e-GO! Library Español

COMO LO VIO EN TV

¡1250 LIBROS PARA LLEVAR EN SU BOLSILLO!

La velocidad, comodidad y movilidad son suyas. El e-GO! Library Español es una forma innovadora para tener y mantener un suministro fresco y abundante de grandes títulos. Es el mejor entretenimiento y fácil de obtener. El e-GO! Library Español es una unidad flash de memoria USB que pone a miles de los mejores libros de la actualidad su bolsillo!

Cargue su Kindle, iPad, Nook, o cualquier dispositivo con una variedad de ficción y no ficción. En su tiempo libre, elija entre sus temas, títulos y autores independientes favoritos y categorías como: romance, ciencia ficción, misterios, finanzas, biografías, negocios y muchos más.

- **1,000 LIBROS** indipendientes más populares
- **BONO**- 250 títulos clásicos
- **CONTENIDO ÚNICO** / Autores independientes
- **LLAVE USB PRECARGADA** de 4GB
- **SIRVE CON TODOS** los lectores y dispositivos
- **IDEAL** para viajar
- **AHORRA** innumberables horas de Descargas
- **EL REGALO** Perfecto

VER MÁS

El Rincón de Haika:

Yonkis del Amor: la utopía romántica de la posmodernidad

Coral Herrera Gómez

http://haikita.blogspot.com

"El amor no existe; sólo existe su plural: amores, es decir, unas utopías difíciles de comunicar, combinables y variables, unas ideas del amor pluralizadas e individualizadas".

Ulrick Beck (2001)

"Directa o indirectamente, casi todas las drogas afectan a un mismo recorrido cerebral, el sistema de recompensa mesolímbico, activado por la dopamina. El amor romántico estimula partes de este recorrido con la misma sustancia. De hecho, cuando los neurólogos Andreas Bartels y Semir Zeki compararon los escáneres cerebrales de sus sujetos enamorados con los de los hombres y mujeres que habían consumido cocaína u opiáceos, comprobaron que se activaban muchas de las mismas regiones cerebrales, incluida la corteza insular; la corteza cingulada anterior el caudado y el putamen"

HELEN FISHER

«Engañarse respecto al amor es la pérdida más espantosa, es una pérdida eterna, para la que no existe compensación ni en el tiempo ni en la eternidad»

Kierkegaard

"El amor, que a menudo se presenta como último reducto de autenticidad y autodeterminación en una sociedad hipócrita y coercitiva, es en realidad la farsa suprema y la más angosta de las jaulas concéntricas que nos aprisionan. Los miembros de una pareja se someten mutuamente al más grosero de los engaños (sólo concebible en la medida en que ambos desean ser engañados tanto o más que engañar) y sujetos por la cadena de una dependencia neurótica, se convierten cada uno en la bola de presidiario del otro"

Carlo Fabretti.

"Entre los miembros de una relación en general cada uno respetaría al otro y no haría más que aportarle lo que el otro necesita. Por supuesto, en tal relación, cada uno conservaría en todo momento su libertad: ¡el modelo rousseauniano sería pues completamente respetado y la divisa de la revolución francesa pasaría a ser la moderna pareja!. Es inútil insistir sobre el carácter completamente utópico de tal concepción del amor"

Delacampagne, Christian.

El Rincón de Haika: Yonkis del Amor, la utopía romántica de la posmodernidad.

Bio Coral

Mis cursos y talleres

Índice

1. El amor romántico desde una perspectiva científica. ¿Por qué y para qué estudiar el amor?

2. ¿Qué es el Amor?

3. El Enamoramiento

4. El Desamor

5. Yonkis del Amor

6. El mal de amores: las patologías del amor

7. El amor como utopía emocional de la posmodernidad.

8 Ética para amador@s

9 Soluciones para afrontar la soledad

10 El Futuro es Queer

bio Coral

Coral Herrera Gómez

Community Manager en UNESCO Oficina Multipaís Centroamérica en Costa Rica

Doctora en Humanidades y Comunicación por la Universidad Carlos III de Madrid. Especialidades: Teoría de Género y Teoría de la Comunicación Audiovisual.

Madrileña de nacimiento, resido en Costa Rica. Soy comunicadora, escritora, blogger, docente, investigadora: mi currículum se caracteriza principalmente por la multidisciplinariedad. Poseo una sólida formación académica en el ámbito de la comunicación, las ciencias sociales y las humanidades; pero también tengo formación artística y experiencia laboral en el mundo del teatro y el cine, una trayectoria sólida como escritora, una larga experiencia docente, y multitud de vivencias personales, culturales y sociales que conforman mi trayectoria curricular.

escritora

He publicado dos libros:

"La construcción sociocultural del Amor Romántico" Editorial Fundamentos, 2011.

"Más allá de las etiquetas. Feminismos, Masculinidades y Queer", Editorial Txalaparta (2011).

Mi tercera publicación se titula "***El romanticismo patriarcal en el cine dirigido por mujeres***", en un libro colectivo y digital editado y publicado por Ilpes Elkartean, una Fundación cultural de navarra (España).

25 Muestra Internacional de Mujeres y Cine de Pamplona, Ilpes Elkartean, y se puede descargar gratuitamente en este enlace: **http://www.muestracineymujeres.org/**

docente

He impartido clases en la **Universidad de la Sorbona** (París IV), en la **Universidad Carlos III de Madrid** y en la **Universidad Nacional de Costa Rica,** y durante mis años de estudio me dediqué a dar clases en Centros de Formación, Academias, clases particulares de Ciencias Sociales e Inglés.

blogger

Escribo un blog desde 2007, El Rincón de Haika, en el que publico reflexiones, reportajes, y artículos sobre diversos temas, pero especialmente escribo en él sobre el amor romántico, las relaciones humanas, la construcción de las identidades de género, el movimiento LGBTI, los feminismos, las masculinidades y el Queer (Kuir). Es un lugar de reflexión, un sitio para analizar la realidad social y nuestra cultura amorosa, para deconstruir los mitos tradicionales, poner al descubierto la arbitrariedad de los estereotipos y la división sexual de roles, y reflexionar en torno a las estructuras amorosas occidentales y las utopías románticas de la posmodernidad.

C*ommunity manager*

Como Community Manager poseo una amplia experiencia en edición y redacción de textos, en la creación de blogs y la dinamización de las redes sociales (Facebook, Twitter, etc) en el entorno 2.0. Mi trabajo más reciente ha sido con UNESCO Centroamérica, pero también he trabajado para editoriales.

Colaboro habitualmente con Mujerpalabra.net, un espacio feminista de pensamiento crítico y comunicación, y con revistas digitales como UNA, o plataformas institucionales como Igualaté. En el ámbito internacional, he publicado en Uruguay (LR21), Chile (El Ciudadano) y Guatemala (Grupo de Mujeres Ixchel).

mis cursos y talleres

1. Análisis de los mitos románticos, los estereotipos y roles de género en nuestra cultura audiovisual

2. El amor romántico desde una perspectiva de género

3. Hombres, Mujeres y Trans: análisis y crítica de la diferencia como factor de desigualdad. Construcción de las Identidades más allá de las etiquetas.

Los cursos están diseñados flexiblemente, para adaptarse a las necesidades de las instituciones educativas u organizaciones sociales, de modo que pueden ajustarse al formato de:

- **Curso Académico**, de carácter teórico (con una duración de 10 o 20 horas),

- **Taller** (de 1 día o 1 semana de duración, con una orientación más práctica),

- **Charla-conferencia** (2-3 horas).

Estos tres cursos están pensados desde la perspectiva de género y el análisis crítico de nuestra cultura a través del análisis del arte y las producciones audiovisuales.

Han sido impartidos en la Universidad Carlos III de Madrid, y tuvieron muy buena acogida dada la multidisciplinariedad del enfoque investigador (el alumnado adquiere conocimientos de áreas diversas como la Sociología del Conocimiento, la Antropología Social y Cultural, la Literatura Española, la Semiótica y la Teoría de la Comunicación Audiovisual, los Estudios Culturales) y la transversalidad de género, con incursiones en la Teoría Feminista, los Estudios de Masculinidad, y la reciente Teoría Queer.

Introducción:

Utopías amorosas: del individualismo a la colectividad

¿Cuánto tiempo y energía ha dedicado la Humanidad al amor romántico?. ¿Cuánto tiempo de nuestras vidas dedicamos a conquistar a las personas, a escribir cartas de amor, a arreglarnos para seducir, a cantar canciones de amor, a discutir por amor, a pelearnos y reconciliarnos con nuestros amantes?. Muchos de nosotros y nosotras hemos pasado horas pensando en nuestros amados y amadas de forma obsesiva. Muchos nos pasamos horas hablando con los amigos y las amigas de nuestras conquistas, nuestras rupturas, nuestros miedos, nuestra euforia desatada, nuestros pozos de soledad y tristeza.

Muchas son también las horas que dedicamos a buscar pareja por Internet o en los bares, muchas las horas que se pasan en la cama al inicio de las relaciones. Dedicamos mucho espacio también para contarnos y escuchar historias de amor, ya sea en forma de noticias de prensa rosa o historias de vida de la gente que nos rodea (vecindad, trabajo, parroquia, comunidad), o en forma de leyendas, relatos, películas, radionovelas, series de televisión, cómics. Nos encanta llorar a lágrima viva con los amores imposibles, nos derriten los finales felices, nos emocionamos en las bodas.

En muchas comunidades de la Tierra, el amor de pareja es la base de la sociedad, porque entendemos el mundo de un modo binario. En este mundo binario los hombres son lo contrario de las mujeres, y ambos se complementan a la perfección cuando la química entre ellos funciona. En este mundo binario, se ha idealizado la relación de los opuestos complementarios como la quintaesencia de la felicidad.

Al margen quedan otras formas de quererse, de relacionarse sexual y afectivamente, de jugar con el sexo y el erotismo. A pesar de ello, los seres humanos seguimos saltando tapias, luchamos contra los gigantes de la moral del pecado, rompemos ventanas y nos metemos en lechos prohibidos.

Bajo el concepto de lo *normal* se encuentra la monogamia y la heterosexualidad, que son solo mitos. La realidad es mucho más compleja y engloba todo lo que está más allá de la norma, por eso existen las lesbianas, los gays, el adulterio, la prostitución, el divorcio, los tríos sentimentales, las orgías sexuales, la bisexualidad, el pornoterrorismo y el postporno, la transexualidad, el poliamor, y un sinfín de experiencias que pertenecen al lado oscuro de una sociedad puritana que define, idealiza y restringe el amor romántico a unas pautas muy limitadas.

Hoy el romanticismo es la nueva religión individualista que mueve montañas y genera una industria enorme en torno a una utopía posmoderna: el deseo de encontrar al príncipe azul, a la princesa rosa, a la media naranja para que nos colme la existencia. Necesitamos enamorarnos del mismo modo que necesitamos comer o ver una película. El amor está cargado de promesas de autorrealización y felicidad eterna en todos nuestros productos culturales, por eso mucha gente tiene fe ciega en la idea de que el amor va a llegar a sus vidas, a rescatarlos de matrimonios aburridos o infernales, de solterías no elegidas, de soledades mal llevadas.

Una vez alcanzado el amor, se vive en un paraíso químico y después se cierra un contrato de por vida. Y así vivimos, limitados por esta idea de que el amor es solo entre dos personas, y es incorruptible.

Los caminos del amor, sin embargo, son infinitos y sumamente complejos. La gente se quiere, se junta, se separa, se choca, se desnuda, se protege, se lanza, se reprime, se ama, comparte placeres, sufre en silencio, desea con fervor, odia con pasión. Pese a que la estructura del amor romántico es patriarcal en nuestras sociedades occidentales, y sirve para idealizar este régimen de desigualdad, el presente es rico en desviaciones y rupturas con la tradición .

El futuro está abierto a todo tipo de estructuras nuevas de relación, a sentimientos más complejos y menos basados en el miedo. El amor va rompiendo con los estereotipos, va subvirtiendo los roles, va descubriendo nuevos horizontes a medida que la gente va probando nuevos modos de quererse. Solo hace falta ponerse a destrozar mitos y a analizar como la cultura está dentro de todos nosotros y nosotras, dando órdenes, reprimiendo deseos, dirigiendo nuestro cuerpo, implantando esquemas emocionales. Hemos roto con la represión sexual, y es necesario romper con la sentimental. Hay que romper con el deseo del absoluto y abrazar la diversidad. Solo así podremos empezar a querernos de verdad.

Solo así podremos construir un mundo basado en el amor, no en el miedo. Y con tanto amor por todos lados, podríamos aprovechar para cambiar nuestra forma de organizarnos política, social, económicamente. Podríamos echar abajo las jerarquías, relacionarnos en estrecuturas horizontales y asamblearias, y frenar la codicia de acumulación de riqueza de una parte minoritaria de la población. Los explotadores no poseen capacidad de empatía, por eso siguen en línea recta hacia delante, sin mirar a los lados. Con más amor podríamos convencerlos para crear un sistema menos violento y cruel. Con más amor podríamos lograr también la paz, la igualdad y el fin de las discriminaciones y las jerarquías. Pero todo esto que os cuento no es más que una utopía... por el momento.

Coral Herrera Gómez en:

El Rincón de Haika

http://haikita.blogspot.com

1. El amor romántico desde una perspectiva científica. ¿Por qué y para qué estudiar el amor?

Cuando llegó el momento de decirle a mi director de tesis, Gérard Imbert, el tema sobre el que quería investigar, pasé dos semanas sin atreverme a hablar con él y preparando mi discurso para convencerlo. Él mismo me dijo, "*piensa bien el tema porque tu vida va a girar en torno a él durante años; así que lo mejor es que sea algo que te apasione*".

Yo ya sabía lo que me apasionaba, pero no sabía cómo planteárselo. Desde niña me han fascinado las relaciones amorosas humanas, y cuando comencé a experimentar todos los síntomas del romanticismo, en la adolescencia, mi interés por el tema aumentó. Siempre me gustó mirar a los adultos, oírles hablar, escuchar historias de vida, y analizar mis propios sentimientos y reacciones.

Con las amigas y amigos pasé años hablando sobre el amor, sus mitos y la forma en cómo nuestro cuerpo, nuestras ideas, nuestro comportamiento, están determinados por las emociones, y cómo esas emociones, a su vez, están determinadas por mandatos sociales y modelos culturales, debidamente idealizados.

Mi idea era estudiar el amor desde un enfoque multidisciplinar, porque buscando en las bibliotecas me encontraba con libros sobre el amor desde una perspectiva literaria, o antropológica, o biológica, o histórica, pero no encontraba un libro que uniese todas esas perspectivas, y pensé en escribirlo yo, añadiéndole por supuesto el enfoque de género.

No me costó mucho convencer a Gerárd porque él es un hombre de horizontes abiertos, aventurero, que le gusta desentrañar las profundidades de las emociones humanas y analizar cómo se plasman en el cine y en los productos culturales de masas. Para mí fue súper importante su apoyo porque no quería estudiar otra cosa que este tema, dado que mi curiosidad se remonta a los principios de mi infancia, dado que necesitaba también comprender lo que nos pasa cuando nos enamoramos, saber de dónde viene esa forma de amar, y sobre todo, saber por qué amamos de esta manera y no de otra.

mi tesis doctoral

Entonces me puse a analizar ese proceso, y el modo en cómo se construye socioculturalmente el amor; pero también cómo esta construcción influye significativamente en las estructuras económicas y políticas de la sociedad occidental.

Sin embargo, mi trabajo de investigación no hubiera sido posible si, a lo largo del siglo XX, no se hubiese dado el gran debate epistemológico que destronó al cientifismo empirista y gracias al cual surgieron investigaciones que demostraron **la hipervirilidad de la Ciencia occidental,** y su sesgo androcéntrico. Los principales protagonistas de este debate fueron los pensadores de la Teoría Crítica liderada por la Escuela de Frankfurt en los años 30, el Postestructuralismo, la Sociología del Conocimiento y la Teoría Feminista, que sacaron a la luz teorías y científicos (sobre todo científicas) marginados por la Ciencia, cuestionándose así numerosas verdades dadas por supuestas.

Esta tarea deconstructiva demostró que lo que se consideraba *Ciencia Universal* era sencillamente una actividad ejercida por hombres blancos, occidentales, y en su mayor parte de clase media. También se puso de relieve el hecho de que la mayor parte de sus investigaciones estaban impregnadas de intereses ideológicos, económicos, sociales y políticos. Se quiso derribar, así, el mito del cientifismo como verdad universal y el mito del científico como un robot objetivo sin emociones, sin condicionamientos culturales, sin intereses personales. Fue entonces cuando se reveló la dimensión *hipermasculina* de la Ciencia, que había marginado durante siglos a la mujer como sujeto y como objeto de estudio científico.

Gracias a este debate y a este proceso deconstruccionista, la Ciencia vio cuestionada profundamente la pretensión de validez universal y de neutralidad de la que había hecho gala desde el siglo XVII. Las principales consecuencias de este debate fueron la ampliación de los límites del conocimiento y el surgimiento de nuevas áreas

de investigación científica. Este hecho posibilita, en la actualidad, adentrarse en espacios del conocimiento que no han sido considerados, hasta hoy, dignos de ser estudiados, como es el caso del amor romántico. **Gracias a la lucha feminista contra el sistema patriarcal, además, he podido ir a la Universidad; si hubiese nacido en otra época no podría haber estudiado si quiera; ni este tema, ni cualquier otro.**

Hoy se acepta comúnmente que todos estamos influidos por la cultura en la que nos hemos criado, por el género al que se nos adscribió al nacer, por la educación que recibimos y las instituciones sociales, la religión, nuestro estatus social y económico, además de nuestras propias aspiraciones personales y experiencias vitales, que conforman nuestra identidad. Por ello, **ningún científico, institución científica o investigación empirista puede hoy declararse objetivo o neutral. De hecho, se considera más honesto que los y las profesionales de la Ciencia admitan en sus investigaciones el punto del que parten,** y tengan en cuenta a la hora de elaborar sus teorías e hipótesis la perspectiva personal desde la que ejercen la actividad del conocimiento, para así diferenciar sus propios condicionamientos culturales y personales del objeto de estudio. Es decir, admitir la inevitable subjetividad que impregna cualquier actividad humana en el área del conocimiento científico, dejando atrás mitologías científicas antes nunca cuestionadas.

El trabajo de documentación no fue tarea fácil, dado que no existe mucha bibliografía científica debido a la marginación de las emociones como objeto de estudio. Para Carlos García Yela (2002), es muy significativa la gran diferencia existente en cuanto a volumen de investigación entre el amor y otros temas *"que quizá sean menos relevantes en la vida del hombre, como por ejemplo, el reflejo salivar condicionado"*.

La Antropología ha estudiado temas como la familia, el parentesco, el matrimonio, el comportamiento sexual, los ritos vinculadores, el apego, el beso y las conductas altruistas, pero no específicamente el amor romántico, considerado generalmente como una peculiaridad exclusiva de las civilizaciones occidentales.

La Sociología se ha centrado en el análisis del matrimonio (y la satisfacción en el mismo) como unidad básica de la estructura social y sólo en contadas ocasiones ha concedido suficiente atención a la importancia estructural del amor y las creencias románticas en nuestra sociedad.

En el campo de **la Historia,** destacan las obras de algunos historiadores sobre el matrimonio (Westermarck, 1926) y la pasión (De Rougemont, 1939).

En el campo de las ciencias sociales, el interés por las emociones también se ha visto incrementado a medida que avanzaba el siglo XX.

Ortega y Gasset (1941) se quejaba de que el tema del amor no fuese objeto de investigación científica o filosófica:

"Si un médico habla sobre la digestión, las gentes escuchan con modestia y curiosidad. Pero si un psicólogo habla del amor, todos le oyen con desdén, mejor dicho, no le oyen, no llega a enterarse de lo que enuncia, porque todos se creen doctores en la materia. En pocas cosas aparece tan de manifiesto la estupidez habitual de las gentes. ¡Como si el amor no fuera, a la postre, un tema teórico del mismo linaje que los demás, y por tanto, hermético para quien no se acerque a él con agudos instrumentos intelectuales!".

Leo Buscaglia, también opina que es ridículo que el Eros, una fuerza de la vida tan poderosa, sea ignorada, no investigada y condenada por los científicos sociales, *"que en cambio, sí se ocupan mucho de esa otra fuerza llamada sexo, cuando originariamente y en rigor etimológico se trata del mismo fenómeno".*

Defendiendo la idea de que el amor es un gran tema a tratar por todas las áreas científicas, Carlos Yela afirma que es frecuente entre los intelectuales la queja sobre la enorme distancia existente entre el progreso tecnológico y el progreso de las relaciones humanas: "*el estudio riguroso, sistemático y empírico del amor podría ser una vía que contribuyera a salvar esa abismal y lamentable diferencia*".

La Psicología Social comienza a tratar el tema en 1964. Secord y Backman incorporan en su manual de la disciplina un capítulo sobre atracción interpersonal donde se incluían unas breves consideraciones sobre el amor. Un año más tarde, Aronson y Linder (1965) divulgan su clásica "ley" sobre la atracción interpersonal. Poco después, Bloom (1967) publicará un artículo sobre el concepto de amor y las tipologías amorosas, todo ello en revistas propias de la Psicología Social. A mediados de los años 70, el análisis científico del amor se va paulatinamente desmarcando del área de la atracción interpersonal, al tiempo que surge una verdadera explosión y auge de las investigaciones: centenares de artículos, decenas de volúmenes monográficos y manuales, cursos, seminarios, congresos, etc., e incluso alguna revista especializada, como el *Journal of Social and Personal Relationships*, donde buena parte de los artículos publicados se centran en el amor o en temas muy afines.

En los años 90 el tema se convirtió, según Yela García (2002), en un punto de referencia obligado de la Psicología Social. La publicación de monografías sobre el tema continúa aumentando cada año, muchos de ellos de orientación psicodinámica (Gabbard, 1996), otros muchos desde la Psicología Feminista.

