



¿Por qué le es Infidel?

Esteban Cañamares



Amat
editorial

¿Por qué le es infiel?

**Si está interesado en recibir información
sobre este tema,
envíe sus datos a:**



Amat Editorial
Comte Borrell, 241
08029 - Barcelona
Tel. 93 410 67 67
Fax 93 410 96 45
e-mail: info.amat@gestion2000.com

Amat

Esteban Cañamares Medrano

¿Por qué le es infiel?



Amat Editorial

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

Autor: *Esteban Cañamares*
Diseño cubierta: *Jordi Xicart*

© Editorial Amat SL, Barcelona, 2005

ISBN: 978-84-9735-419-6

Conversión: booqlab.com

Referencias

Sobre el libro

Hasta ahora la infidelidad era abordada como una cuestión moral. Se era o no era infiel por ser o no ser mala persona. Este libro aborda las razones psicológicas de fondo que pueden llevar a una persona a ser infiel a pesar de los riesgos, costes y esfuerzos que ello pueda suponer, bucnado en las razones no siempre conscientes y evitando entrar en cuestiones morales. Entra de lleno en el papel que juega el cónyuge engañado, en por qué se deja engañar, en el tipo de amante que cada persona necesita y busca, en la evolución prevesible de cada tipo de infidelidad.... La antiqúisima cuestión de quién es más infiel si hombres o mujeres se aborda sin prejuicios y con datos que soprenderán al lector. Las conclusiones quizás le sorprendan aún más. Se encontraran retratados quienes mantegan conductas de infidelidad y quieran ocultarlo, quienes deseen superar la tentación de ser infieles, aquellos que busquen detectar infidelidad de su pareja, y quienes deseen crear las condiciones más óptimas para minimizar el riesgo de que la pareja les engañe, sazonado con anécdotas y hechos reales que pueden provocar una amplia sonrisa. Interesante, tanto para el estudioso de la conducta humana, como para aquellas personas no introducidas en temas psicológicos Tanto para mujeres como para hombres Para personas mayores que quieren comprender su comportamiento pasado o el de sus allegados, como para personas más jóvenes que todavía han de enfrentarse a este espinoso tema de la cida en pareja Esteban Cañamare es psicólogo especializado en temas de pareja, familia y sexuales. Sus libros, conferencias, cursos e intervenciones públicas suelen centrarse en temas largamente eclipsados por prejuicios y tabúes sociales. Sus opiniones, basadas en observaciones profesionales, pueden causar adhesiones o críticas, pero jamás indiferencia.

[Más información sobre el libro y/o material complementario](#)

[Otros libros de interés](#)

Amat
editorial
LIBROS PARA VIVIR MEJOR

Regístrate como usuario para **ACCEDER GRATIS** al material complementario de los libros

ENVÍO GRATUITO*
Entrega en **48 horas**
*Exclusivo para pedidos superiores a €10

OBSEQUIO
Con cada pedido realizado a través de la página web

La Editorial Sala prensa Manuscritos Info librerías Catálogos Mi cuenta Mapa del sitio Distribución Títulos Contactar

Buscar

Buscar en este sitio:

Búsqueda avanzada

Nuestros libros

Empresa y Negocios

- Management
- Wharton School Publishing
- Harvard Business
- Control y contabilidad de gestión
- Contabilidad financiera
- Revista de contabilidad y dirección
- Software de gestión
- Finanzas empresariales
- Bolsa y mercados
- Marketing y ventas

Inicio » **Catálogo**

Amat editorial **ALIMENTACIÓN**

Catálogo en papel

¿Desea recibir nuestro catálogo en papel?

Cesta de compra

Cesta vacía

Catálogo digital

¿Desea recibir nuestro catálogo digital?

¿Cómo comprar?

- Completar el proceso de compra con Mozilla Firefox
- Condiciones de venta
- Búsqueda de libros
- Empezar a comprar
- Ver mi cesta

[Web de Amat Editorial](#)

Índice

Introducción

Cuestiones preliminares

PARTE I. MOTIVOS GENERALMENTE INCONSCIENTES

Ser infiel para escapar de fantasías edípicas

Ser infiel para eludir la depresión

Ser infiel para evitar obtener de la pareja todo cuanto se necesita

PARTE II. MOTIVOS DE DISTINTO GRADO DE CONCIENCIA

Ser infiel para buscar lo que no tiene mi pareja, ni creo que lo tenga nunca

Ser infiel como forma de venganza o agresión

Estar con un infiel para no correr el riesgo de emparejarse. (¿Por qué la relación entre personas con y sin pareja?)

La infidelidad como paso previo a la separación

PARTE III. MOTIVOS GENERALMENTE CONSCIENTES

Ser infiel ante la imposibilidad de romper el matrimonio

Ser infiel por simple placer de disfrutar de la aventura

Ser infiel para vivir lo no vivido

Me enamoré de nuevo

PARTE IV.

Hombres o mujeres ¿quién es más infiel?

¿Cómo es posible que algunas personas mantengan su infidelidad durante años, sin que el cónyuge lo sospeche?

Qué debe hacer si no quiere que su pareja sepa que es infiel

Repercusiones de la infidelidad en la pareja.

Qué hacer si descubre que su pareja le es infiel

De qué manera minimizar el riesgo de que la pareja sea infiel

El ser humano, por naturaleza, ¿es fiel o infiel?

Otros tipos de infidelidad

Anécdotas de infieles

Preguntas para reflexionar

Epílogo

Introducción

El tema de la relación íntima, sexual y/o afectiva, con una persona diferente a la que ocupa el papel de pareja en el ámbito legal, social, familiar o afectivo, o una relación de este tipo entre una persona soltera y sin compromiso de pareja con otra que sí lo tiene, es de los que ocupan a la humanidad desde los tiempos más antiguos.

Generalmente se ha abordado este tema desde cuatro puntos distintos de interés. Por un lado, desde la literatura, en forma de novelas o de relatos intimistas de diferentes personas. Por otro, desde el mundo del derecho, pues el adulterio puede tener consecuencias legales, a veces de gran trascendencia. También se ha tratado el tema, claro, desde el ángulo de la moral predominante; en nuestro caso, la moral cristiana y católica. Y finalmente desde la psicología, donde ha predominado, y mucho, el enfoque terapéutico, es decir, el análisis de las consecuencias que tiene la infidelidad para el ánimo y la autoestima de la persona que se siente engañada, la manera de recomponer la estabilidad perdida, etcétera.

Poco o nada se ha escrito sobre las causas psicológicas que llevan a una persona a ser infiel a su pareja, por supuesto huyendo de todo enfoque moral, impropio de la ciencia psicológica. Cuando se ha abordado el porqué, este se ha reducido a la simple búsqueda de placer, algo que, en realidad, es sólo una mínima parte de la verdad. Tampoco se ha abordado el tema de las características que tiene la persona que acompaña al infiel en su aventura, es decir, la otra persona infiel, o que al menos está con una pareja que sabe que no es suya; en otras palabras, qué tipo de persona es la que encaja con las características de cada persona que mantiene una relación extramatrimonial.

Por si esta laguna en los estudios psicológicos no fuera ya de por sí llamativa, encontramos el incomprensible hecho de que la mayor parte de los casos de infidelidad que se analizan se refieren a hombres. Esto se debe a la increíble idea que predomina en el preconsciente social de que los adúlteros son los hombres, de manera que el adulterio femenino sería un caso raro, una excepción que confirmaría la regla. Se obvia algo tan elemental como que es imposible que un número elevado de hombres estén con una mujer que no es la suya, si no hay también un número elevado de mujeres que están con un hombre que no es el suyo. Tampoco se ha abordado el papel (mucho más activo e importante de lo que pudiera imaginarse) que juega la pareja oficial a la hora de gestar las condiciones óptimas para que se dé la infidelidad.

Las diferentes motivaciones de fondo que llevan a las personas, hombres y mujeres, a mantener relaciones íntimas con quien no es su pareja, aun a costa de multitud de complicaciones, gastos y riesgos que ello conlleva; el papel, algunas veces no pasivo, que juega el cónyuge de la persona adúltera; el tipo de persona que sin conciencia de ello

se busca para que juegue el papel de amante; el cómo y el porqué pueden darse durante años este tipo de relaciones sin que lo detecte la persona engañada; el porqué, a veces, el adulterio, lejos de destruir la pareja estable, contribuye a su mantenimiento; las consecuencias negativas que efectivamente puede tener; qué es lo que realmente se busca en una relación extramatrimonial, si existen diferencias de motivación y de comportamiento entre hombres y mujeres; la forma de reaccionar de la persona engañada; qué tipo y en qué medida se establecen relaciones afectivas entre los amantes; de qué manera ha de reaccionarse al conocer que la propia pareja es infiel, de cara a no sufrir más de lo necesario y de salvar la pareja, si es que se desea hacer, y otras cuestiones, no abordadas hasta ahora en el contexto de la cultura latina, constituyen el contenido del presente libro.

