

MARTÍN ALOMO

VIVIR MEJOR

Un desafío cotidiano

PRÓLOGO DE GABRIEL ROLÓN



PAIDÓS

VIVIR MEJOR

Un desafío cotidiano

MARTÍN ALOMO

Prólogo de Gabriel Rolón

 PAIDÓS

10 CONSEJOS PARA VIVIR
MEJOR EL AMOR

Proemio

En este capítulo, doy algunos consejos que considero fundamentales para las vicisitudes de la vida amorosa. Me refiero a la vida amorosa de pareja, a la pareja de enamorados, a la pareja de amantes que, a veces, coincide también con la pareja matrimonial o, si no casados, formalmente constituidos como relación estable. Es decir que en este capítulo me ocupo de la pareja amorosa y de sus problemas, las veleidades del deseo, la convivencia, los espacios de cada una y cada uno, los distintos modos de perderse *en* y *con* el otro, y también de encontrarse. Entiendo que los lectores que no tengan en este momento el gusto o el disgusto de tener que lidiar con problemas de pareja, probablemente no encuentren en este capítulo nada que les interese directamente.

1. Amar

Primer consejo para vivir mejor el amor: *amar*. Suena fácil y obvio. Sin embargo, no es fácil hacerlo ni obvio darse cuenta de cuál es la importancia ni lo preferible respecto de ser amado. Y no es fácil por varios motivos; entre ellos, el que más conspira en su contra es el hecho de que tiene “mejor prensa” ser amado. Sin embargo, amar a alguien implica una apertura diferente; se trata de una disposición más saludable, que declara varios puntos fundamentales que hablan bien del agente.

En primer lugar, amar es una declaración de valentía, ya que abrirse al amor es atreverse a poner en juego en un vínculo con otra persona esos aspectos que nos vuelven más vulnerables. En este sentido, amar es entregarle al otro el poder. El otro sabe dónde nos duele más, conoce nuestras debilidades. Además, si se trata de la persona que amamos por sobre todas las otras, de nuestro *partenaire* sentimental y erótico, en ese caso, esa persona sabe muy bien cuál es nuestra principal debilidad: ¡ella misma en tanto objeto amoroso! Por lo tanto, basta con que llegue tarde, no acuda a la cita puntualmente o no responda nuestros mensajes para que nuestra tranquilidad vacile. En este sentido, esta persona nos tiene en sus manos.

Es común encontrarse con personas que dicen cosas tales como “ni loco me vuelvo a poner en pareja” y es fácil entender que una experiencia dolorosa –acaso tal vez más de una– propicie el recrudecimiento de las defensas, y que la protección aparentemente más segura en tales casos sea un retraimiento respecto de los lazos con los otros. Por eso mismo, exige valentía sobreponerse a los temores, muchas veces fundados en el programa que proponen las experiencias adversas del pasado cuando van al lugar de lo normativo.¹ Sin embargo, como decíamos –y afortunadamente–, en razón de la contingencia que siempre nos da la chance de elegir, aun con nuestros miedos a cuestas, las personas solemos abrirnos al amor luego de reponernos de experiencias difíciles. Ese amor nuevo nos da la oportunidad de ser valientes cuando podemos salir del lugar del amado, de ser simplemente aquella persona que se deja amar y, en cambio, amar decididamente al otro, aun a sabiendas del riesgo que ello implica.

En cuanto al otro punto que mencionábamos, referido a que no son tan obvios los argumentos que abonan la ventaja de ser el amante antes que el amado, nos encontramos con la sensación de plenitud que nos vuelve accesible el lugar del amante. De ninguna manera propongo que sería conveniente que no nos amen porque es mejor no ocupar el lugar del amado. No. Me refiero a la importancia de poder abrirse al amor, sin quedar exclusivamente a merced de los designios del otro en lo que atañe a los destinos de la vida amorosa: resulta cardinal elegir a quien se ama y, además, amarlo. Algunas veces, es condición amorosa estar fijada o fijado en el lugar del objeto, condición que cristaliza esa posición en una especie de pasividad, de estar a merced, de dejarse hacer, de dejarse amar. Por otra parte, es cierto que a veces algunas parejas funcionan bajo la modalidad de que uno ama y el otro se deja. Como sabemos, resulta excluyente, para que una pareja funcione, que al menos uno de los dos se deje amar. Sin embargo, si una pareja funciona bajo

1. Es decir, aquello que suponemos “autonormativo” aunque, en realidad, es heteronormativo.

la modalidad del amante y el amado como posiciones fijas, se trata de una configuración problemática en sí misma, en la que la asimetría, al cristalizarse en posiciones rígidas, propicia las condiciones para una pareja desapareja, en la que las diferencias no se dan en el terreno de la paridad, de la horizontalidad, sino que reproducen un sistema de jerarquías en el que uno ejerce el poder y el otro –quien silenciosamente lo concede, cómplice– gusta de someterse.