En España, hasta los años 80, la producción intelectual sobre el amor ha sido bastante limitada. En los años 70 Josep Vicent Marqués edita un número especial en *El Viejo Topo* sobre el amor (extra número 17), con colaboraciones de Paolo Fabretti o Christian Delacampagne, en el que se habla del amor sobre todo como un instrumento de control social que sirve para perpetuar el patriarcado y la familia tradicional nuclear.

En 1982, la *Revista de Occidente* publica un número monográfico sobre el amor. En 1986, sucede lo mismo con los Cuadernos de *Historia 16*. En los 90 se publican artículos firmados por profesores universitarios (ej: Ochoa y Vázquez, 1991; Sangrador,

1993; Serrano y Carreño, 1993, Yela García, 1996) así como algunos libros en mayor o menor medida dedicados a, o relacionados con el tema (Guasch, 1991; Ortiz, 1991). Además, se realizan seminarios, conferencias, cursos de doctorado, simposios, congresos y alguna tesis doctoral (Carreño, 1991; Yela García, 1995; Martínez Iñigo, 1997).

Recientemente, han surgido algunas obras en el ámbito de la divulgación científica, en áreas como la Biología, la Etnología, o la Antropología (Helen Fisher, Eduardo Punset, David Buss, Eibl-Eibesfeldt, Desmond Morris, Barash y Lipton...). **Sin embargo, sólo ahora, en los primeros años del siglo XXI, se ha empezado a tratar el tema desde una perspectiva social**(Ulrich Beck, Zigmunt Bauman, Pascal Bruckner, Erich Fromm, Anthony Giddens, entre otros).

La mayor parte de los grandes teóricos occidentales ha escrito libros acerca de los sentimientos y las pasiones, pero han sido siempre considerados obras *menores*, poco menos que *anécdotas* dentro de la sesuda literatura científica y filosófica de estos grandes autores (Ortega y Gasset, Roland Barthes, Francesco Alberoni, entre otros).

En mi caso, l**o que más me fascinaba del tema es como el amor de pareja siempre se ha tratado como un fenómeno afectivo que acontece en el interior de las personas, es decir, como un sentimiento individual y mágico difícil de explicar.** Y sin embargo, son muchas las personas aquejadas de esta "enfermedad", "intoxicación", "borrachera", o "dulce tormento". El dinero que gastamos en terapeutas que nos ayuden a sobrellevar una ruptura amorosa, en abogados que tramiten una separación, en regalos cuando empezamos una relación, la cantidad de energía y tiempo que dedicamos al amor me hacía pensar que **el amor es una construcción sociocultural, es decir, creada desde la cultura para conformar sociedades de gente que se une de dos en dos. y yo me preguntaba, y ¿por qué de dos en dos?, ¿y por qué han de ser de diferentes sexos?, ¿y por qué la mujer debe de ser de una manera y el hombre de otra?....**

Mi aparato teórico desde el cual enfocar este estudio está basado en mi admiración por la teoría del pensamiento complejo de Edgar Morín, que propone superar los dualismos con los que estamos acostumbrados a pensar. La vida no es blanco o negro, razón o emoción, hombres o mujeres, el bien o el mal, lo grande o lo pequeño. Leyendo sobre Einstein una aprende que todo es relativo según el punto de vista desde donde se mire, y que la realidad es mucho más rica que las etiquetas reduccionistas con las que tratamos de entender el mundo.

Me encantó leer a Sergio Manghi, que afirmaba que el estudio de las emociones humanas no se trata sólo de una tarea científica, sino también ético-política, "*pues la persistencia, en nuestro tiempo, de hábitos perceptivos dualistas, que separan el corazón y la razón, el cuerpo y el espíritu, las emociones y la cognición, es una fuente permanente de sufrimientos, de prevaricaciones y de violencia*".

En el seno de este paradigma dualista que simplificaba el mundo en dos extremos opuestos, se consideró que el hombre representaba la Cultura (el raciocinio, la civilización, la Ciencia, la ley, el orden, la filosofía), y la mujer la Naturaleza (los sentimientos, lo irracional, lo salvaje, lo caótico, lo oscuro, lo incognoscible). **Por eso los hombres, que representan la civilización, deben controlar la naturaleza, explotarla, domesticarla, utilizarla para sus necesidades. Y para eso se ha creado el romanticismo patriarcal, para que perpetúe esa desigualdad y ese control, y para que la gente se una en sistemas de mutua dependencia.**

Y es que el hecho de que las pasiones no hayan sido temas considerados dignos de estudio científico *serio* es un hecho íntimamente relacionado con la estructura patriarcal que ha subordinado a la mujer durante siglos. En esa actitud discriminadora y despreciativa hacia su figura se incluía todo lo que se consideraba femenino, como los sentimientos. Sólo en este siglo, la primacía de la mente y la razón sobre el cuerpo y las emociones ha dado paso al estudio de los sentimientos como parte constitutiva fundamental del ser humano.

Y gracias a ello, hoy me encuentro aquí escribiendo acerca del amor. Entiendo que es un tema que, por su complejidad y extensión, no se puede abarcar en su totalidad; pero sí que he pretendido demostrar que l**as emociones están mediadas culturalmente, y que están predeterminadas por la cultura en la que se incardinan** (construidas a través del lenguaje, de los relatos, los símbolos, los mitos, los estereotipos, los ritos, y las creencias). El poder simbólico incide de forma poderosa, creo, no sólo en la nuestros sentimientos, sino también en la construcción de la realidad social, económica y política de las sociedades**.**

Dado que la cultura evoluciona a la par que los sistemas políticos y económicos, bien sosteniéndolos, bien transformándolos, considero que es necesario los productos ficcionales y las teorías filosóficas para entender cómo construimos la realidad, cómo la reificamos y cómo unas ideologías se imponen sobre otras (y a la vez coexisten).

El motivo por el que centré mi análisis sobre los mitos y las representaciones simbólicas del Amor es porque **la mayor parte de nuestros productos culturales**

desde la Antigüedad hasta nuestros días se basan en las relaciones sexuales y amorosas entre los géneros: desde las cosmologías (como la griega, que se basa en las relaciones de amor y odio entre los dioses) hasta las series de ficción televisiva, pasando por la escultura, la pintura, la cerámica, la música, el baile, la narrativa oral, la poesía, los cuentos y leyendas, los folletines, las radio-novelas, las canciones, las novelas, las películas, la ópera, y todas las representaciones culturales que han tenido y tienen como tema central el amor y las pasiones.

Mi deseo era, mediante un proceso de crítica y deconstrucción, echar abajo ciertas ideas que se han dado por supuestas o como "naturales": prejuicios, tabúes, mitos falsos y creencias subjetivas que han distorsionado el concepto de amor y que lo han devaluado durante siglos a la categoría de emoción irracional no susceptible de ser tratada e investigada.

Para mí es obvio que el amor no es sólo una fuente de productos culturales en forma de novelas o canciones, sino también **un dispositivo político**. Las relaciones humanas atravesadas por el poder, y ello hace que sean complicadas, conflictivas, dolorosas y también, enormemente gratificantes. Los seres humanos necesitamos a los otros para sobrevivir, porque los afectos forman parte de nuestra *nutrición* y son el eje a partir del cual desarrollamos nuestra vida en sociedad. A través de nuestros seres queridos aprendemos a hablar, a pensar, a vivir en sociedad y a asumir las normas morales, sociales, culturales y políticas. Rodeados de afectos o con una falta total de ellos construimos nuestra identidad y nuestra biografía, y nos reproducimos, sacando adelante y educando a nuevos miembros de la sociedad.

mi libro sobre la construcción de las identidades, los feminismos, las masculinidades y el queer

La mayor parte de nuestras vivencias y recuerdos están implicados en las tramas emocionales y sentimentales que construimos en la interacción con nuestros semejantes y nuestro entorno. Nuestra felicidad, nuestro bienestar psíquico y emocional, nuestros sueños y anhelos, nuestras esperanzas y nuestra energía se

desarrollan en torno a nuestras relaciones afectivas. Ellas son las que nos provocan dolor, tristeza, confusión, desgarro; también nuestras frustraciones, decepciones, preocupaciones y obsesiones están en su mayor parte determinadas por nuestros afectos.

De algún modo, s**iempre me ha parecido fundamental analizar y tratar de entender por qué las relaciones humanas son tan maravillosas y a la vez tan dolorosas.** Creo que es a nivel microsocial como es posible entender la dimensión macrosocial de nuestra cultura; por eso analizar las relaciones entre los humanos puede ayudarnos a entender por qué las grandes estructuras políticas y económicas son tan desiguales, injustas y crueles. La complejidad emocional del ser humano es inmensa, a menudo contradictoria y cambiante, y tiene mucho que ver con la ética individual y el sistema moral colectivo, y por supuesto, con las jerarquías de poder. También con los recuerdos y las vivencias, los intereses, las motivaciones, los valores, las creencias y los modelos amorosos que nos ofrecen las industrias culturales.

Creo que es necesario tratar de comprender el complejo mundo de las emociones principalmente porque **entender y analizar nuestras formas de relacionarnos puede ayudarnos a mejorar nuestro mundo. Es posible que las guerras, los conflictos humanos, la violencia cotidiana que inundan las cabeceras de los telediarios disminuyesen si lográsemos entender los mecanismos sociales y afectivos con los que los humanos nos relacionamos entre nosotros, bajo el trasfondo de las luchas de poder y del miedo.**

El miedo forma parte de nuestras relaciones y de nuestra forma de entender y movernos en el mundo. Es un poder psíquico, un producto mental y a la vez un mecanismo biológico de carácter instintivo. También los animales sienten miedo, y en ocasiones se revela como un mecanismo de supervivencia fundamental ante los depredadores. En el caso del *homo sapiens*, con su capacidad de imaginar, el miedo se convierte en un monstruo que empobrece su vida en sociedad, porque a menudo establecemos estrategias defensivas y de ataque. **Los humanos tenemos miedo a los desastres naturales, pero también miedo al dolor y a la muerte, a la incertidumbre con respecto al futuro, miedo a perder seres queridos. Miedo a la soledad y a la locura, pero sobre todo miedo al *otro*, a lo desconocido, lo extraño, lo que se escapa a nuestro entendimiento. Miedo al poder del *otro*, al color de su piel, su idioma, su cultura, su religión.**

Este miedo afecta especialmente a las relaciones entre hombres y mujeres por el ancestral temor hacia el género femenino desarrollado en las culturas patriarcales. La mayor parte de las relaciones entre los hombres y las mujeres han estado siempre basadas en el miedo al poder del otro, a la dominación física y psicológica. En este sentido, los hombres siempre han entendido la seducción femenina como estrategia simbólica de dominación por la vía de la sutil persuasión.

El miedo también tiene una clara conexión con el apego: todos tenemos miedo a perder a nuestros seres queridos, a que no se nos

necesite o no se nos quiera. Nos apegamos a los objetos, las propiedades y las personas como si fueran "nuestras", y además quisiéramos que ellas y los sentimientos que nos unen sean eternos e indestructibles. El ser humano sufre por la contingencia y trata de encontrar su centro y su estabilidad psíquica en las personas a las que ama o quiere; pero también siente un profundo anhelo de libertad. Miedo y libertad se tensan contradictoriamente, porque no nos es fácil lograr alcanzar un equilibrio entre la estabilidad y la aventura, la seguridad y el misterio. Los seres humanos lo queremos todo a la vez, lo queremos todo para siempre, y nos cansamos de todo también. La realidad monótona y rutinaria nos frustra, de modo que nos embarcamos en aventuras corriendo riesgos: quizás debido a esta contradicción entre libertad y necesidad de afecto, mitos y realidades, el sufrimiento parece inherente a la condición humana.

Sin embargo, también es característico en nosotros la empatía, el altruismo, la generosidad, la entrega, el sacrificio personal, la solidaridad y la red extensa de afectos que establecemos con el resto, y gracias a la cual la supervivencia de la especie ha sido posible. El amor entendido como un todo es una fuerza poderosa que nos atrae y nos une los unos a los otros, ya sea en forma de amor filial (amor a la familia), de amistad (amores elegidos libremente, relaciones de apoyo y cooperación mutua que tenemos con personas con las que sin embargo no tenemos una relación erótica) o de amor pasional (el que se da entre dos o más personas y tiene carácter erótico).

El amor ha logrado que el ser humano cuide de sus semejantes más indefensos (ancianos, bebés, enfermos), y que la gente disfrute en la interacción con el resto. Las relaciones amorosas de pareja, además, son placenteras porque generan sentimientos positivos y porque es una fuerza creadora y constructiva que ilusiona a las personas y las anima a seguir viviendo, pese a la crueldad y precariedad a la que tiene que enfrentarse el ser humano a lo largo de su vida.

Además de estudiar las raíces del amor romántico en nuestra cultura occidental desde Grecia, pasando por el amor cortés del siglo XII y el Romanticismo del XIX, quise estudiar las relaciones amorosas en la actualidad, porque es la época histórica que me ha tocado vivir, y la que más me apasiona. En mi esfuerzo por entender por qué existe ese vacío social, por qué la gente ya no persigue metas colectivas, me centré en el análisis de lo que denominé la *utopía emocional colectiva romántica* de la Posmodernidad, porque entiendo que hoy el amor idealizado nos ofrece la *salvación*frente a la angustia existencial, el *horror vacui,* y la falta de sentido que impregna la realidad occidental.

El ser posmoderno es urbanita, se mueve en la sociedad del anonimato y sufre de angustia existencial, *hambre* de emociones y soledad. En este contexto posmoderno, el romanticismo constituye una creación de sentido personalizado y colectivo, una promesa ideal de autorrealización, una meta para alcanzar otras metas, como la felicidad. Y es que la sociedad occidental ha perdido en gran parte su instinto de supervivencia para dar paso al de autodestrucción; de ahí la proliferación de las

depresiones en el Primer Mundo, que visibilizan la angustia vital que sienten las personas una vez satisfechas sus necesidades básicas (alimento y un techo donde cobijarse). La sensación de alienación permanente que poseen los habitantes posmodernos se traduce en un anhelo de emociones placenteras e intensas que consumimos a través de los relatos. La necesidad de evasión y de entretenimiento se da en nuestra cultura en unas cantidades y dimensiones hasta hace poco desconocidas.

El amor romántico cubre estos anhelos del mismo modo que las drogas, la fiesta, o los deportes de riesgo, y además está conectado con lo sagrado: la totalidad, la fusión definitiva, el placer total, la eternidad (premisa fundamental de todo *amor verdadero*). Una de las ficciones más importantes que proyecta el amor idealizado es la del cese de ese doloroso sentimiento de soledad que nos acompaña a todos los seres humanos desde la caída de las grandes construcciones sociales como la religión o la clase social, y cualquier institución en la que antes nos podíamos sentir pertenecientes a una comunidad o grupo unido por cuestiones religiosas, económicas o políticas. Así, las representaciones simbólicas, con mitos como el de la "media naranja" (de resonancias platónicas), nos anuncian el fin de la perpetua soledad a la que estamos condenados.

Estas *utopías emocionales* se acoplan al individualismo y al consumismo a la perfección, porque están basadas en la filosofía del *sálvese quien pueda* y el *egoísmo a dúo,* una expresión acuñada por H.D. Lawrence para explicar el estilo de vida basado en una forma de relación basada en la dependencia, la búsqueda de seguridad, la necesidad del otro, la renuncia a la interdependencia personal, la ausencia de libertad, celos, rutina, adscripción irreflexiva a las convenciones sociales, el enclaustramiento mutuo...

Este enclaustramiento en parejas propicia el conformismo, el viraje ideológico a posiciones conservadoras, la despolitización y el vaciamiento del espacio social, con notables consecuencias para las democracias occidentales y para la vida cotidiana de las personas. Con el triunfo del individualismo la democracia se encuentra en manos de los políticos, los empresarios y la Banca; la sociedad no es gestionada por una población adulta, sensibilizada, culta, comprometida y unida. Dejamos, irresponsablemente, en manos de unos pocos nuestro destino como especie, y por supuesto, coextensivamente, el del resto de los seres vivos de este planeta.

El individualismo como modo de vida ligado al consumismo conlleva también una potente sensación de soledad; es normal entonces que la gente quiera formar equipos, aunque sean solo de dos miembros, para hacer frente a un mundo cruel, jerárquico y desigual. **En pareja *la* vida se hace más llevadera por la ayuda mutua que nos prestamos, pero no nos queremos ni imaginar cómo funcionaría un mundo en el que se practicase la solidaridad de grupos humanos frente a las grandes estructuras de poder, es decir, un mundo donde el amor fuese una praxis social cotidiana no centrada en un solo ser humano.**

Evidentemente, a un sistema capitalista no le conviene una excesiva solidaridad entre las personas, ni facilitar la autorganización y autogestión de las comunidades; a causa de esta necesidad económica en televisión nunca se apela al amor de las personas por sus semejantes, por la totalidad humana, ni el amor hacia el propio planeta o el resto de sus habitantes. Más bien se le incita al consumismo que es una actividad solitaria o en pareja que ayuda al sostenimiento de la economía capitalista.

Sólo se representan amores colectivos en televisión cuando se trata de un sentimiento social hacia conceptos artificiales como "nación" o "patria", o hacia algún objeto o persona determinada (como la religión cristiana o la musulmana, los partidos políticos y sus líderes, los grandes clubes de fútbol que aglutinan millones de seguidores, o las estrellas del rock o el cine). Por ello he creído importante exponer el reduccionismo interesado de la concepción del amor representada en las producciones culturales como algo que concierne exclusivamente a dos personas, o como mucho al núcleo familiar, excluyendo siempre al tercero, al otro, a los y las otras.

Y por ello os invito a sumergiros en los principales mitos del amor romántico para poder analizarlos, de-construirlos, desmontarlos. **Poniendo al descubierto la distancia insalvable que hay entre la Realidad y las idealizaciones, podremos quizás construir relaciones más igualitarias, menos dolorosas y menos basadas en expectativas desmesuradas y condicionadas por lo que he denominado "el Romanticismo Patriarcal", que está aún plagado de estereotipos y división de roles de género.** Este amor patriarcal es, aún, un modelo plagado de promesas que en realidad sostienen una interdependencia entre los miembros de una pareja engalanado con los adornos románticos.

El sistema amoroso occidental y su modelo de lo que *debería ser* que nos impiden construir relaciones basadas en la libertad antes que en la necesidad. Y es que hay que dejar atrás el modelo patriarcal para poder abrir el campo amoroso y crear otras relaciones más ricas, complejas y libres, no sujetas a la heterosexualidad, la dualidad, la superioridad masculina, la monogamia femenina, la genitalidad o el adulterio. Aquí es donde toma cuerpo el lema sesentayochista: *lo personal es político*. Y es que es en las emociones donde se libra la gran batalla contra el patriarcado; una vez iniciada la lucha por la Igualdad política a través de las leyes y la economía, lo lógico es liberar al cuerpo, a las emociones y los sentimientos de estructuras rígidas y jerárquicas, y ponernos a inventar otras formas de amar...

Al final, el resultado fue una tesis enorme de los que saqué dos libros; encontré respuestas, pero me surgieron muchas más preguntas, más ganas de leer, experimentar, debatir, y seguir buscando. **Este texto es el prólogo al libro "La Construcción Sociocultural del Amor Romántico"**

2. ¿Qué es el Amor?

foto: Eduardo Morales López

El amor, etimológicamente, tiene como prototipos el sentimiento maternal, el sentimiento erótico y la amistad. **La palabra amor procede de la raíz *amma* "madre", de modo que el amor es maternal. También de aquí deriva "amistad".**

El fenómeno romántico está relacionado asimismo con el apego, la querencia, el deseo, el cariño, la pasión, la amistad, la búsqueda, el erotismo, la sexualidad, los cuidados y la atención, la intimidad y el compromiso. A nivel etimológico, por ejemplo, el amor se relaciona con el **deseo**: *querer* procede de *quarare*, "buscar". Según José Antonio Marina (1999), la palabra ***voluntad*** procede de la raíz indoeuropea *wel-* "desear, querer", de donde salieron el francés *vouloir,* el alemán *willu* o el eslavo *velja*, todos con el mismo significado.

Otra raíz es la de ***eros***, palabra de origen desconocido que designaba el dios del amor y el deseo sexual en la Antigüedad griega. Por último, ***libido*** significa también "deseo". Procede de la raíz indoeuropea *leubh-*, "amar, desear", de donde han derivado el inglés***love*** y el alemán ***liebe.***

También se relaciona etimológicamente con el agrado, el cuidado y con la pertenencia a un grupo: la raíz griega ***phil,*** de origen desconocido, no expresaba un sentimiento, sino la pertenencia a un grupo social. Se utilizaba también para las relaciones de hospitalidad; de allí pasó a significar "amigo". De esta raíz procede también ***filtro*** como "bebedizo para despertar el amor". Otra familia, dilección, deriva del latín *diligere*, palabra curiosa que procede del verbo leer, y que designa una elección y estima basada en la reflexión. Implica "cuidado, atención". La palabra ***diligente*** ha pasado a significar "dispuesto a hacer con prontitud e interés las cosas que tiene que hacer" pero, según Marina (1999), se utilizaba originariamente como la palabra para designar el significado de "amante".

Castilla del Pino (2001), afirmó que los sentimientos son instrumentos que disponen los humanos para relacionarse con su entorno (con personas, animales y cosas) y

consigo mismos (con sus pensamientos, fantasías, deseos, impulsos). Los sentimientos forman parte de la capacidad del ser humano para relacionarse social y afectivamente con sus semejantes. Los sentimientos son "estados del Yo", decía T.Lipps. Lo que se denomina "estar afectado por un sentimiento" es el reconocimiento de esa modificación de la totalidad del sujeto, y no sólo de su aparato emocional; afecta a la totalidad del organismo.

El amor de pareja: el colocón del romanticismo

El amor pasional es una forma de relacionarse con los otros miembros de la sociedad, y con los miembros de otras sociedades, y a la vez un estilo de vida, una forma de estar en el mundo, una amalgama de sentimientos, una forma de enajenación y al mismo tiempo de lucidez mental, pues el amor es una vía hacia el conocimiento, como dijo Platón hace muchos siglos.