Lo que fundamentalmente se pretende en este libro es que puedan verse estas relaciones extramatrimoniales desde un amplio ángulo de visión, no sólo desde el reducido punto de vista de que es una cuestión de buenos o malos, de correcta o incorrecta moral, de simple egoísmo, sino desde una óptica más amplia, en la que puedan verse también aspectos tales como el miedo a una relación «incestuosa» con la propia pareja, el miedo a que se instale la depresión, los sentimientos de culpa si se procede a romper la pareja, el intento de completar una pareja que parece adolecer de fuertes limitaciones, los acuerdos no explícitos de algunas parejas para que ambos puedan ser infieles, etcétera.

Para su elaboración, el autor no sólo ha contado con su experiencia como psicólogo especializado en cuestiones de familia, pareja y sexuales, sino también con todos los datos acumulados en sus años de ejercicio profesional, así como con métodos activos de investigación, como son diversas experiencias de contacto con hombres y mujeres casados que buscan personas con las que establecer una relación ilícita, o la experiencia acumulada por empresas que se dedican desde hace unos años a dar cobertura, coartadas, a las personas infieles de cara a sus parejas oficiales.

Se ha tratado, pues, de hacer un libro no convencional, que amplíe el foco de observación de este comportamiento humano, que no se deje llevar por mitos sociales (aunque conscientes de que se critica a quien no los respeta), y que tenga una base de observación empírica y no simples especulaciones.

Después de su lectura, aún quedarán cuestiones éticas, filosóficas e íntimamente personales, que cada lector utilizará para crear lo que finalmente sea su postura al respecto de este tema.

CUESTIONES PRELIMINARES

Suele entenderse por infidelidad, en todos los grupos humanos modernos, la relación afectiva y/o sexual de una persona con otra que no es la que socialmente se considera como su pareja. Es decir, con alguien que no está considerado como pareja «oficial».

El carácter «oficial» o público de una pareja se adquiere por muy diversas vías. Una persona puede ser la pareja oficial de otra en virtud de una ceremonia religiosa, de un

acto civil refrendado por las leyes, por haberse unido por ritos que son propios de su cultura, aunque no intervengan ni las autoridades religiosas ni las civiles, por la especial unión que hay entre ambos, dado que desde un tiempo atrás se hayan comprometido a estar el uno con el otro, porque cada uno figure ante la familia del otro como su novio, compañero, prometido, etcétera; en definitiva, cuando tanto la sociedad como cada uno de ellos se otorgan el «título» de pareja.

Lo expuesto en las páginas de este libro vale por igual sea cual sea el lazo formal que una a esas dos personas que socialmente son, y así se consideran ellos, pareja. Es decir, incumbe a las relaciones que solemos llamar de noviazgo, a los matrimonios legalmente establecidos como tal, a aquellas personas que, sin tramites burocráticos ni religiosos, se consideran y viven a todos los efectos como matrimonio, a las parejas formadas por gays o lesbianas, y a cualquier otra formula de relación, siempre que sus componentes se consideren pareja y actúen como tal ante la comunidad, y lo hagan de manera libre.

Antes de entrar en el análisis de la infidelidad, debemos compartir, los lectores y el autor, una serie de términos que, al tener ese valor compartido, hagan comprensible el discurso que se pretende desarrollar.

En toda historia de infidelidad se dan los siguientes elementos que hemos de tener en cuenta a la hora de analizar este comportamiento:

- *Una pareja*, generalmente un hombre y una mujer, que mantienen algún tipo de relación más o menos estable. Insisto en que no es imprescindible, a los efectos de este libro, que esa pareja esté legalmente casada. Quiero decir que se tratará por igual, salvo en momentos puntuales en que se indique lo contrario, a una pareja casada de forma civil o religiosa, que a una pareja de novios que ni siquiera vivan bajo el mismo techo.
- Lo fundamental, pues, es que entre esas dos personas exista una relación que se mantiene en el tiempo, que entre ellas haya muestras de afecto, quizá relaciones sexuales, y relaciones sociales en calidad de tal pareja, es decir, que actúan como tal en el ámbito de la familia, del grupo de amigos, etcétera.
- *Una persona infiel*, es decir, que mantiene relaciones íntimas, sentimentales y/o sexuales, con otra persona distinta de aquella con la que forma pareja. Para referirse a esta figura se utilizará indistintamente los términos adúltero e infiel, sin que en ningún momento, estos términos tengan ninguna connotación peyorativa ni moral.
- *Una persona «engañada»*, es decir, la pareja (el cónyuge o simplemente el novio o la novia) de la persona infiel. El entrecomillado que acompaña a la palabra engañada se debe a que, como se expondrá a lo largo de las siguientes páginas, no siempre se trata de un verdadero engaño, pues en algunos casos concretos existe la aquiescencia, o incluso la complicidad, de este personaje. Se hará referencia a esta figura con esta expresión o con la de: el cónyuge de la persona infiel.
- *El amante o la amante*, o a veces los amantes o las amantes (en plural), con quien la persona infiel mantiene relaciones «no oficiales». También se citará esta figura como «la pareja no oficial».
- *Relaciones «ilícitas»*, que son las que mantienen la persona infiel y su amante. Aquí

el entrecomillado se debe a que no tienen por qué ser relaciones ilegales, dado que en muchos países no es un delito mantener relaciones de este tipo y porque, además, como ha quedado dicho, puede tratarse de que la pareja en cuyo seno se da la infidelidad ni siquiera sea una pareja legalmente establecida. En cualquier caso, nunca ha de darse a este término ninguna connotación moral, pues este tipo de valoraciones queda totalmente al margen de la intención de este libro. También se utilizarán expresiones del tipo: relaciones extraconyugales, relaciones clandestinas, extrapareja y otras equivalentes.

Se utilizarán de forma indistinta y equivalente los términos cónyuge, novio o novia, pareja, esposo o esposa, compañero o compañera.

Por otra parte, es preciso delimitar el espacio de la vida al que se refiere el presente análisis de este comportamiento humano al que llamamos infidelidad.

En todo momento se hará referencia al período de la vida que va desde los veinte años, hasta los setenta o setenta y cinco.

La razón del límite inferior está en que, si bien desde los trece o catorce años se pueden observar parejas entre adolescentes, raras veces se les puede otorgar la categoría de tal, sino que, más bien, se trata de jugar a parejas, es decir, una especie de ensayo para cuando lleguen a ser adultos.

Las parejas adolescentes acostumbran a durar poco tiempo, y no suelen gozar de ese carácter de «oficialidad» al que me refería antes. La consideración que les otorga la sociedad, así como cada una de las dos familias, no suele ser la de pareja, sino más bien la de amistades, aun cuando, en muchos casos, mantengan relaciones sexuales, se profesen amor y se hagan promesas de fidelidad.

Las razones y las consecuencias de las infidelidades en estas protoparejas son muy diferentes de las razones y consecuencias en las parejas de adultos a las que nos referiremos.

Para el límite superior de edad, los setenta o setenta y cinco años, hay varias razones. Una de ellas es que el número de viudos, y especialmente de viudas, a partir de esa edad es muy elevado (se altera, pues, la proporción entre hombres y mujeres), lo que unido a multitud de dificultades de salud y de movilidad, y de falta de libertad de acción al estar muchas de estas personas ingresadas en residencias o viviendo en casa de familiares, hace que muchas de las variables de este análisis no sean aplicables a las personas que están en el último tramo de su vida.

Hay otra razón para no abordar la infidelidad a partir de estas elevadas edades y que debo confesar al lector. Las experiencias profesionales del autor con personas de esta edad es limitada. No porque a estas edades no tengan problemas de pareja, de familia o sexuales que consultar, sino porque forman una generación para nada acostumbrada a la figura del psicólogo, lo que unido a sus, en general, mayores dificultades económicas y de movilidad, hace que acudan poco a consultas profesionales relacionadas con la psicología.

Como se dirá insistentemente a lo largo de este volumen, la consideración moral que requieran los comportamientos aquí expuestos no son de competencia de la psicología.

Esta no se encarga de la valoración ética, moral o existencial que, desde luego, puede hacerse también del comportamiento humano. Observará, pues, el lector que en ningún momento en las páginas que siguen se hace recomendación alguna sobre si ser o no infiel, y ni siquiera sobre si perdonar, o no, una infidelidad.

La intención de este libro es la de abrir el ángulo de visión con que suele abordarse el tema que aquí se trata y aportar nuevos datos, para permitir así a los lectores poder juzgar por sí mismos, pero disponiendo de un mayor número de conocimientos al respecto. Como tantos otros temas, el presente estaba pendiente de un debate abierto, libre de prejuicios y con aportaciones de las personas que, como el autor, dedican muchas horas al día a conocer a fondo casos concretos sobre relaciones de pareja en general y sobre infidelidades en particular.