Por otra parte, cabría que nos hiciéramos una pregunta. Si el primer consejo es “amar”, pues bien, ¿qué significa eso? Este es un libro práctico, es decir que no vamos a ocuparnos aquí de disquisiciones teóricas. Por eso, me interesa exponer las cosas en términos sencillos y accesibles, sin necesidad de que para proseguir la lectura sea requisito tener que consultar manuales o realizar cursos de filosofía, de psicoanálisis o de psicología. Amar, tal como me interesa plantearlo aquí –lo que equivale a decir: tal como lo entiendo– es dar. Sí, darle a la otra persona, a la elegida, a la preferida de nuestros afectos, lo más preciado que tenemos: tiempo, energía, cariño, colaboración, apoyo, etc. Además, dado que nos referimos aquí al amor de pareja, todo ello se diferencia de la amistad y de otros vínculos amorosos, por incluir en un lugar principal el erotismo. Aquella persona a la que amo, ocupa el lugar de mi pareja erótica, sensual y sexual. En Occidente, en nuestra era, y conviviendo en la actualidad con otros múltiples paradigmas de relaciones amorosas y de modos de vivir el amor de pareja y el erotismo, la pareja amorosa, tal vez clásica y en este sentido algo conservadora, requiere estos requisitos: dos personas que se eligen para compartir la vida, sus proyectos; deberán también desearse y compartir la sexualidad, por lo general, en condiciones restringidas de exclusividad, consensuadas por los integrantes de cada pareja. Si el vínculo, además, es rubricado por medio de un contrato matrimonial, el compromiso queda escrito, firmado, y constituye un documento público que cambia el estado civil de los implicados y explicita la exigencia de “fidelidad”.

En este contexto, poder ocupar el lugar de amante y no solo el de amado, implica poder constituirse en agente del deseo erótico y posicionarse como alguien capaz de vivir el goce se-

xual sin que ello implique obstáculos morales, ideológicos o religiosos, o a pesar de tales circunstancias. Además, todo lo dicho en el contexto de una relación amorosa.

El amor de pareja es el difícil equilibrio entre el amor pasional, erótico, es decir, el deseo sexual que busca el goce propio, la satisfacción con el otro en el encuentro cuerpo a cuerpo, y también el amor altruista y tierno. La pareja amorosa responde a la política del deseo, que podemos resumir en los siguientes términos: *deseo estar contigo porque la vida es mejor si estamos juntos y, al contrario, todo empeora si no te tengo a mi lado*. Pero también el amor de pareja se potencia si se destaca el carácter electivo, contingente del encuentro, es decir, si responde a la política de desear la vida aun antes y más allá del *partenaire*: *la vida es mejor con vos y por eso te deseo, pero no porque no pueda vivir sin vos, sino porque prefiero tenerte a mi lado y quiero que cuentes conmigo*.²

Empezamos por *amar*, entonces.

2. Esto nos lleva a otro punto, que retomaremos en el apartado n° 10 de este capítulo: “El amor nos mejora; de lo contrario...”.

2. Querer lo que se tiene

Este segundo consejo también es directo y práctico. ¿Quién no conoce alguna persona que deseaba algo pero que, una vez conseguido el unicornio en cuestión, no consigue quererlo? Aparentemente y por razones diversas, puede no resultar sencillo querer lo que se tiene. Por otro lado, tenemos el problema muy bien caracterizado por el saber popular a través de un dicho: “el pasto del vecino siempre se ve más verde”, y constatado, salvando las distancias, cuando en un restaurante, al recibir nuestros pedidos, querríamos comer lo que pidió el otro porque nos parece más apetecible que lo nuestro. Querer lo que se tiene no es fácil, porque nos pone a prueba ante un pensamiento muy pregnante y también frecuente: *lo de los demás siempre es mejor que lo nuestro*; pensamiento que vaya uno a saber, en cada caso, a qué tipo de sentimiento de inferioridad obedecerá.

Querer lo que se tiene implica un grado de madurez importante; al menos, garantiza dos cosas: para con uno mismo, que no vamos a sufrir tanto debido a nuestra inconstancia afectiva; para con los demás, la estabilidad que implica que somos capaces de querer lo nuestro, nos candidatea automáticamente al lugar de aquellas personas confiables con quienes se puede contar.

