación de la libertad creativa frente al orden y la racionalidad del neoclasicismo en el mundo de las artes o como reacción contra la ilustración y el racionalismo en filosofía, afirmando como valores propios la espontaneidad y la fuerza instintiva de la vida y de la interioridad espiritual.

En ese contexto el arte gótico o las ruinas medievales, así como los paisajes boscosos y la evocación de escenas históricas o tradicionales, adquirieron por su carácter exótico o misterioso un papel predominante en la representación plástica. A su vez lo irracional y pulsional se convirtió en el foco de interés del pensamiento filosófico y de la expresión literaria (Schopenhauer, Nietzsche, Goethe, Schiller, Chateaubriand, Victor Hugo, Manzoni, Leopardi, Byron, Shelley, Keats, Walter Scott...). Tal vez el ámbito artístico, donde el romanticismo alcanzó su máxima plenitud, ha sido históricamente la música, la cual debido a su carácter rítmico y sonoro, permite la expresión directa de las emociones y los sentimientos sin el recurso a las palabras (Bethoven, Schubert, Schuman, Liszt, Chopin, etc.).

La evolución del concepto romanticismo terminó por reforzar la dimensión pulsional e irracional de los sujetos por encima del carácter exótico o misterioso de los escenarios. Todo lo que en el arte o el pensamiento era antes soslayado y no se tenía en cuenta como estorbo al pensamiento racional, todo lo que se presentaba revestido de sentimiento y subjetividad, oscurecido por las fuerzas irracionales e inconscientes se magnificaba ahora como objeto de expresión y sujeto de inspiración. El propio concepto de inconsciente sobre el que Freud edifica su concepción psicoanalítica no deja de ser una herencia romántica por su doble dimensión misteriosa y pulsional. Refleja como ningún otro la experiencia dolorosa de la

escisión, producida en lo más íntimo del ser humano, entre su naturaleza natural o pulsional y su cultura social y racional, a la vez que el intento prometeico de reapropiarse de su poder originario a través de su análisis.

### **Fuentes literarias del amor romántico**

El término romántico, aplicado al amor, se desarrolló posteriormente en el ámbito literario y cinematográfico, convirtiéndose en sinónimo de amor exagerado, arrebatado o impregnado de fuertes sentimientos, capaces de imponerse por la fuerza de la pasión a todos y cada uno de los obstáculos que puedan interponerse en su camino, particularmente a los condicionantes familiares o sociales: “*amor omnia vincit*” (el amor todo lo supera) según la famosa expresión de Virgilio en las Bucólicas (10, 69).

No deja de ser curioso que las mejores descripciones literarias del amor romántico no se produzcan en el seno de la literatura romántica sino a través de arquetipos literarios anteriores o posteriores, como los relatos medievales de Tristán e Isolda, musicados por Wagner, o el drama de Romeo y Julieta inmortalizado por Shakespeare o los personajes femeninos del Naturalismo y el Realismo retratados por Tolstoi, Flaubert o Leopoldo Alas “Clarín”, temas y situaciones retomados con posterioridad ampliamente en el cine.

La óptica romántica permite la relectura de ciertas obras literarias de épocas anteriores, como *Romeo y Julieta* de Shakespeare, desde un registro distinto al clásico de los tres géneros: épico, trágico y cómico. Antígona de Sófocles, es una obra trágica, porque en ella el cumplimiento de los deberes familiares son los que llevan la protagonista a enfrentarse al despiadado Creonte, prefiriendo la muerte a la traición de sus obligaciones fraternales. La obra shakespeariana *Romeo y Julieta*, en cambio, presenta una evolución respecto a la de Sófocles en cuanto los agentes tradicionales del destino o el deber en la tragedia griega, son sustituidos por el azar y el error humanos lo que la convierte en un drama romántico. Los personajes o actores ya no son héroes o semidioses, sino jóvenes enamorados, víctimas de sí mismos y de las luchas entre familias. El drama de Shakespeare se convierte en el paradigma del amor romántico, un amor poderosísimo que se justifica por la fuerza de su propia pasión y la de la voluntad de los amantes que termina con la fusión de ambos en la muerte. En el desarrollo y desenlace de esa historia de amor entre los hijos de las familias Montecchi (los Montescos) y Cappelletti (los Capuletos) enfrentadas entre sí por atávicas rencillas, podemos identificar todas las características del amor romántico.

A diferencia de Tristán e Isolda o *Romeo y Julieta*, donde los protagonistas abocados al drama son ambos amantes y se sienten legitimados en su amor, los novelistas del siglo XIX prefieren destacar la posición de la protagonista femenina, que frecuentemente da su nombre al título de la obra (*Ana Karenina*, *Madame Bovary*, *La Regenta*, etc.) para poner de relieve las condiciones sociales que van a

hacer imposible, y en consecuencia romántico, el amor surgido irrefrenablemente de una relación adúltera.

Se trata en efecto de un amor que se concibe como fusión, que lleva inexorablemente hasta la muerte, porque la fusión no es posible sin la destrucción previa de la estructura de sus componentes. El agente destructor de los procesos de fusión es el fuego, metáfora de la pasión, el cual en la medida que funde, destruye. Paradójicamente esta experiencia fusional es vivida por los amantes como una forma de inmortalidad, cuyo efecto es la producción de una experiencia maníaca de exaltación narcisística del propio yo.

### **El concepto de amor romántico**

El relato de Aristófanes sobre el origen andrógino del amor, que ha alimentado el mito de la media naranja en el imaginario occidental constituye, junto al relato socrático del nacimiento de Eros, el núcleo conceptual del amor romántico: el amor entendido como deseo nacido de la carencia o necesidad que nos lleva a anhelar intensamente el reencuentro en la fusión con la otra mitad que nos fue arrebatada por los dioses, para así hacer frente a la angustia de separación y poder volver a equipararnos con ellos. Sócrates aporta la visión de Eros como carencia, Aristófanes como búsqueda de plenitud a través de la fusión. De esta dialéctica entre carencia y plenitud, nace el deseo.

En este contexto el amor se concibe como un anhelo que no tiene que ver con las necesidades fisiológicas ni los objetivos reproductores de la especie, sino con mitos antropológicos, con la creencia en la superioridad del ser humano, derivada de su aspiración a lo superior o trascendente, a causa de su origen divino, “creados a imagen y semejanza” de los dioses. El amor romántico constituye pues una experiencia que va más allá del proceso espontáneo de la atracción sexual, fuertemente impregnada de valores culturales y revestida de aspiraciones trascendentales, convirtiéndose en medio de expresión y superación de los conflictos personales y sociales en que se encuentra inmerso el ser humano en la soledad de su existencia. De ahí el carácter maníaco, pulsional, fusional, exclusivo, irreal, narcisístico y exaltado del amor romántico, a la vez que imposible, estéril y efímero por naturaleza.

### **El amor romántico constituye una experiencia exaltada**

Independientemente de las situaciones históricas y de los gustos de cada época lo que caracteriza el amor romántico es, en primer lugar, su dimensión fantástica o exaltada. El amor romántico pertenece a aquella clase de experiencias exclusivas del género humano próximas al paroxismo de los estados eufóricos o maníacos, presentes en fenómenos como el arrebató místico, las gestas heroicas o las celebraciones triunfales. Despierta en sus protagonistas la sensación de una fuerza o poder superior que les aproxima a los dioses. No sería posible sin una mezcla de

sentimiento y fantasía que potencian hasta el infinito la trascendencia del yo en la fusión del nosotros. No se le puede buscar, por esta razón, un origen biológico, como pretenden Bader y Pearson (1989), quienes basándose en las tesis de Rizley (1980) sostienen que el amor romántico es “una reacción psicobiológica constituida por procesos hormonales y neuroquímicos, orientados a incrementar la aproximación y aumentar la probabilidad de acoplamiento entre dos individuos genéticamente diferentes, a fin de asegurar la supervivencia de la especie”, puesto que esta explicación supone necesariamente la aparición de un tercero o terceros, los hijos, y el amor romántico es exclusivo, no admite un tercero; narcisista, se centra en la sublimidad del yo trascendente; y estéril, muere con la procreación. El amor romántico es a la procreación lo que la gastronomía es a la subsistencia; como la gastronomía, el amor romántico se nutre de una fantasía a través de la cual las funciones primordiales del organismo humano, la reproducción y la supervivencia, se revisten de imaginaciones y proyecciones que acaban siendo más sustanciosas que el propio alimento o la cópula sexual. Se autolegitima, sin necesidad de recurrir a ningún otro motivo fundacional: existe por sí mismo y se convierte en fin a sí mismo.

La fantasía del amor romántico se basa en la creencia en un mito, el mito de la fusión originaria, que supone la tendencia irrefrenable hacia la recomposición del ser dividido a través de la fusión pasional, ya sea con la pareja en la intensa relación carnal, como supone el mito del andrógino, ya sea con la divinidad en el arrebató místico, como suponen los mitos subyacentes a la mística, desde el Tantra a San Juan de la Cruz o Teresa de Ávila cuyo poema citado más arriba continúa con los siguientes versos.

*“Aquesta divina unión  
del amor con que yo vivo  
hace a Dios ser mi cautivo  
y libre mi corazón:  
mas causa en mi tal pasión  
ver a Dios mi prisionero,  
que muero porque no muero...”*

### **El amor romántico es ideal**

El amor romántico es un producto cultural de una sociedad que exalta los valores de realización y expansión individual, que ya casi nada tiene que ver con la pulsión sexual, tal como ha sido seleccionada por la naturaleza en beneficio de la especie. Nuestra estructura fisiológica, en efecto, no dice nada a propósito de cómo organizar nuestra vida amorosa, con qué criterios establecer las organizaciones familiares, o en qué medida nuestra felicidad va a depender de la elección de tal o cual pareja. Los esquemas culturales y las vivencias personales van a jugar un papel fundamental en la consecución de todos estos objetivos. Pero nada de todo esto constituye un obstáculo para el amor romántico. El amor romántico se nos presenta

como el modelo ideal según el cual configurar nuestros afectos.

Se concibe como un estado de gracia más allá del bien y del mal, del tiempo y del espacio, en el que todo es posible, donde no existen límites ni barreras. Se asemeja al don fáustico de la eterna juventud, que no conoce las fronteras del mundo terrenal y aspira a conquistar el celestial. Constituye un mundo de belleza y luminosidad sin sombra que lo empañe, no conoce la enfermedad ni el envejecimiento. Dado su carácter fantasioso e irrealizable, permanece siempre como una aspiración inalcanzable o un recuerdo melancólico de algo que nunca fue, pero que habría podido ser, tal como lo expresa nuestra paciente en la continuación del diálogo iniciado más arriba:

T.: *De modo que tú has querido querer mucho y has tenido miedo de que ese amor te destruyera.*

A.: *Sí... No sé, supongo que no hubiese resistido que se acabara el amor y hubiese buscado otro.*

T.: *Que se acabara la pasión, te atraía la pasión.*

A.: *Eso, la pasión. Quizá está muy mal decir eso.*

T.: *¿Por qué?*

A.: *No sé... Pero sí, pienso que sí... A mi edad [54 años], no tendría que decir esas cosas, pero bueno, yo he sido joven... Y yo sé que con mi forma de amar hubiese arrebatado a cualquiera [T: Ajá] porque yo sé que cualquiera que hubiera estado a mi lado no hubiera sido impasible. Pues eso, un Don Juan, hubiese arrebatado, pero claro, y eso ¿a dónde me llevaba también? Porque yo no he vivido bien, yo no lo he vivido nada.*

T.: *No te lo has permitido tampoco.* [A.: No, no]. *Por eso.*

A.: *En mi ser hay una parte triste, son un cúmulo de cosas que están ahí, que yo lo puedo vivir muy intensamente, con mucha alegría, porque yo soy alegre, pero hay una parte ahí, que sé que me moriré con eso ahí. Puedo vivir mejor la vida, puedo abrirme más... Pero yo sé que me moriré con eso, está ahí, todo eso lo he ido experimentando según me he ido haciendo mayor. Yo antes todo eso no lo tenía. Esa tristeza... Todo un cúmulo de cosas que he visto que no me pasan desapercibidas...*

### **El amor romántico es fusional**

Más que el resultado de una elección de dos soledades que se dan la mano, como dice Rilke, el ideal del amor romántico parece ser la fusión indiscriminada, orientada a llevar a cabo la máxima plenitud del propio yo subjetivo. La cópula amorosa, representa en el imaginario romántico la materialización de esta aspiración. Jung la interpreta como la atracción de los aspectos inconscientes de los componentes de una pareja, como la fusión del *animus* y el *anima*, la unión de los opuestos en el amor. Robert Johnson (1983), psicoanalista junguiano, concibe el amor romántico como un sistema energético singular de la psique occidental. “En

nuestra cultura –dice– ha tomado el lugar de la religión, el lugar donde hombres y mujeres buscan significado, trascendencia, completamiento y éxtasis”.

En otras culturas como la hindú o la japonesa existe el amor como respeto o cariño, pero sin imponer al otro los mismos ideales relacionales como sucede entre nosotros. Es conocida la máxima hindú según la cual “los occidentales se casan con la persona que quieren, mientras que nosotros queremos a la persona con la que nos casamos”. Y aunque, como en todos los dichos, la realidad contradice muchas veces los principios a que se refieren, y en las lujosas producciones cinematográficas de Bوليوود pensadas seguramente para exportar a Occidente, aparecen los temas románticos, las diferencias culturales subsisten.

En nuestra sociedad el amor romántico constituye un conjunto de creencias, ideales, actitudes y expectativas, orientadas a la realización del individuo, que se alejan notablemente de la finalidad originaria de la supervivencia de la especie y de la estabilidad social, encaminadas como están a la satisfacción de sus necesidades más íntimas y subjetivas. El fuego que funde a los amantes en el imaginario romántico tiene otro nombre, es la pasión.

### **El amor romántico es pasional**

El carácter pasional del amor romántico ha sido subrayado específicamente a través de todas sus representaciones artísticas, tanto literarias, como pictóricas o musicales. Dos características definen particularmente la pasión: su carácter enajenado y su fuerza incontrolable como la de un volcán. Interesante a este respecto resulta la etimología de la palabra pasión, derivada de “*patior*”, cuyo participio pasivo es “*passus*”, de donde “*passio*”. Pasión significa aquello que sufrimos más allá de nuestra voluntad, que nos “pasa” o sucede sin que podamos hacer nada por evitarlo, de ahí su carácter enajenado. “*Passio*”, a su vez, como contrapuesta a “*actio*” significa una fuerza que procede de una pulsión interna capaz de arrastrarnos en contra de nuestra voluntad de la que depende en cambio nuestra acción. Este carácter indómito e incontrolable de la pasión es la que ha llevado a asociar el amor romántico a la experiencia enajenante de la locura, como en el caso de Juana la Loca, la hija de los Reyes Católicos, cegada por los celos y confinada tras la muerte de su marido Felipe el Hermoso en Tordesillas hasta el fin de sus días, o a la entrega autodestructiva de la sumisión, como la de la pastora Griselda, convertida en esposa de Gualtieri, marqués de Daluzzo, la cual superará, según el relato de Boccaccio en el Decameron, las pruebas más crueles del amor, incluidas el rapto y la muerte -fingida- de los hijos.

Una de las experiencias más significativas asociadas al amor romántico es la sensación de no poder oponer ninguna resistencia al torbellino de emociones que nos invaden y se poseionan de nosotros en el momento del encuentro con la persona amada. El amado crea en el amante una intensa perturbación, un vínculo que posee la prerrogativa de activar recursos de energía no expresadas ni experimentadas hasta

aquel momento, que provoca la sensación de una erupción de intensos sentimientos incontrolables, como Lluís Llach reconoce en su poema cantado “*Potser el desig*” (Verges, 2007)

<i>Quan el desig no fa el camí a soles, i busca companya en la solitud, el cor naufraga en un mar d'angoixes, i el cos neguiteja sense aixopluc, Desig de passió extrema que ens neix al sexe d'un somni mai satisfet Si ara puc dir-m'ho és perquè tinc amb tu aquest desig que em fa esclau del meu sentiment</i>	<i>Cuando el deseo no camina a solas y busca compañía en la soledad el corazón naufraga en un mar de angustias y el cuerpo se inquieta sin lugar donde cobijarse. Deseo de pasión extrema que nace en el sexo de un sueño insatisfecho. Si puedo ahora decírmelo es porque tengo por ti este deseo que me hace esclavo de mi sentimiento</i>
---	--

Se trata en realidad del descubrimiento de la otra parte de sí mismo, del enamoramiento de lo mejor de sí mismo, de la intensidad del propio sentimiento, de la fascinación narcisística que nos arrebatara en una experiencia de éxtasis casi místico.