Sé que lo que aquí se expone puede resultar chocante, impactante en algunos casos, discutible, desde luego, y sin duda, novedoso. No importa crear polémica si con ello se contribuye en alguna medida a sacar a la luz un tema tan escondido o al menos tratado de manera tan poco franca como la infidelidad.

Parte 1

Motivos generalmente inconscientes

Resulta sumamente difícil abordar el tema de las motivaciones inconscientes de manera sencilla y rápida.

Para que el no profesional de la psicología pueda tener un acercamiento a este complicado tema del comportamiento, le bastará recordar sus decisiones y sus actitudes de muchos años atrás. Seguramente podrá decirse a sí mismo cosas del tipo: «aquello, en el fondo, lo hacía por... aunque en ese momento no me daba cuenta», «lo que me pasaba es que tenía envidia de... y por eso pretendía, sin darme cuenta, llamar la atención de...», «me doy cuenta ahora de que en aquella decisión lo que en realidad pretendía era contentar a...».

La mayor parte de los psicólogos están de acuerdo en que el ser humano, con mucha frecuencia no es consciente de aquello que siente, teme, desea, busca o simplemente, de la información que ha sido capaz de registrar su cerebro. Pero saber cuándo en concreto una determinada persona es consciente de sus emociones, de la información registrada y hasta de su comportamiento, es cuestión mucho más difícil. Por otro lado, es fácil observar cuántas veces las personas no somos conscientes de lo que hacemos porque no queremos serlo, es decir, cuando «no vemos, porque no queremos ver». Por otro lado, es evidente que este libro no se puede referir a ninguna persona en concreto, aunque sí a muchas en general, por lo que alguna de las causas aquí catalogadas como de funcionamiento inconsciente pudiera estar en la conciencia de alguna persona determinada, mientras que las catalogadas como de funcionamiento consciente pudieran estar fuera de la conciencia en determinadas personas.

Hechas estas salvedades, parece oportuno dividir las causas de infidelidad que se exponen en tres categorías: las generalmente inconscientes, las de grado de conciencia muy variable de unas a otras personas, y las generalmente conscientes.

SER INFIEL PARA ESCAPAR DE FANTASÍAS EDÍPICAS

Cuando un niño tiene alrededor de tres años, aspira a monopolizar toda la atención, todas las caricias, todos los mimos y, en definitiva, todo el cariño de su madre. Es más, en algunos momentos, le molestará la presencia de los hermanos, si existen, y del propio padre.

Habrás observado que entre el padre y la madre existe una relación de la que él no participa y aspirará, antes o después, a entorpecer esa relación entre sus progenitores con tal de quedarse con la exclusiva de la atención materna.

A las niñas de esta edad les ocurre lo mismo respecto a la atención paterna. La desean en exclusiva para ellas solas, e intentan eliminar la molesta competencia de su madre.

Estos deseos de acaparar al progenitor del sexo opuesto, a la madre los niños y al padre las niñas, ocasiona también miedo a que el progenitor del propio sexo tome represalias por semejantes deseos. El niño temerá, con mayor o menor intensidad, que el padre reaccione en su contra. La niña temerá la reacción de su madre por sus deseos de

interponerse entre ella y el padre. También, claro está, ocasionará competencia y roces en la relación con los hermanos, en caso de existir.

Pero afortunadamente, en la inmensa mayoría de las familias, la madre le manda a su pequeño hijo (varón) un mensaje inconfundible, claro, mantenido en el tiempo, y a través no de palabras sino más bien de gestos, de un determinado tono de voz y de mil pequeños detalles, que podríamos traducir en palabras y de manera aproximada como: «Yo soy tu madre, te quiero mucho, pero mi pareja es papá», a su vez, el padre, de mil formas no verbales, le manda a su hijo un mensaje del tipo: «Goza del cariño y los cuidados de tu madre, pero ella es mi pareja y como tal sólo a mí me pertenece.»

Gracias a estos mensajes, el niño aprenderá a ocupar su lugar en la familia, renunciará antes o después a acaparar a su madre y jugará el papel que le corresponde: el de hijo.

Al llegar a la adolescencia, este niño cuyo desarrollo normal estamos imaginando, será un ser claramente sexuado y tendrá un evidente interés por las mujeres. También experimentará un gran aumento de fuerza física y de vitalidad.

Es posible que experimente un nuevo deseo de acaparar la atención de la madre, pero volverá a recibir un mensaje inconfundible de parte de ella: «mi pareja es papá». Este mensaje será fácilmente asumido por él, ya que lo interiorizó unos años antes.

Finalmente, y tras un período de luchas internas entre sus impulsos de seguir siendo niño y dependiente, por un lado, y sus deseos de conocer mundo y valerse por sí mismo, por otro, y al ganar estos últimos, buscará entre sus compañeras de instituto, de trabajo o en su pandilla de amigos, a alguna joven de su edad que le complete y gratifique afectiva y sexualmente hablando.

Cuando se trata de una niña, los acontecimientos se suceden en casi todas las familias de manera similar, el padre le dará cariño, protección, disciplina, etc., pero la relación de complicidad entre él y la madre no se alterará y los mensajes a la hija por parte de padre y madre serán inequívocos: «nosotros somos pareja, y en esta pareja tú no tienes cabida».

También las chicas aprenden a convertir a sus profesores más jóvenes y apuestos, a sus cantantes favoritos y finalmente a algún chico del barrio, del gimnasio o de clase, en objeto de su deseo.

Pero desgraciadamente, no siempre ruedan las cosas por este camino de normalidad hasta desembocar en una vida afectiva y sexual sana.

Imaginemos a esa niña (valdría también el ejemplo de un niño), que a sus tres años aproximadamente, cuando siente celos de ver que mamá y papá están juntos, de observar que se hacen confidencias, se besan, se sientan juntos y duermen en la misma cama, encuentra que papá «se deja querer» cuando ella interrumpe a la pareja con sus demandas de mimos, que permite que la madre quede marginada, quizá para darle celos, o tal vez porque el matrimonio está «vacío» de cariño y comunicación.

Supongamos que la madre no reclama su lugar de consorte, que permite que la hija, a medida que va cumpliendo años, se convierta en la principal referencia afectiva para el esposo, que éste pase con ella la mayor parte de su tiempo libre, que a ella, la hija, le cuenta sus preocupaciones de adulto.

La situación puede llegar a producir una cierta alianza padre-hija, o bien, una especie de «matrimonio de tres», no en el ámbito formal, claro, pero sí en la realidad del día a día. La situación puede ser aún más evidente cuando la niña duerme en la habitación de los padres hasta casi la adolescencia, o cuando el padre acostumbra a dormir con la hija con las más variadas disculpas: bien porque la madre no soporta los ronquidos del padre, o porque la niña tiene pesadillas nocturnas que el padre se apresta a calmar, o tal vez por las jaquecas de la madre que requieren que esté sola.

Pues bien, esta situación en la que, evidentemente, no se está mandando a la hija (o al hijo) el mensaje claro de que debe renunciar a la intimidad afectiva exclusiva y excluyente con el padre, es lo que desgraciadamente ocurre en algunas familias.

No es nada raro encontrar a madres que parecen tener en su hijo varón más a un compañero que a un hijo, ni padres que prodigan caricias y atenciones y que tienen con sus hijas mayor complicidad que con su esposa.

En los matrimonios en los que ocurre esto encontramos siempre, sin excepción, falta de afectividad, graves problemas de comunicación, miedo a la intimidad sexual y la complicidad activa, o al menos el silencio cómplice, de todos sus protagonistas.

Así las cosas, y con el gran desarrollo de los deseos e intereses sexuales con ocasión de la adolescencia, las relaciones padre-hija, o madre-hijo, quedan impregnadas de deseos sexuales inconscientes, a veces estimulados de forma sutil por el progenitor. El dúo de sentimientos «afecto y sexo», se convierte en un trío que inevitablemente genera una gran ansiedad, es el trío «afecto, sexo, deseos incestuosos», o quizá debería decir, con mayor propiedad, que se trata de un cuarteto de emociones que se da al unísono en la mente de estas personas «afecto, sexo, deseos incestuosos y miedo a las consecuencias de sus inconfesables deseos». Dicho de otra manera, los deseos de proximidad afectiva y sexual que todos experimentamos, no quedan debidamente separados de los deseos de cercanía afectiva hacia el padre o hacia la madre.

He de insistir al lector de que se trata de una asociación inconsciente, gestada no en un momento determinado y muy limitado en el tiempo, sino a lo largo de años de educación de los hijos y en un contexto de rivalidad matrimonial, deseos de herir al cónyuge, etc., y también, muchas veces, tras años de aprendizaje, por parte de los padres, de estos esquemas mentales en su propia familia de origen.