Querer lo que tenemos implica también, desde el punto de vista de los afectos, que vamos a poder estar a salvo de esa sensación de inadecuación y desubicación, inherente al pensamiento de que nos estamos perdiendo algo más importante que estaría sucediendo en otra parte. Eso mismo, cuando se trata de afectos, cuando lo que está en juego es el amor, deja a nuestros *partenaires* en un lugar degradado, altamente desvalorizado e injusto para ellos: pasan a transformarse en extras sin importancia, en un decorado de utilería, una escenografía que no importa demasiado y que pasa a constituir algo así como una prisión, porque ahora el deseo está puesto en otro lugar, en otras personas, en otra persona. *Querer lo que se tiene* significa haberse curado de este problema. *Estoy donde quiero estar y con quien quiero*, este es el texto de quien es capaz de querer lo que tiene.

Al contrario, aquellas personas que no están conformes con sus parejas, suelen caer en una posición no solo contradictoria desde el punto de vista lógico –me refiero al hecho de que sostengan aquello que no quieren– sino, además, por lo menos complicada desde el punto de vista ético. Porque depositan en su *partenaire* aquellos aspectos de sí mismas que reprueban y que, al despreciarlas en el otro, las eyectan de la égida de lo que reconocen como su propio yo, manteniéndose “a salvo” por medio de una coartada archiconocida y que atrasa, una excusa *vintage*: *el malo es el otro, yo soy bueno*. O, dicho de otro modo: *la culpa de que nuestra pareja sea un bodrio no es mía sino de mi partenaire*. En este punto, conviene recordar que la elección que se actualiza cotidianamente, bajo el modo de reelección permanente de nuestra pareja, señala un hecho incontestable: *el hecho de que nuestro partenaire sea quien es, habla de nosotros*. O para decirlo con otras palabras: *mis elecciones me definen y me determinan, y mi elección amorosa dice quién soy*. Este es un elemento tan fuerte y a la vez tan delicado por las implicaciones subjetivas, que aun cuando pueda sorprender a algún lector, preferiría ponerlo en los siguientes términos: *mi partenaire forma parte de mi autopresentación¹ en la vida*.

1. Nos referimos aquí a la categoría de *self-presentation* acuñada por Erwin Goffman

Hace ya algunos años, una amiga muy querida por mí, muy cercana a mis afectos, me comentaba su disgusto para con quien entonces era su *partenaire*. Solía tener enunciados descalificatorios hacia él. Esto se sumaba a que, a decir verdad, esa persona tampoco era de mi agrado, con lo cual resultaba fácil para mí acordar con aquellos enunciados desdeñosos. Sin embargo, una y otra vez, en diversos encuentros y reuniones, mi amiga quejosa volvía a aparecer en escena con el susodicho. Con lo cual, yo tenía la sensación de haber hablado de más y haber sido desubicado con alguien que, a fin de cuentas, formaba parte del cuadro afectivo en el que estábamos incluidos. Luego, comprendí que los aspectos que me disgustaban del novio criticado, sorprendentemente, coincidían con aspectos similares de mi querida amiga, rasgos que ella reprobaba en él, mas sin percatarse que ella misma los portaba, aunque inadvertidamente. La parábola evangélica de la paja en el ojo ajeno y la viga en el propio se aplicaba perfectamente en este caso. Aun cuando mi amiga no se hubiera anticiado de ello, su *partenaire*, sin decir nada, con su sola presencia, hablaba de ella misma. Y no decía cualquier cosa, sino justamente aquello que ella no percibía de su propia personalidad y que, en cambio, criticaba despectivamente como si se tratara solamente de una característica de él.

Otra persona allegada a mi familia solía presentarse, curiosamente, como afable y ajena a todo tipo de conflicto interpersonal. Asistía a las reuniones, traía algún presente o regalo si la ocasión lo requería, participaba en las conversaciones, etcétera. Sin embargo, su marido era ostensiblemente insoportable, hostil a todo tipo de intercambio, irrespetuoso para con los modales elementales de convivencia, y –he aquí lo más molesto– manifiestamente “pedigüeño”, como si se tratara de un niño caprichoso y maleducado. No cabía duda, este impresentable portaba los aspectos escindidos de la personalidad de ella: ¡el tipo era ella misma, insoportable!

Ambas personas queridas, allegadas a mis afectos, continuaban eligiendo, por aquel entonces, estar con esos personajes. Sin embargo, ambas incurrieran en la misma conducta: algunas veces solapadamente, otras del modo más patente, despreciaban a sus parejas, por imbéciles, por mediocres. Resultaba doloroso ver el tratamiento de escisión y proyección con el que podían tratar con esas propias autopercepciones negativas: lo que les molestaba de ellas mismas, reprobado también por ellas, era separado de la autopercepción como propio y proyectado al *partenaire* de turno. Qué misterio la asignación y asunción de roles en los vínculos: ¡había que ver qué bien representaban el papel de desagradables aquellos tipos!