### **El amor romántico es narcisista**

La díada amor-pasión constituye un potentísimo catalizador de energía psíquica porque es capaz de solicitar y activar la mayor parte de nuestros recursos internos y externos, nos impulsa a cultivar la belleza interna y externa, potenciando nuestra capacidad de ternura, fuerza y seducción. Esta proyección sobre el objeto amado de nuestra fascinación narcisística y el revestimiento de su persona con los mejores atuendos de nuestra propia seducción hacen que en realidad no lleguemos a conocerla. Este es el motivo por el que tradicionalmente se ha representado el amor con una venda en los ojos, para significar que el amor es ciego, como expresa brillantemente Guevara, un escritor español del siglo XVI, citado por Marina (1999):

*“Amor es un no sé qué, viene por no sé dónde, envíale no sé quién, siéntese no sé cuándo, mata no sé por qué”*

o loco: “*a-mens, amans*“ (amante, a-mente), dice el proverbio latino. (Muchos pacientes, sobre todo ellas, se quejan de cómo ha cambiado su pareja, de lo desconocido que está, terminado el periodo del noviazgo o al poco de contraer matrimonio).

Amar y sentirse amado significa sentirse único y especial. A los ojos de los demás los amantes aparecen como seres únicos en el mundo, capaces de dar vida a una experiencia irrepetible. El encuentro de dos unicidades no puede sino generar

un microcosmos espléndido en su interior, frente a un mundo hostil en el exterior. Su sentido de protección y supervivencia lleva a los amantes a la exclusividad.

### **El amor romántico es exclusivo**

A diferencia del amor erótico que es promiscuo y prolífico, el amor romántico es exclusivo y estéril. El mito andrógino hace referencia a dos mitades, sean esas del mismo o distinto sexo, no admite pues la existencia de un tercero: de ahí su carácter de exclusividad. En este contexto de autocierre y exclusión del mundo, el peor enemigo del amor romántico se halla representado por los celos. El deseo de posesión absoluta hasta la fusión con el otro, se lleva muy mal con cualquier coqueteo o acercamiento a un tercero, lo que significaría abrir una brecha que puede llegar a romper la unión más estrecha. Pero a su vez, el temor ante la amenaza real o imaginaria de una posible infidelidad introduce en el núcleo de la relación romántica el gusano de la duda que puede terminar por destruirla. Ésta es igualmente la función de los celos: proteger la relación de todo intrusismo. A pesar de las diferencias existentes entre los sexos, ambos sufren de celos: en general la mujer sufre más por la infidelidad romántica y el hombre lleva peor la infidelidad sexual, puesto que intenta evitar que le cuelen descendencia ajena, mientras la mujer quiere asegurarse la dedicación de la pareja al cuidado de la prole.

La evitación de la presencia de un tercero se extiende igualmente a la posibilidad de la perpetuación de este amor en un hijo, de ahí su esterilidad. Para muchas parejas el nacimiento del primer hijo es motivo de desenamoramiento; muchos hombres llevan mal la competencia amorosa que representa los cuidados por el niño de parte de la madre, que interpretan como descuido de la relación, al igual que muchas mujeres viven con ambivalencia y culpabilidad hacerse cargo del hijo por entender que éste les arrebata su dedicación al marido.

### **El amor romántico es estéril**

Una constante en la descripción de los grandes amores románticos de la historia de la literatura nos lleva a la constatación de su esterilidad. El amor de Tristán e Isolda o el de Romeo y Julieta se consume en la pira de su propio fuego sin dar lugar a descendencia, termina con la muerte simultánea de los amantes, lo que le confiere su carácter trágico y sublime, a la vez. Las protagonistas femeninas de las grandes novelas del siglo XIX no tienen hijos, y si los tienen, no son fruto de la relación con sus amantes, y finalizan sus amores con el abandono o el suicidio. La Regenta busca en la relación con el canónigo magistral de la Iglesia Catedral de Vetusta (Oviedo), Fermín de Pas, que se enamora de ella, la sublimación religiosa de su amor adúltero por Alvaro de Mesía, el cual da muerte en duelo a su marido, el regente, Víctor de Quintana, después de lo cual se aleja de ella, a la vez que el eclesiástico la abandona a su suerte. Ana Karenina termina suicidándose después de abandonar a su propio hijo, ante la inutilidad de sus esfuerzos por conseguir a su

amante. Madame Bovary, casada con un médico mediocre de provincias, tiene la cabeza llena de ensueños románticos y aspiraciones de lujo; llevada por el tedio de su vida se arroja en brazos de diversos amantes que terminan por abandonarla; acosada por las deudas contraídas a espaldas de su marido se suicida tomando una dosis de arsénico. La imposibilidad de perpetuación del amor romántico, a pesar de la percepción de eternidad con que lo viven los amantes, nos lleva a la consideración de una última característica que queremos destacar, la de su evanescencia.

### **El amor romántico es efímero**

La imposibilidad, por una parte, de realización de la fusión amorosa y la de su perpetuación en el tiempo, por otra, nos conduce a la conclusión de que el amor romántico es una experiencia efímera. Esta condición no lo priva de su belleza y seducción, sino que probablemente la aumenta. La experiencia amorosa sitúa al ser humano ante la posibilidad de su propia superación y trascendencia en la aventura de la fusión con otro ser. La resurrección del mito andrógino en términos mitológicos, o la evocación de los estados de fusión originaria con la madre en términos psicoanalíticos, ejercen un poderoso atractivo para el ser humano que se halla desolado y amenazado por lo que Fromm (1956) denomina el problema existencial, que no es otro que el de la conciencia de la muerte. Esta conciencia de muerte lleva al hombre a buscar formas de unión con los demás o de trascendencia religiosa o social que le proporcionen la ilusión de un yo “expandido”, poderoso e inmortal. Entre ellas figura la del amor romántico, por el que los amantes creen haber llegado a constituir un ser, que superando los límites de su propio yo, alcanza la felicidad y la inmortalidad. Estos objetivos, sin embargo, se muestran al poco tiempo como el espejismo provocado por un estado eufórico o maniaco que termina por marchitarse como el perfume, los colores y las formas de la más bella de las flores a partir del momento en que se la corta para poseerla. El amor romántico se consume en el fuego de su propia pasión y abrasa cualquier atisbo de fertilidad, condenándose a su propia extinción.

Dejado a su libre albedrío se entiende que el deseo amoroso pueda caer en los extremos más contrapuestos: la exaltación hasta la manía frente al desengaño más amargo; el entusiasmo frente a la rutina; la atracción frente al aborrecimiento; la posesión y el dominio frente a la sumisión y la dependencia; o que pueda desembocar en celos, infidelidad y traiciones, o dar lugar a pasiones desenfrenadas y destructivas. En su lenguaje tanto cabe la idealización como la abyección, lo sublime como lo obscuro, lo poético como lo vulgar. Nadie como los místicos ha sabido expresar el arrebato amoroso hasta el éxtasis, que Bernini plasmó con la fuerza del barroco en la Transverberación de Santa Teresa.

Su única posibilidad de supervivencia pasa por un proceso de transformación que es fruto del aprendizaje en la más difícil de las artes: “el arte de amar”, en el que el amor romántico puede constituir, sin duda, el camino privilegiado de iniciación.

## EL AMOR COMPROMETIDO

### Del amor romántico al amor comprometido: la constitución de la pareja

De acuerdo con Fromm (1956) existen dos posibles concepciones del amor: el amor como sensación subjetiva exaltada y placentera, es decir como un ensueño, y el amor como fruto del conocimiento y el esfuerzo, es decir, como un arte. El primero corresponde al amor romántico, vivido como enajenación de la voluntad, fatalmente poseída por Eros, concepción que ha sido alimentada por mitos, que como decía J. F. Kennedy “son más persistentes y convincentes que la mentira y, en este sentido, peores que ella”. El segundo corresponde al amor comprometido, en el que la voluntad y el empeño se implican sobre la base del enamoramiento. El amor, en efecto, requiere conocimiento, respeto y cuidado del otro: es un intercambio entre dos personas que previamente se conocen, respetan y cuidan a sí mismas, no una fusión simbiótica que termina por destruirles. De acuerdo con la concepción budista el amor, tal como lo describe el monje Hanh (2007), se caracteriza por cuatro actitudes:

- *maitri*: bondad incondicional o benevolencia.
- *karuna*: alivio del sufrimiento del otro.
- *mudita*: alegría compartida
- *upeksha*: ecuanimidad y libertad

Desde un punto de vista psicológico se valora la relación de amor recíproco entre personas adultas como la capacidad de construir con el tiempo una relación profunda permitiendo conservar la integridad y la individualidad propia. Este concepto de amor maduro niega la teoría de la media naranja: el amor por la otra persona no puede sustituir nunca la propia identidad e individualidad personal, aunque curiosamente suele ser el amor el único medio de llegar a esta realización individual. Sin embargo la literatura desde los trovadores de la Edad Media, el cine, la poesía o la canción no cesan de exaltar el amor romántico puesto que las historias sobre pasiones, celos, amores y desamores ofrecen una reactividad emocional inmediata que es el material que alimenta el imaginario erótico de las personas. Este amor romántico que caracteriza de forma natural la fase de enamoramiento entre las personas favorece la confusión con la única forma de amor verdadero sin entender su función preparatoria para la construcción de la relación amorosa estable o comprometida

Erotismo, romanticismo y compromiso, sin embargo, no tienen por qué ser formas incompatibles entre sí, si se conciben como fruto de un proceso evolutivo. La iniciación en el amor suele desencadenarse a partir del enamoramiento adolescente, por el que el joven o la joven se sienten atraídos hacia otros semejantes, proceso que contribuye poderosamente a romper los vínculos familiares que le mantienen en el egocentrismo infantil. La magia del enamoramiento consiste en una experiencia fascinadora que le lleva a desprenderse de sí mismo para confundirse con el otro. El problema, como vemos frecuentemente en la transición a la edad

adulta en los miembros de parejas constituidas en edad prematura, es que este pasaje se ha realizado de forma casi mágica, sin un proceso de transformación ni de consolidación del yo, lo cual lleva consigo varias consecuencias:

- a) un estancamiento evolutivo desde el punto de vista de la madurez emocional;
- b) una experiencia de decepción o desengaño que revierte en crisis personales, a veces patológicas;
- c) un desequilibrio en la simetría de la relación de pareja que deriva en el dominio de una de las partes frente a la actitud dependiente o sumisa de la otra.

Los primeros amores, recordados siempre como la más maravillosa de todas las experiencias, suelen ser eslabones, sobre todo si no llegan a desembocar en una relación estable, en este proceso de maduración del amor romántico hacia el amor comprometido. En el lenguaje actual, a pesar de los importantes cambios sociológicos que han afectado particularmente a la sociedad occidental en todo lo que concierne a la regulación de la vida amorosa y sexual, quedan numerosos vestigios, testimonio de esta concepción del amor como compromiso: la palabra esposos, proviene del latín “*spondere*” que significa prometer, de donde expresiones como “*promès/promesa*” en catalán, o la que ostenta como título la obra más famosa de Manzoni: “*I promesi sposi*”. Los rituales matrimoniales conservan todavía este carácter voluntario, no enajenado, de la relación entre esposos. A los contrayentes se les pregunta si quieren a la otra parte como esposo o esposa, no si les gusta o les atrae.

El amor comprometido es activo, implica el conocimiento y la voluntad; el amor romántico es pasivo, obedece a una pulsión ciega hacia la fusión simbiótica. Es fácil, y con frecuencia frustrante, esperar de los demás la satisfacción mágica de estas necesidades fusionales, pero no se consigue sin esfuerzo y esmero satisfacer a los demás. En su teoría sobre los afectos Spinoza (1632-1677), desarrollada en su tratado sobre la Ética (1995), distinguía entre las acciones y las pasiones.

*“En el ejercicio de un afecto activo el hombre es libre, es dueño de su afecto; en el afecto pasivo, el hombre es impulsado, es objeto de motivaciones de las que no tiene conocimiento... El amor es una acción, la práctica de un poder humano, que no puede llevarse a cabo sino en la libertad, nunca como resultado de una compulsión”.*

No constituye, sin embargo, la revelación de ningún secreto constatar que en nuestra sociedad la regulación a través del matrimonio de las relaciones amorosas está en crisis y que las parejas actuales tienden a establecer relaciones basadas en el compromiso personal fuera del ámbito institucional y siempre con el beneficio de la duda y de la precariedad sobre su valor o pervivencia (amistades con derecho a roce, parejas LAT (*Living Apart Together*), parejas de fin de semana, parejas de hecho, parejas con fecha consensuada de caducidad, parejas ocasionales, parejas abiertas sin compromiso, parejas *on line*, matrimonios a distancia (MAD) etc.). No obstante, y a pesar de todo, la necesidad humana de unión y afecto continúa

impulsando a los humanos hacia el establecimiento de relaciones que le aseguren o le produzcan, al menos, la ilusión de su satisfacción.

La precariedad de estas uniones y la falta de regulación institucional de las mismas aumenta, probablemente, el riesgo de *dependencia*, por cuanto la persona está más predispuesta a ceder o invertir en términos personales en la relación a fin de asegurar su pervivencia que el equivalente en la dote económica que invertían nuestras abuelas. Las parejas actuales ya no están sometidas a un compromiso legal que las “espose”, ni son conscientes de compartir la misma *suerte* para toda la vida como “con-*sortes*”, ni aceptan soportar el mismo *yugo* como “cón-*yuges*”. Cada uno se intenta vincular como individuo desligado y ante la inconsistencia del vínculo o la angustia de separación se agarra ansiosamente a la relación, aun con el riesgo de perder su identidad.

Estas condiciones favorecen la formación de vínculos de dependencia emocional en las parejas que vienen a sustituir las antiguas formas institucionalizadas de dependencia económica y social que, aunque limitaban claramente los ámbitos de libertad individual ofrecían una base sólida y segura para el desarrollo de la vida cotidiana. Un chiste de Maitena lo expresa con ingeniosa agudeza: la viñeta representa una hija cuarentona atareada con la caja de herramientas intentando arreglar algún desperfecto de la instalación eléctrica; observándola está la madre septuagenaria con quien mantiene la siguiente conversación:

- “*Pero, mamina, ustedes eran muñecas, no opinaban, no trabajaban, no tenían responsabilidades, ni sabían lo que era una terapia, andaban por ahí llenas de celulitis, horneando masitas, visitando amigas y poniéndoles encajes a los camisones. ¿en qué mundo vivían?*”

a lo que la madre responde:

- “*En el paraíso*”.

Estas formas de dependencia afectiva pueden ser altamente destructivas, al requerir todo el empleo de la energía psicológica en el mantenimiento de la relación misma, que cada vez se vuelve más exigente hasta la entrega o sometimiento completo y total o la disolución de sí mismo como garantía de fusión indisoluble.

La entrega completa y total se convierte en la base para la dependencia, que idealmente se concibe como interdependencia o dependencia complementaria entre los miembros de una pareja, pero que con demasiada frecuencia termina por dar lugar a una relación de dominancia-sumisión. Dependencia, en efecto, significa “*pende*” de algo o alguien, como un fruto pende del árbol. La relación que se establece es de carácter simbiótico, por la que la savia del árbol aporta la vida al fruto, el cual se nutre de él. Arrancado o separado del árbol, el fruto se pudre y muere.

La persona que entra en una condición de dependencia teme o imagina morir, separada de su árbol, y por eso se agarra desesperadamente a él, aunque le esté envenenando o amargando la vida. Este árbol, real o imaginariamente a través de sus propias proyecciones, colma sus déficits de seguridad, estima, reconocimiento,

compañía, sexo, cariño, afecto, saber, ser, poder. Le pueden ligar a él también relaciones de culpabilidad, deuda, fidelidad u otras de tipo heteronómico (Villegas, 2005). El fruto no sabe, o en la tormenta de la relación se ha olvidado, de que, con todo, antes de pudrirse en el árbol es preferible enviudar de él, utilizando sus semillas para plantar uno con entidad propia.