Pero el lector se estará preguntando: ¿CÓMO SE PASA DE ESTA SITUACIÓN PSICOLÓGICA A LA INFIDELIDAD?

Cuando una persona ha sido educada de la manera impropia que he expuesto, puede sentir deseo sexual (sólo deseo sexual) hacia un hombre o hacia una mujer sin ninguna dificultad. Sus relaciones sexuales, si llegan a darse, no experimentarán mayores complicaciones ni dificultades (salvo las que puedan tener por otros motivos ajenos a lo aquí tratado). Esto es así porque al no darse el componente afectivo, es decir, al no producirse el dúo afecto + sexo, no es evocado (activado) el deseo incestuoso al que nunca se renunció. Recordemos que al padre, o a la madre, según se trate de una chica o de un chico, se le deseaba finalmente en ambos planos, el afectivo y el físico. Tampoco, por tanto, aparecerá el miedo, la vergüenza y la ansiedad que esos deseos incestuosos

podrían ocasionar.

Estas personas también pueden sentir cercanía emocional y hasta verdaderos sentimientos amorosos, sin dificultad. Si no se dan entre ella y su persona amada relaciones sexuales, tampoco existirá el dúo afecto + sexo, sino sólo el primer componente, por lo que, de nuevo, no aparecerán los temidos deseos incestuosos y la desazón que conllevan.

Encontramos aquí la explicación de muchos comportamientos que hasta ahora sólo se habían analizado desde el punto de vista de la moral, vamos a ver algunos:

A) Hombres y mujeres, pero más frecuentemente los primeros, que tienen la experiencia repetida a lo largo de su vida de que se sienten atraídos físicamente por una persona con la que no llegan a establecer un lazo afectivo importante, o que alcanzan un grado de unión sentimental muy alto, pero con las que experimentan variadas disfunciones sexuales, impotencia, falta de deseo, etcétera; o bien, eligen de tal forma a sus potenciales parejas, que son ellas las que no sienten deseos sexuales o sólo de manera muy ocasional. Es decir, personas que sienten atracción física hacia alguien, o bien, afecto sincero, pero no ambas cosas al unísono; y si se dan ambas cosas, existe «casualmente» alguna dificultad física, material o psicológica que impide consumir la unión afecto + sexo gratificante.

Esto produce una gran sensación de frustración, de no tener una relación completa. Pero una vez más se habrá evitado la aparición del temido dúo afecto + sexo, pues esta suma provocaría la aparición del insoportable cuarteto afecto + sexo + deseos incestuosos + gran ansiedad.

Cada nuevo fracaso llevará a un nuevo intento de relación, que naturalmente también fracasará, dado que se mantendrán los mismos miedos inconscientes.

Muchos de estos hombres son etiquetados con el nombre de mujeriegos. A las mujeres que tienen mil y una parejas se las suele etiquetar de manera mucho más peyorativa.

Muchas de estas personas, repito que generalmente hombres, permanecen solteros de por vida.

B) Hombres y mujeres, aunque más frecuentemente las segundas, que para evitar que la relación sea muy estrecha y que, por tanto, la suma de afecto y sexo sea problemática, aun sin darse cuenta, terminan teniendo relaciones siempre inviábiles, por ejemplo, con personas extranjeras de las que se sabe que no prolongarán mucho su estancia en el propio país o, lo que es más interesante a efectos de este libro, con personas casadas, más o menos insatisfechas de su relación matrimonial, pero para nada dispuestas a romper su pareja.

Hay mujeres y hombres que terminan siendo, a lo largo de su vida, auténticos especialistas en relaciones con personas casadas. Es decir, estaríamos ante uno de los casos que queremos analizar, el de personas no emparejadas y que, por tanto, no son infieles a nadie, pero que posibilitan que otros lo sean. Estas personas solteras, que a lo largo de su vida mantienen relaciones íntimas con otras casadas, suelen calificar esta suma de experiencias de «mala suerte». «¿Qué culpa tengo

yo si siempre que me he enamorado él estaba casado?»), suelen decir llenas de dolor.

Su miedo a una relación auténticamente viable, a una unión estable de afecto y sexo, y sus fantasías de quitarle el hombre a otra mujer, o la mujer a otro hombre (pero que generalmente nunca se produce del todo), es la explicación de muchos de estos casos de supuesta «mala suerte».

Dicho de otra forma, la relación con casados les permite acercarse a su deseada fantasía de tener afectiva y sexualmente al hombre de otra, pero al mismo tiempo evita que puedan caer en ella de manera definitiva, ya que de conseguirlo, sus fantasías edípicas, su miedo a las represalias, su conciencia moral, sus temores más infantiles y la ansiedad aparecerían en toda su crudeza.

- C) Otras personas, educadas de la forma inapropiada que estamos analizando, sí llegan a contraer matrimonio. Muy frecuentemente con un hombre o con una mujer no muy activo sexualmente hablando. La falta de interés sexual de la esposa, la frecuente impotencia del marido o «la vida tan estresada y sin tiempo libre que llevamos», son algunas de las circunstancias que supuestamente desgracian la vida sexual de estas parejas, lo que una vez más las protege de la temida unión de afecto + sexo. En otras, las menos, ocurre al contrario, mientras que las relaciones sexuales son muy satisfactorias, las relaciones afectivas son muy pobres. Los continuos enfados, trabajos absorbentes, incomunicación permanente, etc., se encargan de que la unión afectiva entre ellos sea más aparente que real. Una vez más no se produce la unión de sexo + afecto, luego no serán evocadas las fantasías edípicas a las que no se renunció en la más tierna infancia, ni en la adolescencia.

Pero ¿qué hacer para no quedarse sin el encuentro amoroso, o sin las relaciones sexuales que se desean, ya que «no se deben» encontrar en la propia pareja? **Ser infiel.**

Fuera del matrimonio, ese hombre, o esa mujer, puede encontrar esa actividad sexual, o esa cercanía amorosa, que naturalmente ansía como cualquier ser humano, pero que no encuentra (*es más, que aunque no lo sepan procuran no encontrar*) en el matrimonio.

Y no la encuentran en su pareja porque la temen y porque, seguramente, han establecido pareja con alguien que también la teme por los mismos o por otros motivos.

Es más, cuando en el ámbito profesional (por parte de un psicólogo) se analiza a una de estas personas, es muy frecuente observar cómo al mismo tiempo que se queja con amargura de la falta de deseo sexual de la pareja, lo provoca o facilita ella misma bajando su autoestima con negativos comentarios, o de qué forma, al tiempo que lamenta la impotencia eréctil del esposo, la estimula solicitando hacer el amor cuando intuye que su cansancio o sus conflictos personales van a producir un nuevo episodio de impotencia, o la manera cómo mientras que uno de ellos, hombre o mujer, se queja amargamente de la falta de tiempo que el otro tiene para dedicarlo a disfrutar de estar juntos, al mismo tiempo hace peticiones (económicas, de gestión, etc.) que inevitablemente provocarán que haya menos tiempo para disfrutar en pareja.

La infidelidad facilita, pues, a estas personas que puedan obtener el sexo o el

afecto que les falta, pero sin unir ambas cosas en la misma persona.

No es infrecuente observar cómo personas que fueron educadas por padres que no supieron ocupar, y hacerles ocupar, el puesto que les correspondía, que facilitaron esta confusión de papeles, esta falta de renuncia a acaparar y poseer al padre o a la madre, cometen igual error con sus propios hijos. Dejan que los niños, con su actitud, sus caprichos o directamente de forma física, se interpongan entre los padres. Provocan celos al cónyuge negándole atención, caricias o simples confianzas, que al mismo tiempo y de forma ostensible y provocadora sí dan al hijo o a la hija. Organizan la vida doméstica, económica o social con el hijo o la hija adolescente, en lugar de con la esposa o el esposo. En definitiva, incurren en el mismo error que sus padres cometieron en su día y que tan graves consecuencias les va produciendo a lo largo de la vida, una de las cuales ha quedado aquí expuesta. Ya se sabe aquello de que la historia, si no se comprende, se repite.

Las personas movidas hacia la infidelidad por este motivo preferirán como amante a una persona que, a su vez, esté comprometida con otra persona, es decir, tendrán menor atracción hacia personas solteras o divorciadas, que son por ello más «viables» que las casadas. No es infrecuente encontrar que, a su vez, el o la amante, tenga igual o parecida problemática inconsciente.

No obstante lo dicho, hay algunos infieles que por motivos de conciencia «prefieren» relacionarse con personas sin compromiso de pareja; en estos casos no es raro encontrar que el amante varón padezca impotencia, o bien que muestre una llamativa frialdad afectiva, limitándose a una relación puramente carnal, pero muy alejada de la ecuación sexo + afecto que comentaba.