Por lo dicho, podemos avizorar que la dificultad para querer lo que se tiene implica, a menudo, un modo de no poder quererse uno mismo. Queridas/os amigas/os, no puedo aconsejarles que se quieran a ustedes mismas/os porque eso está en la base del asunto. Partimos de allí: si se interesaron en este libro y avanzaron hasta aquí en la lectura, es porque al menos lo intentan.

Como punto de llegada de este apartado, quedan señalados al menos dos ítems: a) no querer lo que se tiene en el ámbito de la pareja, es decir, no querer al *partenaire* aun cuando se continúa sosteniendo la relación porque también se lo quiere, obedece al mecanismo de escisión de los aspectos reprobados de una/o misma/o, proyectados al otro y denigrados en él y con él; b) por eso mismo, nuestra/o *partenaire* habla de nosotras/os.

Como podemos observar, de lo dicho aquí se desprende fácilmente que un modo de acceder a querer lo que tenemos, es decir, a estar de acuerdo con nuestra elección amorosa, es reconciliarnos –cada quien sabrá si esta reconciliación implicará aceptación, cambio, corrección, rectificación, etc.– con nuestras propias zonas oscuras.²

2. Pendientes aún de análisis.

3. Desear lo que se quiere

En este apartado, nos ocuparemos de otro de los grandes problemas que solemos detectar para disfrutar y vivir plenamente la vida amorosa: *desear lo que se quiere*. En el apartado anterior observábamos las dificultades para *querer lo que se tiene*. *Desear lo que se quiere* es otra cosa, implica otro movimiento. Esta configuración sugiere que tal vez no haya problemas con *querer lo que se tiene*, pero otra cuestión es desearlo...

Alguien me comentaba hace un tiempo acerca de su problema para desear a su mujer. Claramente para él, el amor era fuerte, la quería mucho, incluso cada vez más; pero el problema era desearla. No se podría haber dicho de él que no la quería, sino que la quería pero no la deseaba. Podríamos convenir que esta situación, después de todo, no es poco frecuente: el paso del tiempo, la rutina, etc., van “desgastando” –es la palabra que las personas suelen usar en estos casos– la intimidad de la pareja. Supongamos que fuera cierto. Sin embargo, el erotismo en la vida de pareja no es el único ámbito en el que se registra este tipo de configuración.

Andrew, un europeo tan exitoso como aburrido de la vida, quién sabe por qué –no era un depresivo, sino una persona con

cierto *spleen* londinense-, me comentaba acerca de su dificultad para sostener con ganas los espacios propios de su trabajo. Él ocupaba un cargo importante en una empresa, un puesto gerencial, por el que había competido duramente para obtenerlo. Dicho cargo implicaba coordinar un equipo importante de trabajo, mantener reuniones periódicas, realizar presentaciones para distintas instancias de la empresa y para otras instituciones, en eventos organizados para tal fin. Estas eran las características del puesto por el que Andrew había luchado y que, en efecto, había conseguido. No podríamos decir que no le agradara su trabajo en todos sus aspectos y características, con sus exigencias y formalidades. A él le gustaba pensar en las reuniones, convocar al equipo, incluso planificarlas. El problema era que no podía sostener a gusto dichas reuniones, el entusiasmo estaba ausente y la propuesta resultaba aburrida para él y para todos los presentes, quienes sentían que estaban perdiendo el tiempo. Estableciendo un paralelo con la falta de deseo para con la mujer querida, podríamos decir que Andrew tenía “problemas de erección” en relación con su trabajo. No se erguían sus ganas ni su temperamento en función de los requerimientos de su puesto gerencial que, sin embargo, aprobaba en cuanto trabajo deseable. Él no quería cambiar de trabajo ni abandonar su puesto, y no solo por conveniencia económica o por el prestigio que ello le daba. Realmente le gustaba. Lo que le pasaba era más molesto y, en cierto modo, más grave: no podía desearlo, “no se calentaba” *in situ*, cuando tenían lugar las actividades inherentes a su trabajo, incluso organizadas por él mismo. Salvando las distancias y guardando las diferencias entre una actividad y otra, Alejandro, un músico con mucho oficio y una respetable trayectoria como profesional, me relataba algo parecido.