El amor es consecuencia del miedo humano a la soledad, pero a la vez es una aventura por las profundidades de nuestro ser que hay que vivir con valentía para ser disfrutada. En el amor romántico confluyen el arrebato y la contención, el paso de los años y la pasión de una noche. Es una condensación de mitos que circulan por el espacio colectivo, pero también un sentimiento que genera potentes hormonas y respuestas físicas visibles e internas que sacuden y modifican el organismo humano, su conducta y sus actuaciones.

El amor es acción pura, pero también se resume en divagaciones y ensoñaciones íntimas de carácter platónico. Está anclado a la realidad; se expresa en forma de caricias, jadeos, gemidos, susurros y gritos, sangre, sudor, semen y fluidos, pero también es un fenómeno idealizado y vivido de forma irreal. El romanticismo puede suscitar en las personas sentimientos de altruismo, generosidad, entrega, sacrificio, ilusión, felicidad intensa, pero también es un sentimiento gracias al cual aflora nuestro *lado oscuro*: el egoísmo, el miedo y las inseguridades, los complejos, los deseos de venganza y dominación, la crueldad extrema. Por eso a menudo el amor romántico nos muestra la peor cara de nosotros mismos, nuestro lado más sombrío e inconfesable. Por eso a veces tememos enamorarnos, precisamente por la intensidad que nos invade, y por su doble dimensión: **por un lado el amor posee una dimensión radiante y luminosa, y por otro lado oscura y hasta siniestra.**

El amor es, también, un arte, como dijo Erich Fromm (1959). Es una f**uente sentimental que genera otras emociones fuertes**; a menudo se le acusa de ser un elemento perturbador, generador de caos y destrucción, provocador de actos irracionales que anulan la lucidez y cordura de las personas, como si pudiese separarse a las emociones de los pensamientos, como si los sentimientos y las ideas fuesen entes contrapuestos.

El amor nos hace tomar conciencia de la muerte y de la vida como procesos inseparables. Nos produce una sensación de poder abarcar la totalidad del ser, porque nos vuelve hacia nosotros mismos, y en ese proceso podemos conocer la realidad desde la propia realidad, como si fuese la de la Humanidad entera. Esto sucede porque al volverse hacia sí, el humano encuentra su animalidad a través de su propio cuerpo, sus deseos, e instintos. Y también se choca con la realidad de su pequeñez y vulnerabilidad; por eso ansiamos la eternidad, la perfección, el infinito, la sublimación de los sentimientos.

En este sentido, el amor es una fuerza grandiosa que hace tomar conciencia al ser humano de su insignificancia y su breve paso por este mundo. Y eso sucede porque el amor romántico es un deseo de eternidad que nos arroja a la cara la precariedad de nuestra existencia, como personas y como especie. El mundo fue creado por accidente;

una casualidad maravillosa hizo que en este planeta la vida surgiera en un caldo primigenio. No sabemos por qué estamos vivos o para qué, pero **el amor a veces logra proporcionarnos un sentido, un motivo, una causalidad.**

Sabemos que todo se acaba, aunque no sabemos aún por qué. Los seres humanos, las estrellas, los planetas y los sistemas solares se apagan, se extinguen, explotan, se deshacen y se recomponen formando nuevos cuerpos; pero nosotros somos demasiado pequeños para poder ver y entender el mundo en una línea temporal que mide años/luz. Debido a esta indeterminación es probable que el ser humano sea el único ser de la Tierra que maneja el concepto de eternidad.

El amor, entonces, nos pone en contacto con lo grandioso (la vida, la eternidad, el movimiento, la existencia) **y con lo insignificante** (nosotros mismos, perdidos en una esquina de una galaxia lejana y aislados por distancias astronómicas del resto del universo). **Y esta conexión con la inmensidad nos hace ser conscientes de lo extraño y maravilloso que es a la vez estar vivo**. Existir es un estado tan precario que precisa ser disfrutado con intensidad, porque es poco probable que vuelva a repetirse. La pasión amorosa se acaba; explota con violencia o se extingue lentamente, pero se acaba, como la vida misma, como nuestra propia existencia. Por eso el amor nos pone en relación con la vida y la muerte; por eso lo experimentamos de un modo tan trágico y pasional en ocasiones.

La realidad de la persona enamorada es mucho más colorida, diversificada, intensa y placentera que la realidad del día a día; por eso **hoy en día el amor romántico sirve como dispositivo de evasión, bien consumido como relato, bien vivido en persona**. Por su carácter escapista, el romanticismo a menudo constituye una realidad utópica que choca con la realidad; en ella deseo y frustración van de la mano. La extraordinariedad del amor correspondido radica en que nos eleva por encima de la cotidianidad, normalmente monótona y rutinaria para la mayor parte de la Humanidad. En un sistema tan cruel como el nuestro, tan desocializado e individualista, es normal que el ser humano desee vivir otro tipo de realidades; enamorarse sería un modo de evadirnos, de relacionarnos y de trascender la realidad.

El romanticismo, así, actúa de trasfondo, distorsionando, enriqueciendo, transformando la realidad cotidiana. El amor es un *estado naciente* (Alberoni, 1979) que nos sitúa en una posición comprometida con la realidad, porque es más intensa que la cotidiana.

Los enamorados se ven de pronto mostrando su mejor cara, tratando de ser buenas personas, siendo hospitalarios, ofreciendo su ayuda, haciendo sentir bien al otro, deseado lo mejor para el otro. Muchos se ven "fuera de sí", como contemplándose a sí mismos desde lejos, sorprendidos por su propia generosidad, altruismo y capacidad de entrega: "*El amor es el comunismo dentro del capitalismo. Incluso a los más avaros les da por regalar y se sienten por ello totalmente felices*" (Ulrich Beck, 2001).

Necesitamos enamorarnos del mismo modo que necesitamos rezar, leer, bailar, navegar, ver una película o jugar durante horas: porque necesitamos trascender nuestro "aquí y ahora". Alejarnos de la realidad, ponernos en la piel de otras personas, de otros seres fantásticos, viajar a otros mundos, descubrir nuevas cosas, buscar la trascendencia espiritual. Fusionar nuestra realidad con la realidad de otra persona es un proceso fascinante porque se unen dos biografías que hasta entonces habían vivido separadas, se construye una historia en común, y se proyecta un presente y futuro idealizado, situado más allá de la realidad propiamente dicha, y alejada de los cambios y avatares de la vida.

Por eso **el amor es para los enamorados como una isla o una burbuja, un refugio o un lugar exótico, una droga, una fiesta, una película o un paraíso**: siempre se habla de las historias amorosas como situados en lugares excepcionales, en contextos especiales, como suspendidas en el espacio y el tiempo. El amor en este sentido es algo extraordinario, un suceso excepcional que cambia *misteriosamente* la relación de las personas con su entorno y consigo mismas. **Esa *magia* es lo que hace este fenómeno incomprensible para muchas personas,** que no se explican por qué sus vidas cambian cuando se enamoran, por qué hacen cosas que nunca harían, por qué son capaces de cualquier cosa por su amado o amada…

Y es que el amor, además de ser una tormenta física y química, **se construye desde la cultura**, por eso las formas de amar no son las mismas en Japón que en América Latina, por eso los modelos románticos van variando según las épocas históricas.

La magia del amor es universal, pero los mitos varían de una sociedad a otra, según los modelos de religión, organización sociopolítica y económica, ética y moral, etc. **de cada sociedad.** En nuestra cultura globalizada del siglo XXI, el amor se presenta como una utopía emocional colectiva construida a base de mitos románticos. Son muchos y muchas las que desean encontrar a su media naranja, las que anhelan la llegada del príncipe azul, los que desean encontrar la belleza, la armonía, la felicidad, la eternidad, a través del amor romántico.

En Occidente el mito por excelencia es el de la pareja heterosexual formada tan solo por dos miembros, ambos diferentes pero complementarios, unidos por la misma meta: la procreación de uno o varios hijos.

Nuestras emociones se configuran a partir de los cuentos que nos cuentan, las películas que vemos, los personajes mitificados que nos llegan a diario. Por eso **en una cultura machista, el romanticismo patriarcal perpetúa la desigualdad entre hombres y mujeres, porque refuerza la división de roles y margina otras formas de amarse.**

El bombardeo del amor romántico como la quintaesencia de la felicidad nos ha hecho mucho daño, porque la realidad no es tan bonita como la pintan, porque en un mundo tan individualista odiamos la soledad pero nos resulta difícil querernos, y porque nos apegamos a las personas como si fueran nuestras. Por eso hay que abrir el amor, inventar nuevas formas de quererse, explorar otros modelos y crearnos otras metas.

Desmitificando estos modelos y reivindicando la diversidad podremos abrir espacios amorosos alternativos, donde quepa más gente, donde tod@s podamos liberarnos de los miedos y de la soledad, donde podamos construir un mundo mejor, más igualitario, pacífico y amable.

3 El enamoramiento

"Casi todo el mundo conoce las sensaciones de enamoramiento: esa euforia, ese tormento, esas noches en vela y esos días sin descanso. Envueltos en éxtasis o aprensión, soñamos despiertos durante una clase o en el trabajo, olvidamos el abrigo, nos sentamos junto al teléfono o planeamos lo que diremos, obsesionados, ansiando otro encuentro con "él" o "ella". El más mínimo gesto de él o ella nos congela el pulso, nos marea su sonrisa, corremos riesgos estúpidos, decimos tonterías, reímos demasiado, revelamos secretos oscuros, hablamos la noche entera, a menudo nos abrazamos y nos besamos, ajenos al resto del mundo, cautivados y febriles, sin aliento, etéreos de felicidad" (**Helen Fisher,** 2004)

El enamoramiento es un estado alterado de la conciencia que nos proporciona una especie de **colocón hormonal y anfetamínico permanente**. Cuando fijamos en alguien nuestra atención de manera especial y con un fuerte deseo erótico, cambia nuestra percepción de la realidad y experimentamos derrames emocionales intensos, ajenos a nuestra voluntad. Es la primera fase que viven las parejas enamoradas, que experimentan **la magia del amor** con pasión y descontrol: es el momento en que sentimos la pérdida de nuestro libre albedrío, racionalidad y creencias. También se trastoca nuestro comportamiento, nuestros ritmos de sueño, nuestra cotidianidad.

El amor es, en estas primeras etapas, un *tsunami* con una grandísima carga emocional que arrasa con todos los obstáculos, como el miedo a enamorarse o nuestros prejuicios en torno a las categorías raciales, al matrimonio como institución sagrada, las diferencias de clase social, o las distancias físicas y temporales. El enamoramiento ha sido comparado con los venenos, los brebajes mágicos, con la enfermedad del cuerpo y el alma, como si fuese algo que sentimos ajenos a nosotros mismos, y que provoca fuertes reacciones emocionales que escapan a nuestro control. Se ha asociado también a la locura, al éxtasis, a la borrachera, a los estados de trance y a los accesos místicos: estados mentales, emocionales y sexuales que nos transportan a otras dimensiones de la realidad

Esta capacidad del amor para trastocarnos y derrumbar nuestros esquemas y rutinas de vida es especialmente visible en el proceso del enamoramiento. Por eso usamos expresiones como: "estoy loca por ti", o "siento que me muero de amor". A menudo, el enamoramiento, si es correspondido nos transporta a un estado de felicidad que es extraordinario, porque es muy intenso y continuo. En nuestra sociedad este estado de

felicidad permanente es el estado ideal en el que la gente querría estar siempre; por eso el amor tiene tanta importancia en la actualidad. Estar enamorada coloca tanto que incluso los golpes de la vida se ven amortiguados; cuando nos enamoramos le encontramos un sentido a la vida, la realidad cobra otra dimensión (se ve la vida más colorida y primaveral), nos sentimos con la autoestima por las nubes, capaces de todo, y se dispara nuestro afán soñador y utópico, porque creemos que, bajo los efectos del amor, *todo es posible*.

Carlos Yela García (2002) cree que el enamoramiento en nuestra cultura actual se produce fundamentalmente por la combinación de tres factores: una **atracción física**, que se acrecienta con una **atracción persona**l, y se dispara cuando existe un conocimiento o una sospecha fundada de que existe **reciprocidad de atracción**.

Yela nos ofrece un resumen de las características principales del enamoramiento y sus protagonistas basándose en las teorías de Freud, Rougemont, Tennov, Trías, Sternberg, Fisher, Money, Rubin:
- **Grandilocuencia** (estado emocional extraordinariamente intenso, al que uno confiere una enorme importancia).
- **Intenso deseo de intimidad y unión con el otro** (estar con él/ella físicamente, tocar, abrazarle, compartir experiencias, secretos, relaciones sensuales...).
- Aparición súbita (flechazo).
- Intenso **deseo de reciprocidad** y **temor al rechazo.**
- Pensamientos frecuentes e intrusivos sobre el otro/la otra.
- Pérdida de la concentración (para el resto de las conductas cotidianas).
- Fuerte activación fisiológica ante la presencia (real o imaginada) del otro (excitación, nerviosismo, sudoración de manos, aceleración cardiaca, euforia...).
- Hipersensibilidad ante los deseos y necesidades del otro.
- **Vulnerabilidad psicológica.**
- Cierta **timidez** ante el otro.
- Sentimientos ambivalentes (el famoso "dulce tormento").
- Atención selectiva (centrada en el otro).
- **Idealización de la otra persona** (percepción exclusiva de características positivas).
- Ausencia de control voluntario sobre tales sentimientos.
- Empleo de pautas esenciales de **seducción para propiciar la proximidad espacio-temporal.**
- Búsqueda de contextos de alta activación fisiológica: compartir situaciones intensas, novedosas, placenteras, emocionantes, arriesgadas, peligrosas, distintas de la rutina (como enfrentarse a una meta difícil juntos, transgredir una norma paternal o social, enfrentarse juntos a un problema serio –personal o social- o afrontar un peligro físico real o simulado).
- Se potencia el atractivo físico propio.
- Empleo de la **comunicación no verbal:** sonrisas, miradas, proximidad paulatina, postura sociópeta, tono de voz suave, etc.
- Empleo de un **lenguaje ambiguo y lúdico**.
- Demostración de características socialmente deseables: simpatía, sentido del humor, generosidad, etc.; ello tenderá a elicitar atracción personal del otro hacia nosotros.
- Se trata de **acentuar la similitud** de actitudes, gustos, opiniones, intereses, etc. con el otro.
- **Auto revelaciones personales profundas** que intensifican la sensación de intimidad.

Las relaciones entre la atracción sexual, el enamoramiento y determinados procesos biológicos (fisio-anatomo-neuro-químicos) han sido los campos preferidos de la investigación empírica en este área. Según Yela García, todos estos estudios coinciden

en que una de las principales variables implicadas en el enamoramiento es la intensa elevación de la activación fisiológica general (lo que los psicólogos suelen denominar aurosal: excitación general, nerviosismo, sudoración de manos, aceleración cardiaca, euforia...) y un proceso de activación sexual (aumento del deseo, excitación sexual).

Todos los especialistas coinciden en señalar que **nuestro principal órgano sexual es sin duda el cerebro**, productor de temores, júbilos, deseos, excitaciones, fantasías, imaginaciones sexuales... (Beach y Ford, 1951; Kaplan, 1979; Liebowitz, 1983). Las partes del cerebro que se activan con el enamoramiento son: el córtex (responsable de los aspectos cognitivos y conscientes de los comportamientos amorosos y sexuales); el sistema límbico (donde están ubicados los centros de placer y dolor; y el sistema motivacional y emocional), la hipófisis (donde se producen algunas de las principales hormonas reguladoras de tales conductas), el hipotálamo (centro regulador y distribuidor de los impulsos nerviosos) y en general todo el tejido neuronal (en cuya sinapsis van a transmitirse los neurotransmisores, algunos de los cuales juegan también un destacado papel en el fenómeno amoroso).

Otras características y síntomas asociados al amor fueron analizados por la psicóloga **Dorothy Tennov** en su estudio *Love and Limerence* (1979). Tennov identificó en sus investigaciones una constelación de características comunes la condición de "enamoramiento", un estado que ella denomina limerence o amartelamiento. El primer aspecto significativo de esta condición es su comienzo, el momento en que otra persona adquiere un "significado especial"; comienza la "invasión de ideas", y la mente se ve invadida por pensamientos en torno al "objeto del amor".

En un principio las conexiones intrusivas ocurren a intervalos irregulares. Algunos encuestados informaron que l**os pensamientos relativos a la persona amada ocupaban menos del 5% de sus horas de vigilia, pero muchos dijeron que, a medida que la obsesión crecía, pasaban del 85% a casi el 100% de sus días y noches en una atención mental sostenida**, pensando en ese único individuo. Con el paso de los días comenzaban a prestar atención a aspectos muy triviales del ser adorado y a magnificarlos como parte de un proceso que Tennov llama *cristalización*. Se diferencia de la idealización en que la persona enamorada ve claramente las debilidades de su ídolo, hombre o mujer. Pero los dejan a un lado o se convencen a sí mismos de que dichas debilidades son únicas y simpáticas, y se derriten por los aspectos positivos de la apariencia física o la personalidad del ser amado.

Según Tennov, **dos sentimientos dominaban las ensoñaciones de los enamorados analizados: la esperanza y la inseguridad**. La mayoría hablaron de temblores, palidez, rubor, una debilidad generalizada y sensaciones abrumadoras de incomodidad, tartamudez, y hasta pérdida de casi todas sus facultades y capacidades básicas. **La timidez, el miedo al rechazo, la expectativa y el ansia de lograr la reciprocidad son otras características del enamoramiento**. En las investigaciones de Tennov aparecía como característica común **la sensación de impotencia** de los enamorados, y la idea de que esa pasión era irracional, involuntaria e incontrolable.

Para esta psicóloga fue muy interesante observar que **la adversidad es una clave incendiaria que siempre estimula la pasión**; se ha denominado a este fenómeno el ***efecto Romeo y Julieta*** o la atracción de la frustración, que supone que los obstáculos de cualquier tipo (como la guerra entre dos familias) intensifican la pasión.

También Helen Fisher (2004) cree que a medida que se intensifica la adversidad, lo hace también la pasión romántica. Los obstáculos pueden ser externos o internos, pero en cualquier caso **si una persona es difícil de "conquistar" nuestro interés por ella aumenta**. Por ello, afirma Fisher, no es sorprendente que la gente se enamore de

personas casadas, o de personas de las que estamos separados por dificultades que parecen casi insuperables.

Esta tesis será también defendida por **Denis de Rougemont** (1939) en su análisis histórico y literario sobre el amor, que se convirtió en un manual de referencia académico. De algún modo, ***Amor y Occidente*** fue un punto de partida para posteriores reflexiones y análisis en torno al fenómeno amoroso en numerosas disciplinas como la Literatura o la Sociología. Un ejemplo de ello es **Francesco Alberoni** (1979), que apoya la tesis de De Rougemont y afirma que en la ficción literaria el obstáculo es un artificio para construir una historia de amor dotada de sentido: las familias enemigas de **Shakespeare**, el matrimonio de **Isolda,** el nacimiento del nuevo hijo en las Afinidades Electivas de **Goethe**, la muerte de **Beatriz** en Dante, etc.

Alberoni (1979) define el enamoramiento como el estado naciente de un movimiento colectivo de dos: "*El estado naciente es una revolución de la vida cotidiana, por eso logra despegarse cuando ha tenido éxito en revolucionarla, o sea cuando la vida puede tomar otra dirección nueva, querida e interesante*". Así, por un lado, el enamoramiento es un proceso personal con un poder transformador que asemeja la vivencia amorosa a la aventura. Para Alberoni, hacer experiencias nuevas juntos es la clave de la prolongación del enamoramiento activo:

"No hay nada que destruya de manera más total el enamoramiento que la repetición de lo idéntico. (...) Para que esto suceda no es necesario que los enamorados vayan a regiones desconocidas, pueden quedarse en su territorio pero deben tener la ocasión de revisitarlo de manera completamente diferente; deben poder construir itinerarios nuevos y significativos para sí mismos. (...) En realidad todos buscan el viaje exterior activo, la acción, porque ésta satisface la ardiente exigencia de transformar la vida como lo requiere el estado naciente" .

El enamoramiento también es una aventura que sitúa a las personas en un **estado de euforia similar en intensidad a los estados de euforia colectivos.** Alberoni cree que entre los grandes movimientos colectivos de la Historia y el enamoramiento hay un parentesco estrecho,

"el tipo de fuerzas que se liberan y actúan son de la misma clase, muchas de las experiencias de solidaridad, alegría de vivir, renovación, son análogas. La diferencia fundamental reside en el hecho de que los grandes movimientos colectivos están constituidos por muchísimas personas y se abren al ingreso de otras personas. El enamoramiento, en cambio, aun siendo un movimiento colectivo, se constituye entre dos personas solas"

Francesco Alberoni afirma rotundamente que el enamoramiento es la forma más simple de movimiento colectivo, y lo compara a los grandes procesos revolucionarios de carácter religioso, social, sindical, políticos o estudiantiles: "*unos movimientos que dan origen a un nuevo "nosotros" colectivo hecho sólo por dos personas, como en el enamoramiento*" . Para Alberoni, el enamoramiento es la subversión del orden, el trastocamiento de las instituciones sociales y económicas. Pone de ejemplo la sociedad feudal, en la que subsistía la estructura de las relaciones de parentesco cuando nace la burguesía y la intelectualidad.

El enamoramiento surge en este contexto histórico y social como una chispa entre dos individuos que pertenecen a dos sistemas separados e incomunicables. Se buscan y se unen transgrediendo las reglas endogámicas del sistema de parentesco o de clase, como **Abelardo y Eloísa,** o **Romeo y Julieta.** Otras transgresiones son la ruptura de la adolescencia con la familia de la infancia (Julieta), o el adulterio como ruptura de

la pareja conyugal, el sistema de parentesco (hermanos o primos que no pueden casarse), una fe política (ella de familia republicana, él príncipe heredero), una diferencia cultural o lingüística, de edad, u orientación sexual.