Quizá piense el lector que el tipo de caso aquí esbozado es muy infrecuente, raro numéricamente hablando. No es así. Representa un considerable porcentaje de las personas libres que se relacionan con otras casadas y una cantidad nada desdeñable de personas casadas que son infieles (generalmente con otras casadas). Personas que en varias relaciones de infidelidad repiten una y otra vez iguales esquemas de relación y por los mismos motivos.

El grado de conciencia que suelen tener estas personas sobre el motivo último de su actitud es nulo o casi nulo. Lo habitual es que su comportamiento lo atribuyan a las poderosas flechas de cupido, que, naturalmente no controlan, a la mala suerte de tropezar siempre con personas comprometidas, o a alguna característica insoportable de su cónyuge que «les obliga» a buscar en otros brazos lo que no encuentran en el hogar.

La ayuda psicoterapéutica a estas personas es difícil, pero no imposible. La dificultad principal está en que alguna vez pidan ayuda profesional por estas cuestiones, pues al ser razones inconscientes difícilmente consultarán por este motivo. Cuando consultan con un profesional no es tanto por esta cuestión de fondo, como por la depresión o la ansiedad que les suscita su comportamiento infiel, con la clandestinidad que conlleva, las repetidas rupturas con los distintos amantes, las crisis de conciencia, etc. El profesional, como ocurre en otras de las causas que se irán describiendo, se encuentra con la paradoja de que para realmente ayudar a su paciente, necesita abordar una cuestión (las fantasías

edípicas) por la que realmente no se le consulta; pero de no hacerlo sabe que el paciente superará la depresión o la ansiedad que le aqueja en el presente, pero que se verá envuelto en una situación similar muy pronto. Sólo una renuncia de corazón a la exclusividad afectiva respecto del progenitor, la toma de conciencia de estos deseos prohibidos y de la ansiedad que suscitan, y un trabajo terapéutico mantenido, posibilitarán a estas personas que encuentren toda la satisfacción emocional y erótica que necesitan en la misma persona, eliminando así esa necesidad de ser infiel o de buscarse parejas inviables.

SER INFIEL PARA ELUDIR LA DEPRESIÓN

No siempre la vida resulta fácil, al contrario, las dificultades laborales, los problemas de salud propios o de nuestros seres queridos, las frustraciones en lo que constituyen nuestros objetivos y quizá, sobre todo, las insatisfacciones afectivas, ya sean de pareja o relacionadas con las amistades o la familia, nos ponen a veces la vida muy cuesta arriba.

Hay personas que gozan de una amplia red de contactos humanos, que les sirven de apoyo en los momentos difíciles, que tienen la experiencia de haberse enfrentado en el pasado a problemas que consiguieron resolver (lo que supone una cierta vacuna antidepresión); que han sido valoradas desde pequeñas, lo que constituye un soporte emocional de primera magnitud; que se han acostumbrado desde la infancia a expresar sus emociones, rabia y enfados incluidos, lo cual hace que no los dirijan hacia ellas mismas y que no albergan sentimientos de culpa más o menos exagerados respecto a lo que ha sido su actuación en la vida, lo cual les evita un gran peso moral.

Pero otras personas no tienen tanta suerte y no cuentan con ese apoyo humano, con esas experiencias tan favorables en el pasado, ni con unas costumbres psicológicas tan sanas. Además, los mecanismos biológicos de los que estamos hechos no son igual de resistentes en unos que en otros seres humanos. Cuando la biología, la experiencia familiar pasada, las características de la vida psicológica y la mala suerte se alían, empieza a acechar la temida depresión.

Antes de que la depresión se adueñe de la persona, de que la convierta en un ser incapaz de atender a sus obligaciones, de disfrutar de cualquier cosa, de que le haga procesar toda la información que le llega en clave negativa y de que empiece a coquetear con la idea del suicidio, hay muchas cosas que se pueden hacer. Casi cualquier cosa parece valer con tal de no caer en sus garras.

A veces, sólo a veces, encontrar un oído que escuche, una mano que coja la propia, unos labios que digan algo halagador y unos brazos que rodeen a la persona, puede aportar no sólo ni principalmente el valor positivo de la aventura, la emoción de lo nuevo, sino fundamentalmente la poderosa sensación de sentirse deseado, o deseada, así como la ilusión (pocas veces pasa de serlo) de estar unido a alguien.

Muchas personas viven una historia de infidelidad movidas no tanto por el placer sexual, como suelen creer los hombres, ni por una ceguera romántica, como suelen creer muchas mujeres, sino como forma de evitar caer en la temida depresión o en cualquiera

de sus equivalentes, tal como muchas formas de adicción (a las compras, el juego, etcétera).

Las mujeres, ya sea por factores biológicos, ya sea por la educación recibida, padecen con más frecuencia de depresión; son ellas, pues, las más proclives a verse empujadas a una aventura amorosa ante la urgencia de mantener un equilibrio anímico que está a punto de perderse, pero tampoco es infrecuente encontrarlo en el hombre.

Por supuesto que no hay un desarrollo, ni un final, uniforme para todas las relaciones extraconyugales así iniciadas. Algunas de ellas acaban en relaciones mantenidas a lo largo de mucho tiempo, incluso a veces estas relaciones extramatrimoniales llegan a convertirse en oficiales tras el divorcio de la anterior relación, pero esto es lo menos frecuente. Mucho más habitual es que, tras un alivio pasajero del estado de ánimo, o bien las circunstancias exteriores que facilitaban el decaimiento anímico han cambiado, con lo cual la infidelidad ha sido «útil» ya que ha propiciado «pasar el bache», tras lo cual suele abandonarse el comportamiento infiel (al menos hasta que se den similares circunstancias), o bien, la conquista amorosa da pie a un sinnúmero de sentimientos de culpa, miedo a ser descubierto, conflictos de intereses con el compañero o compañera de infidelidad, etc., es decir, a factores que a largo plazo no alivian la depresión que empieza a acechar (quizá incluso la aumenten), con lo que se hace necesaria una nueva conquista, un nuevo amor que produzca de nuevo un alivio pasajero. En este segundo caso, no es nada infrecuente que finalmente la persona se vea presa de la depresión que acechaba, ahora agravada por un comportamiento que no siempre admite la conciencia, y tenga que recurrir a los profesionales de la psiquiatría y la psicología.

Los protagonistas de infidelidades provocadas en última instancia por esta causa, rara vez son conscientes plenamente de ella, aunque sí pueden darse cuenta de que sus vidas necesitaban un giro urgente.

Especial atracción sienten estas personas por aquellas otras que, aun experimentando las mismas dificultades que deprimen su ánimo, han sabido eludirlas o han encontrado actitudes útiles para sobrellevarlas. Es decir, por quienes se enfrentaron exitosamente a las mismas circunstancias que ahora están deprimiendo peligrosamente su ánimo. Pondré un ejemplo: imaginemos a una mujer cuyo estado depresivo tenga mucho que ver con sus sentimientos de no haber atendido correctamente sus obligaciones de madre, que se reprocha a sí misma el camino incorrecto que han podido tomar sus hijos y que dirige hacia ella, y no hacia el marido, la rabia que le produce el que éste no se preocupe de este tema. Así las cosas, sentirá una mayor atracción hacia ese compañero de trabajo, o hacia el marido de esa amiga, que ha podido entender que los padres son sólo uno de los factores que influyen en el camino que toman los hijos en la vida, un factor importante, desde luego, pero no el único, y que hacia su propio cónyuge ha sabido mantener una postura asertiva, es decir, que le ha demandado interés por los hijos y le ha reprochado por aquello que cree que es su responsabilidad, aun reconociendo la propia, pero sin excesivos sentimientos de culpa. El contacto afectivo y/o erótico (rara vez se da exclusivamente lo uno sin que el otro esté presente en alguna medida), entre esta supuesta mujer y su irresistible compañero de trabajo o amigo, aliviará, pues, el ánimo

depresivo por una doble vía, por lo estimulante de la aventura y la sensación de estar unida a alguien y por la descarga vicaria de las tensiones emocionales (alivio de los sentimientos de culpa y replanteamiento de su entramado emocional).

Cuando la causa del desánimo se identifica muy claramente con limitaciones de la pareja, o de uno mismo, con pensamientos, o debería decir mejor con sentimientos del tipo: «no le resulta agradable estar conmigo», «nunca me dedica tiempo», «no soy lo bastante para él/ella», «no me escucha», entonces es fácil que la persona cuya atracción resulta «insuperable», aquella con la que se lleva a cabo la relación extraconyugal, sea con ese hombre o con aquella mujer que puede aliviar inmediatamente el propio desánimo no sólo por lo estimulante de la aventura, sino también porque «me demuestra que le es agradable estar conmigo», «me dedica su tiempo», «me valora alto», «me escucha». A veces, las personas que entran en relaciones clandestinas son conscientes de estos factores de atracción, pero en otros casos es llamativa la falta de consciencia que demuestran.