Volviendo al amor de pareja, de acuerdo con las exigencias que se le formulan en la actualidad a una pareja, *desear lo que se quiere* es condición. Sí, porque una pareja “saludable”, es decir, de acuerdo a ciertas normas que el sentido común consideraría aceptables, “normales” en Occidente en el siglo XXI, incluso con lo problemático que ese término introduce, prescribe que una pareja debe quererse, respetarse y amarse, incluyendo en esta última variable, la cuestión erótica. Ni siquiera se trata de

un mandato de moralidad conservadora, pequeño burguesa o de derechas, ni de clases acomodadas o liberales; se trata de un desiderátum que excede el patriarcado heteronormativo, el sistema muy bien caracterizado por Rita Segato, por ejemplo, como sistema hegemónico jerárquico.¹ A la pareja amorosa, además del cariño, el cuidado y el respeto, en convivencia con el patriarcado, se le exige también la procreación en determinadas condiciones de desigualdad entre un género y el otro. Pero además, la demanda que se le hace muy fuertemente, al menos desde finales del siglo XIX, es la de que sus integrantes deben amarse. Es decir que el amor, y no cualquier tipo de amor, sino el amor erótico –o sea, el deseo sexual– además de un fenómeno que ocurre inexorablemente entre las personas, es un imperativo institucional que recae sobre las parejas amorosas. Entiendo que esto atenta contra la sexualidad. Las veleidades del deseo, caprichoso y volátil, se aplacan y se enfrían cuando la normatividad de un “para todas y todos” exige cómo, cuándo, dónde y con quién se debe gozar.

El imperativo y el placer se excluyen: uno exige, ordena y manda desde afuera; el otro hace lo mismo, pero “desde adentro”, pulsión incoercible cuando germina, pero, evidentemente, no irreprimible por vía del mandato conyugal heteronormativo. Amor y erotismo para todas y todos, cuando es un manifiesto, alegra los corazones y afloja las ropas; cuando es consigna de una institución social con contrato, testigos y obligaciones, hace peligrar el deseo. No otra cosa que esto último sucede en la pareja actual, muchas veces refrendada bajo el rótulo de matrimonio.²

Sin embargo, aun cuando pudiera parecerlo, no digo que sea imposible desear lo que se quiere. Digo que, dadas las condiciones de la obligatoriedad del goce sexual en el seno de la pareja amorosa, el panorama resulta complicado. Al escribir esto no me extraña, por ejemplo, la cantidad de cosas que se escuchan

1. Véase Segato, R. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia*. Buenos Aires: Prometeo, 2005.

2. No sabría decir si con las uniones civiles homosexuales pasa algo parecido, pero intuyo que sí.

y se leen por ahí, de los especialistas en terapias de pareja y oficios afines, respecto de “recrear” la sexualidad, “alimentar” el deseo y “ratonear” no sé qué cosa. Al respecto, y como corolario de este apartado, si acaso pudiera llamarse consejo, me parece importante tomar nota de lo siguiente: *desear lo que se quiere*, considerado como mandato, es un oxímoron, una consigna paradójica. Dejo entonces para ustedes una pregunta: *¿será posible considerar este enunciado de modo tal que no constituya un mandato?* Y otra más aún: dado que, como comentaba, en la sociedad occidental de hoy ya existe el mandato de hacer coincidir amor y deseo en la pareja sentimental, *¿será posible, acaso, desmarcarse de dicha prescripción?*

4. Dejarse amar

A la luz de los apartados anteriores, sobre todo del primero, este se torna necesario. Podría parecer que, al haber declarado que antes que dejarse amar, lo principal es amar, la posición de receptor estuviera valorada negativamente. Pero no solo no es así, sino que, como incluso comentábamos también en el primer apartado, es condición de la pareja amorosa que al menos uno –aunque sería mucho mejor que fueran ambos, desde luego– se deje amar. Pero... ¿qué es *dejarse amar*?

Dejarse amar es tolerar que el *partenaire* nos quiera, nos trate bien, nos desee. *Dejarse amar* es que no nos moleste el deseo de nuestra pareja. Es soportar, aun en contra de nuestra opinión, que el otro nos ame incluso con nuestros defectos, esos que nosotros mismos detestamos y por los cuales nos desquerramos. *Dejarse amar* es percibirse objeto de deseo del otro, desde allí percibir que somos fuente de placer y de goce para él, o para ella, para su cuerpo, percibir la profunda alegría que eso le produce, y alegrarnos por eso. *Dejarse amar* es aprender, con el otro, a no destruir esa alegría que mencionaba recién, la que surge del placer y del goce que nos toma por objeto. Bancarse el deseo del otro es *dejarse amar*; saber ser objeto del deseo del

otro, ese oscuro objeto del deseo, es *dejarse amar*, con la alegría de saber que eso al otro, al que amamos, lo inunda de satisfacción y de sentimientos positivos.