## 2) LA DEPENDENCIA

*“El primer momento en el amor es cuando yo siento que no quiero ser una persona independiente” (Hegel)*

### Condiciones para la dependencia en las relaciones de pareja

Aunque, de acuerdo con los estereotipos dominantes, hombres y mujeres no busquen exactamente las mismas cosas en una relación de pareja, sin embargo sus necesidades son complementarias y se considera que el éxito de una pareja está en la búsqueda y consecución de su satisfacción, sin que ello desate los temores de unos y otras, capaces de destruir la relación. La mujer, dice Teresa Forcades (2007), teme a la soledad y el hombre a la dependencia:

*“La mujer aprecia más el vínculo afectivo que su propia autonomía. Y si se ve obligada a elegir, sacrificará su autonomía por este vínculo. Los hombres, en cambio, se quejan de que las mujeres en una relación de pareja se lo guardan todo en una lista mental y un día se lo sueltan a ellos en una retahíla de agravios y sacrificios: ¿eso es amor? No: es miedo a la soledad. El amor se justifica a sí mismo en cada momento sin esperar ninguna compensación. ¿Hace falta que le hable ahora sobre el miedo del hombre al compromiso y la dependencia? Ni la feminidad de la mujer es amor ni la masculinidad del hombre es libertad. Por eso, cuanto más infantil, más actúa la mujer por miedo a la soledad, y el hombre, cuanto más infantil, más actúa por miedo a la dependencia”.*

Francesco Alberoni (1986) establece la distinción fundamental entre el erotismo masculino y femenino en función de la dimensión continuidad ↔ discontinuidad, cuyo fundamento se halla en la diferencia orgásmica entre sexos. El orgasmo significa para el hombre el final de un ciclo de excitación – eyaculación que se cierra sobre sí mismo. Para la mujer el orgasmo es el estado de activación sexual que se expande por todo su cuerpo de manera continuada y la dispone a la entrega sin recelo de sí misma. Si una pareja hace el amor a lo largo de unas horas durante una noche tal experiencia dará lugar a dos construcciones o relatos distintos. El hombre dirá: “esta noche hemos hecho varias veces (seguramente sabrá contarlas con exactitud) el amor” en referencia al número de ciclos completos que habrá iniciado y culminado desde que se acostaron; la mujer dirá: “hemos estado haciendo el amor toda la noche”, indicando la continuidad del estado erótico en que se ha visto envuelta como si se tratara de un único ciclo. En general, en los hombres, después

del acto sexual se produce una pérdida de interés por la mujer, cuyo máximo exponente se da en la relación con la prostituta, la cual deja de ser objeto de deseo, una vez satisfechas sus necesidades. El deseo de la mujer, en cambio, de quedarse con el hombre después del orgasmo es mucho más fuerte, porque el orgasmo en la mujer es mucho más prolongado, pero sobre todo porque siente la necesidad de ser deseada, de gustar de una forma continuada, durante un periodo largo de tiempo. Cuando las mujeres dicen que les gusta la ternura, las caricias, y que incluso las prefieren al acto sexual, aluden a la necesidad de una atención amorosa continuada, un interés permanente por su persona. Existe, pues, una diversa estructura temporal de los sexos. Se da una preferencia profunda del sexo femenino por la continuidad y una preferencia profunda del sexo masculino por la discontinuidad. La contraposición continuidad-discontinuidad, concluye Alberoni (1986), constituye el eje fundamental de la diferencia masculino-femenino:

*Esta naturaleza continua en el tiempo y en el espacio se manifiesta claramente en la excitación sexual de la mujer y en la diversa naturaleza de sus orgasmos. Porque aunque es cierto que puede experimentar orgasmos parecidos a los del hombre, su experiencia global es completamente diferente. No se localiza en un punto concreto, no se acaba en un objetivo determinado, no se agota en un solo acto... Probablemente por este motivo la mayor parte de mujeres desea en el hombre una erección prolongada, porque esto les da a entender que el hombre responde así a la excitación de su belleza, que las desea de forma duradera y continuada, porque de este modo el abrazo amoroso y el éxtasis de la fusión duran mucho más y no se ven bruscamente interrumpidos... Para la mujer la ternura y la dulzura son próximas al erotismo.*

*El hombre con su sexualidad discontinua, con su tendencia a identificar erotismo con orgasmo, o al menos con la penetración, no puede adherirse a un erotismo difuso, amoroso, cutáneo, perfumado, táctil, donde los orgasmos se sucedan ininterrumpidamente y donde el abrazo erótico parezca vaya a durar ilimitadamente. El hombre sueña en hacer el amor, no en encontrarse en un estado continuado de orgasmo... La discontinuidad masculina vive de esta ilusión de reinicio, de sorpresa, de diversidad, de descubrimiento. Por eso tiene pánico a todo lo que pueda parecerle repetición, habituación, gesto obligado. La demanda femenina le espanta y destruye su erotismo porque tiene el rostro de la cotidianidad, de la repetición, de la obligación. Si se le presenta el sexo como continuidad y repetición, entonces se produce en él un profundo desinterés y rechazo que se transforma en **impotencia**. Al igual que la **frigidez** femenina aparece como respuesta a la falta de seducción masculina.*

El deseo de continuidad por parte de la mujer se manifiesta de muchas maneras, aprecia todos los actos que significan la continuidad del interés: una

llamada, un mensaje, un ramo de flores, un cumplido. La mujer aprecia igualmente la conversación amorosa, las caricias, los abrazos, la comprensión y la escucha amorosa, no sólo esporádicamente, como momentos robados a otras actividades, sino durante larguísimos períodos de tiempo, como si se tratara de una luna de miel inacabable. Imagina que viviendo al lado de su amado ininterrumpidamente, realizará la continuidad de su erotismo. Por eso su modo de entender el amor se identifica con la  **fusión** , como forma de asegurar la permanencia con el amado, desapareciendo en él, diluyéndose en su mundo, siguiéndole allí donde vaya, a fin de garantizar la continuidad. Simone de Beauvoir (1949) ha escrito páginas espléndidas sobre la necesidad de la mujer de tener a su lado, físicamente, al amado:

*“Su ausencia es una tortura, una traición... La mujer busca a través del amor la posibilidad de acceder a su mundo. Busca la  **fusión**  con él a fin de salir de su naturaleza incompleta. Cuando él se vuelve escurridizo o se escapa, ella se siente perdida, porque sin él, ella no es nada”.*

Por eso la mujer vela por su amor y mira de mantenerlo vivo en ella y en su pareja. Procura que no se rompa nunca este hilo inestable que es la atracción erótica. A fin de asegurarse la retención del amado teje a su alrededor una espesa telaraña compuesta de hilos de confort y bienestar, la casa, la decoración, las comiditas, el cuidado de la ropa, el ambiente acogedor, como extensiones de su propio cuerpo que lo envuelven y donde ella se reencuentra; en este contexto hogareño el hijo se concibe como una prolongación de sí misma, fruto de la fusión. Cuando se siente insegura de ella misma, de su capacidad de seducción tiende a acentuar todavía más la necesidad de continuidad. Se mantendrá ligada a su pareja de manera casi obsesiva por el miedo a perderlo. Por él estará dispuesta a renunciar a todas las oportunidades de la vida, a su carrera y hasta a desprenderse o prescindir de los hijos, sembrando con ello las semillas de la  **dependencia**  en el establecimiento de la relación.

En el centro del erotismo masculino y de sus fantasías encontramos la discontinuidad del placer. El objeto del deseo erótico masculino es un medio para satisfacer una necesidad; puede ser el preludio del amor, pero no es amor, no se guía por el bien o ni siquiera el placer del otro, sino por el propio placer. Seducido por el poder de atracción del objeto se deja llevar por él, aunque luego presume de haberlo conquistado o comprado, a fin de mantenerse a salvo de la fusión. Por eso, congruente con su construcción discontinua del erotismo, vive el amor como  **posesión** , con todos los derechos, pero sin ningún deber u obligación, concepción que se halla a la raíz del  **dominio o el maltrato**  en la relación. Puedo asegurarme la disponibilidad del objeto erótico si me pertenece a través de la conquista o la adquisición, de ese modo puedo tomarlo o dejarlo a placer, según el capricho del momento, estableciendo una base segura para la discontinuidad.

La fantasía erótica masculina se halla en las antípodas de la responsabilidad y el compromiso. Las mujeres que responden a esta fantasía masculina se presentan

como mujeres deseosas de ser poseídas sin exigir nada a cambio. No superan a otras mujeres en belleza, sino en disponibilidad (Marilyn Monroe, Brigitte Bardot), esto es lo que las convierte en símbolos sexuales, sin exigencias de matrimonio, familia, hijos, ni de fidelidad, siempre rendidas a los pies del amado. En este sentido la fantasía erótica masculina se opone a la femenina. Si ésta busca la continuidad, la intimidad y la vida en común, la otra se esfuerza en excluir el amor, el compromiso. La mujer se esfuerza en retener al hombre, pero éste hace todo lo posible para conservar su caprichosa libertad.

### **Los vectores estructurales constitutivos de la relación de pareja**

Establecer un intento de unión entre estas dos tendencias eróticas opuestas, continuidad vs. discontinuidad, *fusión* vs. *posesión*, no puede ser más que el resultado de una dialéctica siempre sutil e inestable. Para que esto sea posible el erotismo debe dar paso al enamoramiento, por el que la mujer objeto de deseo deje de ser impersonal para convertirse en la “elegida”, reconocida por el hombre como persona digna de ser amada por sí misma. El amor recíproco se basa en el reconocimiento recíproco. El hombre se esfuerza en la conquista de la mujer y la mujer se rinde al hombre para hacer posible la entrega y la unión, donde idealmente ambos deseos puedan a confluir. El enamoramiento supone el descubrimiento del valor de aquella persona única, sobre la que proyectamos nuestra necesidad de trascendencia, con la que creemos que es posible alcanzar el absoluto. Si bien esta proyección es una quimera, posee sin embargo el poder de generar una fuerza creativa por la cual estamos dispuestos y deseosos de crear un mundo nuevo: al enamorarse el hombre y la mujer se vuelven distintos a lo que eran y más semejantes entre sí. Trascendiendo la perspectiva erótica, superando la posición egocentrada, donde uno más uno era igual a uno, el amor (*philia*) potencia a los amantes, consiguiendo que fuerzas antagónicas se disuelvan dialécticamente en una unidad mayor, donde uno más uno sean igual a dos. El amor es un lazo y una dependencia recíproca, pero en libertad. La necesidad de institucionalizar o dar estabilidad a este lazo, es lo que ha dado origen a la constitución de la pareja, al matrimonio, a “casarse” para hacer posible empíricamente la perdurabilidad del amor en un espacio común (la casa) donde puedan cohabitar dos mundos privados que intentan fusionarse en comunión de almas y cuerpos.

Hacer realidad esta unión, llamada pareja, concebida como un espacio donde sea posible la cohabitación de dos deseos tan opuestos como complementarios, requiere la consecución de un consenso o pacto de convivencia, que pueda convertirse en fuente de satisfacción mutua, del que es imposible, sin embargo, alejar definitivamente la amenaza de fracaso o la posibilidad de perversión, en función de las condiciones sobre las que se asiente.

En consecuencia, la constitución de una pareja implica en la práctica una negociación explícita o implícita, la mayoría de las veces, relativa a las expectativas

o fantasías de complementariedad y plenitud, proyectadas sobre la relación, así como al lugar que ocupa cada uno de los miembros en el conjunto de la misma y la función que se espera que desarrolle en su seno. Supone también una distribución de los recursos que cada uno aporta, o se espera que aporte, para hacer posible la fantasía de plenitud o complementariedad. Las coordenadas o vectores constitutivos de una relación de pareja se sustentan, por tanto, en las dimensiones de simetría y complementariedad, y sus contrarios, sobre las que se estructuran.

\* **Simetría** hace referencia a la posición de *poder* que ocupa cada miembro de la pareja: si ambos están en una posición parecida de poder, la relación está *equilibrada*; de lo contrario uno de los miembros se halla en posición *sumisa* o de sometimiento frente a otro cuya posición es *dominante* o de dominancia, dando paso a una relación *desequilibrada*.

\* **Complementariedad** hace referencia a la compatibilidad y suficiencia de las partes respecto al todo: si ambos se complementan mutuamente consiguiendo una mayor *plenitud*, la relación es *satisfactoria*; de lo contrario uno de los miembros o ambos se hallan en posición *deficitaria* frente al otro, dando paso a una relación *insatisfactoria*.

Un ejemplo paradigmático de relación simétrica complementaria lo constituye la cópula sexual libremente consentida y activamente deseada por ambos, donde a la estructura anatómica complementaria de los órganos se añade la coincidencia de las voluntades. La falta de alguno de estos parámetros puede derivar en insatisfacción o abuso sexuales.

El eje de **simetría** da lugar a un constructo o dimensión semántica bipolar, formada por los constructos “poder ↔ sumisión”.

El eje de **complementariedad** da lugar a un constructo o dimensión semántica bipolar, formada por los constructos “plenitud ↔ déficit, carencia o vacío”. (FIGURA 1)

Otros autores, como Juan Luis Linares (2006) entiende simetría y complementariedad como un solo eje: igualdad – diferencia. Según él:

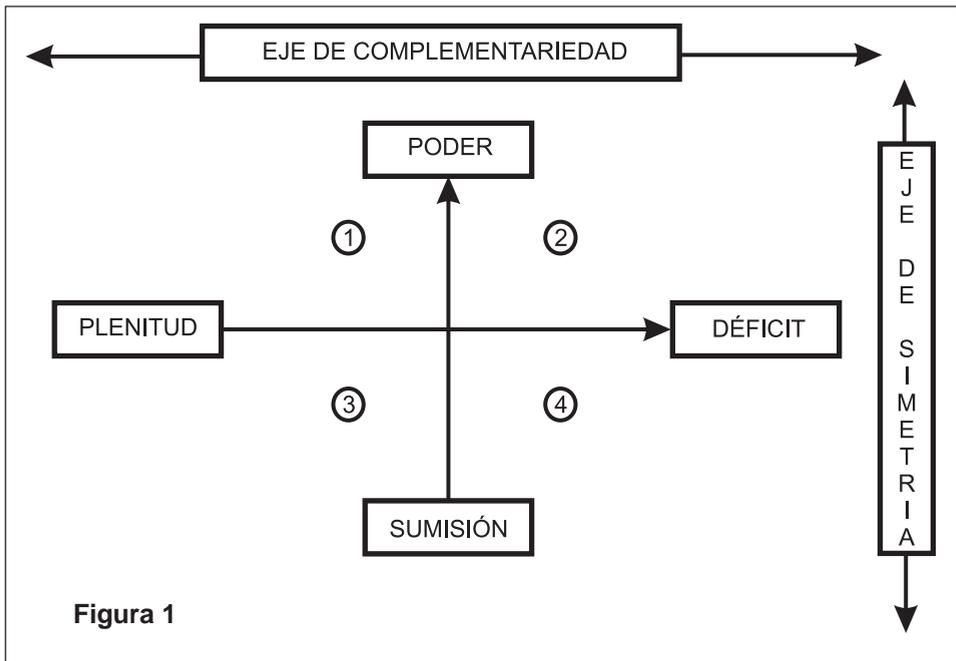
*“Existen dos modalidades de relación: una basada en la igualdad, llamada simétrica, otra basada en la diferencia, llamada complementaria”*

En nuestra propuesta, en cambio, aparecen dos ejes o vectores:

1. poder ↔ sumisión, relativa al eje de simetría,
2. plenitud ↔ déficit, relativa al eje de complementariedad

El cruce de ambos ejes origina cuatro cuadrantes posibles en una relación, según la posición que ocupen sus miembros. (Figura 1)

1. Cuadrante simetría complementaria o complementariedad simétrica (ambos miembros comparten poder y plenitud en el mismo grado, aproximadamente)
2. Cuadrante simetría deficitaria o déficit simétrico (ambos miembros gozan del mismo poder, pero ambos, o uno de ellos, son claramente deficitarios).



**Figura 1**

3. Cuadrante asimetría complementaria o complementariedad asimétrica (uno de los miembros goza de mayor poder que el otro, aunque ambos se complementan o, al menos no detectan carencias en sí mismos o en el otro)
4. Cuadrante asimetría deficitaria o déficit ásimétrico (uno de los miembros goza de mayor poder y recursos que el otro o bien uno detenta el poder y otro los recursos).

Tanto desde el punto de vista fisiológico como cultural o simbólico el enamoramiento tiende a establecer relaciones vinculares muy fuertes entre las personas enamoradas. Posiblemente las sensaciones que acompañan al enamoramiento constituyen una de las experiencias con mayor poder transformador que pueden afectar a un individuo, de modo que es posible llegar a confundir el estado de euforia fusional con la ilusión de felicidad plena. En esas condiciones, o fruto de ellas, suele imaginarse la vida en común de los amantes como la meta que corona todo el proceso. Tal vez por ello todos los cuentos de hadas y princesas terminan casi invariablemente con un casamiento feliz. Pero luego surge la tarea de organizar la vida en común y de negociar las reglas del juego en la relación en función de las coordenadas simetría - complementariedad.