Alberoni sostiene que sin la diferencia, sin el obstáculo, no hay ninguna necesidad de instaurar otro sistema de diferencias e intercambios, es decir, de fundar otra institución. **El enamoramiento es, así, una experiencia de liberación, de plenitud de vida, de felicidad**. Por eso Yela afirma que el enamoramiento suele surgir en un **contexto de "alta activación": lugares ruidosos** (festivales, conciertos, discotecas, pubs), **novedosos** (un viaje, una experiencia no vivida anteriormente), **placenteros, y distintos de la rutina** (un fin de semana loco, unas vacaciones, una acampada, una atardecer en el río, una noche en la playa, etc.) y **situaciones peligrosas o amenazantes.**

El enamoramiento, según Alberoni, surge de la sobrecarga depresiva cotidiana: nadie se enamora si, aunque sea parcialmente, está satisfecho de lo que tiene y de lo que es. Por eso el enamoramiento es más frecuente en los jóvenes: porque son profundamente inseguros, su autoestima oscila mucho, y a menudo se avergüenzan de sí mismos: "*Cuando uno tiene la nada por delante surge la disposición a lo diferente y al riesgo, la propensión a arrojarse en el todo o nada*". En este sentido, Alberoni cree que **el enamoramiento es un acto de liberación**, porque el futuro está abierto y el pasado adquiere un nuevo valor: "*El enamoramiento, como todo estado naciente, es una exploración de lo posible a partir de lo imposible, una tentativa que hace lo imaginario para imponerse sobre lo existente; es también buscar el sentido de nuestro propio destino*".

Hay personas que **no soportan la intensidad del enamoramiento y que pretenden controlar enseguida** lo incontrolable: domesticarlo, definirlo, darle un nombre, establecer el tipo de relación que se desea, y lograr regular la intensidad a gusto del enamorado. Estas personas desean llegar cuanto antes a la fase posterior, en la que reina la paz, la seguridad, la estabilidad, aunque acabe con el éxtasis.

Otras en cambio se resisten a domesticar la relación y a menudo perpetúan el tormento durante toda la relación, incluso voluntariamente, poniendo obstáculos del mismo modo que **Isolda y Tristán colocaban la espada entre ambos al acostarse para dormir: ponen un obstáculo para intensificar el deseo.**

Entre los aspectos positivos del enamoramiento, **Alberoni destaca el placer de la generosidad y la entrega que experimenta la gente al enamorarse. Amar es dar sin esperar nada a cambio**, es desprenderse de algo o hacer algo por alguien sólo por hacerle feliz. También el amor pleno es igualitario, porque sitúa a los amantes en un plano no jerárquico de relación, y sus principales virtudes son la autenticidad y la sinceridad.

Entre los aspectos negativos del enamoramiento, José Ortega y Gasset (1941) afirma que todo el que se enamora tiene una predisposición a ello, y entiende el enamoramiento como un *estado de miseria mental* en el que la vida de nuestra conciencia se estrecha, empobrece y paraliza:

"*El enamoramiento es, por lo pronto, un fenómeno de atención: (...) una atención dirigida anómalamente detenida en otra persona. (...) hay una progresiva eliminación de las cosas que antes nos ocupaban. La conciencia se angosta y contiene un solo objeto. (...) Reconozcamos en el enamoramiento un estado inferior de espíritu, una especie de imbecilidad transitoria. Sin anquilosamiento de la mente, sin reducción de nuestro habitual mundo, no podríamos enamorarnos".*

Para Ortega y Gasset, la atención es el instrumento supremo de la personalidad; es el aparato que regula nuestra vida mental; al quedar paralizada, no nos deja libertad alguna de movimientos. "*Tendríamos, para salvarnos, que volver a ensanchar el campo de nuestra conciencia, y para ello sería preciso introducir en él otros objetos que arrebaten al amado su exclusivismo. Si en el paroxismo del enamoramiento pudiésemos de pronto ver lo amado en la perspectiva normal de nuestra atención, su mágico poder se anularía"*. El filósofo español lleva a cabo un paralelismo entre éxtasis y amor que le lleva a comparar **el enamoramiento como un estado de hipnotismo**, porque en ambos procesos hay trance, alucinaciones, y hasta efectos corporales idénticos, como insensibilidad y catalepsia.

Yo encuentro que **el principal rasgo negativo del enamoramiento es el ansia de posesividad y de exclusividad** que mucha gente experimenta sobre su objeto de amor (a veces irracionalmente). También el hecho de que **idealizamos a las personas** porque no las conocemos bien, por eso luego nos decepcionamos profundamente.

Creo que enamorarse no es un acto de amor, en realidad; **es difícil querer a alguien de verdad si solo la queremos para nosotras. No se puede amar a nadie si sólo conocemos su lado luminoso**, si no queremos ver ni asumir la mochila de miserias y los defectos del otro. El amor, creo, se da cuando aceptamos al otro tal y como es.

Sin embargo, hay gente que llega a odiar a su objeto de deseo cuando descubre que "*no es lo que pensaba que era*". Es decir, como no se amolda a sus deseos, ni a su modelo idealizado de mujer/hombre perfecto, ni le ama como él quiere que le amen, desprecia al amante, cuando en realidad la culpa reside en las desmesuradas expectativas que le ponemos al amor romántico y l**a borrachera química que no nos deja ver la realidad tal como es, del mismo modo que las drogas.**

Otro rasgo doloroso es que **la pasión** del enamoramiento se devalúa progresivamente, y **se acaba**. El cuerpo y el cerebro no pueden sostener esta situación emocional tan extraordinaria e intensa durante demasiado tiempo, por eso tiene fecha de caducidad: se atenúa en unas semanas, meses, o dos o tres años a lo sumo, según Helen Fisher.

C**uando el entusiasmo y la novedad se desvanecen, el cerebro incorpora nuevos elementos químicos, como las endorfinas,** sustancias naturales semejantes a la morfina que serenan la mente. **Liebowitz** sostiene que mientras las endorfinas irrumpen en las vías primarias del cerebro, inauguran la segunda etapa del amor –el apego-con sus sensaciones de seguridad y paz.

Sin embargo, no siempre la pasión se desvanece y se transforma en amor. La realidad es que a veces se convierte en odio y otras veces en relaciones tormentosas e inestables. El estado de arrebato amoroso no siempre está nivelado; es decir, **pocas veces se da a la vez en las dos personas con igual grado de intensidad**. Unas veces uno está más enamorado, y otras veces le toca al otro; cuando se alcanza el equilibrio perfecto, la pareja experimenta unas sensaciones recíprocas que le hace sentir muy felices, pero **este estado de armonía ideal no suele durar demasiado.**

Sobre todo cuando matamos el misterio; si sabemos que ya hemos conquistado plenamente a la otra persona, es probable que disminuya la intensidad de nuestras pasiones, que se alimentan con el miedo. **El miedo puede exacerbar la pasión**, porque tememos no ser correspondid@s, tememos perder nuestro objeto de deseo, tememos que sea todo un espejismo o un sueño. **Pero también puede ser un obstáculo muy poderoso para la creación de una pareja y la consolidación**

del amor. A veces por el grado de compromiso que ello requiere; otras veces por miedo a ser *traicionados*.

Enamorarse requiere una gran inversión de tiempo y energía; por eso no todo el mundo se siente seguro a la hora de abrir su corazón a alguien que no se conoce bien y que no sabemos si nos va a dejar de querer de golpe, cosa que nunca vamos a poder saber de nadie, ni siquiera podemos controlarlo en nosotros mismos, por mucho que queramos ser fieles hasta la eternidad.

En general, las personas cuando se enamoran tienen dos opciones: o verse arrastrados por la inundación emocional y dejarse mecer por el oleaje amoroso, o bien luchar con todas sus fuerzas contra sus propios sentimientos y la marea de emociones que se le vienen encima. **La resistencia a enamorarse viene dada normalmente por el miedo a sufrir**: las relaciones eróticas y afectivas entre los humanos son a menudo difíciles y dolorosas.

No todo el mundo desea enamorarse de nuevo, bien porque ya tienen un compromiso emocional con otra persona que les proporciona estabilidad psíquica y emocional, bien porque desean permanecer libres y asegurar su independencia. Hay gente que se niega a dejarse llevar por sus sentimientos porque no quieren complicarse la vida, porque necesitan tener control sobre ella, o simplemente porque el coste psíquico y emocional de un desengaño amoroso es demasiado para nosotr@s cuando ya se han acumulado varios.

Esto hace que **las relaciones se desequilibren por una cuestión de intensidad y ritmo** (una quiere ir despacio, el otro quiere vivirlo a tope) o **por una cuestión cuantitativa: cuando un@ está dispuesto a darlo *todo* y el otr@ no se siente tan generos@ o disponible.** Lo mismo sucede cuando uno de los dos miembros tiene una vida social y unas aficiones que lo hacen una persona más autónoma, y el otro es más dependiente o tiene una vida menos llena de eventos o de pasiones individuales. Las expectativas, la necesidad, el deseo, la urgencia, las luchas de dominación... son todos factores que influyen en el desequilibrio amoroso de una pareja.

Por eso cuando se logra una armonía llena de erotismo, de colocones anfetamínicos, noches sin dormir, momentos especiales que trascienden la realidad, lo que hay que hacer es **disfrutarlo, agarrarse al presente y vivirlo con intensidad. Sin pensar en el futuro. Sin querer controlarlo y acoplarlo a nuestra cotidianidad**. Dejando que la realidad sea otra cosa mientras estamos invadidas de amor. La explosión que denominamos enamoramiento sabemos que no sucede todos los días ni todos los años, y que cuando llega es especial, pero no va a durar para siempre, porque todo se mueve, nada permanece. Por eso la máxima del *carpe diem*: vivamos el momento porque es irrepetible.

4 El desamor

De igual modo que el enamoramiento es un proceso que las personas consideran mágico, misterioso e inexplicable, el desamor es un fenómeno que, en teoría, tampoco podemos controlar. Según las definiciones científicas, es un proceso que implica el cese o disminución de las sensaciones placenteras e intensas junto a la persona amada. El desamor puede desencadenarse en un final abrupto o dilatado en el tiempo, pero en cualquier caso, a menudo nos sentimos impotentes cuando dejamos de amar a alguien o cuando nos dejan de amar. Es fácil reprochar a la pareja una infidelidad, una cadena de mentiras y engaños, su falta de compromiso o su actitud pasiva. Pero **no se puede reprochar a nadie que se desenamore** o que deje de sentir ilusión, de fantasear, de sentir atracción sexual por nosotros.

El desamor es un proceso *mágico* porque no depende del comportamiento de la pareja, sino más bien de sucesos emocionales que se dan en el interior del amante, y en los que el otro no puede influir. Muchas parejas tratan de salvar su relación cuando ésta se hunde, a veces a la desesperada, porque t**ener una relación afectiva de cualquier tipo (maternal, amistosa, fraternal, amorosa) implica una gran inversión de tiempo y de energía.** Y cuando todo se acaba, la sensación que queda al amante despechado es que no ha "servido" para nada, o que ha estado perdiendo el tiempo.

Una de las razones que esgrime la gente para explicar el desenamoramiento es la pérdida de la pasión. Cuando está en lo más alto, la relación fluye por sí sola, aumenta y se retroalimenta *mágicamente*. Después, cuando la pasión disminuye, mucha gente *trabaja* la pasión, es decir, se esfuerza por seguir sorprendiendo a su pareja, por hacerla sentir especial, por encender en ella el deseo a base de detalles, sorpresas, y mucha imaginación.

Sin embargo, **no todo es pasión en una relación amorosa.** Son muchos los que profundizan en su relación cuando ésta acaba, porque en ocasiones el final de la tormenta química da paso a otros factores de unión, como la complicidad, el apego, las ganas de construir juntos. Es decir, *desenamoramiento* (bajada del colocón) no es lo mismo que desamor, que se refiere a una ruptura emocional, más profunda, una

desconexión o alejamiento a todos los niveles (sexuales, sentimentales, espirituales, intelectuales).

Por eso los motivos del desamor son tan variados y complejos. Uno de los principales sería el **factor tiempo:** cuantos más años llevan juntas las personas, más se reduce su deseo sexual hacia el otro debido a la habituación y la rutina.

Otros factores de desamor:

- la falta de comunicación,
- la falta de sinceridad,
- las luchas de poder,
- el egoísmo de uno o ambos miembros,
- la dependencia emocional de uno de los miembros de la pareja,
- las expectativas no cumplidas,
- el deseo de variedad sexual,
- el adulterio,
- el deterioro consustancial a la convivencia,
- la evolución personal de cada miembro de la pareja,
- la diferencias de intereses y aficiones,
- la falta de apoyo emocional/personal,
- la falta de reciprocidad de auto revelaciones,
- el descuido del atractivo físico,
- el rencor acumulado de años,
- los celos continuos,
- la disminución en la frecuencia de las relaciones sexuales,
- los problemas sexuales,

Y es que, como hemos visto en los artículos precedentes, el amor romántico ni es perfecto, ni eterno, ni armonioso, debido principalmente a la precariedad del equilibrio emocional humano. **Cuando una de las partes está más enamorada que la otra, el déficit emocional puede provocar una ruptura, bien porque nos sentimos "demasiado" amadas, bien porque nos sentimos "poco" amados**. Los momentos en que ambos miembros sienten lo mismo en igual grado de intensidad son muy escasos, aunque hay parejas mucho más niveladas que otras que logran largos períodos de estabilidad emocional, psíquica y sentimental.

Otra de las causas del desamor puede estar también en el equilibrio que se establece en la **relación dar/recibir.** Cuando nos encontramos contentos, optimistas, llenos de energía e ilusión influimos positivamente en el otro, y trabajamos más en las relaciones afectivas, porque sentimos que tenemos mucho que aportar a los demás. En cambio **en los períodos en los que alguno de los dos se siente deprimido, triste o iracundo, la pareja recibe menos porque la energía no se multiplica ni se reparte,** sino que en ocasiones se autoconsume, como los agujeros negros. Normalmente esta falta de energía, la negatividad, la ausencia de motivación, o la autodestrucción de una persona inciden inevitablemente en el otro. Cuando una persona *chupa* las energías del otro constantemente, el equilibrio entre dar cariño o placer y recibirlo se quiebra, de modo que la relación puede llegar a convertirse en compartir el infierno de uno, o en depender de la *alegría de vivir* del otro.

La mitificación del amor es otra de las causas que precipitan el desamor. Los estereotipos románticos están idealizados en nuestra cultura, de modo que muchas veces nos creamos unas expectativas en forma de mitos (el príncipe azul, la princesa rosa, la media naranja, el amor verdadero). Cuando la Realidad se impone, las expectativas se convierten en frustración, porque pasado el estadio del enamoramiento, empezamos a conocer realmente a la persona que tenemos al lado. Nuestro objeto de amor resulta ser como el resto de las personas, con sus defectos y sus virtudes, con sus

miedos y sus prejuicios, con sus bondades y con sus inseguridades. **Y esta mitificación, entonces, se convierte en decepción; y para muchas personas, en una auténtica frustración, porque no se conforman con lo que hay.** O se conforman pero se escapan a relaciones de corte platónico, imposible, idealizantes o de carácter adúltero. O no escapan y se sienten *atrapadas* con una persona que "no es como creía que era". Esa resignación y ese desencanto hacen mella en cualquier pareja, hasta el punto de que la gente es capaz de meterse en espirales de reproches mutuos para el resto de su vida, lo que convierte a esta institución en un infierno.

Otro motivo para que surja el desamor es la desigualdad de los miembros de la pareja, basada en la idea de la inferioridad de la mujer y la disimilitud de los roles de género, principalmente en todo lo que concierne a las tareas domésticas; uno de los factores más importantes para el desgaste de la pareja hoy en día, según **Hendrick y Hendrick (1992).** Es en casa donde se libra la última batalla contra el patriarcado y donde las mujeres se rebelan contra su condición de eterna criada, enfermera, cocinera, limpiadora, educadora, etc. Pocas aguantan ya la sobrecarga de trabajo, la insolidaridad de sus compañeros varones, y su condición de hombres que a veces "echan una mano" pero que jamás limpian un retrete.

Una relación desigual, por definición, va a ser siempre imperfecta, asimétrica, y a menudo problemática, porque los dominados aplican siempre estrategias de defensa y de resistencia. En nuestra sociedad las mujeres son las que más se quejan de estar sobrecargadas de trabajo. Desde el punto de vista del *rey de la casa*, todo iría perfecto si las mujeres no se cansasen o al menos no protestasen. Ya sabemos que l**a Falange nos aconsejaba saludar sonriente al maridito a su llegada del trabajo** después de pegarte el palizón doméstico, para no perturbarle con nuestro cansancio, mal humor o problemas *menores*. Pero como sucede que cada vez las mujeres están menos dispuestas a encargarse de las tareas menos gratificantes solas, el hogar se ha convertido en un campo de batalla donde se libra una lucha femenina por la cooperación y el trabajo en equipo de toda la familia.

Lo terrible es que son muchos los hombres que sobreentienden que las mujeres son más hábiles en las artes domésticas y que su lugar *natural* está en la cocina, junto a la cuna de un bebé o arrodillada con una botella de lejía frente al váter. **A menudo, también las mujeres piensan que ellas lo hacen todo mejor y más rápido, como si ser hombre equivaliese a ser torpe, estúpido y holgazán.** Son las mujeres que prefieren llevar los mandos de su casa aunque luego se lo echen en cara a sus esposos todos los días; se sienten importantes porque sólo ellas saben dejar las sábanas tan limpias y planchadas, c**omo si Dios nos hubiese dotado de un poder sobrenatural para calmar la fiebre, hacer tortilla de patata o dejar los sanitarios brillantes.**

El final de una relación amorosa puede ser vivido como un proceso muy doloroso (incluso generador de suicidio u homicidio) o como una liberación. Yela García diferencia entre las consecuencias negativas de la ruptura para la persona, y las positivas: "*En general, las consecuencias negativas suelen incluir un fuerte resentimiento, un descenso en la autoconfianza y en la autoestima, y depresiones. Entre las consecuencias positivas cabe citar la liberación de responsabilidades, el cese de las discusiones, y la sensación de recuperación total de la libertad de decisiones*".

Pese a que toda ruptura o despedida es siempre dolorosa para los seres humanos, hay gente que logra separarse de una manera amistosa, y que además sabe diferenciar entre el amor de pareja que hubo y el cariño que queda. Muchos ex amantes

son grandes amigos, y es que **a menudo las relaciones amorosas que no contemplan la relación sexual son más transparentes, honestas, tranquilas y sobre todo, libres.** Es evidente que si las personas logran romper su relación con sinceridad, asertividad, honestidad y cariño, la ruptura será más fácil, o al menos, más llevadera. Durante algún tiempo los ex enamorados a veces se apoyan emocionalmente el uno al otro, y pueden desahogarse, compartir sentimientos y expresar sus temores.

El desamor puede ser así un proceso más que nos acompaña en nuestro periplo vital; muchas personas ponen su conciencia en el apego que sienten por las cosas y por sus semejantes y son capaces de liberarse y liberar al otro. Para ello es necesario comprender que la vida es una mezcla de pérdidas y de ganancias. L**a edad y el tiempo nos dan y nos quitan cosas, y a lo largo de nuestro recorrido vital la gente aparece y desaparece, (bien a causa de la muerte, bien por otras causas). Al ser humano le cuesta ser capaz de entender emocionalmente y psíquicamente** palabras como "nunca más", **porque son estados de las cosas irreversibles, como la muerte o un adiós definitivo. Sin embargo, no nos cuesta formular la promesa o el deseo de "para siempre", porque a pesar de su grandeza, anhelamos la *eternidad*.**

Hay personas que, al finalizar un amor, sienten que el futuro está abierto. Surge en ellas la curiosidad y el deseo de vivir nuevas experiencias, y el pasado de algún modo queda cerrado. Sólo cuando se pone un gran punto y final el amor puede contarse como relato, de principio a fin, y depositarlo en el pasado, como un proceso completo y terminado. Es así como muchas personas logran tener relaciones afectuosas con antiguos amores, y cómo con el tiempo, logran recordarlas con alegría, sin dolor.

Fisher afirma que el modo de reaccionar ante el rechazo depende de muchos factores, incluida nuestra educación: "*Algunas personas desarrollan una estabilidad emocional cuando son niños y cuentan con la autoestima y el aguante necesarios para superar un revés amoroso con relativa rapidez. Otras crecen en hogares desprovistos de amor y habitados en cambio por las tensiones, el caos o el rechazo, lo que puede convertirles en personas muy dependientes o indefensas en otros aspectos. (...) Hay quien tiene más oportunidades de emparejarse y sustituye fácilmente a la pareja que le ha rechazado con distracciones amorosas que mitigan sus sentimientos de protesta y desesperación*" (Fisher, 2007).

5 Yonkis del Amor

"Al principio, el amante se conforma con ver a su ser amado de vez en cuando. Pero a medida que la adicción aumenta, necesita cada vez más dosis de "droga". (...) Si la persona amada rompe la relación, el amante muestra todos los síntomas característicos de la abstinencia de las drogas, incluyendo la depresión, accesos de llanto, ansiedad, insomnio, pérdida de apetito, (o atracones de comida), irritabilidad y asilamiento crónico. Al igual que todos los adictos, el amante está dispuesto a pasar por todo tipo de experiencias nada saludables, humillantes e incluso físicamente peligrosas para conseguir su narcótico. Los amantes también reinciden, como los drogadictos. (...) Racine tenía razón cuando calificó al amante de "esclavo de la pasión" . **Helen Fisher, 2004.**

Erich Fromm denominó a esta época posmoderna "La Era de la Soledad", un tiempo que se caracteriza por el triunfo del individualismo, el anonimato, y el miedo a sentirse solo. Yo estoy convencida de que **la gran utopía posmoderna es el amor romántico**, provocada por el hambre de sentimientos y la sed de emociones que nos posee.