En el primer apartado, “Amar”, señalábamos la inconveniencia de una pareja cristalizada en la posición en la que los roles de amante y de amada/o están fijados, rígidos. Sin embargo, como sabemos, cada pareja funciona como puede y como quiere, como le sale, como les gusta a sus integrantes. Tampoco me interesa –ni está a nuestro alcance– impugnar a quienes no gocen “adecuadamente”, *fifty* y *fifty*, amante y amada/o. Y ya que apelo a la lengua inglesa, *win win*,¹ en todo caso, sería una mejor configuración de la distribución de los roles y de los goces, sin saber cómo podría organizarse ese asunto para cada caso.

Dejarse amar es la formulación de quienes han aprendido que con su presencia dicen algo, producen algo en los otros, y admiten y quieren lo que producen en su pareja amada. No somos invisibles, tenemos un volumen y ocupamos un espacio. Eso mismo, concreto, tiene efectos sobre el otro, y *dejarse amar* es uno de los nombres de *no pelearse con el efecto amoroso que nuestra presencia genera en nuestro partenaire*.

Todas/os hemos escuchado alguna vez la siguiente formulación: “vos te lo merecés”. Dicha por los más diversos agentes y en los contextos más distintos, esta frase ha zanjado todo tipo de situaciones. Ha servido como argumento para explicar por qué alguien debía levantar la mano o decir que sí ante determinada circunstancia de apariencia benéfica. Lamentamos la falta de originalidad, pero, en este caso, también se aplica. *Dejarse amar* es sentir, en definitiva, por cursi y trillado que resulte este argumento, que uno se merece estar en una relación en la que el otro nos ama, aun a pesar nuestro.

1. Es decir, no mitad y mitad, sino “ganar ganar”, donde ambas partes salen beneficiadas por igual, mas sin poder saber de antemano, mucho menos en el plano de lo general, cuál sería el tipo de beneficio que pudiera recibir cada integrante de la pareja.

5. Aceptar el placer y la buena vida

Este apartado se desprende del anterior y también podría llamarse del siguiente modo: *cuando todo está bien, no meter los dedos en el enchufe*. Guarda con el apartado anterior una relación de secuencia deductiva bastante fácil de entender. Conversa, lamentablemente, con un modo recurrente de arruinar las cosas, es decir, la vida. Todo está bien, hay placer, hay compañía, hay una pareja, casi se comienza a sentir el deleite que eso genera: tranquilidad afectiva en cuanto a los vínculos, estabilidad emocional, experiencias de sensaciones vivificantes y, en general, positivas. Incluso, algo parecido a la paz, proveniente de cierta pacificación de *los fantasmas de la soledad*. Esos que dicen: “te vas a quedar sola/o”, “nadie te va a querer”, “los demás tienen pareja y vos no”, etc. Justo allí, en esa playa mansa, apacible, tal vez luego de hacer el amor o en medio de un viaje de vacaciones, el masoquista recalcitrante va y mete los dedos en el enchufe. De este movimiento autopunitivo nos ocuparemos en este apartado.

La última oración del párrafo anterior es la que explica la conexión deductiva de este apartado con respecto al anterior. Antes nos referíamos a *dejarse amar*, y señalábamos que si *dejarse amar* era difícil, ello obedecía a que implicaba, en algunos casos,

permitir al otro que nos amara aun en contra de nosotros mismos. Tolerar, entonces, el amor del otro, delineaba una situación inestable, que, en cualquier momento, podía llegar a ser arruinada por la autopercepción de que, en realidad, no mereceríamos ser amados. Entonces, si aun a pesar nuestro la pareja persiste y el otro, obstinado, se sale con la suya de amarnos, no sería tal vez demasiado extraño que, como decía al principio del apartado, vayamos a meter los dedos en el enchufe. Aunque parezca mentira explicarlo de este modo, tan llano, algunas veces el rechazo del amor que se nos da, obedece a un juicio adverso sobre la propia persona del amado (¡producido por el mismísimo amado!). Luego, como decía, si el amor persiste de todos modos, no es raro que el amado indigno encuentre el modo de arruinar la escena, ya que bien merecido lo tiene: castigarse por el amor dedicado, por los agasajos recibidos, por los placeres que se le han prodigado.

No es original el nexo causal que supongo entre los términos del apartado anterior y los de este. La hipótesis de la autopunición por sentimiento de culpabilidad es antigua¹ y hartamente comprobada, a diario, en los consultorios de los analistas. Aquellos que se arruinan la vida, particularmente los buenos momentos, por medio de tácticas de autoboicot, suelen poner a su *partenaire* en una situación difícil, ya que él, a menudo, no sabe qué hacer al respecto. Algunas veces, incluso, llegan a convencerlos de que no se merecen ser amados.