No siempre la persona deprimida responde al estereotipo de individuo sin fuerzas para seguir su vida, cara de tristeza, llanto, lentitud de movimientos, etc., sino que como muy bien saben los profesionales de la salud mental, hay personas que no cesan de practicar actividades, que aparentan unas enormes ganas de vivir, que parecen echar en el saco del olvido todos sus motivos de queja y que, sin embargo, padecen o son acechadas por la depresión. Son personas que si ralentizaran su gran actividad se hundirían en el abismo del desánimo. Este tipo de persona entra en relaciones ilícitas con más frecuencia que la persona que empieza a tener los síntomas más clásicos de depresión. Con frecuencia, sus ligues (además de un curso sobre tal o cual materia, ir al gimnasio, estudiar un idioma, ir de compras, otro cursillo, una excursión...) no son más que una forma de no parar, pues de hacerlo, toda su tristeza, sus sentimientos negados de rabia hacia el mundo y hacia sí misma y su desesperación, serían innegables y la hundirían sin remedio.

Algunos consejos

Si usted está tentado, o tentada, de iniciar una relación ilícita, máxime si ha sido tradicional para usted no considerar este tipo de relaciones, debería meditar por qué en este momento de su vida siente esta tentación.

Si sospecha que su ánimo no aguanta mucho más, que necesita algo nuevo en su vida para poder seguir adelante, quizá lo más prudente es que primero solucione los motivos que están causando esta «falta de fuerza». Arregle primero su vida emocional, después, con la claridad de ideas y de ánimo que conseguirá, estará en mejores condiciones de elegir dar, o no, el paso de una relación prohibida.

En la mayor parte de los casos, las relaciones iniciadas como «paracaídas» anímico no suelen aportar un resultado positivo.

Quizá sea más interesante que se detenga a meditar sobre las pérdidas que hayan acontecido en su vida, ya sean de salud, de trabajo, sentimentales... que pueda admitir su

actuación en lo que a esas pérdidas se refiere, que pueda expresar todo lo que siente y hacia quién lo siente, que sea capaz de reorganizar su vida y darle nuevos alicientes. Hay muchos profesionales competentes que pueden ayudarlo.

Si usted sospecha que la persona con quien está a punto de iniciar una de estas relaciones, tiene un fondo anímico depresivo, tenga en cuenta que su actitud hacia usted puede variar tanto como varíe su ánimo. Que quizá no sean tanto sus características personales lo que le atraen como la ficción de ser querida que obtiene pasajera, que quizá sus sentimientos de culpa depriman más aún su ánimo, también que agradecerá que escuche sus dudas, angustias y temores...

Adictos sexuales

Creo que este es buen momento para abordar el tema de la adicción sexual. Por un lado, por el fondo depresivo sumamente frecuente que encontramos en las personas aquejadas de este problema. Por otro, porque estos adictos sexuales, cuando están emparejados son infieles de manera reiterada, y porque cuando no lo están son los amantes de multitud de personas que sí tienen pareja.

A los adictos al sexo, como a los adictos a las compras, al juego, etc., les cuesta darse cuenta de sus necesidades psicológicas. Es difícil oírles decir, de corazón, cosas tales como «necesito que me valoren más», «me siento solo», «siento que no valgo mucho como persona» o «necesito hacer cosas para sentirme útil». Al desconocer sus necesidades psicológicas, difícilmente pueden adoptar las conductas necesarias para satisfacerlas. Por esto, el ánimo depresivo y/o la ansiedad se instalan en ellos de manera permanente y amenazante.

Pero en algún momento descubren que ese ánimo depresivo o esa ansiedad pueden rebajarse mediante el contacto con la máquina tragaperras, que crea la ilusión de un contacto con alguien (algo que ansían, lo sepan o no) y de un cambio rápido de suerte en la vida, o con la compra de algo que produce ilusión (lo que, por un momento, crea la sensación de que la vida está «llena») aunque para ello haya que forzar la economía personal, o con una relación «amorosa» o descaradamente sexual, que produce la ilusión de ser elegido por encima de los demás, de ser amado, de ser deseado, y alivia por ello el estado de ánimo.

Pero esta mejoría anímica será sólo pasajera. En poco tiempo, la persona percibe, en sus entrañas, de nuevo la soledad, el desánimo, la maldita ansiedad. Y es que realmente esa aventura erótico-«amorosa» no estaba basada en el conocimiento y en la aceptación comprensiva del otro, ni en un compartir inquietudes o enfoques en la vida, quizá ni siquiera en un conocimiento más o menos superficial, pero real de uno por parte del otro, todo lo contrario; la clandestinidad inherente a la infidelidad de uno de los protagonistas de la relación, o de los dos, muchas veces exige que no se den datos verdaderos sobre la propia vida, que no se cuenten el día a día, quizá ni que se den el verdadero nombre. En cualquier caso, el adicto, como dije anteriormente, no conoce sus más profundas necesidades psicológicas, luego difícilmente puede satisfacerlas, menos aún en una

relación ilícita, clandestina, superficial y un tanto impersonal. De nuevo, pues, aparece la angustia y el desánimo. De nuevo, una conquista amorosa producirá un alivio pasajero que inmediatamente dejará al descubierto la más profunda desazón personal, a lo que seguirá otra conquista más, y otra, y otra más...

Esta multitud de relaciones supone un riesgo sanitario, a poco que sus protagonistas no adopten serias medidas higiénicas.

Hay personas casadas que pueden contar sus relaciones de infidelidad por docenas, o que son solteras o divorciadas y que pueden contar multitud de relaciones con personas emparejadas. Son personas insatisfechas y tristes, algo fácil de observar a poco que se raspe en la superficie de su psicología.

Difícilmente este comportamiento sexual tan promiscuo puede pasar desapercibido para la pareja de una persona con esta adicción, salvo, claro está, que por la razón que sea prefiera mirar a otra parte y no enterarse de lo que está ocurriendo. El porqué una persona prefiere no enterarse de las reiteradas infidelidades de su pareja se abordará en un capítulo posterior.

Pero debo aclarar que no es el número de relaciones sexuales lo que convierte a una persona en adicta al sexo, sino la sensación de que nunca queda satisfecha en profundidad, de que nunca termina de apagar esa necesidad de compañía y placer. *Es la necesidad de una nueva conquista, más que el número de ellas, lo que nos da la clave de que se trata de una adicción.* La necesidad de otra conquista más, aunque la última relación sexual haya sido placentera, es decir, aunque ninguna disfunción sexual aqueje al protagonista de esta triste historia y en ella alcanzase satisfacción plena.

Adicción que debe ser tratada por un psicólogo especializado en temas sexuales, que enseñará al paciente a darse cuenta de sus estados de ánimo, y de sus necesidades psicológicas tales como las de estar acompañado, no dejarse atacar por otros inútilmente, contar la tristeza que siente por cualquier motivo, etc. También le ayudará a tener un sistema de valores y unos objetivos personales claros que le iluminen el camino a seguir en la vida, algo que les falta frecuentemente. Igualmente le ayudará a resolver un conflicto básico que suele anidar en el fondo de la psicología de los adictos: por un lado, desean estar unidos a los demás, establecer fuertes lazos con sus semejantes, pero al mismo tiempo tienen un gran miedo a perder por ello su individualidad. Una gran necesidad de ser cuidados, pero también miedo a que ello les suponga que les controlen, que les anulen su libertad. En definitiva, deseos de ser autónomo y al mismo tiempo miedo a quedar aislado.

Es fundamental que el profesional establezca con el paciente un tipo de relación que podríamos llamar curativa. Una relación en la que el adicto sienta que puede ser auténtico, libre, autorresponsable de su comportamiento, pero en la que sienta un auténtico interés humano por él. Relación humana en la que se apuesta fuerte por superar la adicción, pero no se critican las recaídas, mas al contrario, se utilizan para profundizar en las causas de la adicción y para estrechar los lazos del trabajo de equipo entre paciente y terapeuta.

El análisis de las relaciones familiares y humanas que tenga el paciente en la

actualidad, y hasta donde sea posible de las que tuvo en el pasado, es una tarea fundamental.

Dicho de una forma menos técnica, más clara. La adicción es un intento de escapar al sufrimiento, al dolor provocado por la soledad, por la incomunicación, por la falta de afecto.

Sensación de no ser querido, de no ser aceptado, que anida en lo más recóndito del corazón y que se mantiene por muy supuestamente, o realmente, que esté acompañado quien lo sufre.

En las grandes urbes, donde tanta gente nos rodea, pero donde tan desconectados estamos los unos de los otros, no es extraño encontrar adictos a las más variadas cosas y, por supuesto, a las relaciones sexuales, o simplemente a las conquistas amorosas, al coqueteo, a ser deseado y, por tanto, si se está emparejado y a ser infiel.