Unos acuden a la fiesta, otros a los deportes de riesgo, y otros buscan a su media naranja con desesperación, esperando salvarse del aburrimiento y de la tiranía de la soledad. Los hay que, cuando se enamoran y son correspondidas, abandonan amigos, aficiones, hábitos y rutinas, proyectos individuales y colectivos, y se encierran en una burbuja de amor que dura... lo que dura.

Y es que mientras dura, el amor pasional es un torrente de felicidad y una borrachera de ternura, deseo, sentimientos positivos, sensación de euforia, intensidad en la alegría de vivir. Creo que hemos sido muchos los que hemos podido experimentar ese estado de embriaguez que nos anula el raciocinio y nos mantiene un 90% del día pensando en nuestro amado/amada, así que **solemos mostrar comprensión cuando vemos a un ser cercano pasar por esa etapa** en la que se nos olvida todo, nuestro rendimiento en el trabajo disminuye, nuestra vida social se estrecha o se anula, y todo nuestro cuerpo se prepara continuamente para hacer el amor y ser amados/as sin control, sin mediciones, sin barreras.

Helen Fisher afirma que el amor es una droga, porque posee una dimensión adictiva muy fuerte que provoca reacciones desatadas en nuestro organismo. Cuando nos enamoramos, el cuerpo experimenta una especie de t**ormenta química y segrega unas sustancias anfetamínica**s como la dopamina, la norepinefrina, la

testosterona, la adrenalina, la oxitocina y la vasopresina, entre otras; todas sustancias placenteras que genera nuestro cuerpo y que se encuentran en las drogas (naturales y sintéticas).

La analogía entre el estado de enamoramiento y el producido por los efectos de algunas sustancias psicotrópicas como el LSD está clara: sensación de euforia, hiperactividad, falta de concentración, exageración, vivencias intensas, obnubilamiento, pérdida del sueño, del hambre y del cansancio físico, etc. o como la morfina, con sus correspondientes fases de "subida" (enamoramiento), síndrome de abstinencia y tolerancia.

En sus experimentos de IMRf con personas enamoradas, Fisher se dio cuenta de que "*Directa o indirectamente, casi todas las drogas afectan a un mismo recorrido cerebral, el sistema de recompensa mesolímbico, activado por la dopamina. El amor romántico estimula partes de este recorrido con la misma sustancia. De hecho, cuando los neurólogos Andreas Bartels y Semir Zeki compararon los escáneres cerebrales de sus sujetos enamorados con los de los hombres y mujeres que habían consumido cocaína u opiáceos, comprobaron que se activaban muchas de las mismas regiones cerebrales, incluida la corteza insular; la corteza cingulada anterior el caudado y el putamen*".

Muchos psicólogos defienden también esta idea de que **el amor es una adicción** porque el enamoramiento provoca estados de euforia, depresión y sobre todo dependencia afectiva. La pasión es extraordinariamente difícil de controlar y produce, entre otras emociones, ansiedad, obsesión, compulsión, distorsión de la realidad, dependencia emocional y física, cambio de personalidad y pérdida del autocontrol. El amante que está bajo este influjo muestra los tres síntomas clásicos de la adicción: tolerancia, abstinencia y reincidencia.

l hecho de que los amantes puedan permanecer despiertos toda la noche conversando y haciendo el amor es debido, según el psiquiatra Michael Liebowitz, al baño natural de anfetaminas que inundan los centros emocionales del cerebro, que contribuyen al optimismo y la energía desbordante que sentimos. Sin embargo, también el enamoramiento puede ser tremendamente doloroso: los enamorados sufren cuando se separan, por ejemplo, en los viajes de negocios o las vacaciones. Liebowitz piensa que durante la separación los enamorados se ven privados de su dosis diaria de drogas narcóticas naturales. Los niveles de endorfina bajan, y comienza la nostalgia y la melancolía, y en algunos casos, la desesperación.

La literatura, tanto científica como no, ha puesto de manifiesto que **el enamoramiento no correspondido es una de las situaciones vitales que mayor sufrimiento acarrea para el ser humano** (Yela García, 2002). El enamorado no correspondido puede llegar a perder no sólo la concentración en sus responsabilidades laborales e interpersonales, sino incluso el sueño, el apetito, y la propia motivación por la vida sin su amada. En esta línea, Fisher afirma que es posible que **este circuito romántico sea en parte la causa de que algunos hombres y mujeres se muestren dispuestos a tolerar los malos tratos psicológicos y físicos:** algunos amantes rechazados se comprometen a cosas ridículas o aceptan castigos horribles por temor a perder al ser amado. Liebowitz cree que estos ***adictos al amor*** sufren de bajos niveles de las drogas narcóticas naturales, de modo que se aferran a la persona amada porque lo prefieren antes que el riesgo de la baja de dichos opiáceos. Como los adictos a la heroína, están *químicamente casados* con sus parejas.

La noción de adicción estuvo ligada en su origen casi totalmente a la dependencia química, del alcohol o de drogas de diversos tipos. Según Anthony Giddens (1995), una vez medicalizada la idea, fue definida como una patología física cuando se expresa en una conducta compulsiva, y se mide por las consecuencias que tiene el hábito para el control del individuo sobre su vida: "*Una compulsión es una forma de conducta que un individuo encuentra muy difícil, o imposible, de detener sólo con el poder de su voluntad. Obrar a impulsos de las mismas produce una liberación de tensiones. La conducta compulsiva se asocia al sentimiento de pérdida de control sobre el Ego. La adicción puede ser definida como un hábito estereotipado que se asume compulsivamente".*

Todas las adicciones son esencialmente narcotizantes, pero el efecto químico no es un elemento esencial de la experiencia adictiva; es más importante su dimensión psicológica.

La adicción es una reacción defensiva, una vía de escape, un reconocimiento de falsa autonomía que amenaza la integridad de nuestra autonomía. Anthony Giddens (1995) define a una persona codependiente como alguien que, para reforzar su sentido de seguridad ontológica, necesita otro individuo o conjunto de individuos. Esto es visible en la gente que se siente incapaz de vivir sola y que siempre encadenan parejas, una tras otra; al final no importa tanto con quien como el mismo hecho de tener pareja, que se puede convertir en una obsesión compulsiva.

Colette Dowling (2003) sostiene la idea de que **la dependencia ha afectado más a las mujeres que a los hombres, y que es la principal fuerza que mantiene sujetas hoy día a las mujeres** a situaciones de dominación y sumisión. A este fenómeno lo denomina "complejo de Cenicienta": *"un entramado de actitudes y temores largamente reprimidos que tienen sumidas a las mujeres en una especie de letargo que les impide el pleno uso de sus facultades y de su creatividad.* ***Como Cenicientas, las mujeres esperan hoy algo que, desde el exterior, venga a transformar su vida"***. La autora reconoce que la dependencia es completamente normal en los humanos, porque somos seres gregarios que necesitamos a los demás para sobrevivir. Sin embargo, en la sociedad patriarcal a las mujeres se las ha inclinado hacia la dependencia "hasta un grado realmente malsano"; a los niños se les educa para que sean independientes, y a las niñas se las cuenta relatos de princesas que esperan en su castillo a que venga un príncipe salvador que llene sus vidas; "el único salvador que conoce el muchacho, en cambio, es él mismo".

También la dependencia masculina forma parte de la dinámica amorosa patriarcal, de modo que volvemos a insistir en la idea de que más que una adicción química o física, el enganche de la gente con el amor también es cultural. Porque se nos inocula el *virus pasional* mientras vemos películas, series, novelas, etc. de forma que mucha gente se pasa la vida enamorándose o suspirando por tener una relación que sea una continua borrachera de sentimientos y emociones. Lo curioso es que e**sas borracheras duran poco porque el cerebro no puede pasarse años segregando continuamente esas metanfetaminas;** por eso la gente cambia de pareja y quiere vivir nuevas aventuras, saborear la intensidad de las drogas naturales y alargarla lo más posible. El amante abandonado, en cambio, se queda con el *mono*; su cuerpo ya no segrega esas sustancias y entra en una fase de depresión tras la euforia. Viene la rabia, el síndrome de abstinencia, el deseo exacerbado, la melancolía... que también son emociones anfetamínicas que disminuyen hasta desaparecer con el tiempo.

6 Morir de amor: las patologías del amor romántico

El amor romántico, además de ser una hermosa utopía colectiva, puede convertirse en una enfermedad que lleva a la gente a la desesperación y a la muerte. En todas las historias del romanticismo decimonónico, el amor desemboca inevitablemente en el suicidio de uno de los amantes, o de los dos, al estilo cien mil veces repetido de "Romeo y Julieta", dos adolescentes tercos que deciden quitarse la vida porque no les dejan estar juntos.

El amor de pareja siempre es presentado en los cuentos que nos cuentan como un sentimiento positivo, lleno de ternura, armonía y felicidad. Pero el romanticismo, como todo en la vida, tiene un lado oscuro que puede ser peligroso para la salud mental y física, especialmente cuando se convierte en una obsesión que ciega nuestra capacidad para el razonamiento. **Llevado a su extremo, el amor deja de ser amor y se convierte en un puro acto de egoísmo y maldad.** Un ejemplo de ello lo tenemos en los *crímenes pasionales*, hoy llamados violencia de género, en los que los hombres matan a las mujeres que consideran "suyas", bien por celos, por sentimientos de posesividad y exclusividad, por orgullo y honor, por miedo, por pura maldad.

Por eso es mejor, a veces, que no nos quieran demasiado. O que nos quieran libres y con nuestros derechos para ir y venir, seguir o dejarlo, o extender nuestros afectos.

Los románticos del XIX nos enseñaron mejor que ninguna otra época el lado oscuro del amor, ese lugar en el que confluyen las fantasías, los miedos, los caprichos, la felicidad y el desastre, los inicios y los finales. Cuando somos correspondidos, el amor romántico saca a relucir lo mejor de nosotros mismos: cuando nos enamoramos somos personas encantadoras, amables, generosas, y tratamos de seducir al otro/a ofreciendo la mejor imagen de nosotros mismos para encandilar a la persona que se desea. Pero si no somos correspondidos/as en intensidad de sentimientos o grado de compromiso, es cuando afloran nuestros demonios. Algunos amantes que parecen ser de lo más tierno cuando todo va bien se convierten en odiadores inundados de deseos de venganza, aniquilación, y violencia, tanto verbal como física. **En nuestra cultura, es curioso, el amante despechado parece tener toda la razón cuando patalea, protesta y comete barbaridades en nombre del amor. Se entiende que los buenos son los abandonados, y los malos, los que abandonan.**

En el artículo "El mal de amores", vimos que el final de una relación puede ser una liberación o un trauma, y que depende mucho de nuestra red de afectos. La gente sin amigos, sin familia, sin redes sociales, son más dependientes de su pareja, y más propensas a hundirse en el fango. En soledad, el desamor es más duro, más doloroso, más difícil de superar.

Y es que el amor puede convertirse en una adicción: en "Yonkis del amor", veíamos cómo las drogas del amor pueden convertirnos en seres desesperados, incapaces de pensar con claridad, incapaces de pensar en la otra persona, esclavizados a nuestras necesidades y deseos.

Estas *patologías amorosas* son sobre todo sociales, es decir, más que pertenecer al mundo de los sentimientos, son fruto de una sociedad en la que el desamor se entiende como un fracaso. **La estructura social está hecha por y para parejas, la cultura se encarga de mitificar esas uniones de dos en dos, y nuestro yo se ocupa de convencernos de que sin pareja no somos nada, y que no encontraremos a nadie igual nunca jamás.**

Por eso cuando llega el desamor, algunas sienten una gran liberación con un futuro abierto, quizás con la posibilidad de encontrar otros amores y tener otras experiencias sentimentales. En cambio otro pierden las ganas de vivir, la sensatez, y la esperanza de volver a ser felices. **El proceso de desamor es similar en las sociedades humanas:** nos apoyamos en los amigos y las amigas, nos hundimos en la miseria, reaccionamos con rabia, nos autoculpabilizamos, tratamos de comprender al otro, lo odiamos con toda nuestra alma, lo perdonamos, deseamos volver a su lado, nos comemos los puños para no llamar por teléfono y coserlo a reproches, cambiamos de estado de ánimo (lloramos, rabiamos, nos volvemos a esperanzar, nos rendimos).

Algunos nos arrojamos al masoquismo recordando lo felices que fuimos, viendo fotos antiguas en los que aparecemos sonrientes con la amada o el amado, escuchamos la canción favorita que marcó nuestro amor al principio, olemos la ropa o acariciamos los regalos que recibimos del otro, leemos las cartas de amor que intercambiamos, lloramos toneladas de lágrimas hasta que inundamos la cama, nos arrastramos detrás del amado pidiendo clemencia, hacemos llamadas que no deberíamos, nos torturamos porque queremos hacer ver al otro que no estamos afectados/as.

Nos cuesta tanto dejar las relaciones porque somos animales de costumbres, porque practicamos el apego hacia las personas y las cosas como si fueran eternas, y porque vivimos en un mundo tan individualista que el fin de una pareja significa regresar a la soledad, por eso el miedo al abandono nos ata de tal modo a la gente.

Lo cierto es que entre las paradojas del amor, nos encontramos con que **es tan duro acabar una relación como que el otro la dé por terminada.** Las personas que desean acabar una relación a menudo se estresan, padecen insomnio, ataques de ansiedad, y retrasan la decisión todo lo que pueden. Los amantes a los que se les acabó el amor tratan de ser sinceros sin conseguirlo, pueden verse comidos por las dudas y las contradicciones, se sienten angustiados pensando en el dolor que le van a provocar a su pareja. Muchas viven en silencio toda esta ansiedad, asumen su papel de malos/as, y a menudo es frecuente que se vean comidas por los miedos: miedo a perder los hijos, familiares o amigos en común, a perder el estatus socioeconómico, e incluso miedo a no

encontrar pareja de nuevo.

En el caso de las mujeres, la sociedad nos condena aún más porque se supone que una *mujer de verdad* ama hasta la eternidad y antepone a sus necesidades y deseos las necesidades de los demás: marido, hijos e hijas, padre, madre, suegros, etc. De este modo, una mujer lo tiene más difícil porque es objeto de la posesividad machista, debido a la doble moral que interpreta que las mujeres apenas tienen deseo sexual y además pertenecen a un solo hombre para toda la vida. Por eso las mujeres infieles son una especie de monstruo insensible y malvado que en todas las historias merece el más alto castigo: la soledad o la muerte.

Afortunadamente, son cada vez más las mujeres que se sienten libres para terminar sus relaciones amorosas, pero esto sólo sucede en las islas de desarrollo donde existe la ley del divorcio o donde las mujeres podemos trabajar y ser independientes económicamente.

Sin embargo, también **son muchas las parejas prefieren permanecer juntas aunque sea peleándose a diario o haciéndose la vida imposible**; es un fenómeno que no resulta tan extraño si se mira desde una óptica económica. **No todo el mundo puede separarse cuando es infeliz en el seno del matrimonio; divorciarse hoy es un privilegio de ricos.** Las parejas trabajadoras invierten la mayor parte de las horas del día en ganar dinero para pagar una hipoteca terrible y muchas viven endeudadas, de modo que plantearse una ruptura (con el banco, frente a Hacienda, frente a la Iglesia, con la familia) se convierte en una "locura".

Lo peor de las rupturas es cuando se gestionan mal a nivel emocional, cuando el dolor nos convierte en seres chantajistas, culpabilizadores, egoístas, o cuando el que se va no da explicaciones, o cuando no se habla del problema desde el cariño. **En nuestra sociedad, las separaciones se perciben como un fracaso y se viven como un trauma,** tanto en el seno de la pareja como en el entorno familiar, especialmente si uno de los dos se deprime, si existe chantajismo emocional, reacciones airadas, venganzas crueles o acciones violentas, y si se implica al resto de la familia y amigos en la batalla conyugal.

Lo curioso es que mucha gente elige el camino más largo y doloroso, quizás porque nos aferramos a menudo con desesperación al amado o la amada sin respetar su libertad para marcharse. El egoísmo y el miedo a la soledad puede hacer que las personas intenten retener a su amado/a con mil estrategias posibles, e incluso pueden perder la dignidad personal, o cometer toda clase de locuras. El dolor y el miedo son sentimientos poderosos que si nos invaden incontroladamente, a veces pueden con nosotros.

Es mayoría la gente que piensa que es peor que te abandonen, porque en la persona "abandonada" suelen surgir sentimientos de culpabilidad, impotencia, falta de autoestima, inseguridades y complejos, miedos y multitud de emociones negativas:

"El rechazo de la persona amada hunde al amante no correspondido en uno de los sufrimientos emocionales más profundos y perturbadores que puede soportar un ser humano. La pena, la furia y muchos otros sentimientos pueden invadir el cerebro con tal vigor que la persona apenas pueda dormir o comer" (Fisher, 2004).

Los psiquiatras y neurocientíficos dividen **el rechazo romántico patológico en dos fases principales: la "protesta" y la "resignación/desesperación"**. Durante la primera fase, los amantes abandonados intentan obsesivamente recuperar a su ser amado. Cuando la resignación se asienta en ellos, se rinden por completo y desembocan en la desesperación. Para Fisher resulta irónico que cuando el ser adorado se nos escapa, las mismas sustancias químicas que contribuyen al sentimiento del amor cobran todavía más fuerza,

"intensificando el ardor de la pasión, el miedo y la ansiedad, e impulsándonos a protestar y procurar con todas nuestra fuerzas retener nuestra recompensa: el ser amado que nos abandona. (...) La furia del abandono se desarrolló con el propósito de impulsar a los amantes decepcionados a desprenderse de uniones sin futuro, a curar sus heridas y a reanudar su búsqueda en pos del amor en otros pastos más verdes".

La furia del abandono aparece con la sensación de impotencia, el miedo a la soledad, y la falta de herramientas para empatizar con la libertad de la otra persona. Para Helen Fisher, la furia es un mecanismo de catarsis que nos puede ayudar a asumir el final, porque en parte muchos sienten que han desperdiciado un tiempo y una energía muy valiosos en una pareja que ahora les abandona.

Cuando llega la resignación y la desesperación, hombres y mujeres suelen sobrellevar su tristeza de forma diferente: Fisher (2007) cree que los hombres suelen depender más de sus parejas románticas probablemente porque mantienen menos lazos con parientes y amigos.

Y es que los hombres educados en la tradición patriarcal suelen tener dificultades para expresar su dolor, lo contienen porque les han enseñado que llorar y quejarse no es de hombres. Precisamente este dolor contenido explota después de la forma más dramática posible: su probabilidad de cometer suicidio cuando la relación amorosa se desintegra es tres o cuatro veces superior a la de las mujeres.

También **han gozado, durante muchos siglos, del privilegio para ejercer la violencia contra las mujeres con impunidad, principalmente porque han aprendido de la tradición amorosa patriarcal que las compañeras de vida son "suyas".** La posesividad es una constante en las sociedades donde existe la propiedad privada y la desigualdad entre hombres y mujeres; este sentimiento de propiedad mal entendido provoca violencia, ya sea hacia uno mismo (recurriendo a mecanismos de autodestrucción como las borracheras descomunales, las drogas, o las actividades que implican riesgos letales), o hacia la pareja, de ahí el alto índice de maltrato, violaciones y asesinatos de mujeres.

Por el contrario, **las mujeres no suelen emplear la violencia ni se suicidan, sino que se deprimen:**

"*Las mujeres rechazadas lloran, pierden peso, duermen demasiado o nada, pierden el interés por el sexo, no se pueden concentrar, se retraen socialmente y consideran la posibilidad del suicidio. Encerradas en una mazmorra de abatimiento, apenas logran hacerse cargo de las tareas básicas de la vida. (...) Cuando llega la resignación, los niveles de dopamina disminuyen su actividad en el mesencéfalo, y dicha disminución está relacionada con el letargo, el aburrimiento y la depresión".*(Fisher, 2007)

El antropólogo Edward Hagen, el biólogo Paul Watson y el psiquiatra Andy Thomson creen que el altísimo coste metabólico y social de la depresión es, en realidad, su beneficio: la depresión es una señal sincera y creíble ante los demás de que "algo va terriblemente mal". De aquí que la depresión se desarrollara para permitir que nuestros

antepasados aquejados por el estrés acusaran sus síntomas ante los demás y así poder encontrar apoyo social en momentos de intensa necesidad, especialmente cuando se sentían incapaces de convencer por medio de palabras o de la fuerza a sus amigos y familiares para que apoyaran su causa.

Lo malo de la depresión es que nunca va a servir como mecanismo de chantaje para que el amado o la amada vuelvan a nuestro lado. Una persona deprimida, de hecho, resulta poco atractiva para cualquiera de nosotros, pues **nos enamoramos de la alegría de vivir de las personas, de la energía que emana de ellas, no de su tristeza.**

Es cierto que la compasión es una característica muy humana, pero nada erótica. Compadecerse del que sufre sirve para que nos sintamos empujados a aliviar el dolor de la otra persona, pero nunca para reavivar pasiones. Y a pesar de ello, mucha gente se agarra al chantaje emocional, y trata de demostrarle al otro la dependencia que siente, llora y protesta, envía mensajeros, escribe cartas, lo cuenta en Facebook... para que el otro o la otra se sientan responsables de su felicidad y el bienestar y, con el peso de la culpa, no les abandonen.

Sin embargo, en ocasiones la libertad se impone en nosotros de una forma irreversible, irremediable. **Cuando ya no queremos estar con alguien, cuando cesa el deseo, cuando somos infelices con la pareja, cuando nos enamoramos de otra persona, tenemos dos opciones: pensar en nuestra felicidad o renunciar a ella.**

Hay gente que jamás logra superar una ruptura, gente que vive con rencor hasta el final de sus días, gente que estaría dispuesta a maltratar al otro o a ser maltratado confundiendo violencia con pasión, hay gente adicta a los infiernos de parejas que pasan la vida luchando el uno contra el otro.