En el momento del clímax sexual o en la fase posterior, de relajación, una persona que he conocido tenía el hábito de equivocar el nombre de su pareja, a quien amaba profundamente y deseaba ardientemente. El equívoco no era la sustitución por cualquier otro nombre, sino justamente por el de una mujer que había tenido algo con el sujeto anteriormente, conocida también por la pareja actual. Resultado: *momento feliz = dedos en el enchufe*. Otra persona me comentaba la alegría con que había recibido la visita de su novia en su departamento de soltero. Ella fue a visitarlo con una comida preparada por ella

1. Véase Freud, S. (1916). "Algunos tipos de carácter dilucidados por el trabajo psicoanalítico". En *Obras completas*, vol. XIV. Buenos Aires: Amorrortu, 1986.

misma para agasajarlo y, además, le llevó de regalo una camisa que a él le gustaba. Cenaron, hicieron el amor, y en el momento posterior, entre palabras despreocupadas y caricias distendidas, el caballero insistió en reprocharle, una y otra vez, que esa misma tarde ella había demorado mucho más de lo que él hubiera querido en responderle sus mensajes de Whatsapp. *Momento feliz = dedos en el enchufe.*

Los ejemplos abundan. Tal vez haya uno paradigmático. Caribe, playa, sol, tragos, dos amantes. Sexo ardiente, apasionado, en el contexto de un viaje de descanso de una semana, para estos amantes que empezaron una relación hace unos pocos meses. Él, sesentón y de buen pasar, que encuentra en ella, además de una mujer caliente y hermosa, la vitalidad de sus cuarenta, que lo rejuvenecen. En un rincón alejado de los demás, entre palmeras, se besan, ella mete su mano bajo el *short*, “me manoteó”, explicaría él. Iban a tener sexo allí, al aire libre, jugando a esconderse de los posibles mirones, en un arrebató de excitación que ninguno de los dos quiso refrenar. Avanzada la acción, el epitalmio caliente desde la voz de ella susurra al oído de él, mientras le muerde levemente el lóbulo: “esta es mi oreja”. Por alguna razón, él escucha en ese susurro el apellido del exmarido de ella, que apenas guardaba una semejanza homofónica con la palabra “oreja”. Allí terminó esa escena, malograda por una interpretación que, traducida a un sentido que podamos entender, decía más o menos así: *ella coge conmigo porque la traigo de paseo al Caribe, pero en realidad, para calentarse, piensa en su ex.*

Este caballero costeó el pasaje de ambos y la estadia durante una semana en un exclusivo *all inclusive* y, asombrosamente, no se privó de encontrar reiteradamente, como en el ejemplo que acabo de narrar, varios enchufes disponibles entre las palmeras, las sombrillas y la arena caliente, en los cuales meter los dedos hasta el fondo. Nunca tuve oportunidad de conocerla a ella más que a través de los relatos de él. Desde allí, se adivinaba una mujer amorosa, vital, enamorada y caliente que ya no entendía cómo el mundo entero se había convertido en “Peligro - Alta Tensión” y vuelta al punto de partida, más allá del escenario placentero y de la coreografía deseante que ella propusiera... o justamente por eso.

6. *Recordar la regla de oro:* construir cuesta mucho, destruir es fácil

Efectivamente, se trata de una regla de oro. Los ejemplos que veíamos en el apartado anterior dan cuenta de cómo con muy poquito se puede arruinar algo que costó mucho. Algunas veces, resulta increíble constatar hasta qué punto podemos ser destructivos con los vínculos. No lo digo desde una posición ingenua, ya que supongo que todos sabemos lo destructiva que es la humanidad. Es maravillosa, es cierto: genial, solidaria, apasionada, metódica, sorprendente. Los ejemplos son fáciles de encontrar: la tecnología puesta al servicio de las comunicaciones, de la asistencia en salud, de la educación; los emprendimientos sociales; los ejemplos de superación personal que encontramos a cada paso, etc. En cuanto a los otros ejemplos, los destructivos, por si hiciera falta menciono solo algunos: guerra, terrorismo, hambruna generalizada, trata de personas, prostitución infantil... y me detengo acá. No es necesario argumentar la destructividad que habita al hombre, por lo general, mucho más horrorosa que lo que estamos dispuestos a admitir. Pero igualmente, aun avisado de esta situación, no deja de sorprenderme cuando eso se pone de manifiesto en el seno de un vínculo amoroso, entre dos personas: cómo un viaje de placer o un momento maravilloso puede oscurecerse y transformarse en un infierno en un segundo, tan solo con una

palabra pensada, dicha o escuchada (aunque difiera de la efectivamente emitida por el *partenaire* de carne y hueso,¹ tal como observábamos en el ejemplo anterior).