Ya lo decían Freud(30) Kaplan(69), quienes explicaban que la adicción es un mecanismo de automedicación ante sentimientos de frustración, desilusión, depresión, angustia o rabia.

Personas que en otras circunstancias no hubieran ni entrado a imaginar la posibilidad de poner en riesgo su familia por vivir una aventura amorososexual, pueden, bajo la amenaza de la depresión (que no debemos olvidar que es la gran causa de suicidio), darse a un tipo de comportamiento que en el fondo rechazan, tanto para otros como para sí mismas.

Si alguna persona llega a la conclusión, o simplemente sospecha, que su pareja pudiera estar incluida en este grupo, infieles con fondo depresivo, la mejor actitud que puede adoptar (naturalmente si previamente ha decidido perdonar y luchar por su pareja) es la de valorar claramente y de forma expresa las cualidades de su compañero/a, la de animarle a expresar cuantas quejas tenga hacia quien le rodea, facilitar sin prisa que verbalice cuantos sentimientos de culpa pueda albergar y, sobre todo, acompañarle ante la consulta de un psicólogo, pues mientras no se solucione el fondo depresivo no se podrá tener garantía de que no volverá a verse desbordado por sus deseos de conquista. Todo esto no es incompatible con la expresión del propio dolor y de la exigencia de que no ponga en riesgo la relación.

SER INFIEL PARA EVITAR OBTENER DE LA PAREJA TODO CUANTO SE NECESITA

Para la mayoría de las personas es un ideal la posibilidad de obtener de la pareja todo aquello que necesita: comprensión, apoyo en momentos de debilidad, satisfacción sexual, compartir inquietudes, amistades comunes, etc. Quienes lo consiguen suelen estar por ello muy satisfechos y hacen todo lo posible por mantener tal estado de cosas.

Sin embargo, hay algunas personas, mayoritariamente hombres, que sienten como una amenaza el recibir tanta gratificación de sus relaciones de pareja. Sienten como un cierto peligro, una sensación difusa de inseguridad, si son tan afortunados en su relación

íntima. Temen ser demasiado dependientes de la persona amada.

Una relación de este tipo les despierta la fantasía de que esa persona que tanto les gratifica puede causarles un gran daño, ya sea porque tras «relajarse y confiar» puedan ser repentinamente abandonados, ya sea porque la gran influencia e importancia que cobra para sus vidas la utilicen para hacerles daño, tal como agredirles moralmente, manipularles, utilizarles en cualquier sentido, ridiculizarles ante los demás, etc., aunque nunca se haya producido ningún amago de tal cosa por parte de su compañera o compañero.

La razón de este miedo (miedo real, lo sean o no sus causas), está en las relaciones infantiles de la persona que teme ese comportamiento por parte de la pareja si se relaja y confía plenamente en ella. Se trata de personas que en la infancia tuvieron la experiencia de ser abandonadas, física o psicológicamente, por parte de sus seres más queridos, o simplemente que tuvieron que soportar que estos les amenazaran continuamente con hacerlo. Niños que fueron utilizados como forma de descarga del mal humor paterno, que tuvieron que sufrir los bruscos cambios de ánimo maternos, que fueron relegados a un segundo plano afectivo con ocasión de la llegada de otro familiar (un hermano más pequeño, o un hermano o la madre de un progenitor). Personas, en definitiva, que en la infancia aprendieron que depender mucho de alguien puede resultar peligroso.

Unas magníficas relaciones de amistad, el tener una gran fuente de autoestima en lo laboral o una gran realización personal en cualquier aspecto social, pueden aportar a una persona de estas características la sensación tranquilizadora de que su seguridad y su bienestar no dependen totalmente de la persona amada. Pero esta sensación tranquilizadora también puede aportarla una relación extramatrimonial.

Una relación de «segundo nivel», de menor importancia afectiva, pero con cierta capacidad de gratificación, aporta a estas personas, en algunos casos, la sensación tranquilizadora de que no dependen totalmente de sus parejas oficiales.

No se desarrollan, en estos casos, relaciones afectivas de primer orden; quiero decir relaciones que sean el soporte principal en el ámbito afectivo; pero tampoco se trata de una simple aventura erótica de un fin de semana. Suele darse cierta constancia en la relación ilícita, pero sin que llegue a alcanzar un alto protagonismo en el corazón del infiel.

Es muy infrecuente que la persona infiel con este tipo de motivación tenga algún grado de conciencia de lo que constituye su verdadero móvil de actuación.

No se pretende decir, con todo lo anterior, que la persona que es infiel a su pareja debido a este tipo de motivación interna, no disfrute de las citas clandestinas, ni que no le mueva también el placer de todo tipo que obtenga en esos encuentros clandestinos, ni que no sea consciente de los aspectos morales y de las complicaciones que pueda tener su actuación; lo que afirma el autor es que la motivación fundamental que le lleva a una conducta que tiene sus costes y sus riesgos es fundamentalmente inconsciente para ella el no depender, afectivamente hablando, cien por cien de su pareja.

En algunos casos, este tipo de personas, movidas por sus convicciones morales o ideológicas, o simplemente por haber sido descubiertas en su infidelidad, se proponen

firmemente dejar todo tipo de relación clandestina e ilícita. Desgraciadamente para ellas y para sus parejas, suele ser un propósito frustrado. Mientras no resuelvan el miedo a la dependencia afectiva, se verán abocadas a algún tipo de comportamiento que consiga calmar la ansiedad que perciben, pero que no saben de dónde proviene. Alguna nueva relación ilícita, u otro comportamiento tendente a rebajar la inquietud que sienten, tal como algún tipo de conducta compulsiva, hacen su aparición antes o después, creando una situación de mayor tensión entre marido y mujer. No es infrecuente que tras abandonar la infidelidad entendida en sentido clásico se dediquen a otro tipo de infidelidades (véase el capítulo «Otros tipos de infidelidad»), pues sigue intacto el miedo a la dependencia de la pareja.

Únicamente un trabajo psicoterapéutico de cierta profundidad, pero no de mucha duración, puede desentrañar el motivo último de esa necesidad de mantener una doble relación, que no desmiente el amor y la importancia que la pareja oficial tiene para el infiel, sino justamente que confirma ambas cosas.

La persona que descubra que su esposo o esposa le es infiel, a pesar de estar plenamente convencida de su cariño y de su interés, si puede tener la suficiente «sangre fría» como para darse cuenta de que detrás de su comportamiento hay algo compulsivo y un pasado familiar conflictivo, haría bien en recomendar a su pareja una terapia para que pueda entender el motivo último de su comportamiento.

Las o los amantes de este tipo de infiel son frecuentemente personas con igual problemática interna, o bien, personas sin pareja que temen tenerla de manera viable por las razones que se exponen en el capítulo pertinente.

Todo lo anteriormente expuesto no quiere decir que el ideal deba ser una pareja en la que cada uno aporta al otro el cien por cien de lo que necesita, algo, por otra parte, imposible de conseguir. Pero sí es ideal que no se tenga miedo a cualquier porcentaje de gratificación, por muy alto que este sea.

Parece obvio que lo ideal es obtener una muy alta gratificación en todos y cada uno de los apartados de la vida: la relación de pareja, el contacto con los hijos, la relación con los padres y hermanos, la profesión laboral, las amistades, la vida deportiva o cultural o aquello que constituya un desarrollo personal o simplemente una diversión, etc. En la práctica y para la mayoría de las personas, tan sólo algunas de estas áreas aportan niveles altos de satisfacción, mientras que otras pueden tener un saldo menos brillante e incluso negativo.

En cualquier caso, la gratificación recibida en los diferentes apartados de la vida no es constante. El paso del tiempo y muy diversas circunstancias, pueden ocasionar que se pierdan determinadas fuentes de satisfacción. Debido a esto hay personas que tras años de tener su seguridad personal basada en varias áreas, pueden verse dependiendo únicamente de sus parejas, momento en el cual puede aparecer la necesidad de ser infiel. Imaginemos el caso de un hombre que mantiene unas aceptables relaciones con su pareja, a la que es fiel, mientras que al mismo tiempo, obtiene buena parte de su autoestima y del cariño que necesita de su trabajo, de los compañeros de la profesión, y de los amigos con los que practica una actividad deportiva. Imaginemos ahora que un

problema de salud de cierta importancia supone para él la jubilación adelantada y la imposibilidad de practicar su deporte habitual. Es fácil que con el paso del tiempo pierda no sólo la gratificación emocional de estar en activo, sino además el lazo afectivo con compañeros de trabajo y de deporte. En una situación así, la dependencia afectiva de su pareja experimentaría un importante aumento. Dicho en términos que podrían expresar su miedo, «está en sus manos». La calidad de la relación entre este imaginario hombre y su pareja no ha cambiado y, sin embargo, con un pasado como el que expliqué anteriormente, sería este un momento en el que fácilmente podría tener fantasías de infidelidad.