Creo que para superar estos traumas es necesario analizar la cultura amorosa en la que vivimos: los mitos románticos, los modelos idealizados, las represiones a la hora de vivir nuestros afectos y deseos, y no perder de vista que vivimos en una sociedad anclada en la desigualdad de género y en tabúes, prejuicios, normas morales, opresiones variadas.

Este análisis es necesario para comprender que **hay que diversificar afectos, que hay que cuidar a la gente a la que queremos, que una sola persona no puede ser el único asidero para vivir la vida.**

No podemos pedirle a una sola persona que sea responsable de nuestra necesidad de cariño, de compañía, de amor. No es justo que nos coloquen la etiqueta de "mío, todo y para siempre" porque muchos son los que utilizan esta concepción amorosa para aislarse del mundo y evadirse en un paraíso que no existe. Este asilamiento trae la soledad, y la soledad es un peso demasiado grande para animales como nosotros, que necesitamos vivir con más gente para poder sobrevivir.

Afortunadamente todos superamos las rupturas y los abandonos. Unas personas necesitan más tiempo y otras menos, unas tienen más herramientas para asumir los cambios de la vida y otras tienen más dificultades. Hay que buscarle ventaja a todo: lo positivo de desenamorarse es poder estar a solas con una misma y llegar a amar la

soledad; y paralelamente, a la vez, valorar más a la gente que nos rodea y nos acompaña en el camino.

Y además, **nos abre nuevas puertas y ventanas a la vida; el desamor nos permite volver a enamorarnos sin las pesadas cargas del pasado. Porque eso es la vida, en definitiva: disfrutar, sufrir, gozar, anhelar, encontrar y perder, enamorarse, curarse las heridas, confiar, decepcionarse, encontrarse, ilusionarse, acabar y volver a empezar.**

Coral Herrera Gómez

7 El Día de los Enamorados (y las Enamoradas)

Hay gente que me pregunta que qué me parece la celebración del día de San Valentín. Yo digo que todo lo que sea celebrar está bien, pero me gusta más el modo en cómo se vive en **algunos países de Latinoamérica, en los que no es el día de expresar amor solo a la pareja, sino a toda la gente que uno quiere**, amigos y amigas, vecinos y vecinas, familia, compañeros de trabajo. Así que en América este día es una festividad más amplia, abierta a la colectividad, no tan centrada en la idea individualista del dúo.

El acto de regalar algo a alguien es una tradición humana maravillosa, porque es una expresión de afecto, de agradecimiento, de intercambio. Lo que no me gusta es que haya que hacerlo en un día determinado; los cumpleaños, el día del Padre, el día de la Madre, el día de Navidad, el día de Reyes, el Aniversario de Boda.

Como aspecto positivo a destacar en este 14 de Febrero, podemos señalar que es un día propicio para los **enamorados platónicos o virtuales**, que pueden expresar su amor anónimamente sin miedo a ser rechazados. También es propicio para **los y las adolescentes**, que se intercambian regalos creyendo que es *para siempre* y porque son los que más disfrutan de los rituales sociales. Celebran mucho que se les regale por ser amados, y les parece una tragedia terrible no recibir ninguna muestra de afecto erótico-sexual en un día tan señalado.

Sin embargo, creo que el día de San Valentín es una fiesta basada en el consumismo, por eso la publicidad nos bombardea con la idea de que "regalar es amar". Y es que en nuestra sociedad **amar se ha convertido en un acto de consumo**: "*Si le quieres, demuéstraselo con colonia X", "Escápate con tu pareja: viaje romántico*" (agencias de viajes, casas rurales, hoteles...) "*Tarifa Dúo: porque el amor es cosa de dos*" (telefonía móvil), "*invítale a un menú romántico irresistib*le", etc.

Este acto de consumo está basado en la idea de que comprando, declaramos estar amando. Pero también un **acto de demostración**: "S*i te compro esto es porque te amo*", y de **exhibición**: "*Me han regalado esto, luego soy amada*".

Por eso más que pensar en la felicidad de los que son homenajeados en este día, yo me pongo a pensar**en la cantidad de gente que está enamorada sin ser correspondida**, que son muchos más que los que están enamorados y son correspondidos.

Si, hay muchas parejas felices, pero también muchas inmersas en infiernos conyugales, pantanos de aburrimiento mortal, valles de rencores acumulados, y tormentas tropicales que arrasan con todo y acaban en ruptura. Son millones las personas que se divorcian, los que cometen adulterio, los que sufren maltrato de su pareja, son millones también los que en este día no están enamorados, pero tienen que hacer como si lo estuvieran.

Me pongo a pensar, entonces, en **los millones de personas que en este día se sienten desgraciadas porque socialmente se les ha metido la idea en la cabeza de que quien no tiene regalo ese día es porque nadie le ama.** Esos "desgraciados" van a tener, encima, que ver a los demás presumiendo de ser las elegidas o los elegidos por alguien (a la gente le encanta eso de recibir flores en la oficina delante de todo el mundo; véase los *happy ends* de las pelis románticas de la industria hollywoodiense).

Al capitalismo le importa un bledo la soledad de la gente y la frustración que causa la idealización del amor como medio para alcanzar la armonía y la felicidad eterna. L**o importante es *hacer caja* y vender joyas, perfumes, tecnología, electrodomésticos, viajes y objetos de lujo que no se compran a diario.**

Yo siempre me solidarizo con la gente que hace regalos todo el año, no solo cuando marcan las festividades comerciales. También me solidarizo con los que no hacen demostraciones de poderío amoroso el día de moda, y en cambio demuestran su amor día a día, apoyando, cuidando, y tratando de hacer feliz a su pareja.

Así que creo que me gustaría más una fiesta para hacer regalos a la gente que uno quiere, y no necesariamente tener que comprarlos. Tiene mucho más valor algo que hemos hecho nosotros: poesías, cartas de amor, una cena cocinada por nosotras, bufandas tejidas a mano, pulseras trenzadas con hilos, esculturas de madera talladas con nuestras manos, pasteles de chocolate cocinados en el horno, flores recogidas del campo, álbum de fotos decorados por nosotras mismas.... Nuestro ser, nuestra acción, nuestro tiempo, nuestra creatividad es lo que le da valor a los objetos que intercambiamos para demostrar que nos queremos.

En definitiva, si se trata de celebrar, celebremos que estamos viv@s y nos

queremos, y expandamos el cariño más allá de la pareja, que falta nos haría un poquito de amor a la comunidad en la que vivimos.

Hay mucho odio de fondo invisibilizado por los corazones rojos que inundan los escaparates; mucha desconfianza entre la gente, entre las clases sociales, las razas, los vecinos del barrio. Si dejásemos de ir a lo nuestro por un rato y nos dedicásemos a dar amor a los que más lo necesitan, el mundo sería mejor.

Pero no; estamos comidos por nuestras frustraciones (*vaya mierda de regalo, ¿por qué nadie me quiere?, nadie me sorprendió en la oficina, yo pensaba que me amabas...*) y deseos de alcanzar unas metas utópicas, como por ejemplo, **el matrimonio feliz, que son soluciones individualistas a la crueldad y desigualdad del mundo en el que vivimos.**

Ante el miedo a la soledad, el paro, la precariedad, el deterioro de las condiciones de vida que estamos sufriendo, y el destrozo del planeta, lo que nos ofrece la publicidad es el sueño de una pareja perfecta; amar entonces se plantea como un acto egoísta, escapista, de evasión. Y es que el amor romántico es un paraíso artificial individualista: el mundo puede estar en guerra, pero yo me refugio contigo en nuestra casa, con nuestro perro, nuestro coche, nuestra hipoteca. Así todo sigue igual, así seguimos yendo cada uno a lo suyo, en lugar de luchar todos unidos por cambiar lo que no nos gusta, por defender nuestros derechos, por acabar con el odio que provoca guerras, matanzas, opresión y violencia.

En este día, más que nunca, es evidente que esa **salvación a través del amor hacia una sola persona es una utopía individualista, y que es un espejismo ilusorio que desaparece al día siguiente, cuando todo sigue igual**. Por eso la publicidad nunca apuesta por el amor hacia nuestros semejantes; para el sistema es siempre mejor que la gente siga la máxima del *sálvese quién pueda,* y búscate a alguien que te acompañe en tu soledad.

San Valentín nos ofrece la posibilidad de olvidarnos, por un día, de este mundo que habitamos, para soñar con el amor romántico, para imaginarlo, echarlo de menos, o recrearlo con recuerdos del pasado. Es un día mágico como lo es para los niños el día de Navidad o el día de los Reyes Magos; se crea una ilusión colectiva en la que nos sumergimos al menos por un día. Ojalá esa ilusión colectiva abarcase a mucha más gente, más allá de la pareja como estructura única de amor. Ojalá desbordase los cánones reglamentados y sirviese como motor de lucha y de cambio social. Mientras unos sueñan con unas utopías individualistas, otros seguimos soñando con utopías colectivas. Todos buscamos amor y compañía, en definitiva; bastaría con derribar los mitos que nos hacen infelices.

Quizás es cierto que no hay seres perfectos ni amores eternos. Por eso debemos disfrutar del presente, del ahora, y celebrar la vida. Celebrar el erotismo, la pasión, la lujuria, el cariño y la ternura. Y no solo una vez al año, sino cada día.

El Amor, Utopía Emocional de la Posmodernidad. Propuestas para la construcción sociocultural del Amor en el siglo XXI

El Amor Romántico como utopía emocional de la posmodernidad

Del libro: "La Construcción Sociocultural del Amor Romántico", Editorial Fundamentos.

"No hay pueblo ni civilización que no posea poemas, canciones, leyendas o cuentos en los que la anécdota o el argumento –el mito, en el sentido original de la palabra- no sea el encuentro de dos personas, su atracción mutua y los trabajos y penalidades que deben afrontar para unirse".

Octavio Paz. (1993)

"Ninguna civilización conocida, en los siete mil años que llevan sucediéndose, ha dado al "amor" llamado romance esa publicidad cotidiana: en las pantallas, en los carteles, en los textos y los anuncios de las revistas, en las canciones y en las imágenes, en la moral corriente y en lo que ésta deifica. Ninguna ha intentado tampoco con esa ingenua seguridad la peligrosa empresa de hacer coincidir el matrimonio y el "amor" así comprendido, y de basar el primero en el segundo".

Denis de Rougemont (1939).

El amor en la posmodernidad es una utopía colectiva que se expresa en y sobre los cuerpos y los sentimientos de las personas, y que, lejos de ser

un instrumento de liberación colectiva, sirve como *anestesiante social.* El amor hoy es un producto cultural que calma la sed de emociones y entretiene a las audiencias. Alrededor del amor ha surgido toda una industria y un estilo de vida que fomenta lo que H.D. Lawrence llamó "egoísmo a dúo", una forma de relación basada en la dependencia, la búsqueda de seguridad, necesidad del otro, la renuncia a la interdependencia personal, la ausencia de libertad, celos, rutina, adscripción irreflexiva a las convenciones sociales, el enclaustramiento mutuo... Este enclaustramiento propicia el conformismo, el viraje ideológico a posiciones más conservadoras, la despolitización y el vaciamiento del espacio social, con notables consecuencias para las democracias occidentales y para la vida de las personas. Las redes de cooperación y ayuda entre los grupos se han debilitado o han desaparecido como consecuencia del individualismo y ha aumentado el número de hogares monoparentales. La gente dispone de poco tiempo de ocio para crear redes sociales en la calle, y el anonimato es el *modus vivendi* de la ciudad: un caldo de cultivo, pues, ideal para las uniones de dos en dos (a ser posible monogámicas y heterosexuales).

Las relaciones humanas están, en general, jerarquizadas y mediatizadas por el poder. En un mundo injusto y desigual como el nuestro, las personas se relacionan de un modo jerárquico e interesado (a excepción de los círculos íntimos de parentesco y amistad, en la que sí existe la ayuda mutua y la cooperación). En la era capitalista, los humanos somos también mercancía, objetos de consumo y de ostentación, medios para ascender en la escala social. De este modo, nos atrevemos a afirmar que los modelos de relación erótica y amorosa de la cultura de masas son superficiales, rápidos e intensos, como la vida en las grandes urbes. Es cada vez más común el *enamoramiento fugaz*, y las personas más que lograr la fusión lo que hacen es "chocar" entre sí.

Creemos, coincidiendo con **Erich Fromm**, que a pesar de que el anhelo de enamorarse es muy común, en realidad el amor es un fenómeno relativamente poco frecuente en nuestras sociedades actuales: "*La gente capaz de amar, en el sistema actual, constituye por fuerza la excepción; el amor es inevitablemente un fenómeno marginal en la sociedad actual*". Y lo es porque el amor requiere grandes dosis de apertura de uno mismo, de entrega, generosidad, sinceridad, comunicación, honestidad, capacidad de altruismo, que chocan con la realidad de las relaciones entre los hombres y las mujeres posmodernas.

Por eso creo que el amor, más que una realidad, **es una *utopía emocional* de un mundo hambriento de emociones fuertes e intensas.** En la posmodernidad existe un deseo de permanecer entretenido continuamente; probablemente la vida tediosa y mecanizada exacerba estas necesidades evasivas y escapistas. Esta *utopía emocional* individualizada surge además en lo que Lasch denomina *la era del narcisismo*; en ella las relaciones se basan en el egoísmo y el egocentrismo del individuo. Las relaciones superficiales que establecen a menudo las personas se basa en una idealización del otro que luego se diluye como un espejismo. En realidad, las personas a menudo no aman a la otra persona por *como es,* en toda su complejidad, con sus defectos y virtudes, sino más bien por *cómo querría que fuese*. El amor es así un fenómeno de idealización de la otra persona que conlleva una frustración; cuanto mayores son las expectativas, más grande es el desencanto.

El amor romántico se adapta al individualismo porque no incluye a terceros, ni a grupos, se contempla siempre en uniones de dos personas que se bastan y se sobran para hacerse felices el uno al otro. Esto es bueno para que la democracia y el capitalismo se perpetúen, porque de algún modo se evitan movimientos sociales amorosos de carácter masivo que podrían desestabilizar el *statu quo*. Por esto en los medios de comunicación de masas, en la publicidad, en la ficción y en la información nunca se habla de un "nosotros" colectivo, sino de un "tú y

yo para siempre". El amor se canaliza hacia la individualidad porque, como bien sabe el poder, es una fuerza energética muy poderosa. Jesús y Gandhi expandieron la idea del amor como modo de relacionarse con la naturaleza, con las personas y las cosas, y tuvieron que sufrir las consecuencias de la represión que el poder ejerció sobre ellos.

El amor constituye una realidad utópica porque choca con la realidad del día a día, normalmente monótona y rutinaria para la mayor parte de la Humanidad. Las industrias culturales actuales ofrecen una cantidad inmensa de realidades paralelas en forma de narraciones a un público hambriento de emociones que demanda intensidad, sueños, distracción y entretenimiento. Las idealizaciones amorosas, en forma de novela, obra de teatro, *soap opera*, *reality* show, concurso, canciones, etc. son un modo de evasión y una vía para trascender la realidad porque se sitúa como por encima de ella, o más bien porque actúa de trasfondo, distorsionando, enriqueciendo, transformando la realidad cotidiana.

Necesitamos enamorarnos del mismo modo que necesitamos rezar, leer, bailar, navegar, ver una película o jugar durante horas: porque necesitamos trascender nuestro "aquí y ahora", y este proceso en ocasiones es adictivo. *Fusionar* nuestra realidad con la realidad de otra persona es un proceso *fascinante* o, en términos narrativos, *maravilloso*, porque se unen dos biografías que hasta entonces habían vivido separadas, y se desea que esa unión sitúe a los enamorados en una realidad idealizada, situada más allá de la realidad propiamente dicha, y alejada de la contingencia. Por eso el amor es para los enamorados como una isla o una burbuja, un refugio o un lugar exótico, una droga, una fiesta, una película o un paraíso: siempre se narran las historias amorosas como situadas en lugares excepcionales, en contextos especiales, como suspendidas en el espacio y el tiempo. El amor en este sentido se vive como algo extraordinario, un suceso excepcional que cambia *mágicamente* la relación de las personas con su entorno y consigo mismas.

Sin embargo, **este choque entre el amor ideal y la realidad pura se vive, a menudo, como una tragedia.** Las expectativas y la idealización de una persona o del sentimiento amoroso son fuente de un sufrimiento excepcional para el ser humano, porque la realidad frente a la mitificación genera frustración y dolor. Y, como admite Freud (1970), "*jamás nos hallamos tan a merced del sufrimiento como cuando amamos; jamás somos tan desamparadamente infelices como cuando hemos perdido el objeto amado o su amor*".

Quizás la característica más importante de **esta *utopía emocional* reside en que atenúa la angustia existencial**, porque en la posmodernidad la libertad da miedo, el sentido se ha derrumbado, las verdades se fragmentan, y todo se relativiza. Mientras decaen los grandes sistemas religiosos y los bloques ideológicos como el anarquismo y el comunismo, el amor, en cambio, se ha erigido en una *solución total* al problema de la existencia, el vacío y la falta de sentido.

Otro rasgo del amor romántico en la actualidad es que **en él confluyen las dos grandes contradicciones de los urbanitas posmodernos: queremos ser libres y autónomos, pero precisamos del cariño, el afecto y la ayuda de los demás**. El ser humano necesita relacionarse sexual y afectivamente con sus semejantes, pero también anhela la libertad, así que la contradicción es continua, y responde a lo que he denominado *la insatisfacción permanente,* un estado de inconformismo continuo por el que no valoramos lo que tenemos, y deseamos siempre lo que no tenemos, de manera que nunca estamos satisfechos. A los seres humanos nos

cuesta hacernos a la idea de que no se puede tener todo a la vez, pero lo queremos todo y *ya*: seguridad y emoción, estabilidad y drama, euforia y rutina.

La insatisfacción permanente es un proceso que nos hace vivir la vida en el futuro, y no nos permite disfrutar del presente; en él se aúna esa contradicción entre idealización y desencanto que se da en el amor posmoderno, porque la nota común es desear a la amada o el amado inaccesible, y no poder corresponder a los que nos aman. La clave está en el deseo, que muere con su realización y se mantiene vivo con la imposibilidad.

Si la primera contradicción amorosa posmoderna reside fundamentalmente en el deseo de libertad y de exclusividad, la segunda reside en **la ansiada igualdad entre mujeres y hombres.** Por un lado, la revolución feminista de los 70 logró importantes avances en el ámbito político, económico y social; por otro, podemos afirmar que el patriarcado aún goza de buena salud en su dimensión simbólica y emocional.

En algunos países las leyes han logrado llevar las reivindicaciones de los feminismos a la realidad social, pese a que la crisis económica nos aleja aún más de la paridad y la igualdad de mujeres y hombres en el seno de las democracias occidentales.

Además de esta ansiada igualdad legal, política y económica, tenemos que empezar a trabajar también el mundo de las emociones y los sentimientos. El patriarcado se arraiga aún con fuerza en nuestra cultura, porque los cuentos que nos cuentan son los de siempre, con ligeras variaciones. Las representaciones simbólicas siguen impregnadas de estereotipos que no liberan a las personas, sino que las constriñen; los modelos que nos ofrecen siguen siendo desiguales, diferentes y complementarios, y nos seguimos tragando el mito de la media naranja y el de la eternidad del amor romántico, que se ha convertido en una utopía emocional colectiva impregnada de mitos patriarcales.

Algunos de ellos siguen presentes en nuestras estructuras emocionales, configuran nuestras metas y anhelos, seguimos idealizando y decepcionándonos, y mientras los relatos siguen reproduciendo **el mito de *la princesa en su castillo*** (la mujer buena, la madre, la santa,) y **el mito del *príncipe azul*** (valiente a la vez que romántico, poderoso a la par que tierno). Muchos hombres han sufrido por no poder amar a mujeres poderosas; sencillamente porque no encajan en el mito de la princesa sumisa y porque esto conlleva un miedo profundo a ser traicionados, absorbidos, dominados o abandonados. Los mitos femeninos han sido dañinos para los hombres porque al dividir a las mujeres en dos grupos (las buenas y las malas), perpetúan la desigualdad y el miedo que los hombres sienten hacia las mujeres. Este miedo aumenta su necesidad de dominarlas; el imaginario colectivo está repleto de mujeres pecadoras y desobedientes (Eva, Lilith, Pandora), mujeres poderosas y temibles (Carmen, Salomé, Lulú), perversas o demoníacas (las harpías, las amazonas, las gorgonas, las parcas, las moiras).

Paralelamente, multitud de mujeres han besado *sapos* con la esperanza de hallar al hombre perfecto: sano, joven, sexualmente potente, tierno, guapo, inteligente, sensible, viril, culto, y rico en recursos de todo tipo. El príncipe azul es un mito que ha aumentado la sujeción de la mujer al varón, al poner en otra persona las manos de su destino vital. Este héroe ha distorsionado la imagen masculina, engrandeciéndola, y creando innumerables frustraciones en las mujeres. El príncipe azul, cuando aparece, conlleva otro mito pernicioso: el *amor verdadero* junto al hombre ideal que las haga felices.

Pese a estos sueños de armonía y felicidad eterna, las luchas de poder entre hombres y mujeres siguen siendo el principal escollo a la hora de

relacionarse libre e igualitariamente en nuestras sociedades posmodernas; por ello es necesario seguir luchando por la igualdad, derribar estereotipos, destrozar los modelos tradicionales, subvertir los roles, inventarnos otros cuentos y aprender a querernos más allá de las etiquetas.

CONCLUSIONES

Los humanos somos animales *soñantes* que perseguimos utopías; y coincido con Lluís Duch en la idea que la disposición utópica del ser humano "*puede ser considerada, junto a su disposición crítica, como una "estructura de búsqueda"*. **Así, toda construcción utópica puede ser, por un lado, un poderoso instrumento de control social al servicio del poder, pero también un dispositivo liberador si lo pensamos como una planificación del futuro y una crítica a las realizaciones culturales, sociales, religiosas y políticas del presente**: "*Siempre, las ilusiones han formado parte de los asuntos humanos. Cuando la imaginación no encuentra satisfacción en la realidad, busca refugio en lugares y épocas construidos por el deseo*".