Vamos a partir del supuesto que por el hecho de establecer una relación, independientemente de las características individuales de cada uno de los miembros que la componen, puesto que nadie nace simétrico ni complementario, se genera un ámbito de interacción en el que cada uno se posiciona en función de los vectores

simetría – complementariedad en juego. Esto da origen a las diversas modalidades de relación que se construyen en el seno de cualquiera de los posibles cuadrantes.

### **Cuadrante 1: simetría complementaria**

Si la relación se establece en el cuadrante simetría – complementariedad, ambos miembros de la relación se reconocen un poder y autonomía similares. Comparten gran parte de sus objetivos, construyendo una amplia zona en común, donde hay lugar para las diferencias, que viven como complementarias, no como antagonicas. Se respetan y se escuchan mutuamente; toman acuerdos en común y en aquellas cosas en que no coinciden permiten la discrepancia (por ejemplo en el ámbito laboral, de la familia de origen, de las amistades o en el de las aficiones y los gustos) o la alternancia (por ejemplo, 15 días en la playa y 15 en la montaña). Podrían vivir separados, y a veces los hacen como *singles*, pero prefieren hacerlo juntos, es más gratificante: la mutualidad o reciprocidad preside su relación.

Raquel, una paciente de 39 años, comenta con otras pacientes de un grupo que hablan de su inapetencia sexual y de las formas somáticas que asume la expresión de ésta en la relación, cómo ha conseguido restablecer la simetría complementaria tanto como esposa, como madre. A través de un minucioso proceso de introspección Raquel es capaz de reconocer que su inapetencia sexual se debía no a jaquecas, cansancio o ataques de ansiedad, sino a su inconformidad con una relación insatisfactoria. Ahora que ha conseguido desenmascarar su propia trampa, Raquel ha aprendido a renegociar los términos de la relación.

R.: (interrumpiendo) *Lo que voy a decir, no sé si puede venir al caso o no, pero eso me pasó a mí hace años. A lo mejor me podía estar concentrada viendo una película y de repente me daban palpitaciones y tal, pero... yo enseguida me di cuenta que eran siempre... eran por la noche, siempre eran cuando yo pensaba “ahora me tengo que ir a la cama” [T: Ajá] “y tengo que ir con mi marido”. Era la época en que yo el sexo nada [T: Sí] era una fobia... era malísimo ¿no? y a ver, me costó mucho reconocerlo [T: Ajá] porque empezaba a ponerme mal... yo decía “¿por qué a esta hora? Y ¿por qué por la noche? Y ¿por qué en la cama?”*

CECI: *Sí, sí a mí me pasa todas las noches.*

R.: *... entonces me di cuenta que me daba mucha presión pensar que ahí tenía que cumplir con mi marido y que yo no tenía ganas porque no me encontraba bien.. ¿no? y no sé si tiene algo que ver, tal vez ella, hay algo, que cuando desconecta...*

CECI: *Eso también lo pienso...*

R.: *... Ahora vuelvo a la realidad! y ¿cuál es la realidad? [T: Exacto]... o sea eso me pasó a mí ¿no? Y al principio me sentía muy mal porque pensaba “no quiero a mi marido” pero no era eso, es que yo interiormente estaba*

mal y entonces no me apetecía el sexo ni nada. Pero ¿por qué?, porque estás reprimiendo cosas, sentimientos, pues hay que poner palabras a lo que sientes, por ejemplo ¿por qué tiemblo? Oye, pues a lo mejor en ese momento, cuando me pasaba a mí, ¿por qué temblaba yo? ¿por qué me daba taquicardias? Porque mi marido se acercaba a mí y era la noche, o sea yo relacionaba sexo con temor, o sea me costó, me costó mucho tiempo reconocerlo y luego quitarme pues un poco la angustia... ¿por qué tenemos que ser culpables? No somos culpables, somos una consecuencia y tenemos que aceptar que estamos mal y lo pasamos muy mal, pero realmente ahora he reconocido que era mi vida lo que no me gustaba, porque a mí no me parecía que era lo que yo quería de mi vida... A parte, la relación con mi marido también cambió mucho, porque yo tenía asco, yo no quería el sexo, yo, para mí era una enfermedad, me bloqueaba, o sea lo pasaba muy mal. Y, en cambio, cuando he podido reconocer, “no me gusta cómo es mi marido en esto y en esto”. Yo pensaba “si es que mi marido en esto no me gusta es que no le quiero”. Pues no, se trata de decir: “no, es que no me gusta cómo es en esto y en esto, eh, le falta de esto, pero eso no significa que no le quiera”. O sea poder quejarme, tenía derecho a quejarme siempre que me quejaba de mí, pues no, poder decir “oye, los problemas están aquí”, decir “mi casa no me gusta por esto y por aquello”, poder reconocerlo, ponerlo de frente y mirarlo y luego intentar trabajar. Por ejemplo, yo descubrí que no era el sexo lo que a mí me cortaba, porque ahora voy como una motocicleta, lo tengo acosado, o sea [T: Acosado sexualmente] sexualmente lo tengo acosado. En mi vida lo hubiera yo pensado eso de mí, ¿no? Tengo apetito sexual siempre, pero ¿por qué? Porque estoy luchando [T: M-hm] estoy luchando por decirle a él lo que me gusta, lo que no me gusta y pues eso intentar... Estoy mejor en mi casa, porque hasta ahora no era mi casa. Pues ahora estoy cambiando cosas, cambio de color, quiero pintar la casa y tal ¿no? Entonces es eso, poner de frente lo que no me gusta, por duro que sea, porque a veces puede ser muy duro, pero por lo menos poder luchar contra algo, porque si no, siempre estarás enferma. O sea, yo es lo que me planteé, yo no quiero estar enferma, lucharé. Yo llegué a pensar, bueno creo que me tengo que separar y, en cambio, pues no. Me he dado cuenta que no, que yo tengo un carácter bastante complicado, soy muy celosa, soy hiper-celosa, que estoy muy bien con él, que lo quiero mucho, me siento muy enamorada, que estoy muy bien con mis hijos, pero también he cambiado como madre.. Yo ya no soy la mamá, soy la Raquel en mi casa. Y si yo quiero irme a natación, me voy. Y si me dicen “es que nunca estás en casa” “¡Ah! ¿Y tú? ¿Estás?” O sea llevo ya más mi vida. O sea, ahora casi con cuarenta años, llevo yo mi vida, la mía, la que a mí me gusta. O sea no la he conseguido al cien por cien,

*pero estoy por eso, estoy por conseguirlo. Mi vida, mi vida, lo que a mí me gusta lo hago, lo que no me gusta, no lo hago. Y cuando tenga que decirle que no, pues le diré que no; o sea ya no quiero complacer a todo el mundo, porque mi vida ha sido complacer y a quien no he complacido es a mí misma. Pues no sé si servirá de mucho, pero [T: Claro que sí], pero es lo que me pasa a mí. O sea, yo tengo un carácter, pues, bueno, intentaré pulirlo. A parte de que quiera pulir a otras personas que estén conmigo, también me intento pulir, o sea no es que sea exigente con los demás, pero yo le diré a mi marido “¿Tú me quieres? ¿Sí? Pues vale. Pues yo te quiero y quiero que conmigo seas así, si tú crees que no me lo puedes dar es que entonces no me quieres, entonces mejor que cortemos” O sea yo estaba dispuesta a emprender una vida, mi vida (silencio de segundos) cortar con todo y mira que yo me hubiera ido sin nada de mi casa o sea estaba dispuesta.*

*CECI: A ver, yo pienso, por ejemplo, que ahora no quiero hacer el amor con mi marido y me da asco, pero es porque me encuentro mal [T: M-hm]. Una persona cuando se encuentra bien físicamente entonces, cuando si yo estoy bien físicamente si me da asco entonces ¡eh! y no tengo ganas dices “¡Oh! aquí pasa algo”, pero es que yo noto, tengo comprobado hace nueve años que cuando yo físicamente estoy bien físicamente soy feliz con lo que tengo.*

*R.: Pero Ceci, hay una cosa, eh, que yo también decía no tengo ganas de hacer el amor porque estoy mal. No, perdona, estaba equivocada, eh, no me gustaba la relación que tenía con mi marido. O sea, ahora soy consciente, ¿eh? No me gustaba la relación que tenía con mi marido. ¿Por que? Porque no me gustaba que siempre era a la noche, siempre era de viernes, sábado, domingo, ¡ala! ¿no? Había que fichar. (Risas) Parece duro, pero es como yo lo veía. Luego, cuando no tenía ganas decía “Bueno, va, me voy a esforzar”. Error, craso error, porque eso me hace sentir peor. Eso lo veo ahora, eh, no lo veía antes [CECI: Forzarme, yo también tengo que forzarme, ¿eh?]. Entonces yo, para convencerme decía “bueno, es que estoy mal y tal”. Eso era peor, porque eso me hacía coger asco. Eso es lo que a mí me hacía coger asco. No tenía apetito, pues lo mejor es decir “no, no tengo ganas”. Entonces qué pasa, que ahora pues yo eso lo hago como yo quiero que sea. Si yo estoy bien durante el día, es normal que a la noche quiera estar bien con él, pero si yo durante el día, ni me besa, ni me dice qué guapa estás, ni me mira, ni nada, que trabajamos, que tal, que cual... va ahora toca dormir y lo demás, oye pues no. No soy una máquina, soy una persona que necesita sentimientos, que necesita cosas. Él es más mecánico, porque es un hombre, o sea yo le tengo que enseñar, si no está dispuesto... (Risas)*

## **Cuadrante 2: simetría deficitaria**

Si la relación se establece en el cuadrante simetría deficitaria, lo más probable es que se produzca una lucha por el poder, recriminándose cada uno los déficits del otro y exigiéndose mutuamente una mayor contribución a la relación. Estas parejas, caracterizadas por fuertes carencias personales que llevan a la insatisfacción mutua, pueden romper violentamente o continuar toda la vida enzarzadas en la lucha por el poder, que naturalmente puede ejercerse de formas muy diversas, por ejemplo a través de la crítica o descalificación sistemática del uno contra el otro. Por desgracia pueden también implicar a los hijos, caso de tenerlos, en esta lucha, tanto si permanecen unidos como si se separan. Las armas empleadas pueden ser similares, como la crítica, o bien distintas según las características individuales, por ejemplo los gritos o violencia física por parte del hombre y el descrédito social y familiar por parte de la mujer o viceversa, que puede resultar particularmente problemática cuando hay hijos por medio.

Ricardo y Lorena llegan a terapia con una doble demanda como padres y como esposos. Se reprochan mutuamente no saber educar a los hijos y no sentirse correspondidos en el amor. La mujer recrimina falta de autoridad y constancia en el marido como padre de los hijos, así como los modos bruscos e impulsivos que usa con ellos cuando quiere recuperar el mando, o las actitudes caprichosas o condescendientes que adopta cuando quiere ganarse su cariño. El marido echa en cara a la mujer, profesional exitosa que pasa mucho tiempo alejada del hogar por motivos de trabajo, sus ausencias y la constante desautorización a que le somete ante los niños. Ella interpreta sus quejas como intentos de boicotear su éxito profesional y le atribuye unos celos enfermizos e infundados. Él se queja de su falta de cariño, de ausencia de respuesta sexual y de atención personal y doméstica. A veces explota con notable agresividad y violencia emocional, a veces le pide perdón y se humilla. Ella no deja nunca su actitud crítica y despectiva. Ambos recuerdan con nostalgia los tiempos de noviazgo en que se sentían románticamente atraídos: él le dedicaba poemas y canciones que componía; ella participaba en las actividades y aficiones lúdicas de él. En ocasión de esos recuerdos aparecen manifestaciones de ternura y aproximaciones cariñosas, pero pronto vuelve a percibirse el hielo del desengaño y el desprecio entre ellos. Inicialmente la terapia se centra en intentar recomponer la pareja parental, dado que su desavenencia está perjudicando a los hijos; posteriormente se intentan abordar los problemas como pareja esponsal. En este momento empiezan a menudear las cancelaciones de las sesiones terapéuticas, a veces por parte de los dos, otras por parte de uno cualquiera de ellos. Finalmente la pareja salta por los aires, ella se va con un amante que se ocultaba tras tantas reuniones, viajes, congresos y cenas de trabajo.

O pueden adoptar ambos una postura pasiva/agresiva o pasiva/resignada,

dejando pasar el tiempo sin abordar los problemas o permitiendo que se pudra la relación. En estos casos no suele haber violencia, sino una dejación del ejercicio del poder que con frecuencia lleva a la inactividad o a la inoperancia por ambas partes.

Mario y Guillermina se conocen desde el Instituto. Comparten una casa grande que consta de dos viviendas. La casa tiene un jardín que constituye un espacio común, donde retoza una perra que ambos quieren como a un hijo. A veces cohabitan y establecen un fondo económico compartido, a veces se distancian y cada uno se refugia en su propia vivienda y organiza sus gastos de forma individual. Ante amigos y conocidos pasan por una pareja perfecta, aunque entre ellos no existe ninguna vida amorosa. La razón se halla en un trastorno hipofisario de él, conocido como “galactorrea o hiperlactemia hipofisaria” (DSM IV) que tiene como consecuencia la inhibición del deseo sexual. Esta circunstancia es celosamente ocultada al conocimiento de los demás. Su relación se ha acomodado durante muchos años pasivamente a esta condición deficitaria. La crisis en la pareja se ha producido últimamente por el cambio brusco en una de las condiciones originales en las que estaba basada la relación: la disfunción sexual de Mario. Finalmente la pareja se ha decidido a solicitar una consulta profesional en busca de un diagnóstico y tratamiento de su problemática. El motivo de este planteamiento viene provocado por la sensación de vacío que surge en la pareja a propósito de la muerte de la perra, la cual les lleva a plantearse la ausencia de hijos. Debidamente tratado el problema de Mario remite con facilidad, dando origen a un deseo sexual expresado de forma muy primaria o elemental por parte de él, que ahora busca satisfacer con quien sea y al modo que sea, lo que a ella le produce aversión. La condición deficitaria inicial sobre la que estaba asentada la relación de dependencia mutua cambia ahora de signo, dando lugar a una desestabilización de la pareja. La nueva situación tampoco es satisfactoria para ninguno de los dos, pero ambos se sienten ligados por una larga historia de fidelidad y deuda mutua. Inician un periodo donde ambos tienen que volver a negociar los parámetros de la relación, una vez superado el déficit.

### **Cuadrante 3: asimetría complementaria**

Si la relación se establece en el cuadrante de la asimetría complementaria o complementariedad asimétrica (el poder lo detenta uno solo de los miembros, pero los déficits se compensan mutuamente con los recursos del otro) se produce un movimiento espontáneo hacia la unificación de criterio, lo que suele implicar el dominio de uno y la acomodación del otro, a veces hasta la anulación o supeditación completa. Corresponde con el modelo patriarcal tradicional en muchas sociedades, donde con frecuencia la mujer pierde hasta su apellido, para tomar el del marido y, en los casos más extremos como en la India anterior a la colonización, puede llegar

a morir echándose a la pira para acompañar al esposo difunto. Tales relaciones pueden llegar a ser satisfactorias para ambos cónyuges en conformidad con su modelo cultural, pero implican siempre un desequilibrio en el poder, aunque a veces se han establecido notables correctivos distinguiendo entre poder social, correspondiente por lo general al marido, y poder doméstico, correspondiente más bien a la mujer, lo que hace la relación más complementaria. Como se ha venido diciendo de modo recurrente a través de la historia ya desde Catón, citado por Valerio Máximo en sus *Memorialia* (VI, 3):

*“Nosotros, los hombres, dominamos el mundo, pero nuestras esposas nos dominan a nosotros”*

Miriam, 50 años, es la hija mayor de un matrimonio que tuvo dos hijos, ella y un chico. El padre murió hace unos veintiséis años y ella ha tenido que hacerse cargo de la madre y del hermano. Casada muy joven, tuvo dos hijos, un chico de 31 años, que le está trayendo muchos problemas con la droga y su comportamiento asocial, y una chica de 30. Conserva todavía un tipo atractivo, lo que ha sido la obsesión de su vida. Cuando era joven, se sentía una de las mujeres más bellas del mundo, pero tenía prisa por llegar a los cincuenta, porque estaba segura de no tener rival a esa edad. Ahora vive con un hombre de menor estatura que ella, calvo, con barriga, aunque con buenos pectorales y brazos musculosos, pues se ha dedicado a la halterofilia durante muchos años, lo que le da un aspecto desigual, ancho de espaldas, estrecho de cadera y corto de piernas. Con este “atleta” ha tenido su tercer hijo, de veintidós años. La pareja constituye el prototipo de la “bella y la bestia”.