La apostilla del párrafo anterior nos introduce en la capacidad de daño que tenemos las personas, y en cómo eso se pone de manifiesto del modo más crudo en los vínculos entre dos. Ese espacio de la pareja, tan íntimo, tan privado, por necesidad, porque así lo quieren y lo necesitan los amantes, sin embargo puede devenir un túnel del horror, privado de la mirada y de la presencia de otros mediadores, una trampa en la que, como solemos ver a menudo, las mujeres son asesinadas, allí, donde se supone que las aman, donde se cree que deberían estar más seguras y cuidadas que en ningún otro lado. Sin embargo, no es así: la intimidad de la pareja puede resultar el más tenebroso de los infiernos.

Allí, en esa intimidación tramposa, que cuando no cuida a sus miembros puede lastimarlos, desposeerlos y matarlos, en la pareja, es fácil destruir lo que se tardó mucho tiempo en construir. En el ejemplo que comentaba, queda en evidencia el poder destructor de la palabra: sacude, lacera, es letal. Por eso mismo, me permito una sugerencia puntual, dentro de este gran consejo que nos doy, que prescribe guardar la regla de oro. Me refiero a lo siguiente: *ser muy cuidadosos con lo que decimos*. Las palabras pueden ser amorosas y puentes, pero también dinamita que derrumba y el río barroso que arrasa y se lleva todo una vez que el puente se desmoronó. Una palabra gruesa, hostil, no necesita llegar al insulto ostensible para producir un daño mayor. Una vez producido el daño, podemos pedir perdón, es cierto; pero el daño ya está hecho y quién sabe si esa situación tenga retorno. Por suerte, a veces hay límites y funcionan.

Con las palabras se puede llegar muy lejos, en un sentido o en otro, por eso conviene estar atentos a no ser “boca floja” y

1. Evidentemente, en el ejemplo en cuestión, aquel veterano tenía otra *partenaire* distinta de la joven que lo acompañaba. Su *partenaire*, la de él, era una mujer malvada, una especie de prostituta de lujo, que lo quería solo por su dinero mientras seguía deseando a su ex. Esta pareja fantaseada, por momentos, tenía más presencia que la mujer hermosa que estaba allí, cuerpo a cuerpo, dispuesta al amor.

lastimar fácilmente a quien nos acompaña, al más íntimo, a la más íntima, nuestro objeto de amor y nuestra víctima facilitada, a la mano. Pero claro, no todo son palabras. Las actitudes, la ética de cada uno se juega en cada detalle, en cada gesto. Aquí encuentro útil formularnos algunas preguntas: además de decirle al otro que lo amo, que lo quiero, con palabras, ¿se lo digo también con mis actos, con mis gestos? Si la respuesta es no, entonces soy un charlatán.

Un modo eficaz de destruir todo es faltarle el respeto al otro. Esto se puede hacer de muchos modos, no solo con palabras pronunciadas. Hay palabras cuyo alcance es mucho mayor, y son las que no se pronuncian con la boca, sino que se inscriben como consecuencia de nuestros actos. Me refiero a la economía compartida, a las tareas domésticas –en caso de convivencia, claro–, al cuidado de los hijos, al apoyo de uno para con el otro para que cada uno pueda realizar sus asuntos personales, etc. ¿Somos equitativos, en estos aspectos que menciono, en nuestras parejas? Si la respuesta sincera que podemos darnos en nuestra intimidad es negativa, entonces estamos siendo destructivos con nuestra pareja. En ese caso, cada uno la destruye como quiere y como puede; pero ya que estoy aquí, les cuento mi posición al respecto: si la estamos rompiendo, hagámoslo de una vez y rápido, ¿para qué la agonía crónica? De lo contrario, mejor seamos cuidadosos. Me refiero a lo siguiente, que se los puedo contar recordando un refrán popular que me comentara alguna vez alguien muy cercano y muy querido: agredir al *partenaire* es lo mismo que agredirnos a nosotros mismos, porque siempre la bomba va a estallar en casa. Es cierto.

Mientras tanto, para construir, hay que “seguir remando” o cualquier otra metáfora que dé cuenta de algo muy esforzado, que lleva tiempo y que, finalmente, arroja un resultado positivo, *si y solo si* pudimos hacer el esfuerzo en el tiempo de un modo sostenido, sin flaquear (y si flaqueamos, nos repusimos).