Analizando la dimensión social y política del amor romántico, **Francesco Alberoni (1979), afirmó que el enamoramiento es la forma más simple de movimiento colectivo, y lo comparó con los grandes procesos revolucionarios de carácter religioso, social, sindical, o político.** El amor de pareja es una aventura que sitúa a las personas en un estado de euforia similar en intensidad a los estados de euforia colectivos; de hecho afirma que entre los grandes movimientos colectivos de la Historia y el enamoramiento hay un parentesco estrecho. Para Alberoni, el enamoramiento es la subversión del orden, el trastrocamiento de las instituciones sociales y económicas. Pone de ejemplo la sociedad feudal, en la que subsistía la estructura de las relaciones de parentesco cuando nace la burguesía y la intelectualidad. El enamoramiento surge en este contexto histórico y social como una chispa entre dos individuos que pertenecen a dos sistemas separados e incomunicables. Se buscan y se unen transgrediendo las reglas endogámicas del sistema de parentesco o de clase, como Abelardo y Eloísa, o Romeo y Julieta.

Creo que si el amor alcanzase una dimensión colectiva, las personas aprenderían a relacionarse con empatía y altruismo y podrían eliminarse las desigualdades sociales y las jerarquías, de modo que el sistema podría transformarse de un modo radical. Esta idea fue planteada en la década de los 70 por Shulamith Firestone, que acuñó el término de *pansexualidad perversa polimorfa* para describir un tipo de relaciones eróticas y afectivas liberadas de la represión que no estarían configuradas de una manera genital ni evitarían la represión del niño al afecto materno, de modo que toda nuestra cultura experimentaría un proceso de erotización.

Un amor hacia la totalidad de la existencia nos llevaría sin duda a cuidar el planeta y los seres que lo habitan, y cesaría la explotación de unos pocos sobre la mayoría. Nosotras coincidimos con Marcuse (1955) en la idea de que el fin de la represión instintiva, y la liberación sexual humana no supondrían el final de la civilización ni el advenimiento del caos. Para Marcuse la liberación de la represión humana sería tal que permitiría la gratificación, sin dolor, de las necesidades, y la dominación ya no impediría sistemáticamente tal gratificación. La liberación de Eros podría crear nuevas y durables relaciones de trabajo; el mundo no se acabaría y los seres humanos no nos destruiríamos los unos a los otros.

Es entonces cuando verdaderamente podríamos coincidir con algunos autores (Alberoni, De Rougemont, Giddens, Morín) en que **el amor es un acto transgresor, un elemento subversivo que amenaza la *ley del pater* y el sistema patriarcal en su conjunto.** Esto es visible en los escándalos amorosos que ponen en peligro las estructuras básicas sociales, como sucede con el incesto, el amor homosexual, el amor interclasista e interracial, las uniones estables de tríos, los amores entre deficientes mentales, entre ancianos, los amores adúlteros o el sexo en grupo. Son todas formas de relación que muestran otro tipo de ideologías amorosas (marginadas, pero existentes) frente a la aparente omnipotencia de la ideología hegemónica patriarcal.

Si bien a un nivel legislativo e incluso político el patriarcado está en decadencia, en el ámbito emocional y narrativo sigue gozando de buena salud. El fin del patriarcado a nivel simbólico aún está lejos, y es probable que, aunque finalmente llegue a su fin, sea sustituido por otro sistema de poder, porque, en definitiva, el poder atraviesa todas las relaciones humanas y todas las organizaciones sociales y políticas. **La conclusión, es pues, que la idea de una liberación sexual y amorosa colectiva, sin jerarquías de género ni luchas de poder, no deja de ser otra *utopía emocional* de la posmodernidad.**

Ética para Amador@s

Cuando nos enamoramos y no nos sentimos correspondidos, a menudo nos invade un victimismo egoísta que se traduce en cascadas de dolientes reproches hacia nuestro objeto de deseo. Nos cuesta entender que no nos amen del mismo modo y con la misma intensidad que nosotros amamos, nos hiere la indiferencia del otro o la otra hacia la *pureza* de nuestras emociones, nos parece que siempre estamos en desventaja y nos sentimos como muñecos de trapo en manos de nuestro amada, completamente a merced de su santa voluntad.

Sin embargo cuando somos objeto de deseo amoroso, o sea, **cuando nosotros no tenemos el problema sino que lo tiene otro, a menudo nos comportamos de forma cruel** porque no llegamos a percibir lo que los demás sienten y piensan, o no nos conmueve tanto como cuando nos pasa a nosotros. Creo que al amor romántico le falta, pues, grandes dosis de **empatía, es decir, la capacidad de ponerse en el lugar del otro.**

Con rolletes, amigos, ex novios, ex novias, ex amantes, amores cibernéticos, aspirantes y pretendientes, deberíamos, creo, tener un especial cuidado en no lanzar mensajes ambiguos que despierten falsas esperanzas del enamorado o la enamorada. Es fácil darse cuenta de que cuando un@ está bajo el encantamiento del romanticismo, tiende al autoengaño y al desarrollo sin trabas de la fantasía; por eso es importante que los noes y los síes de la amada o el amado sean rotundos, claros. Cuanta más información se le proporcione a la persona *hechizada*, más herramientas tiene para luchar contra el poder de la imaginación deseante, y para poder situarse en la realidad de la relación.

Creo que es importante tratar con cariño a las antiguas y nuevas parejas, es decir, aplicar la ética de la amistad y el compañerismo con los amantes para limar las diferencias de intensidad y de sentimientos. Que dos personas estén súper enamoradas a la vez y en el mismo grado de intensidad es casi una utopía, de modo que no nos queda más remedio que

aceptar a que a veces estamos arriba y otras veces estamos abajo; el poder, como dijo Foucault, cambia de dirección con facilidad.

En una relación amorosa el poder lo tiene siempre la persona que goza de mayor lucidez, autocontrol e independencia, porque tiene menos inseguridades y mayor capacidad para ser realista. El que cae bajo el influjo del enamoramiento en cambio ve todos sus esquemas vitales desordenados; baja la autoestima, aumentan las dudas, se confunde realidad con sueños, y se sufre mucho ante la incertidumbre. Y unas veces nos toca estar en lado, y otras en otro.

Los amantes doloridos suelen pedir información para saber si son correspondidos; si no lo son se puede comenzar a transitar por los caminos del olvido. Pero si no sabe si es correspondida, comienza la tortura interna tratando de descifrar los signos que emite la persona amada. Lo decía Deleuze en un estudio sobre Proust: "*Enamorarse es individualizar a alguien por los signos que causa o emite. Es sensibilizarse ante esos signos, hacer de ellos el aprendizaje. Es posible que la amistad se alimente de observación y conversión, sin embargo, el amor nace y se alimenta de interpretación silenciosa. El ser amado aparece como un signo, un 'alma': expresa un mundo posible desconocido para nosotros. El amado implica, envuelve, un mundo que hay que descifrar, es decir, interpretar. Se trata incluso de una multiplicidad de mundos. [...] Amar es desarrollar estos mundos que permanecen envueltos en lo amado. ¿Cómo podríamos acceder a un paisaje que no es el que vemos, sino al contrario aquel en el que somos vistos?"* (G. Ddeleuze: Proust y los signos, pp.: 15s.)

Así pues, el amor es una especie de espejismo a través del cual nuestra percepción de la realidad se distorsiona; los enamorados se encuentran a merced del engaño ilusorio que sufren, pero no por ello renuncian a la realidad, sino más bien al revés. La necesitan desesperadamente para no caer en los abismos de la locura, para no arrojarse al poder de la obsesión, para no perder su autonomía en pos de un amor fabricado desde la propia mente.

Obviamente l**as personas que sufren la ebriedad del amor romántico también han de tener un comportamiento ético:** creo que la base es no centrar el mundo en las necesidades y carencias propias ("necesito verte", "sin ti mi vida no tiene sentido", "me mataré si me dejas", "cuando no estoy contigo creo que me muero", "no puedo dejar de pensar en ti", "por favor dame una sexta oportunidad", etc). Normalmente estas exigencias y amenazas sólo consiguen agobiar a la persona objeto de su obsesión, que ante la falta de misterio o ante las cascadas de reproches huye sintiéndose, además, culpable de nuestra infelicidad.

La persona que sufre el encantamiento amoroso debe evitar al amado esa responsabilidad por su estado de ánimo. Nadie tiene la culpa de la soledad que nos acompaña de por vida, de modo que no podemos exigir que nos la quiten de encima con acompañamiento perpetuo. Es deber de un enamorado, una vez declarados sus sentimientos, evitar que estos aprisionen a la amad@; por eso es importante evitar el chantaje emocional, contar las mismas cosas de diferentes maneras, asediar con la tecnología a mensajes y llamadas de atención, responsabilizar al otro de nuestra necesidad de afecto y seguridad.

Otro factor a tener en cuenta para los amantes es que el tiempo no discurre de la misma forma para un enamorado que para alguien que no se encuentra bajo los efectos de la ansiedad amatoria: dos horas pueden ser eternas, dos días pueden ser una tortura. Pero eso es siempre un problema que ha de sobrellevar el que se enamora, de modo que es importante practicar la contención en cuanto a la expresión de las zozobras que sacuden a los *hechizados* (para eso están los amigos y las amigas, pacientes escuchadores). Y de igual modo es importante no tener a nuestro enamorado horas y días esperando una llamada que prometimos hacer.

También los amantes apasionados han de evitar los reproches, las amenazas, las exigencias de reciprocidad, el ataque a la intimidad del otro (cotillear el móvil, entrar en su correo o su Facebook, etc) en busca de signos de amor o de pruebas de infidelidad. La inseguridad que padecen los y las afectadas por el estado febril del amor no ha de ser alimentada por el amante caprichoso, pero tampoco los demás deben de cargar con celos imaginarios, indirectas amargadas, preguntas inquisitivas de doble sentido, insultos producto de la rabia, o llantos desgarrados e irracionales propios de los amantes despechados.

En el caso de las personas que son amadas, creo que es importante no lanzar mensajes equívocos, no abusar de la ambigüedad, no prometer cosas que no sienten o no se pueden cumplir. **A** tod**@s nos gusta gustar, pero creo que el acto de generosidad más grande que puede haber en una relación amorosa es liberar al otro, es decir, dejarlo marchar en busca de otras relaciones que le satisfagan más.** Un@ tiene que ser capaz de ser sincero aun sabiendo que puede perder a esa persona; ser
generos@ y ser capaz de renunciar a alguien a quien no correspondes con la misma intensidad. Simplemente para evitar que sufra.

Y es que cuando el amor no goza de igualdad de condiciones, es inevitable pasarlo mal por esa descompensación. Ocurre por ejemplo en gente que quiere relaciones abiertas y se une a gente que busca una pareja estable. O en el caso de gente casada que tiene una aventura con alguien soltero o soltera, ya saben, pueden pasar los años y el casado o la casada seguir prometiendo que se separará para iniciar una nueva vida junto a su amante. El que asume ese desnivel en la relación ha de conformarse con lo que recibe del otro, y cuando no quiera conformarse, dejarlo. **Pero precisamente es esa descompensación la que mantiene al amante en una inseguridad radical, y a veces una dependencia y sumisión que lo hace menos atractivo todavía a ojos de su amado/a.**

Del mismo modo que cuidamos a nuestros amigos y amigas, deberíamos cuidar a la gente con la que tenemos relaciones sexuales y amorosas; y cuidar supone ser sinceros, no alimentar falsas esperanzas, y ser asertivos con la otra persona para no tener que mentir o dar un plantón cuando no nos apetece quedar.

Esto es especialmente difícil con una pareja a la que queremos dejar y no sabemos cómo. Le queremos, pero no deseamos hacerle daño de ninguna manera. Se lo digamos antes o después, va a pasarlo mal; así que muchas veces dilatamos el proceso hasta que estamos completamente seguros de que no queremos nada con la otra persona. Pienso que cuanto mayor es la dilatación, más se acrecienta la angustia, aunque se comprende

que todo el mundo pasa por periodos críticos, dudas y procesos de desamor más o menos lentos.

Debido a lo complicado que es romper lazos con alguien después de mucho tiempo, y a la natural torpeza de los humanos en sus relaciones afectivas, **hay amantes que se dedican a *putear* al otro para que el otro reaccione y sea el que tome las riendas de la ruptura.** Putear significa "mentir para no hacer daño", quedar y desquedar como si el otro no tuviese otra cosa que hacer que estar pendientes de nuestra agenda y apetencias, lanzar mensajes confusos "te quiero pero no sé", o peticiones como "necesito un tiempo", que solo dilatan el ya de por sí doloroso proceso de la ruptura.

Lo lógico cuando hemos compartido cama, afectos, sexo, vivencias, intimidades y experiencias vitales es cuidar a la otra persona, entablar conversaciones largas donde cada uno pueda expresarse y desahogarse, darse muestras de cariño, como abrazos que nos hacen sentir queridos pese a la lejanía angustiosa que sentimos cuando nos estamos separando de alguien. Si hay terceras personas, creo que es importante hablarlo; el enamorado, por muy dolido que esté, debe aceptar que es mejor saberlo que no saberlo (antes podrá rehacer su vida), y también aceptar que no es algo que podamos controlar; nadie puede elegir de quién se enamora y cuanto tiempo. Es decir, debe asumir que el amor se acabó o que le queda poco, y aceptar la impotencia que nos invade cuando dejamos de ser amados, pues no podemos obligar a nadie a que permanezca a nuestro lado sabiendo que no nos ama.

Por eso, creo, debe prevalecer el cariño, que en cierta medida es consolador, porque nos hace sentir humanos. Acabar una relación nunca es fácil, pero sin duda se puede tratar de hacer bien, o sumirnos en un mar de torpezas que provoquen el odio doliente de nuestra pareja. Siendo el amor como es, tan opaco, creo precisa, en la medida de lo posible, una transparencia informativa, es decir, una plena sinceridad con nosotros mismos, primero, y con nuestra relación, después.

Esta es la razón por la cual mucha gente conserva a sus parejas como amigos especiales a los que se quiere para toda la vida; ex amores con los cuales poder compartir en un nivel mucho más profundo que el del amor, porque la amistad, creo, es menos egoísta, más empática y menos inestable que las tormentas pasionales. Los códigos de la amistad están basados en la ayuda mutua, la lealtad inquebrantable, la complicidad sin necesidad de palabras, el cariño desmedido (porque no hay necesidad de contención ni de disimulo, como sucede a veces en el amor no correspondido).

Por todo y por esto, **abogo por un trato más humano** entre amantes, ex amantes, matrimonios, parejas de hecho, follamigos, amigos con derecho a roce, adúlteros y adúlteras, amantes virtuales, amores platónicos... Creo que una solución ética al problema del desamor o del desencuentro amoroso es la plena comunicación basada en el nivel emocional del discurso: "yo me siento así...", "pues yo me siento asá". Desahogarse, expresar la pena, la rabia, el miedo, recordar buenos momentos, darle un final bonito a la historia, con abrazos y muestras de cariño. Hacerle saber al otro que fuimos felices, que lo disfrutamos, que fue importante en nuestras vidas a pesar de la

ruptura.

Otra solución es ponernos en el lugar del otro, evitar lo que no nos gustaría que nos hiciesen (plantones, misterios sin resolver, mentirijillas, verdades ocultas, actitudes cambiantes o contradictorias, huidas sin explicaciones, justificaciones absurdas...).

Portarse bien, además, nos libera mucho de la culpa que nos acompaña siempre en estos casos, tanto cuando amamos, como cuando somos amados y no podemos corresponder en la misma medida. Es por esto por lo que hay que ser valiente y practicar la generosidad; aun temiendo hacer daño a la otra persona. Aunque es cierto que va a sufrir si nos alejamos de su lado, si nuestro grado de compromiso con la relación no es el mismo que el suyo, o si le contamos que nuestros sentimientos no son tan fuertes o duraderos como los suyos, hay formas elegantes y cariñosas de hacerlo. La sinceridad es uno de los factores principales de esta buena praxis, porque el engaño solo añade dolor, y de eso sí somos responsables cuando nos relacionamos amorosamente con alguien.

Así que querámonos un poquito más, y dejemos las estrategias de guerra para los juegos de cama... Que el mundo ya es suficientemente cruel, injusto y desigual como para andar jodiéndonos los unos a los otros. Paz y amor!

Soluciones para afrontar la soledad

Cada vez estoy más convencida de la necesidad de acabar con este individualismo y con el miedo que nos inoculan a unos contra otros. Paralelamente a esta desconfianza generalizada hacia la gente, todo el mundo anda buscando la manera de importarle a alguien, de ser especial para alguien, de tener a alguien al lado que le haga sentir vivo/a. Much@s me escriben con penas de amor, en estado de dependencia brutal, desgarrad@s por el dolor, y casi tod@s tienen un miedo atroz a dejar o que le dejen. Las que peor lo pasan son las personas que se encierran con su pareja y cuando el amor termina, se encuentran sin pandilla de amigos/as, alejados de la familia, y con relaciones competitivas en el trabajo que nos hunden todavía más. **Al dolor por la pérdida se une el tremendo miedo a la soledad que sufrimos en los países "desarrollados", donde podemos comprarlo todo menos el amor.**

Este miedo a la soledad es la peor plaga, porque es lo que nos lleva aguantar relaciones dolorosas, a resignarnos aunque ya no haya deseo o pasión, a suplicar al otro/a, a arrastrarse como almas en pena, a deprimirse profundamente y a dejar de encontrarle sentido a la vida. Parece que sin amor uno no es nada, como decía Amaral en su canción. Parece que para tener una identidad propia hay que encontrar una media naranja ideal; si no, es como si estuviéramos incompletos y sol@s en el mundo.

Y somos muchos miles de millones. **Así que pienso que la solución al miedo al abandono y a la soledad es abrir nuestro corazón** hacia la familia, los compañeros y compañeras de trabajo, los y las vecinas, las amigas y los amigos. Se trataría de construir una sociedad más amable**.**

Facebook está lleno de carteles donde se habla de lo bueno que es un@ y de la necesidad de protegerse de los "enemigos", es decir, aquell@s que nos juzgan y nos critican, aquellos que no nos valoran, que tratan de seducir a nuestra pareja, aquell@s que nos abandonan por otra persona, que nos envidia o nos traicionan, que nos mienten y no nos aman como nos merecemos. A mí me horrorizan porque tienen un tono victimista y un punto rencoroso lleno de reproches. Unos ejemplos:

Después de eliminar esta lógica según la cual "los otros" son los malos porque un@ nunca ha hecho daño a nadie jamás, habría que eliminar también el miedo. El miedo a los que visten de forma estrafalaria o descuidada, a los que no se definen genéricamente (los y las *raras* que no se sabe si son mujeres y hombres y cuya indefinición escandaliza a la población media), a los que tienen una piel de color diferente, un acento extraño, un idioma extranjero, una religión, aspecto físico u orientación sexual diversa. Hay que construir relaciones igualitarias y acabar con el odio a la diferencia.

Tras acabar con las etiquetas que nos discriminan, deberíamos crear redes de afecto colectivo con la gente del barrio, del pueblo, de las comunidades a las que pertenecemos. Redes no solo de solidaridad y ayuda mutua, sino también redes de crianza, de trabajo cooperativo, redes sociales reales y virtuales en las que intercambiar información, conocimientos, habilidades. Redes para organizarnos política y económicamente, redes para protestar y luchar por nuestros derechos, redes para festejar y celebrar la vida. Redes de simpatía y cariño expandido, redes de intercambio de placeres, redes de amor en las que no exista la propiedad privada sobre el cuerpo y los deseos de los demás.

Estas redes sociales de afecto no acabarían con las parejas, pero sí quizás con la idolatría y la dependencia hacia una sola persona. Podríamos así unirnos y desunirnos con más cariño y menos dolor, podríamos juntarnos con libertad, sin necesidad. Entonces construiríamos las relaciones amorosas desde la libertad, y no desde la necesidad de tener a alguien al lado. No tendríamos que resignarnos a relaciones asfixiantes o que no nos hacen felices. No sé si eso acabaría con la poesía, pero sí con los celos; creo que nos daría alas para atrevernos a amar sin miedo, de un modo más abierto y generoso.

Empleamos demasiado tiempo y energía en la utopía colectiva de la posmodernidad: encontrar a nuestra media naranja para encerrarnos en una burbuja de amor romántico y olvidarnos del mundo. Ahora, en tiempos de crisis, hay mucha gente tejiendo redes sociales frente a la dictadura de los mercados, frente a la clase política y eclesiástica, frente a las monarquías desfasadas y despilfarradoras, frente a la explotación de banqueros y empresarios. **De dos en dos nunca lograremos hacer frente a un mundo desigual, injusto y cruel. Ahora más que nunca necesitamos querernos, apoyarnos, sentirnos acompañados y acompañadas, y salir a las calles a encontrarnos, a conocernos, a darnos abrazos gratis**.

"El futuro es Queer"

Vivimos en un mundo marcado por la desigualdad y las jerarquías. En Occidente, el capitalismo, la democracia y el patriarcado han impuesto la división del mundo en grupos y subgrupos con diferentes grados de poder que se diferencian entre sí por categorías abstractas como el género, el idioma, la raza, la clase socioeconómica, la religión, etc. A base de etiquetas, los humanos nos clasificamos para diferenciarnos unos de otros y establecer posiciones de superioridad e inferioridad en forma piramidal, por eso en el libro "Más allá de las etiquetas" defiendo la idea de que el futuro no consistiría en anular las diferencias, sino tomar conciencia de que éstas nos enriquecen, integrarlas como elemento de conexión, unión e igualdad.