La relación con este hombre vino a llenar el vacío que dejó el suicidio de su primer marido. Se conocieron y fueron a vivir juntos por primera vez hace veinticinco años y al poco de tener el hijo, se separaron por maltratos. Durante estos años hasta la actualidad en que vuelven a vivir juntos, su relación ha sido tumultuosa, jalonada de separaciones y reencuentros, de desprecios, maltratos y persecución sexual. Ella ha hecho lo posible para mantener la complementariedad de la relación, aportando sus recursos personales y económicos (vendió su piso para arreglar la casa de él), pero él se emplea a fondo para mantener la asimetría.

Para ejercer su dominio la ataca allá donde más le duele: le dice que ya no está atractiva, que no está ni para los “paletas” (albañiles), a la vez que la somete sexualmente en cualquier momento utilizando expresiones vulgares y soeces, violentándola físicamente, actitudes a las que ella se rinde y se entrega sin condiciones, con tal de asegurarse que no la va a dejar, porque la necesita, como ella le necesita a él. Miriam ha dejado incluso de fumar porque a él no le gusta (“duermo con una planta de tabaco”, según su expresión), no por su salud que ella cree a salvo, sino para complacerle.

M.: *Sí, yo lo he hecho por él, porque a mi incluso el fumar me quitaba de*

comer; en cambio ahora...

T.: La pregunta es ¿por qué lo haces por él y no haces las cosas por ti?

M.: Porque, que yo recuerde, no he hecho nunca las cosas por mí, siempre he mirado por los demás (llorando) desde siempre, desde siempre por mi hermano, por mi madre, por mis hijos... y si me he arreglado ha sido siempre por él, porque me ha dicho: “o te arreglas o me busco otra”... Siempre me ha gustado que los demás, eh, me admiren y que se den la vuelta al pasar. Siempre ha sido así... Es un defecto que he tenido siempre: me ha gustado que me miren y ahora me miro al espejo y digo: “fíjate, ya se te está arrugando la cara y ya te estás volviendo fea, mira el pelo que te está cayendo, la barriga que no se me quita...”, (llorando) yo misma me voy viendo, que ya he perdido, que ya no sirvo para que la gente me mire...

T.: O sea, tú no haces las cosas para que él te diga: qué guapa estás!, las haces para que no te diga: qué fea estás! Tú quieres evitar la descalificación, porque él te descalifica y, descalificándote, te tiene subyugada, es su forma de dominar; si alguien te quiere dominar, lo tiene muy fácil, te descalifica.

M.: Es que sabe que el defecto que yo tengo es que siempre me ha gustado que me admiren.

T.: Pero a ver, ¿tú te sientes deseada o querida por él cuando te trata o te habla de esta manera despectiva?

M.: (silencio) (suspira) Es que en aquel momento tampoco soy capaz de pensar en lo que estoy haciendo... Pienso más bien “o me pongo yo o se va a poner otra en mi lugar”.

T.: Entonces, ¿él te quiere o te utiliza para sus necesidades?

M.: él dice que me quiere, porque le digo: “te quiero” y él dice: “yo también”.

T.: Y ¿en qué notas que te quiere?

M.: (silencio) Mhmm, no sé.

T.: “Te quiero, no sirves ni para los paletas, pasa a la cama que andas caliente”. O sea, ¿esto cómo liga? ¿Cómo se entiende?

M.: Porque tal vez tenga razón. Yo ya no soy joven ni tengo tampoco la figura que tenía antes.

Viene a terapia pidiendo ayuda no para liberarse de la humillación y el sometimiento al que se ve expuesta continuamente, sino de sus propios celos que se han disparado angustiosamente a partir del último reencuentro que les ha vuelto a la convivencia. Le sigue a todas partes a escondidas, con el coche de su madre para que él no se dé cuenta, le espía el teléfono, se mete en sus cuentas de internet, ha acudido a “videntes”, ha llegado a quedarse encerrada en el armario de la habitación para controlar si se iba a la cama con otra mujer. La razón de estos celos exacerbados parece radicar en unas condiciones de dependencia que ella misma ha ido favore-

ciendo al vender su piso e irse a vivir con él, habiendo gastado además sus ahorros en arreglar la casa de él; al empezar a sentir el deterioro de su principal activo, la belleza; al sentirse amenazada por la conducta violenta de su hijo mayor que mantiene cuentas pendientes importantes con la justicia. Por primera vez en su vida, ella que ha hecho frente al cuidado de su madre y de su hermano, al suicidio del primer marido y a la crianza de los hijos, trabajando incansablemente por seguir adelante, rechazando pretendientes bien acomodados porque no quería depender de nadie, ahora empieza a sentirse inválida y se agarra a un clavo ardiente.

M.: *He rechazado a muchos hombres con dinero y en cambio he escogido a hombres necesitados. Siempre he sido yo quien ha aportado los recursos... Tal vez porque yo no he querido depender de nadie... Lo que no me gusta es que yo ahora dependa de esta persona, cuando en toda mi vida no he dependido de nadie.*

T.: *No querías depender de nadie y has terminado dependiendo de él.*

M.: *Sí, pero en la época en que lo hice yo tenía mi trabajo, yo estaba bien, iba para arriba y para abajo... y no veía las cosas de este modo. O sea, pensaba que podría estar trabajando toda la vida y si pasaba algo irme a un piso de alquiler... pero ahora, tal como están las cosas, cualquiera se va a un piso de alquiler. Y, además, otra cosa: ¿qué hago sola?... Sea como sea tengo que buscar una solución a esto*

T.: *Cuando dices “esto”, ¿a qué te refieres?*

M.: *a estos celos... a estas tonterías.*

T.: *El problema de estos celos no está en si te engaña o no te engaña, el problema está en ti, en que no te quieres, porque su reconocimiento no lo puedes esperar, no lo tendrás nunca. Y también estás pendiente de la otra gente, si se gira para mirarte por la calle... Ahí está tu problema. Mientras te has sentido segura, te sentías guapa y tenías casa y trabajo no lo vivías como un problema, pero ahora que piensas que puedes perder la estabilidad, que te ves amenazada por tu hijo, que ya no estás en tu casa, ahora te sientes insegura y estás intranquila, con el miedo de que este hombre te deje. Eres tú la que tienes que mirar si vale la pena vivir de ese modo, con esta continua descalificación... Pero si tú estás pendiente de que el otro te rechace o no te rechace, y si eres capaz de hacer cualquier cosa aun a costa de tu dignidad, con tal de que no te deje, entonces el problema lo tienes tu misma, porque los celos nacen de ahí, ya no es lo que hace el otro, es mi inseguridad. La prueba es que esos celos han aparecido en un momento en el que tú te has empezado a sentir insegura. Antes te daba igual lo que hiciera, incluso en el fondo se puede decir que tú no le quieres.*

M.: *No, no le quiero; lo necesito porque me da seguridad, su presencia me protege. Es, digamos un muro entre yo y mi hijo.*

T.: *Exacto: una protección, un escudo, como una pantalla, tú lo has*

*utilizado también a él.*

M.: *Sí.*

T.: *Lo que pasa es tú que no lo has despreciado o no lo has maltratado. Pero él a ti, sí. Y se pavonea de tener una chica tan alta y tan guapa, y tal. Y si queréis vivir juntos, y esto resulta práctico y a ti te da seguridad, pues adelante, pero no pongas tu salud mental y tu autoestima en él, porque te acribillará.*

#### **Cuadrante 4: asimetría deficitaria**

Si la relación se constituye en el cuadrante asimetría deficitaria o déficit asimétrico significa que está basada sobre la distribución totalmente desigual del poder y de la complementariedad. Hay alguien que tiene todo el poder y todos los recursos y alguien que carece de ambos. Esta situación da origen casi espontáneamente a una relación de dominación – sumisión. En estos contextos los maltratos pueden llegar a verse como algo consustancial a la estructura de la relación. Por ejemplo, en Polonia existe una expresión tradicional que dice: “mi marido ya no me quiere, ya no me pega”. Como dice Linares (2006):

*“El poder, si es unilateral y sin compensaciones, es raro que se limite a proteger, y, por el contrario, muy probablemente sojuzgará y abusará”.*

La descripción de Carlota, una paciente de 40 años, titulada universitaria, altamente cualificada a nivel profesional, reproduce claramente el esquema de maltrato en una relación de asimetría deficitaria. Casada con un alemán, diez años mayor que ella, que tiene dos hijos de un matrimonio anterior, ha pasado por una situación de maltrato que de alguna manera continúa después de la separación. En la actualidad le resulta particularmente angustioso el régimen de visitas de que goza el exmarido en relación a los hijos de su matrimonio con él, un niño y una niña, por la sospecha de abusos sexuales por su parte. Su testimonio es como sigue:

*“Me sentía perdida, sola, culpable, confundida, no entendía nada ni a nadie. Sentía que me había casado para confiar y compartir, para crear juntos y veía que hacía años que los mensajes que recibía eran siempre negativos: que no sabía cocinar, ni planchar, no sabía tratarle bien, no le cuidaba suficiente, no vestía bien, que no sabía nada de finanzas, que no tenía ni idea de hijos ni de cómo tratarlos porque él ya tenía experiencia y yo no, no sabía hacer café, ni pan con tomate, que lo hacía mejor su hijo mayor (del primer matrimonio), que cuando cocinaba yo siempre faltaba o sobraba sal, el pescado estaba demasiado hecho o crudo, la ropa que me compraba no le gustaba, incluso tenía que devolverla si no la había comprado con él. O cuando me corté el pelo escalado para el bautizo de la niña, se pasó un mes entero quejándose cada día de que no le gustaba y que no me lo cortara jamás. O cuando se pasaba una semana entera sin hablarme y ni tan siquiera sabía porqué.*

*Aparte de esto, él no trabajaba, yo lo pagaba todo y él ni trabajaba ni ayudaba en casa y siempre yo lo hacía todo mal. Y finalmente, todo estaba a su nombre, la casa de Berlín, las acciones, la mitad de la casa de Barcelona y además yo pagaba los gastos de Berlín y Barcelona, su móvil de ejecutivo, el Mercedes, las jornadas de no sé qué con la crême de la crême ejecutiva en el Club de Polo, el de Tenis, o el de Golf...*

*¿Qué había pasado? **Yo intentaba hacer todo lo que podía para complacerle. Y nunca era suficiente.** Vestir como él quería, maquillarme como él quería, ver o no ver a la gente que él quería, no ver a mis amigas, tenía celos de mi abuela y de mi hijo. Creo que me salvaron dos cosas o mejor dicho una. Tener unos principios éticos honestos con unas ideas claras sobre dos temas: el tema de la sexualidad y los hijos. Me había pedido muchas veces mantener relaciones sexuales con otra gente (con otros hombres y él mirando o trios) y nunca accedí. Y luego empezó a amenazarme que si no lo hacía como y cuando él quería se buscaría a otra. Desgraciadamente, después de la separación tuve la evidencia que sus gustos sexuales ni tan siquiera eran legales.*

*Y también lo que colmó mi vaso de aguante fue cómo trataba a los niños. Lo que él hacía no tenía nada que ver con lo que yo pensaba que debía ser el amor del padre de mis hijos. No quería estar con ellos más de 15 minutos, menos si lloraban, nunca les daba el desayuno, comida o la cena, nunca les cambiaba el pañal. Solamente quería estar con ellos durante el baño. Y ponía el pistillo para que yo no pudiera entrar porque decía que si yo entraba luego los niños no querían estar con él. Y luego supe porqué. Porque abusaba de ellos.*

*Sin embargo, me sentía culpable. ¿Qué habré hecho mal? ¿Tantas cosas? ¿Que no merezco que me ame y me respete? Y, sin embargo, siempre pensaba que se arreglaría, que cambiaría, que encontraría un trabajo, que dejaría de atosigarme, que dejaría su fascinación por los cuchillos extremadamente bien afilados, de hacerme llorar...*

*Después de la separación, al enterarme de los abusos sexuales a mis hijos, ... ¡qué dolor! ¡Le teníamos tanto miedo los tres! Supongo que estaba paralizada de miedo y no podía ni moverme. El día de nuestro noveno aniversario me dí cuenta realmente de la farsa que estaba actuando. Me regaló un libro con 365 formas de ser romántico, me llevó a un restaurante de lujo y me dijo después de ver la película “Moulin Rouge” que yo lo era todo para él, que me quería muchísimo. A los dos días tenía billete para Berlín para ver a su amante con la excusa de ver a su madre antes de Navidad. ¡Yo tenía el e-mail de confirmación de que pasarían el fin de semana juntos!*

*Todo había empezado 10 años antes con el juego de “hoy llueve, es culpa*

*tuya y tienes que traerme el desayuno a la terraza”.*

Pero pueden existir en este cuadrante relaciones fundadas sobre la distribución desigual del poder y los recursos que se establecen con una intención compensatoria, como las de Pigmalión que se busca mujeres ignorantes para enseñarles, o las mujeres cuidadoras que se atan a hombres necesitados de cuidado, que puedan resultar gratificantes para ambas partes mientras se atengan y en la medida en que consigan su objetivo compensador.

Genoveva es una mujer de 50 años, madre de un hijo de 27, casado ya y con un bebé. Su marido enfermó al poco tiempo de nacer el hijo, cuando ella tenía sólo 25 años y, desde entonces, ha ido deteriorándose de tal modo que apenas puede salir de la cama. Los tratamientos agresivos de radio y de quimioterapia a los que fue sometido tal vez le salvaron la vida, pero le dejaron unas secuelas irreversibles en su organismo que le obligan a ir constantemente sondado. Esto provocó que su vida pública y social se redujera drásticamente, limitándose al círculo de la familia estricta, el marido, el hijo y los suegros, puesto que los padres viven en otra región del país. Estas circunstancias le han llevado a desarrollar un gran secretismo, bajo el que oculta a su entorno la situación doméstica. Es en el grupo de terapia al que acude, donde por primera vez hace pública su situación. Reconoce que este aislamiento la hace sentir muy inhibida o tímida ante las demás personas, una dependienta, una vecina de la escalera... o principalmente con los médicos a los que tiene que acudir frecuentemente. Recuerda haber llorado de rabia y de pena por la compasión que le manifestaban ellos ante la enfermedad del marido. Refiriéndose a la situación en que se encuentra cuando tiene que hablar con los médicos dice que se siente “mermada”, que se le hace un nudo en la garganta

*G.: Ese nudo me siento de que quiero que él me entienda y a parte que no le dé lástima a ese médico de mí. Me siento que digo, que no quiero dar lástima siempre a los médicos. Ahora menos, porque ahora ya soy más mayor y tal, pero esto ha sido con una continuidad*

*T.: ¿Qué sería dar lástima?*

*G.: Pues eso de que piensen “pobrecita, lo que lleva encima con su marido”. Realmente esto es, lo que yo siento, que qué pena; pero como lo he vivido de muy joven, esto si que lo he sentido “pobrecita lo que tiene con su marido ya tiene bastante” porque lo he sentido decir muchas veces. Y ¡bua! y lloro, de solamente sentir eso: “qué pena, tan joven”. Ahora no, ahora ya soy mayor y a lo mejor tengo más resistencia en eso, pero vamos a mí eso me ha sensibilizado de tal forma que, que bueno. Era ponerme a llorar todo el día, todo el día y, lloro todo el día por, no poder dejar el llanto venga, venga y venga y venir médicos venirme a hablar, solamente por ver que el médico me miraba que me decía, que lo sentía yo, ¿no? “qué pena tan joven lo que tienes encima”*

UNA PACIENTE: *¿Llorabas porque dabas pena?*

G.: *Sí. No quería dar lástima. Por eso en el pueblo cuando lo de mi marido le dije algo a mi madre, vamos a ver, saben que ha tenido problemas, pero no han llegado a saber lo que era, no lo ha sabido ni mi madre, aunque mi familia algo sabrán a través de mi cuñada. No he querido dar lástima, no puedo. Pero realmente no he dado la apariencia de los problemas que he tenido, ahí he sido la Geno y punto. O sea, vas cogiendo puestos en según que zonas, en según qué sitios.*

Este otro sitio es el ámbito familiar estricto, el marido, el hijo y la suegra. La relación con ella ejemplifica muy bien una posición de asimetría dominante. La enfermedad del marido le ha dado el poder y con él la seguridad, aunque a costa de su autonomía personal, puesto que ha generado una relación de codependencia: el marido depende totalmente de su esposa-enfermera y ella depende de la enfermedad de él.

G.: *Bueno pues con mi suegra me siento tan segura, tan segura de mí misma, que si tengo que decir las cosas se las digo, pero con respeto: “no me parece bien esto y esto”, y me siento segura de esto.*

T.: *¿Por qué crees que con tu suegra sí?*

G.: *Porque creo que me he valorado tanto a lo largo de los años*

T.: *¿Al cuidar a su hijo?*

G.: *Al cuidar a su hijo y otras cosas. He sido una mujer de mi casa y de mi marido, de mi hijo. Yo me siento superior a ella en educación del hijo, en llevar la casa, o sea, no sé, me siento super valorada yo misma delante de ella. Tengo un puesto de que..., vamos a ver, ahora hablando así, **tengo como un trofeo, ahí puesto y digo mira qué bien. Yo considero que me siento orgullosa mí misma delante de ella para decirle “usted está equivocada en esto, esto y esto” porque he convivido siempre más con mi suegra que con mi madre y me he puesto valores a mí superiores a ella en todos los sentidos en llevar a la casa, en llevar al hijo y ahí siento pues que estaría en un pedestal, ¿no? O sea en serio, es que curioso porque, la rectifico en muchas cosas...** Y cuando mi marido estaba bien nos relacionábamos con gente más importante. Si un cierto día han venido estas personas a mi casa, he sabido estar en el lugar porque estas enseñanzas las tengo y entonces no he quedado a menos sino que he quedado muy bien. Y esto mi suegra lo tiene súper valorado, porque tiene a la hija que tiene mucho dinero, pero que es mermada en detalles, es más brusca, aunque es una persona fabulosa... En cambio esos detalles yo los tengo: el detalle de cuidar a mi nieto, que siempre me ha dicho que lo llevo yo mejor. En todo esto es curioso porque me escucha. No, sí, sí, sí me hace caso es que me hace caso. Y todo esto me ha servido como inyección para mí.*

## La dinámica oscilatoria de las relaciones

Obviamente, estos cuadrantes no son estancos y, particularmente en los puntos de cruce de los vectores y sus proximidades, pueden darse oscilaciones y superposiciones entre los distintos cuadrantes. Igualmente, a causa de la dinámica evolutiva de las relaciones pueden producirse corrimientos de unos a otros, o intentos más o menos explícitos de volver a definir las posiciones por parte de alguno de los miembros de la pareja o incluso de ambos cuando deciden acudir a terapia de pareja. En la película “*Te doy mis ojos*” la relación parte de una posición de asimetría deficitaria, donde él está arriba en posición dominante e intenta mantenerla a ella en posición sumisa: se entienden a la perfección cuando ella accede al juego sexual de darle todos los miembros de su cuerpo, uno por uno: pero luego se rompe este entendimiento cuando ella intenta colocarse en una posición simétrica complementaria, buscando un trabajo y una promoción cultural y profesional. Entonces él la humilla y la maltrata: se destapa Barbazul. La distinción entre ficción y la realidad, sin embargo, es sólo cuestión de formato narrativo. En estos casos sólo sirve la lucha por recuperar la dignidad.

Maricel, una paciente, cuya historia completa hemos reproducido en otro lugar (Palau, 2003), habiendo conseguido después de 11 años de humillaciones y maltrato psicológico deshacerse de su secuestrador, al que comparaba con Barbazul, era capaz de reconstruir su dignidad con estas palabras:

*“Digna y serena. Desde la distancia. Con un rencor vivo pero apaciguado. Con la mirada al sol y, en ocasiones, con las sombras de los fantasmas acosándome en la oscuridad. Pero siempre con la cabeza alta y el cuerpo erguido.*

*Me pregunto cómo te cedí el paso en mi mundo, cómo te dejé manipular mi conciencia y cómo te permití que quebrases mi vida hasta destruirla. Ahora, a través del tiempo, todavía no comprendo cómo consentí que sumieras mis días en una tragedia.*

*¿Cómo no me di cuenta en el momento de conocerte, de que tu propia imagen gris transmitía dureza y crueldad? Quizás con ignorancia confundí tu soberbia con seguridad. Tal vez me engañé y quise creer que tu agresividad era fortaleza. Transformé tu arrogancia en nobleza, tu altivez en señorío.*

*Me pregunto de dónde pudo proceder tanta insensibilidad, tanta frialdad, tanta mezquindad.*

*No, no quiero caer en tu inculpación. Sería otorgarte más valor del que nunca mereciste y del que estoy dispuesta a darte. Pero única y simplemente voy a asumir la responsabilidad que me corresponde, la de haberme doblegado ante tanta humillación, la de no haber sabido desafiar tu despotismo, la de haber caído absorta en la trampa de tus cien tupidas redes. Mi propia fragilidad facilitó tu trama. Mi descuido y mi imprudencia*

*fueron mi grave error.*

*Hoy quiero acabar de escupir el veneno que me inyectaste, arrancar de raíz las malas hierbas que sembraste en mi jardín mientras me persuadías de que yo y todo lo referente a mí era de tu propiedad.*

*No quiero dejar sitio en mi memoria para tu recuerdo. Reniego de haber creído que te quise porque ésa fue una causa de mi desgracia. Quisiera que no existiera rastro alguno que pudiera demostrar que tuvimos algún día algo que ver. Que nada ni nadie asocie tu persona a la mía. Incluso poder borrar el pasado como quién arranca y rompe las hojas de un libro de historia pretendiendo que no haya sido real.*

*Porque, sí, violaste despiadadamente mi corazón y mis sentimientos y arruinaste vilmente mi juventud. Implantaste en mi territorio el imperio del terror. Y convertiste mi mundo en un infierno y mi propia casa en un zulo. Aún así, mis heridas se han convertido lentamente en cicatrices y tu nombre no es ya más que la secuela de mi enfrentamiento al reino de las tinieblas, del que emergí desgarrada pero triunfadora; de mi lucha desarmada contra la inhumana agonía; y de mi cruenta batalla a muerte por mi dignidad.*

*Hoy soy capaz de anudar en un hatillo toda la miseria que me impusiste y, sin odio, pero con desprecio, devolvértelo para que tú mismo te ocupes de él. Como quien recibe los despojos de su propio crimen cuando se queda sin coartada.*

*Me desprendo de ti. Y te relego al olvido.*

*Porque he aprendido que pudiste partirme entera en pedazos con exquisito cinismo, saquear lenta y deliberadamente mis ilusiones y traicionar mi confianza. Me hiciste dudar de mis seres queridos, renunciar a mis convicciones, y aniquilar mi voluntad.*

*Hoy, mirándote de cerca y de frente a los ojos, y con la voz fuerte, pausada y clara, puedo decirte orgullosa que, a pesar de todo, no lo conseguiste. Cortaste mis alas incisivamente y a conciencia, y contemplaste cómo me sangraba sin escrúpulos ni compasión. Pero sobreviví a tu tortura, a tu ensañamiento y a tu infamia. Y, como el ave fénix, renací victoriosa de mis propias cenizas.*

*Y, ¿sabes?, cuando te dejé levanté la pesada lápida de plomo con la que me aplastabas y que no me dejaba ver ni respirar. Cuando te fuiste desapareció casi de repente esa espesa y enmarañada niebla que me ocultaba el universo.*

*Descubrí que el cielo es azul y no del tétrico tono con el que me lo habías teñido, y recuperaré mis colores preferidos, que están esparcidos por doquier,... y yo tantos años sin percibirlos. Y que a veces vivir es tan sencillo como comer cuando tienes hambre, cubrirte cuando tienes frío,*

*dormir cuando tienes sueño. Y que la paz y la felicidad no son una quimera. ¿Sabes?, quien se equivocaba eras tú, queriendo convencerme de que sin ti yo no era nada. Porque fue cuando te expulsé de mi vida cuando recobré mi condición de persona.*

## LA CONSTRUCCIÓN DE LA DEPENDENCIA

Por su propia naturaleza ninguno de estos cuadrantes genera una situación de dependencia, sólo en el caso en que la persona la viva de manera altamente insatisfactoria (egodistónica), pero no pueda alejarse de ella, romper con ella, ni siquiera imaginarse vivir sin ella o perderla, a causa de la **complementariedad deficitaria**. Vive en esta relación y ha escogido esta posición, con frecuencia a pesar incluso del intenso sufrimiento que le origina, porque de este modo colma su déficit (necesidad, deseo, carencia, etc.) o intenta evitar un conflicto de otro tipo. La amenaza de pérdida se percibe como una ausencia o vacío imposible de colmar, que genera un elevado nivel de ansiedad y desespero, comparable al “mono” producido por la carencia de una sustancia en la drogadicción o a los automatismos de atracón y vómito en la bulimia (Mallor, 2004).

Una pregunta obvia es la que surge de la consideración no determinista de esta concepción. Si nadie nace simétrico ni complementario, ni se recurre a otro tipo de determinismos biográficos, sociales o culturales, aunque en algunos casos pueden jugar un papel facilitador o precipitante ¿cómo se explica la elección de un posicionamiento u otro en una relación de pareja? La respuesta es compleja y admite diversas perspectivas. Baste ahora decir, al menos a grandes rasgos, que la relación de pareja es un espacio construido entre dos. A veces, ambos están de acuerdo en definirla de una determinada manera y en construirla conjuntamente; otras veces, las cosas suceden, o al menos así las interpretan los protagonistas de la historia, de forma más “mágica” o intuitiva: “*Dios los cría y ellos se juntan*”; otras, se dejan llevar por los estereotipos dominantes en una sociedad o cultura, por ejemplo de tipo machista o patriarcal, acomodándose a ellos; en otras ocasiones, finalmente, uno de los miembros toma la iniciativa para establecer los parámetros que definen la relación en base a sus características personales, determinadas creencias religiosas, esquemas culturales o pautas relacionales, oponiéndose a cualquier intento del otro miembro de la pareja para modificarlos o negociarlos, no quedándole más remedio a éste que acomodarse o someterse, si no quiere afrontar la ruptura.

Parece evidente que la experiencia amorosa predispone tanto desde el punto de vista fisiológico, como antropológico, cultural y psicológico a una cierta acomodación a las exigencias de la relación que implican con frecuencia la disolución de las barreras personales que podrían dificultar la creación de fuertes vínculos entre los amantes. Aunque se trate de un periodo transitorio, la época del enamoramiento crea unas condiciones relacionales en las que fácilmente se asientan

las bases para una futura posición de dependencia o sumisión o incluso de maltrato. La violencia contra las mujeres en el ámbito de la pareja, dice Marta Selva (2007):

*“surge de un malentendido vinculado al mismo concepto de amor. Se genera al compás de nuestra educación sentimental cuando en la adolescencia asumimos las normativas sutiles que pueblan nuestro espacio simbólico y que nos predisponen a iniciar nuestras relaciones amorosas desde posiciones de dominio o sumisión. Cuando sin darnos cuenta acabamos encontrando natural el control de nuestra libertad en aras de la pasión y la entrega al otro. Se construye culturalmente, pero se presenta como si formara parte de la propia naturaleza del proceso de enamoramiento”.*

Para muchas personas supone, además, una experiencia cualitativamente distinta por la que el mundo de las relaciones amorosas va a adquirir una entidad propia, segregada del resto de experiencias vitales. Algunas de ellas, como la paciente, Ana, a la que nos hemos referido más arriba, pueden intentar evitar cuidadosamente dejarse arrastrar por la vorágine amorosa a fin de no ser destruidas por ella; otras escogen más bien vaciarse completamente a ciegas, como si el amor justificara poner en peligro la propia integridad o incluso el abandono de los otros ámbitos de realización personal. La dificultad de integrar la experiencia amorosa en la vida cotidiana, de hacerla compatible con el ejercicio de las responsabilidades profesionales o familiares, la continuación de las actividades formativas, etc. suele ser un indicador de una disociación disfuncional en la constitución de la pareja.

Muchas mujeres, aunque no exclusivamente ellas, interpretan el amor como entrega total y se dejan llevar por la iniciativa del amante, lo mismo que se dejan invitar a un restaurante de lujo sin preguntar el lugar, ni el precio. Dejarse sorprender, abandonarse en brazos del amado, son experiencias imaginadas como de un alto contenido erótico. Se trata, a veces, de personas con una gran capacidad de gestión tanto en la vida cotidiana como en la profesional, pero que se vuelven torpes o nulas o se hacen las “tontas” cuando está de por medio el amor. La experiencia de ser deseadas las convierte en objetos carentes de valor, voluntad o estima propias, siendo ésta reflejo de la ajena. Dejan de ser sujetos autónomos para convertirse en marionetas movidas por hilos más o menos visibles, totalmente dependientes de quien los maneja. Se convierten en auténticas “selenitas” (habitantes de la luna), carentes de luz propia, cuyo brillo es puro reflejo del sol.

Silvia acude a terapia pidiendo recetas para la ansiedad y la tristeza que le produce su relación de pareja, tal como se irá evidenciando a través de su discurso. En la transcripción que sigue, correspondiente a una sesión de grupo en el que va a intervenir también otra paciente a la que llamamos Ceci, indicamos entre corchetes [ ] y en negrita algunas características que aparecen en el discurso de Silvia y que Castelló (2006) llega a proponer como indicadoras de un “trastorno específico de la personalidad por dependencia

emocional”, señalando entre ellas las siguientes:

1. Búsqueda continua de relaciones de pareja
2. Necesidad excesiva del otro: acoso constante
3. Elección frecuente de parejas egoístas idealizadas
4. Subordinación a la pareja
5. Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa
6. Miedo a la ruptura
7. Baja autoestima
8. Miedo e intolerancia a la soledad
9. Necesidad excesiva de agradar

A medida que se desarrolla el diálogo con el terapeuta (T) queda claro que las expectativas que Silvia (S) tiene hacia su pareja no sólo son irreales, sino contradictorias. Concretando algo más sus expectativas se da cuenta que lo que espera de la pareja es más atención y cariño, como correspondencia a todo el que ella cree estar dando y no acaba de recibir...

S.: *No, no acabo de recibirlo. Pero pienso que esto me pasaría con ésta y con cualquier pareja. O sea que es un problema digamos mío.*

T.: *Exacto, muy bien, ya sabes mucho. Sabes que es un problema tuyo [S.: sí] Entonces conviene plantearse qué significa esta concepción que tú tienes de dar. De dar mucho para que te den.*

S.: *Bueno, yo creo que lo doy todo, sencillamente.*

T.: *Y ¿qué pasaría si no dieras tanto, si te quedases un poco para ti?*

S.: *Con mi pareja, por ejemplo, ya lo hemos hablado más de una vez y él siempre me dice: “quíereme, pero no te preocupes tanto por mí”. Es decir muchas veces llego a esta situación, que de tanto preocuparme caigo en una serie de preguntas repetitivas: le molesto, le agobio. Se convierte en un círculo vicioso. Sí, sí de una forma bastante insoportable. Incluso nos llegamos a separar el verano anterior, porque yo estaba tan insoportable... Pero ahora estoy con él y quiero estar con él. [Necesidad excesiva del otro, acoso constante (2)].*

T.: *¿Qué significado tiene todo esto? Es como si tuvieses la concepción de que sólo existes en la donación al otro [S.: aha] como si fueses no un ser, sino dos [S.: aha, aha], como si vivieses en un espejo, [S.: esperando]... que el espejo me devuelva mi esencia, pero una esencia que no está en mí, sino que está en esa relación*

S.: *Pues puede que sea así. Porque interiormente sigo **dependiendo** de él; porque es cierto: mi vida ahora mismo sin él quedaría totalmente oscurecida [T.: aha]; en parte es normal porque existe un vínculo [T.: si, si] pero por otra parte es enfermizo, porque todos en el fondo estamos solos.*

**[Intolerancia a la soledad (8)]**

T.: *Y ¿qué crees que lo hace enfermizo? O sea ¿cuál es el aspecto enfermizo*

*en esta relación?*

*S.: Pues mi actitud de espera constante*

*T.: Sí, pero esto me parece más el efecto que la causa*

*S.: La causa es un déficit mío, claro.*

*T.: ¿Cuál?*

*S.: De autoestima, porque parece como si no me quisiera a mí misma, que necesite al otro. Una falta de identidad, o sea. ¿Quién soy yo? [Baja autoestima (7)]*

Para facilitar el acceso al reconocimiento de su identidad el terapeuta le propone a Silvia un ejercicio de descentramiento que consiste en definir quién es su pareja. En ese diálogo va a intervenir otra paciente, Ceci, que, a su vez, la utiliza de espejo.