"Ir más allá del género puede salvarnos no sólo de las jerarquías de género, sino también de otro tipo de categorías que, más que unirnos, nos desunen"

Creo que el futuro es queer, y creo que su propuesta teórica y política de transgenerizar la realidad, ir más allá del género, puede salvarnos no sólo de las jerarquías de género, sino también de otro tipo de categorías que, más que unirnos, nos desunen. En la actualidad posmoderna se nos han venido abajo muchos esquemas que antaño parecían estructuras sólidas y que hoy no se sostienen por sí solas. No sé si algún día todos los estereotipos y roles patriarcales se vendrán abajo (tanto a nivel sociopolítico como a nivel simbólico), una vez deconstruidos teóricamente, pero sí creo que el patriarcado está diluyéndose lentamente, al menos en las estructuras sociopolíticas.

Poco a poco, la gente está escogiendo unos caminos más abiertos, plurales y móviles para ser y para relacionarse. Las identidades posmodernas son cada vez más cambiantes; pese a la americanización de la cultura (término que utiliza Romá Gubern para hablar de la globalización), creo que estamos viviendo procesos de resistencia contracultural que permiten la fusión y la hibridación de formatos, de estilos de música, de corrientes artísticas, de teorías y de géneros. Por esto creo que en el futuro las diferencias tendrán más que ver con el status socioeconómico y factores como la personalidad, los gustos y aficiones, las costumbres o la profesión.

Estamos hablando de los países desarrollados y democráticos, obviamente. Y dentro de ellos, me refiero concretamente a la pluralidad de identidades de los habitantes de las capitales del mundo, que viven en islas de posmodernidad individualista y consumistas donde el anonimato y la libertad de movimientos es mucho mayor que en el mundo rural, en el que aún prevalecen códigos de la tradición patriarcal más misógina.

Creo que sólo cuando el código negativo deje de ser lo femenino, los hombres podrán adquirir cualidades, gestos, maneras y formas de relacionarse más "femeninas" sin miedo a perder su identidad personal, pues ésta ya no estará basada tanto en la virilidad como en otros factores. Las mujeres también podremos situarnos en el estar frente al ser, es decir, cambiar nuestra orientación sexual o performatividad de género y adoptar otros roles, otras actitudes vitales intermedias, moviéndonos en ellas a nuestro antojo.

Esto liberará enormemente nuestras relaciones porque dejaremos de ser unos y otras, para fusionarnos en una especie de arroba simbólica que incluya todas las identidades en sus diferentes etapas, todas las sexualidades sean normativas o no, todas las posibilidades de ser, de darse y de relacionarse.

"En lugar de buscar nuevas formas de clasificación, tenemos que lograr deshacernos de las etiquetas y buscar en la indefinición todas las posibilidades que se nos ofrecen cuando salimos del mundo bicolor pensado en dos dimensiones"

Hasta entonces, hacer el camino consistirá en derribar todos los supuestos patriarcales que refuerzan las categorías de género y la división del mundo en dos polos opuestos. Para ello tendremos que seguir analizando los mitos de nuestra cultura patriarcal, y será necesario deconstruir los estereotipos, destripar la clave de los roles, cuestionar las ideas y los hechos dados por supuestos, y explicar la forma en que los condicionamientos patriarcales influyen en nuestra identidad, nuestra sexualidad y nuestras emociones.

Identificando el modus operandi de esta ideología hegemónica podremos poner en cuestión qué es la normalidad y qué es la desviación, a quién le interesan las jerarquías que generan desigualdad, y qué beneficios obtenemos hombres y mujeres con la eliminación de esta categoría binaria hombre-mujer de corte esencialista que no es universal, ni eficaz para explicar la complejidad humana.

En lugar de buscar nuevas formas de clasificación, lo que tenemos que lograr es deshacernos de las etiquetas y buscar en la indefinición todas las posibilidades que se nos ofrecen cuando salimos del mundo bicolor pensado en dos dimensiones. En el área de la sexualidad ocurre lo mismo: es hora de superar la genitalidad, de dejar de rendir culto al falo, de exigir eyaculaciones completas y orgasmos contabilizados... es hora de explorar el cuerpo, de ampliar el erotismo y expandirlo por toda la piel.

“Asumir que lo personal es político es reivindicar la experimentación con nuestros cuerpos e identidades; es dar paso al poder del deseo, de la imaginación y del juego, necesarios para lograr una sociedad más justa, libre e igualitaria.”

Y para ello tenemos que dejar de pensar en lo que deben de ser los hombres y las mujeres en la cama; es mucho más divertido intercambiar roles, rebasar los límites impuestos, dejar de diferenciar entre amor y sexo, incluir la ternura en la aventura ocasional, atrevernos a expresar emociones, aunque el patriarcado nos diga que unos no lloran y las otras son de lágrima fácil.

Las identidades y los cuerpos han de poder ser explorados fuera de las cadenas del mundo bidimensional que contempla la realidad en blanco y negro.

Atreverse a superar las categorías ontológicas que nos definen y nos otorgan un papel concreto en la sociedad supone poder reinventarse las veces que un@ quiera, y ampliar el horizonte mental para poder abarcar el mundo sin prejuicios y sin miedos, de una manera mucho más enriquecedora y compleja que hasta ahora.

Si vamos a conseguirlo o si el patriarcado seguirá inscrito en nuestros cuerpos, manejando nuestras emociones y deseo, coleteando unos siglos más, es algo que no sabemos; pero tenemos que ponernos ya a la tarea para dejar atrás el pasado y dar paso a lo nuevo, a través del afán revolucionario y la alegría de vivir.

Asumir que lo personal es político es reivindicar la experimentación con nuestros cuerpos e identidades; es dar paso al poder del deseo, de la imaginación y del juego, necesarios para lograr una sociedad más justa, libre e igualitaria. Las etiquetas impuestas desde arriba no son sino expresiones del miedo de la sociedad a lo diferente y al caos; por eso frente a la rigidez de la definición proponemos la flexibilidad de lo ambiguo, la aventura de la incertidumbre, y la necesidad del cambio.

El camino es la búsqueda: el ser humano es un ser que busca la aventura y la novedad, que le encanta hacer frente a los desafíos, que lucha por mejorar sus condiciones de vida, que necesita escapar de la prisión del presente a base de multiplicar realidades en una suma enriquecedora y no excluyente.

Dejémonos, pues, llevar por nuestra naturaleza deseante y nuestro insaciable afán de aventuras y retos para probar nuevas formas de ser, de quererse, de estar en acción. Yendo un poco más allá de las normas, rompiendo verdades dadas por supuesto, explorando nuevos caminos, deshaciéndonos de las etiquetas...

Coral Herrera Gómez

Libros de la Autora

LIBRO "LA CONSTRUCCIÓN SOCIOCULTURAL DEL AMOR ROMÁNTICO"

En "***La construcción sociocultural del Amor Romántico"*** no vas a encontrar la solución a todos tus problemas amorosos porque no es un libro de autoayuda, sino tan solo un **análisis cultural y sociológico en torno a la gran utopía emocional que recorre nuestra cultura.**

En el libro hablo de la evolución del amor romántico desde Grecia a nuestros días, de la adicción del amor y sus patologías, de los procesos orgánicos desatados en el proceso de enamoramiento y desenamoramiento, de su dimensión biológica, religiosa, económica, política y social. Analizo los mitos románticos para entender porqué amamos así y no de otra forma, para desmontar los estereotipos y los roles que nos ofrecen los relatos y que perpetúan la desigualdad entre mujeres y hombres.

Y es que en los relatos audiovisuales actuales se nos presentan siempre los mismos modelos idealizados, que nos transmiten como deberíamos ser según nuestra etiqueta de género, y como deberíamos amar y relacionarnos entre nosotros según los cánones impuestos por las normas sexuales y morales de cada sociedad.

Escribo sobre el matrimonio y el divorcio, sobre la sexualidad humana, las ideologías amorosas oficiales y alternativas, las diferentes formas de relacionarse erótica y afectivamente (modelos de amor no hegemónicos, y en ocasiones, clandestinos), analizo las diferentes formas de vivir el amor que nos impone la cultura según seamos hombres o mujeres, y desmonto la idea de que lo *natural* y lo *normal* sea la monogamia, la heterosexualidad, y la idea de la pareja como fin para reproducirse.

También he tratado de desmontar la mitificación del matrimonio como meta ideal a alcanzar, he incidido en la sujeción femenina y las consecuencias del patriarcado en los

afectos y el deseo, y en la represión sentimental que coexiste con la utopía amorosa y que nos impiden vivir relaciones más liberadas de los corsés tradicionales, relaciones más valientes, más abiertas, menos basadas en la dependencia mutua, el miedo a la soledad, o en las luchas de poder.

Cuando los modelos tradicionales que asumieron nuestros abuelos y abuelas, o nuestras madres y padres ya no nos valen, creo que es necesario echarle imaginación y construir un modelo que expanda el amor al barrio, al pueblo, a la colectividad.

Porque la pareja no es la salvación de un mundo injusto, duro, desigual, pese a lo que nos cuentan en los ***happy ends***, y porque, como decía Erich Fromm, el amor no es hoy un fenómeno frecuente en nuestros días, porque las relaciones se basan más en la necesidad que en la libertad, en la búsqueda y en la frustración, en la insatisfacción permanente, al modo consumista.

Y pese a ello, la gente se sigue casando masivamente, y aumentan las ventas de los centros comerciales **el día de San Valentín, día precisamente en el que sale a la venta el libro en las librerías y en la web de la Editorial Fundamentos.**

Libro "MÁS ALLÁ DE LAS ETIQUETAS"

Los distintos movimientos de liberación –feminista, homo, lesbo, trans o queer– nos han enseñado el camino hacia una igualdad alejada de las clasificaciones conservadoras y universales. En lugar de buscar nuevas formas de clasificación, haciendo un recorrido histórico a través de las distintas formas de definir los géneros –hombres, mujeres y trans–, este libro nos invita a analizar los mitos implantados por el patriarcado, romper con todos esos roles impuestos por la sociedad, deconstruir los estereotipos, tomar conciencia de la riqueza de nuestras diferencias, intercambiar papeles, rebasar los límites, dar rienda suelta al deseo, incluir la ternura en la aventura ocasional y atrevernos a expresar emociones. En definitiva, a aprender a vivir más allá de las etiquetas.

Feminismos, Masculinidades y Queer: MÁS ALLÁ DE LAS ETIQUETAS

Los hombres no nacen; se hacen. Lo mismo sucede con las mujeres; somos un producto de la sociedad en la que habitamos. **A través de la cultura, la educación y la socialización aprendemos a *ser hombre* o a *ser mujer*;** nuestros gestos, nuestra forma de hablar y de movernos, nuestra manera de estar en el mundo y de entenderlo, nuestra sexualidad, la profesión que elegimos, nuestro uso del tiempo libre, nuestras creencias y emociones, están determinadas por estos condicionamientos de género.

Lo que ocurre es que **parecen invisibles porque están asumidos como *naturales*** (las mujeres son *débiles* por naturaleza, los hombres necesitan más variedad sexual que las mujeres, a las mujeres se les da mejor limpiar la mierda, a todos los hombres les apasiona el fútbol, a las mujeres lo que les gusta es agradar a su marido, a los hombres lo que les gusta es estar con sus amigos, etc).

Precisamente **en esta obra de lo que se trata es de poner en cuestión el concepto de lo *normal*, y analizar los estereotipos y los mitos que, pese a ser creaciones culturales, presentan la desigualdad entre los humanos como algo *natural*,** es decir, predeterminado por la biología.

Sin embargo, todas las etiquetas humanas son artificiales, y nuestros modos de pensar, de crear modelos a seguir, de entender la realidad y producir ficción están atravesados por una ideología hegemónica: el patriarcado. **Pese a que no todas las culturas humanas son patriarcales, sí es cierto que son mayoría en el planeta**, y que esta división de la sociedad en dos grupos opuestos ha creado sociedades desiguales, injustas, y crueles.

En la nuestra, el patriarcado ha obligado a las personas a construir su identidad ciñéndose exclusivamente y *para siempre* a una de estas dos categorías. Casi todos nosotros hemos crecido bajo unos imperativos muy rígidos en torno a **lo que *debe ser* un *hombre* y lo que *debe ser* una *mujer*.**

Esto ha influido en las relaciones sociales, afectivas y sexuales que tenemos entre nosotras, y **ha incidido de manera muy dañina en nuestros sentimientos, determinados en gran medida por las normas, tabúes, etiquetas y *obligaciones de género* en una sociedad dominada por la heterosexualidad y la bipolaridad.**

Este libro que os presento es una condensación acerca de las investigaciones en torno a cómo se construyen las masculinidades y las feminidades en la sociedad y la cultura. Mi objetivo a la hora de analizar las construcciones socioculturales de género es **acercar la teoría a la calle. Y en la calle, fuera del ámbito posmoderno, la realidad sigue estando enormemente polarizada.**

En nuestra cultura occidental seguimos creyendo y reproduciendo los estereotipos de *hombre viril* y *mujer femenina* como **modelos puros e ideales, pero por ello mismo inexistentes, dada la complejidad de la realidad humana. Este libro pretende mostrar cómo la feminidad o la masculinidad son construcciones**

identitarias que en el futuro podrían ser superadas, porque no nos sirven y están configuradas de una manera jerárquica y desigual.

En este libro me centraré en el género como factor de diferenciación porque creo, en la línea del pensamiento feminista libertario, que la lucha por la igualdad debe comenzar por la primera causa de división social, que es la que existe entre hombres y mujeres. **Por mucho que los procesos transformadores o revolucionarios pudiesen acabar con la diferencia de clases socioeconómica, nunca podría existir la plena igualdad, ni tampoco la libertad, en una sociedad en la que los hombres fuesen la nobleza y las mujeres los *otros*, como ha sucedido en la nuestra hasta hace bien poco.**

Así que en la lectura de esta obra haremos un **recorrido breve sobre los estudios de género y las luchas de mujeres y hombres contra el patriarcado**. Repasaremos cómo las luchas feministas lucharon por la liberación de los roles patriarcales y los estereotipos sexistas, y también nos asomaremos a la lucha LGTB de gays y lesbianas contra la tiranía de la heterosexualidad. Analizaremos el modo en que las mujeres se están empoderando lentamente, y también cómo se sienten los hombres ante este imparable avance femenino. También veremos cómo se desarrollaron los estudios de masculinidad desde la revolución sexual y como están empezando a liberarse de sus condicionamientos masculinos tradicionales. Reflexionaremos en torno a cómo se están beneficiando de la lucha por la igualdad, y sus formas de resistencia y participación en el proceso.

De este modo llegaremos a lo ***queer*,** que responde a una necesidad de traspasar los límites, de explorar fronteras, romper estructuras, eliminar etiquetas. Lo *queer* incluye a todas las categorías invisibilizadas o al margen de la *normalidad* (transexuales, travestis, drags, hermafroditas, personas transgénero, rar@s, bolleras, locas, osos y osas...)

Hoy las identidades están en constante cambio, atravesadas por grandes contradicciones pero también por **amplias posibilidades de ser, de estar en el mundo y de relacionarse con los demás habitantes con los que convivimos.** Ante nosotros y nosotras se abre un extenso abanico de opciones, de posibilidades y de experimentos que nos permitirán acabar con las clásicas dinámicas de relación jerárquica basada en la lógica del amo y el esclavo, lo que mejorará, sin duda, nuestras relaciones eróticas y sentimentales.

La posibilidad de transgredir los límites de las fronteras, que han quedado obsoletas, nos permitirá, progresivamente, ir dejando atrás los modelos esencialistas de lo que deben ser los hombres y las mujeres. Es un cambio sin duda excesivamente lento, pero creo que imparable.

Estoy convencida de que el futuro es *trans*, y de que el género experimentará una fusión de múltiples ideologías identitarias en las categorías ontológicas de raza, sexo, lengua, religión u etnia, que van a experimentar procesos de hibridación. **El futuro será *queer* porque las fronteras entre los extremos más radicales (la mujer muy femenina y el hombre muy viril) están diluyéndose mientras chocan aún en el espacio social.** La androginia, los cambios de identidad de género, el travestismo, la moda unisex, irán imponiéndose conforme la tecnología avance y las mentalidades se multipliquen. Los polos opuestos acabarán fusionándose porque forman parte de una totalidad cambiante y con tendencia al mestizaje y a la multiculturalidad.

Será apasionante ir viendo, de aquí en adelante, cómo los roles se intercambian con facilidad, como las imágenes en torno a lo femenino y lo masculino se diversifican y se mezclan, y cómo el arte y la cultura comienzan a romper estereotipos tradicionales y a cuestionar las imposiciones míticas del patriarcado.

También podremos estudiar el modo en que estos cambios crearán relaciones más igualitarias entre hombres, entre mujeres y entre parejas heterosexuales, a pesar del miedo, las resistencias al cambio y los retrocesos. Por último, podremos acabar deseando que las luchas de poder se reduzcan a un juego en la cama, no a una constante cotidiana entre dos grupos humanos diferenciados.

Sólo habrá que tener los ojos bien abiertos... es entonces cuando podremos aprender a integrar las diferencias en un todo enriquecedor, y atrevernos a experimentar otros modos más igualitarios y libres de ser, de estar y de relacionarnos, más allá de las etiquetas....

Berria **Novedad** Nouveauté Novetat Novidade

Más allá de las etiquetas

Coral Herrera

Coral Herrera
Más allá de las etiquetas

Los distintos movimientos de liberación –feminista, homo, lesbo, trans o queer– nos han enseñado el camino hacia una igualdad alejada de las clasificaciones conservadoras y universales. En lugar de buscar nuevas formas de clasificación, haciendo un recorrido histórico a través de las distintas formas de definir los géneros –hombres, mujeres y trans–, este libro nos invita a analizar los mitos implantados por el patriarcado, romper con todos esos roles impuestos por la sociedad, deconstruir los estereotipos, tomar conciencia de la riqueza de nuestras diferencias, intercambiar papeles, rebasar los límites, dar rienda suelta al deseo, incluir la ternura en la aventura ocasional y atrevernos a expresar emociones. En definitiva, a aprender a vivir más allá de las etiquetas.

320 pág. 18,50€
ISBN 978-84-8136-610-5
9 788481 366105

Coral Herrera Gómez (Madrid, 1977) es Doctora en Humanidades por la Universidad Carlos III de Madrid y especializada en Teoría de Género y estudios sobre Teoría de la Comunicación Audiovisual. Se declara multidisciplinar por su formación académica en el ámbito de la comunicación, las ciencias sociales y las humanidades, sin desdeñar su formación artística y experiencia laboral en el mundo del teatro y el cine, así como una trayectoria sólida como escritora y una larga experiencia docente.
Ha publicado *La construcción sociocultural del Amor Romántico* y escribe en su blog *http://haikita.blogspot.com desde 2007*, donde publica artículos sobre diversos temas, especialmente sobre Teoría de Género y movimientos sociales. Sus artículos en la web **www.especialistaenamor.com** mueven a la reflexión en torno a las estructuras amorosas occidentales. Asimismo, imparte conferencias y talleres, publicando asiduamente en diversos medios de comunicación.

Apdo. 78 • 31300 TAFALLA • NAVARRA/NAFARROA
948 703934 • fax 948 704072
txalaparta@txalaparta.com • **www.txalaparta.com**

txalaparta

Este conjunto de artículos han sido publicados bajo **una licencia de Creative Commons** en el blog: **El Rincón de Haika**, fundado en 2007.

Puedes difundir, compartir y utilizar los textos como desees, citando a la autora o la fuente.

http://haikita.blogspot.com/

Coral Herrera en las redes:

El rincón de Haika en Facebook

Coral Herrera en Facebook

@coralherreragom en Twitter

Coral en Google+

Contacto: **koriakino@gmail.com**

Este libro fue distribuido por cortesía de:

Para obtener tu propio acceso a lecturas y libros electrónicos ilimitados GRATIS hoy mismo, visita:
http://espanol.Free-eBooks.net

Comparte este libro con todos y cada uno de tus amigos de forma automática, mediante la selección de cualquiera de las opciones de abajo:

Para mostrar tu agradecimiento al autor y ayudar a otros para tener agradables experiencias de lectura y encontrar información valiosa, estaremos muy agradecidos si
"publicas un comentario para este libro aquí".

INFORMACIÓN DE LOS DERECHOS DEL AUTOR

Free-eBooks.net respeta la propiedad intelectual de otros. Cuando los propietarios de los derechos de un libro envían su trabajo a Free-eBooks.net, nos están dando permiso para distribuir dicho material. A menos que se indique lo contrario en este libro, este permiso no se transmite a los demás. Por lo tanto, la redistribución de este libro sín el permiso del propietario de los derechos, puede constituir una infracción a las leyes de propiedad intelectual. Si usted cree que su trabajo se ha utilizado de una manera que constituya una violación a los derechos de autor, por favor, siga nuestras Recomendaciones y Procedimiento de Reclamos de Violación a Derechos de Autor como se ve en nuestras Condiciones de Servicio aquí:

http://espanol.free-ebooks.net/tos.html

e-GO! Library Español

COMO LO VIO EN TV

¡1250 LIBROS PARA LLEVAR EN SU BOLSILLO!

La velocidad, comodidad y movilidad son suyas. El e-GO! Library Español es una forma innovadora para tener y mantener un suministro fresco y abundante de grandes títulos. Es el mejor entretenimiento y fácil de obtener. El e-GO! Library Español es una unidad flash de memoria USB que pone a miles de los mejores libros de la actualidad su bolsillo!

Cargue su Kindle, iPad, Nook, o cualquier dispositivo con una variedad de ficción y no ficción. En su tiempo libre, elija entre sus temas, títulos y autores independientes favoritos y categorías como: romance, ciencia ficción, misterios, finanzas, biografías, negocios y muchos más.

- **1,000 LIBROS** indipendientes más populares
- **BONO**- 250 títulos clásicos
- **CONTENIDO ÚNICO** / Autores independientes
- **LLAVE USB PRECARGADA** de 4GB
- **SIRVE CON TODOS** los lectores y dispositivos
- **IDEAL** para viajar
- **AHORRA** innumberables horas de Descargas
- **EL REGALO** Perfecto

VER MÁS