*T.: Entonces justamente estamos comentando quién eres tú y no sabes decirme quién eres y en cambio hablando de tu pareja, has sido capaz de describirla con adjetivos todos muy positivos, alegre, entusiasta, que disfruta con cualquier cosa; pero en definitiva estamos hablando de cualidades, no estamos hablando del sujeto [S.: aha] [Idealización del otro (3)] ¿Quién es el sujeto? O sea si uno disfruta, ¿por qué crees que disfruta? Porque decías que él es una persona que disfruta con cualquier cosa [S.: sí] que con cualquier cosa hace una fiesta [S.: sí]. Pues ¿por qué crees que disfruta?*

*S.: Pues porque tiene el don de valorar cada cosa en su justa medida o incluso más ¿no?*

*T.: O sea a él le complace*

*S.: A él le complace, sí*

*T.: Exacto y además [S.: y lo propaga] y lo propaga. Vive algo y lo potencia [S.: exacto] quiero decir que dentro de esta persona que es tu pareja hay un sujeto, hay alguien que vive, que siente, que quiere, que desea, que hace [S.: sí] o sea lo podemos convertir todo en verbos en lugar de adjetivos [S.: sí, por supuesto] Quiere decir que estamos hablando de alguien que es. Cuando nos preguntamos ¿quién soy yo?, pues, yo soy yo, yo soy el que vive, el que piensa, el que siente, el que hace, el que disfruta, el que quiere; o sea, me siento a mí mismo como un sujeto alguien que está ahí y se sostiene por sí mismo [S.: Claro] y entonces puede disfrutar.*

*S.: Pero realmente estamos acostumbrados más que nada a definirnos por adjetivos [T.: pues ahí está mal] claro ahí esta mal.*

*T.: Y entonces el adjetivo no es algo en sí mismo, es una cualidad. Por eso la autoestima a lo mejor es el efecto no es la causa. Si yo soy yo, seguro que me quiero. Pero si yo soy sólo en el otro [S.: si soy solo el reflejo] claro, si yo soy el reflejo, mi autoestima depende de si me llega o no me llega la luz [S.: Claro]. La luna cuando no recibe la luz del sol no existe, es como*

*si la luna solamente existiera cuando refleja la luz del sol.*

S.: *Pero esto es el déficit de vivir a expensas de cosas exteriores [T.: exactamente] que realmente es algo a que nos educan ¿no? [T.: claro, claro] y lo que, el aprendizaje que tenemos es a trabajar, a comprar, a no sé qué, no? [T.: aha] No a ser.*

T.: *Exacto, sí señora, no a ser.*

S.: *Entonces claro, por eso nos estresamos, por eso tenemos más cosas que no entendemos porque estamos, vivimos a expensas de cosas exteriores [T.: Exactamente] que puede llegar a ser incluso tu pareja, ¿no?*

T.: *Claro, por eso que la dependencia es una consecuencia. ¿Yo por qué dependo? Porque no soy suficientemente yo, porque si soy suficientemente yo, no dependo [S.: no dependo de nada]. Me puedo relacionar, puedo disfrutar, puedo hacer una fiesta, porque mira yo estoy bien y estupendo; él se expande y por eso disfruta. Si yo no me siento suficientemente yo, entonces dependo del otro y si dependo del otro entonces no soy libre [Subordinación a la pareja (4)].*

S.: *Sí, si claro y posiblemente entras en este círculo vicioso [CECI: sí, si y además es angustiante] de que le pides, te separas, le vuelves a pedir, le vuelves a rechazar, esperas [CECI: todo dependiendo de todo] y luego te culpas infinitamente y sufres. [Miedo a la ruptura (6)]*

Silvia y Ceci son conscientes de que sus relaciones están basadas en la dificultad por combinar dependencia e independencia, puesto que confunden esta última con soledad y aislamiento y la primera con la pérdida de libertad, aunque si observamos con atención Silvia habla de una dependencia emocional, mientras Ceci se refiere a una dependencia funcional. Los seres humanos somos, como bien notan ellas inter-dependientes, pero esta relación de mutualidad sólo es posible entre personas autónomas. Cuando en el seno de una relación alguien deja de serlo, por confusión de sus sentimientos, abandono, entreguismo o sumisión se establecen las condiciones para la dependencia.

CECI: *Pero yo creo también que todas las personas, todo el mundo está dependiendo. Creo que debe haber muy poca gente que sea como él, yo creo que todo el mundo dependemos; lo que unos tienen la capacidad de no enfermar y otros pues enfermamos. Pero yo por lo que veo todos dependemos o sea a todas las personas que yo conozco; yo creo que todo el mundo depende.*

T.: *Aha; luego tu pareja [dirigiéndose a Silvia] ¿dirías que es dependiente?*

S.: *Claro, es que yo ahora justamente estaba pensando en que... mi pareja, yo creo que mi pareja es bastante independiente.*

T.: *Es autónomo*

CECI: *Sí, claro yo también pienso así del mío.*

T.: Ya, depender, depender claro todos dependemos; pero no se trata de independencia; se trata de autonomía, la capacidad de ser suficiente (S.: exacto), de sustentarse, de saber contentarse a si mismo, de saber estar bien con uno mismo. Si además estamos con otros y lo disfrutamos, maravilloso, “cuantos más mejor”, ¿no? Pero una cosa es esto y otra es lo que decíamos sobre la luna, que la persona dependiente lo es porque como no se sustenta sobre si misma para saber que existe necesita [S.: el reflejo] el reflejo, necesita el espejo.

S.: Hombre, yo he estado y me he sentido libre. Y me llaman la atención las parejas de mis amigos que todos tenían niños, que entran más o menos dentro de los roles sociales por decirlo de alguna manera ¿no?, y yo, no. Entonces claro siempre eres como la alternativa, siempre estás como un poco al margen ¿no? lo que pasa que al final ese margen se convierte en una automarginación y entonces ahí puede haber cosas buenas o cosas malísimas. Y ahora que ya tengo a todos mis amigos con niños y todos se están separando, pues fíjate; yo me enamoro ¿sabes? y vuelvo como a los dieciocho años y claro, en parte soy un soplo también de aire fresco para esta gente porque están a otro nivel, y bueno ellos me han enseñado muchísimas cosas a mi, ¿no? Porque se han permitido vivir una experiencia. Yo es que a los diecinueve años viví una mala experiencia de pareja, y yo tampoco no sé eso hasta qué punto también me marcó, ¿no? [Historia de relaciones de pareja desequilibradas]

T.: La vida de una persona es un proceso de evolución de desarrollo y a medida que va creciendo van cambiando sus necesidades, sus recursos, todo. Espontáneamente la naturaleza ¿a dónde nos llevaría? Nos llevaría a ser autónomos, es decir, seres que funcionen por sí solos; no necesitan que les den cuerda. ¿Pero qué pasa? Que en ese proceso de crecimiento entramos en una dimensión social llena de creencias, de ideas de expectativas y hay un momento que en lugar de mirar hacia dentro: dónde estoy yo y hacia dónde voy, tendemos a mirar hacia fuera y a guiarnos por influencias externas (lo que queda bien, lo que queda mal, lo que se espera de nosotros) y acomodarse a ellas. [**Necesidad de agradar (9)**]. Hasta que una crisis o una depresión nos obliga a replantearnos qué hacemos con nuestra vida. Es una ocasión para encontrarse a sí misma, es decir yo soy yo y voy a vivir mi vida; con mis hijos, con mi pareja, pero soy yo. Yo vuelvo a ser feliz en mi vida. Porque sobre todo la mujer corre el peligro de perderse en esas relaciones (S.: ah claro)

CECI: ¿A qué tipo de relaciones te refieres?

T.: A hijos, pareja, matrimonio... O sea que diríamos que en la historia, y no sólo en la nuestra si no en la colectiva la persona no se agota en un papel en un rol, si no que tiene necesidad de desarrollarse individualmente,

*personalmente, situándose constantemente en función de cómo va su propia historia personal. Eso es un problema que afecta a muchas mujeres. Entonces si encima ha estado educada para vivir en el reflejo... Es decir yo realmente existo si el otro me hace caso, si mis hijos están bien...*

CECI: *Si no veo ese reflejo, no me siento, ¿no?*

T.: *Eso es, eso es.*

S.: *Lo que pasa es que llegar a integrar eso es todo un proceso, ¿no?*

T.: *Si, si, exactamente. Es un proceso.*

## **A MODO DE CONCLUSIÓN**

### **Sobre la dependencia**

Nos enamoramos para ser más eficaces reproduciéndonos, pero eso no nos hace forzosamente más felices. A la fase inicial del enamoramiento le sigue la de constitución de la pareja, en la que se desencadena un mecanismo casi adictivo en el que se hallan involucrados nuestros opiáceos endógenos como la encefalina y las endorfinas que se liberan cada vez que sentimos placer, satisfacción y bienestar. Esos mecanismos de refuerzo hedonista pueden disponer fácilmente al desarrollo de una dependencia afectiva, como ponen de manifiesto la experiencia ansiosa de privación y los intentos de recuperación desesperada cuando se produce una ruptura o cese de la relación. Además del enganche bioquímico, dice Morgado (2006), influye también la presión social: la comunidad favorece o entorpece las relaciones amorosas a medida que de la lujuria con testosterona se pasa a la pasión con feniletamina y al vínculo con vasopresina y oxitocina. Pero sobre todo influye la fantasía sobre la que se haya construido la relación y las expectativas de propia realización que se hayan depositado en ella.

En esas condiciones es fácil que se desarrollen las premisas para el establecimiento de relaciones de dependencia. Como hemos ido teniendo ocasión de observar repetidas veces a lo largo de este escrito para algunas personas la experiencia del enamoramiento predispone a un cierto ablandamiento de sus propias estructuras o confines de identidad, de modo que se aproximan a la relación amorosa con una actitud acomodaticia o dimisionaria de sí mismas, hasta el extremo de confundir la posición *sumisa* o *dependiente* con una demostración o prueba de amor verdadero. Émulas de Griselda, la pastora del cuento de Bocaccio, se enamoran de su propia capacidad de entrega y sentimiento, de modo que aunque en otras áreas de la vida puedan ser o mostrarse totalmente independientes, o puedan estar convencidas de haberlo sido antes de enamorarse, una vez se han derretido en el fuego del amor se sienten incapaces de volver a recuperarse o a reencontrarse a sí mismas como personas, puesto que o bien sea por su concepción romántica del amor o bien porque se han anulado efectivamente en una relación de dependencia, ya no saben vivir fuera de una relación por muy destructiva que ésta sea.

Aunque, naturalmente, existen personas con una predisposición casi patoló-

gica a la dependencia, rayana en un trastorno de personalidad, caracterizado por baja autoestima, miedo o intolerancia a la soledad y tendencia a establecer secuencialmente relaciones de pareja desequilibradas, que como hemos visto Castelló (2006) califica como “dependientes emocionales”, nosotros, sin excluir la existencia de tales perfiles de personalidad, preferimos entender el concepto de dependencia en un contexto relacional, donde ésta no es generalmente la causa sino la consecuencia de las modalidades relativas a la combinación de los vectores simetría – complementariedad con los que se establece la relación, pudiendo atrapar tanto a personas con una predisposición específica como a personas carentes de ella. Esto explicaría por qué ciertas personas pueden desarrollar una dependencia en una relación dada y no hacerlo en una anterior o posterior, así como aprender de los errores o evolucionar en la concepción de la pareja, mientras que otras parecen condenadas a repetir el mismo esquema con independencia de sus parejas. Dicho de otro modo, que la dependencia y las posibles modalidades que pueda ir adoptando son cosa de dos, de los juegos de poder y las formas de complementariedad que adoptan en su relación, aunque, evidentemente, alguien puede desarrollarla *in absentia* o, incluso, en la fantasía o el recuerdo. También puede suceder, naturalmente, que uno de los miembros de la pareja se obstine en ponerse en situación de sumisión o dependencia, mientras que el otro se muestre totalmente renuente a ello; o, viceversa, que uno de los dos intente definirla desde la posición de dominancia y no lo consiga a causa de la resistencia de la otra parte.

Desde esta perspectiva más bien relacional, sistémica o contextual tampoco nos interesa comprometernos con ninguna perspectiva etiogénica, como la psicoanalítica, la cognitiva o la teoría del apego, aunque puedan aportar luces complementarias a la comprensión del fenómeno de la dependencia en las relaciones de pareja. Preferimos dejar el fenómeno abierto en su complejidad, entendiendo que la dependencia es una de las múltiples modalidades bajo la que se puede estructurar una relación de pareja, que muchas veces se gesta sólo en el seno de una relación específica.

Tal dependencia es, a veces, puramente *funcional*, aunque puede resultar más o menos invalidante, dependiendo del grado de asimetría o de compensación complementaria que implique en la economía, la gestión doméstica, la vida social, etc... o, en otras situaciones, puede llegar a ser *compensatoria*, como en el caso de relaciones de dependencia ocasionadas por déficits provenientes de diversas posibles patologías o carencias en uno de los miembros de la pareja. Con frecuencia la pareja vive tal dependencia de modo satisfactorio y al menos durante un largo periodo de tiempo no parece constituir un problema relacional grave. El daño puede llegar a ser significativo, sin embargo, si cambian las condiciones en la relación de pareja por abandono, ruptura, enfermedad o muerte o si simplemente deja de compensar la modalidad relacional establecida.

Más intensa y destructiva suele ser la reacción si el equilibrio emocional o

afectivo se rompe por infidelidad, maltrato, falta de correspondencia, indiferencia amorosa o traición. En algunas de estas condiciones la parte agraviada puede sentirse traicionada y desencadenar una reacción depresiva (posición prenómica) o por el contrario muy violenta (posición anómica) dando origen a ataques de celos o agresiones. Un dato de carácter estrictamente estadístico confirma que la mayoría de víctimas mortales de violencia de género lo son cuando intentan separarse de sus parejas.

El lado positivo de las crisis en las parejas donde se ha creado una relación de dependencia es que constituyen una oportunidad para renegociar los términos de la relación de un modo mucho más satisfactorio y equilibrado que antes (terapia de pareja), o bien para aprender a valorar y desarrollar cabalmente la propia autonomía dentro y fuera de los muros de la relación (terapia individual).

Con frecuencia el resultado de estas intervenciones terapéuticas es la ruptura o separación, posiblemente porque cuando se acude a terapia ya se ha viciado gravemente y de forma irreversible la dinámica de la relación conyugal. Pero una vez superado el duelo de la ruptura se abren posibilidades inmejorables de restaurar o construir el núcleo más ontológico de la persona, como el ave fénix que renace de sus cenizas. Como decía una paciente, citada por Canevaro, (1999):

*“Me he curado, porque, ¿sabe, doctor?, el amor es una enfermedad. Cuando amas no eres nadie y la otra persona es lo único que cuenta. Pero cuando te das cuenta que no le puedes llenar la vida a ninguna otra persona, se te pasa”.*

Pero para ello es necesario aprender de las lecciones del desamor entre las que pueden recordarse las siguientes:

1. el enamoramiento implica una alteración hormonal transitoria, revestida de fantasía y romanticismo, que por su propia naturaleza está destinada a desvanecerse, sobre todo si es correspondido y consumado;
2. su poder contribuye a aproximar dos personas hasta tal grado de intimidad que les permite acoplarse con facilidad y les da la ocasión de conocerse y vincularse;
3. para ello predispone, al menos inicialmente, a la mutua acomodación, lo que a veces puede resultar peligroso para el mantenimiento de los confines de la propia identidad y puede, por las mismas razones, llevar fácilmente a engaño sobre la identidad del otro, así como favorecer o dar lugar al establecimiento de las condiciones para crear una relación de dependencia;
4. la posibilidad de dar continuidad a la relación así iniciada pasa por la conversión del enamoramiento en amor, pues como decía Epicuro (Fragmentos, 18): *“Si se prescindie de la contemplación, de la conversación y trato con la persona querida se desvanece toda pasión erótica”*. Amar, en consecuencia, es todo un arte que requiere entre otras cosas:

- a) desarrollar un conocimiento e intercambio reales de sí mismo y del otro, respetando y aceptando las diferencias propias de cada uno, sin pretender cambiarlo (es mejor y más fácil cambiarlo por otro que cambiar al otro). Como dice Demartini (2007) “la relación amorosa implica entender y valorar al otro por lo que es, tanto en lo positivo como en lo negativo”.
  - b) aprender a negociar las áreas comunes de convivencia, reconociendo las propias necesidades y encontrando el modo de satisfacerlas por sí mismo o compartiéndolas con la pareja;
  - c) establecer unas coordenadas de simetría en la relación que no se basen en el antagonismo, sino en la colaboración, entendiendo que el edificio de la pareja se asienta sobre la capacidad de sustentarse por sí misma cada una de las columnas que la fundamentan;
  - d) aumentar la propia estima y manifestar públicamente aprecio y valoración del otro, evitando la crítica destructiva y las expresiones despectivas;
  - e) profundizar en la comunicación de los propios sentimientos y no rehuir tratar explícitamente los problemas que afecten a la relación de pareja;
  - f) orientar la relación amorosa, como dice Bolinches (1998) hacia una comunicación emocional recíprocamente enriquecedora “más que a la búsqueda neurótica de una compañía que compense la soledad íntima”.
  - g) entender que el amor consiste en atención, protección y cuidado mutuos, que es una llama compuesta de erotismo, afecto y muestras de cariño, que requiere ser alimentada constantemente para que no se apague... ¡y todo esto sin quemarse!.
5. Finalmente recordar, como dice Walter Riso (2004), que cuando el balance en el amor es negativo o destructivo “hay que aprender a perder. Es preferible retirarse a tiempo cuando las opciones son pocas, renunciar, para evitar un sufrimiento peor más adelante”.

Palabras clave: (auto)conocimiento, (auto)respeto, (auto)aceptación, (auto)estima, comunicación, afecto, cariño, erotismo, cuidado, negociación.

### **Sobre el concepto de pareja**

La expectativa excesiva, sin embargo, transferida a la relación de pareja puede ser tan asfixiante que acabe por destruirla totalmente o por desequilibrar los roles sobre los que se sustenta, favoreciendo la actitud de *dependencia* en uno o ambos miembros de la misma, a fin de preservar el vínculo, una vez establecido. Aunque

tradicionalmente se ha atribuido a la mujer una mayor valoración del vínculo y, en consecuencia, una mayor adaptabilidad a la posición sumisa, las necesidades a cubrir actualmente en la sociedad occidental son tales que la supeditación a la pareja no constituye patrimonio exclusivo de ningún género. La actual crisis y confusión de roles en la pareja facilita la eclosión de conflictos en su seno que con frecuencia estallan de forma incontenible, poniendo al descubierto esquemas disfuncionales de origen cultural o personal, que en casos extremos están dando lugar a una escalada de maltrato físico y muerte violenta.

Pero no son sólo las parejas las que están en crisis, sino la propia concepción de la pareja, su fundamento. El origen de la pareja monogámica, su establecimiento como matrimonio, proviene de la necesidad de crear una célula social estable y con continuidad a través de los hijos, la familia, capaz de satisfacer las necesidades económicas, afectivas y procreativas de la especie humana. En la Grecia clásica, por ejemplo, donde las relaciones (homo)sexuales entre hombres, y a veces también mujeres, eran relativamente frecuentes, éstas no eran consideradas incompatibles con el matrimonio heterosexual, pues sobre esta institución jurídica no recaía el peso de las expectativas románticas que hoy tiene que soportar, sino que, en palabras de Baile (2007), su objetivo primordial “estaba orientado únicamente a asegurar la descendencia”. El matrimonio se podía concebir desde una dimensión ética y jurídica, pero no necesariamente relacional o afectiva.

Sólo en sociedades tribales pequeñas, donde la familia es la tribu, importa poco la monogamia: estas sociedades suelen ser de estructura matrilineal, basada en relaciones de poliandria. En la sociedad agraria e industrial, en cambio, la monogamia ha sido la garantía de la estabilidad social y personal, aunque con frecuencia hayan existido relaciones extraconyugales paralelas, reconocidas o no, en forma de adulterio o de infidelidad con amantes más o menos ocasionales. Y aunque efectivamente una cierta aceptación de la poligamia exista en la mayoría de culturas, ésta suele estar reservada, ni que sea por razones prácticas y económicas, como auténtico lujo a los más poderosos. A pesar de ello, suele existir en estas sociedades una idea predominante de pareja, basada en la figura de la primera esposa o la preferida.

Aparentemente, estas condiciones de base han cambiado con la eclosión de la sociedad postmoderna, caracterizada por el individualismo, el hedonismo, el consumismo y la inestabilidad. Libre, idealmente, la pareja de la carga económica, procreativa y estable, parece que su único objetivo es satisfacer la necesidad inmediata de tipo erótico, romántico o sexual. Para eso no hace falta conocerse, basta con deslumbrarse: cuando cesan los destellos luminosos de la atracción, que para la mayoría de especialistas (Tennov, 1979; Money, 1980) lo hacen con el inicio de la convivencia o en el espacio promedio de dos años, cuando ya nos hemos acostumbrado a todas las variedades del anuncio de neón, éste pierde su atractivo, y se produce la rutina, la saciedad o el aburrimiento. De ese modo no se ha llegado

al conocimiento de la otra persona, a la vinculación profunda con ella: el vínculo no se rompe, se diluye; era un vínculo hecho de estímulos, no de apego, fundamentado en una serie de mitos que, como denuncia Demartini (2006), distorsionan la realidad de las parejas. En ausencia de otros materiales con que construir la pareja, ésta se descompone fácilmente. La precariedad y fragilidad de la unión preside la duración de los vínculos.

Así, después del arrebató pasional, comenta Larraburu (2007), “una relación sólo puede ir para abajo o crecer lentamente mediante algo menos vistoso y más trabajado que corresponde a la intimidad. La intimidad emocional en una pareja es el bagaje acumulativo que le sirve de adhesivo para superar los momentos bajos. Como todo conocimiento profundo, no es algo que se improvise fácilmente ni se adquiera en dos lecciones. Toma su tiempo y dedicación. Sin este patrimonio, el proyecto probablemente se truncará. Intimidad, como dice Schnarch (2002) “es conocerse a sí mismo y dejar que el otro comparta el secreto”. Hay tres cosas, según Taylor (2006), absolutamente necesarias para alimentar una relación, y que no son exclusivas de las relaciones amorosas, sino de todas las relaciones significativas, que son: respeto, reciprocidad y comunicación. Sin respeto no hay amor, sin reciprocidad no hay equidad y sin comunicación no hay intimidad.

La nueva pareja, adecuada a la nueva situación histórica, social y cultural necesita repensar su fundamento: las personas no se necesitan como antes, sino de otra manera. El soporte que necesita la pareja en un mundo hostil, vacío de sentido, es de cuidado muto, intercambiable, donde las diferencias emocionales de género y de estado puedan ser comprendidas, aceptadas y correspondidas, donde el intercambio amoroso sirva de alimento a la relación. Un amor que en palabras de Canevaro (1999) podría ser definido como “coterapéutico”. En el sentido que es donación y completamiento del otro en la creación de una relación basada en compartir las vulnerabilidades y en el crecimiento de la intimidad y el diálogo. Así como el amor romántico está destinado a disminuir o a desaparecer, el amor coterapéutico puede, al contrario, crecer con el tiempo aumentando la dimensión de recíproco cuidado. Esta dimensión es una dimensión netamente interpersonal, opuesta a la fusión indiscriminada de la simbiosis patológica. Se convierte en aquel delicado proceso que para Antoine de Saint Exupery (citado por Buscaglia, 1982) constituye la esencia del amor por el cual “el amante acompaña al amado en el camino del encuentro consigo mismo”.

No hemos de perder de vista que el enamoramiento tiene una función evolutiva muy importante, la de favorecer el pasaje de la niñez a la edad adulta, tanto desde el punto de vista fisiológico como social. En efecto, el enamoramiento, el primer amor, suele presentarse en paralelo a la maduración sexual, al pasaje de la niñez a la pubertad, en consonancia con la maduración fisiológica. Pero desde el punto de vista del desarrollo moral o social (Villegas, 2005) cumple también otra importantísima función, la de facilitar el pasaje de la estructura egocentrada de la

infancia o niñez a la descentrada de la pubertad o adolescencia.

En efecto, partimos de una posición indiferenciada (prenomía), característica del estado fetal y neonatal, que desemboca en el desarrollo de una estructura egocentrada con la que se inicia en la infancia la diferenciación respecto al *mundo natural*, dando origen a la constitución del yo como sujeto, que se regula por sus propias necesidades, impulsos y deseos (anomía). El proceso de diferenciación respecto al *mundo natural* implica una confrontación con el mundo objetivo o impersonal, representado por los padres desde su posición asimétrica, dando lugar a la constitución de una estructura social primitiva (heteronomía) que el niño asimila todavía con criterios egocentros.

La verdadera operación de descentramiento se produce con el final de la infancia y el inicio de la adolescencia a través del descubrimiento del *mundo social* más allá de las fronteras familiares. La acomodación al *mundo social* exige un proceso de adaptación a los criterios de los demás, particularmente de los iguales o coetáneos a fin de ser aceptado y admitido por ellos. En este contexto interpersonal el deseo de complacer y darse al otro regula las interacciones con los demás (socionomía).

El fenómeno del enamoramiento, característico de esta fase, constituye el pretexto necesario para romper los lazos familiares infantiles, oportunidad que la especie busca aprovechar para continuar con el proyecto de su constante regeneración evolutiva. La experiencia del enamoramiento nos lleva a descubrir y desarrollar lo mejor de nosotros mismos, a la vez que nos coloca ante la necesidad de adquirir un valor de cambio en el mercado del reconocimiento social, que va a mostrarse inusualmente exigente para el recién llegado al mundo de la alteridad social. Idealmente, el proceso evolutivo debería desembocar, a través de los sucesivos pasajes iniciáticos, en una reconstrucción del yo, plenamente diferenciado como individuo, capaz de desarrollar un *mundo personal* y de regularse por sí mismo (autonomía), siempre que el espíritu no sucumba en el intento a la alienación amorosa.

La conciliación entre sentimientos amorosos y libertad o autonomía resulta, aunque no de modo exclusivo, particularmente difícil para las mujeres, tal como pone de relieve la literatura de todos los tiempos, que Anna Lis Giménez (2003) ha estudiado desde la Antigüedad clásica hasta nuestros días. Esta conciliación sólo es posible a través de la relación amorosa entendida como un pacto; pacto que es vital para las mujeres que sufren con mayor intensidad el conflicto entre espontaneidad, ansia de realización personal y deseo de seducción del otro, puesto que se trata de hacer compatible la pervivencia del amor sin renunciar a la autonomía de la propia existencia. Renuncia cuyo precio es, precisamente, la dependencia.

*En este artículo se contempla el fenómeno de la dependencia emocional en el contexto de la relación de pareja. Las vicisitudes en la negociación de los parámetros sobre los que se constituye la relación de pareja, simetría y complementariedad, se consideran suficientes para explicar el fenómeno la dependencia emocional, independientemente de otros factores personales, sociales o culturales predisponentes.*

Palabras clave: *dependencia, relación de pareja, simetría, complementariedad, amor, desarrollo moral, psicoterapia.*

## Referencias bibliográficas

- ALBERONI, F. (1986). *L'erotisme*. Barcelona: Editorial Laia
- ALBERONI, F. (2006). *Sexo y amor*. Barcelona: Gedisa
- BADER, E. & PEARSON, P. (1989). *In quest of the mythical mate. Developmental approach to diagnosis and treatment in couples therapy*. New York: Brunner Mazel.
- BAILE, J. I. (2007). *Estudiando la homosexualidad. Teoría e investigación*. Madrid: Pirámide.
- BEAUVOIR, S. (1949). *Le deuxième sexe*. Paris: Gallimard
- BOLINCHES, A. (1998). *L'art d'amar*. Barcelona: Pòrtic
- BUSCAGLIA, I. (1982). *Vivir, amar y aprender*. Buenos Aires: Emecé.
- CANEVARO, A. (1999). Nec sine te nec tecum vivere possum. En M. Andolfi, *La crisi della coppia. Una prospettiva sistemico-relazionale*. Milano: Cortina
- CASTELLÓ, J. (2006). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.
- DAWKINS, R. (1993). *El gen egoísta*. Barcelona: Salvat
- DEMARTINI, J. F. (2007). *The Heart of love*. Carlsbad, CA. : Hayhouse.
- DESPENTES, V (2007) Soy fea... y ¿qué? Como casi todos los tíos que escriben. En L. Amiguet: *La Contra de La Vanguardia*, 05/10/2007.
- EPICURO (2005). Fragmentos: Sentencias Vaticanas, *Obras completas*. Madrid: Cátedra
- FISHER, H. E. (2004). *Why we love: the nature and chemistry of romantic love*. New York: Nery Holt & Co.
- FORCADES, T. (2007). La mujer teme a la soledad; el hombre a la dependencia. En L. Amiguet: *La Contra de La Vanguardia*, 17/10/2007.
- FREUD, S. (1920). *Jenseits des Lustprinzips. (Más allá del principio del placer)*. Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva (1973 – III)
- FREUD, S. (1923). *Das Ich und das Es. (El yo y el Ello)*. Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva (1973 – III)
- FROMM, E. (1956). *The art of loving*. New York: Harper & Row.
- GIMÉNEZ, A. L. (2003). *Passió, revolta i pacte. Les cares ocultes de l'amor*. Lleida: Pagés.
- HANH, T. N. (2007). *El milagro de mindfulness*. Barcelona: Oniro
- HENDRICK, C. & HENDRICK, S. (1986). A therapy and method of love. *Journal of personality and Social Psychology*, 50, 2, 392-402
- JOHNSON, R. (1983). *Understanding the Psychology of Romantic Love*. New York: Harper Collins.
- LARRABURU, I. (2007). *El velo de la pasión. El amor tranquilo*. Página Web.
- LEE, J. A. (1973). *The colors of love: an exploration of the ways of loving*. Don Mills: New Press.
- LINARES, J. L. (2006). *Las formas del abuso*. Barcelona: Paidós
- LLACH, L. (2007) *Potser el desig*. Verges 2007
- MALLOR, P. (2004). Bulimia. ¿Cómo llenar un vacío existencial? Una aproximación a los trastornos de la alimentación. *Revista de Psicoterapia*, 58-59, 145-164.
- MARINA, J. A. (1999). *Diccionario de los sentimientos*. Barcelona: Anagrama
- MAY, R. (1969). *Love and will*. New York; Norton
- MILLER, H. (1949). *Sexus. The Rosy crucifixion*.
- MONEY, J. (1980) *Love and Love Sickness: the Science of Sex, Gender Difference and Pair-Bonding*, Baltimore: Johns Hopkins University Press.

- MORGADO, I. (2006). La vasopresina acaba con las infidelidades. En L. Amiguet, *La Contra La Vanguardia*, 13.12.06
- PALAU, M. (2003). Luz de gas: historia de un secuestro emocional. *Revista de Psicoterapia*, 54/55, 103-121
- PLATÓN. (1982). *El Banquete*. Barcelona: Icaria
- PUNSET, E. (2007). *El viaje al amor*. Barcelona: Destino
- RISO, W. (2004). *Amar o depender*. Barcelona: Gránica
- RIZLEY, R. (1980). Psychological basis of romantic love, in K. S. Pope, *On love and loving*. San Francisco: Jossey Bass.
- SCHOPENHAUER, A. (1988). *Metafísica del amor y metafísica de la muerte*. Barcelona: Obelisco.
- SCHNARCH, D. (2002). *Resurrecting Sex: Resolving Sexual Problems and Rejuvenating Your Relationship*. New York: Harper Collins.
- SELVA, M. (2007). Esto no es amor. *La Vanguardia*, 22, 6.12.07
- SPINOZA, B. (1995). *Ética*. Madrid: Alianza Editorial.
- STERNBERG, R. J. (1989) *El triángulo del amor: intimidad, amor y compromiso*. Barcelona: Paidós
- STERNBERG, R. J. (2002). *El amor es como una historia*. Barcelona: Paidós.
- TASSO, V. (2003). *Diario de una ninfómana*. Barcelona: Plaza & Janés.
- TAYLOR, S. A. (2006). *Secrets of attraction: the universal laws of love, sex and romance*. Carlsbad, CA.: Hayhouse
- TENNOV, D. (1979). *Love and Limerence*. Maryland: Scarborough House
- TOBEÑA, A. (2006). *El cervell eròtic. Rutes neurals d'amor i sexe*. Barcelona: L'Esfera dels Llibres
- VILLEGAS, M. (2005). Psicoterapia y psicopatología del desarrollo moral. *Revista de Psicoterapia*, 63/64, 59-133.
- WILSON, E.O. (1975). *Sociobiology. The new synthesis*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- WEHR, G. (1999). *Jung, su vida y su obra*. Barcelona: Paidós.