En el ejemplo expuesto, ninguna intervención activa tiene la pareja del infiel, tan sólo es víctima de los acontecimientos. También puede darse un cierto círculo vicioso, que es: ante las primeras muestras por parte del hombre (en el ejemplo que seguimos) de no querer depender demasiado de su esposa, esta, ante el miedo a que pueda establecer relaciones o actividades inapropiadas, puede aumentar los cuidados y la dedicación a su esposo (lo cual en absoluto es rechazable), cosa que, curiosamente, no hará más que aumentar el miedo de él a depender de la esposa, con lo que se alejará más, a lo que ella reaccionará aumentando su presencia... con este círculo vicioso irá aumentando la necesidad de buscar una nueva fuente de satisfacción afectiva, es decir, de ser infiel.

Cuando en un caso de este tipo se descubre la relación ilícita, ni los protagonistas ni las personas allegadas aciertan a dar explicación de lo que ha sucedido, ¡con lo bien que se han llevado siempre!, ¡ahora que tenían más tiempo para estar juntos!, son algunos de los comentarios que pueden oírse en semejantes situaciones. Lamentablemente, todos caerán en una valoración puramente moral (no es que no haya que hacerla), sin observar otro tipo de aspectos como los aquí expuestos y que podrían ayudar a comprender mejor el comportamiento del infiel.

Tampoco puede descartarse que en algún caso concreto, la pareja sí aproveche la oportunidad de ver al esposo más dependiente de ella para ejercer sobre él un dominio abusivo y excluyente.

Es curioso observar cómo en algunas parejas se da que, tras años de un cierto dominio de uno de ellos, las circunstancias cambian, ya sea por razones de salud, de trabajo, etc., de manera que el sometido pasa a someter, y sí intenta crear en su pareja una dependencia insana, excluyente, y una dominación a la que el ahora víctima no es capaz de oponerse de manera franca, directa y eficaz. Este cambio de situación, de opresor a oprimido, es muy visible en parejas que llegan a la tercera edad, momento en el cual la jubilación, el matrimonio de los hijos, los cambios bruscos de salud, etc., dejan a la luz y a la observación de los demás el cambio de roles que se produce.

Una vez más, la infidelidad puede presentarse como una manera de no depender tanto del cónyuge.

También al llegar este momento de la vida se produce un aumento de las separaciones matrimoniales en comparación con las que se producen en torno a los cincuenta y tantos años.

Parte II

Motivos de distinto grado de conciencia

Las causas de infidelidad anteriormente descritas, son generalmente inconscientes. Las que en este capítulo se abordarán pueden encontrarse tanto de manera consciente como inconsciente, e incluso de manera preconscious, es decir, que las personas a quienes les incumbe pueden no haberse percatado de ellas, pero sí hacerlo a poco que alguien les señale la posibilidad de que estos sean los motivos que les llevan a ser infiel, o que al menos, contribuyen a ello.

SER INFIEL PARA BUSCAR LO QUE NO TIENE MI PAREJA NI CREO QUE LO TENGA NUNCA

Y ¡Dios quiera que no lo tenga jamás!

«A mi esposa todo le asusta, no es capaz de hacer algo por sí sola. Me canso de ser imprescindible para ella.»

«No soporto lo indeciso que es mi marido, jamás es capaz de decidir nada por su cuenta.»

«La falta de preparación de mi esposa me desespera, cómo me gustaría que hubiera estudiado.»

Estos son ejemplos de frases que reflejan la insatisfacción que muchos hombres, y muchas mujeres, sienten respecto de su pareja.

En algunos casos, únicamente en algunos, es tal la insatisfacción por estas carencias del compañero o compañera que estimula el deseo de contactar con otras personas que no tengan esas limitaciones, o que sí tengan las virtudes que se anhelan.

Observará el lector que las frases elegidas como ejemplo no contienen referencias a la vida sexual. Lo primero porque no es necesaria una insatisfacción erótica para ser infiel, lo segundo porque la forma de ser de cada uno, sus principales carencias y sus principales virtudes, se reflejan en lo sexual; así, bien podemos imaginar a esa mujer a la que se refiere la primera frase como una persona incapaz de innovar en la cama a la hora del encuentro carnal, al hombre aludido en la segunda frase como soso y poco decidido a la hora de tomar la iniciativa sexual, y a la mujer de la tercera frase como muy desinformada en educación sexual.

La falta de esperanza de poder ver un cambio efectivo en lo que se percibe como limitaciones o pesadas costumbres del otro, puede estimular en una persona la apetencia de relacionarse con alguien que no tenga esas limitaciones o costumbres.

Hasta aquí, seguramente nada que el lector no haya podido observar o reflexionar por su cuenta.

Pero los psicólogos acostumbrados a la terapia de parejas sabemos que, en muchas ocasiones, la persona que tanto se queja de estas o aquellas carencias de su pareja, en realidad *necesita* la existencia de tales carencias o limitaciones. ¿Por qué? Pues porque sus propios miedos, sus propias limitaciones, sus propias necesidades psicológicas, requieren la presencia de esas características de su pareja de las que tanto se queja.

Sigamos con los ejemplos del inicio.

Algunos de esos hombres que podrían haber pronunciado la primera de las frases: «A mi esposa todo le asusta, no es capaz de hacer algo por sí sola. Me canso de ser imprescindible para ella», tienen en realidad la necesidad no consciente de resultar imprescindibles para quien les acompaña en la vida. Únicamente con la sensación de ser imprescindibles se pueden asegurar el no ser abandonados, y/o el ser venerados como semidioses, ya que su autoestima es, en el fondo, de poca consistencia.

Parte de esas mujeres que podrían haber dicho «No soporto lo indeciso que es mi marido, jamás es capaz de decidir nada por su cuenta», serían incapaces de vivir con un hombre decidido, capaz de tomar y mantener iniciativas. Gracias a tener un compañero tan indeciso pueden calmar su miedo a ser manejadas, o pueden lograr su objetivo de tenerlo todo bajo control, de decir la última palabra en cualquier asunto de mínima importancia, seguramente para poder seguir el modelo de actuación de pareja que vivieron en su familia de origen.

No pocos de esos hombres que han dicho en ocasiones frases del tipo «La falta de preparación de mi esposa me desespera, cómo me gustaría que hubiera estudiado», serían incapaces de compartir la vida con alguien cuya preparación fuera similar a la suya, pues ello les podría quitar esa sensación de ser superior en el tema de la educación, lo cual les puede compensar de otras carencias, quizá más básicas, que sienten en sí mismos, o tal vez es que muchos de ellos simplemente no conciben en lo más profundo de su ser que su compañera sentimental les mire de igual a igual en todos los aspectos.

Así las cosas, puede ser placentera la experiencia más o menos fugaz, más o menos ocasional, de estar con una mujer que no se asuste de casi nada, que sea capaz de tener iniciativas y acostumbrada a plantear cosas nuevas en el ámbito sexual. Como puede ser agradable y divertido el contacto puntual con un hombre con capacidad de decisión, que tome iniciativas en varios aspectos de la vida y, desde luego, en el sexual. También puede ser muy atractivo estar con una mujer de una preparación igual a la propia, con quien dialogar a un nivel superior que con la esposa, y a quien no hay que guiar en el terreno sexual. Placentero sí, pero siempre que sea ocasional. Tener un descanso en la toma de decisiones puede ser placentero, aunque sólo sea a la hora de decidir el lugar de la próxima cita clandestina y de otros temas menores; es estimulante recibir iniciativas novedosas de un hombre tras tantos años de tomarlas una misma; también es estimulante, intelectualmente, la conversación, aunque sea clandestina, con una mujer de igual preparación académica que la propia. Estimulante, sin duda, pero de nuevo con la condición de que sea ocasional.

Si la relación con esa mujer valiente fuese permanente, si los encuentros con ese hombre decidido fueran muy habituales, si las citas con esa mujer de buena preparación intelectual fueran constantes (siguiendo siempre con los mismos ejemplos), no se tendría la sensación de ser imprescindible y venerado como un semi-dios, o de tenerlo todo controlado y dominado, o de estar en un plano superior a la pareja. Y quizá también, en algunos casos, se levantarían los mismos miedos: a ser abandonado, a ser manejada en lugar de a manejar, a notar las propias carencias, etcétera.

¿La «solución»? Mantener contactos esporádicos, continuados o no, con una o un amante que tenga esas cualidades o que no tenga esas limitaciones que tanta insatisfacción causan en el matrimonio. Se mantiene así un cierto equilibrio entre las cualidades que se desea encontrar en quien nos acompaña en la vida y los propios miedos.

Una vez más, los protagonistas de estas historias de infidelidad únicamente serán conscientes de los defectos de sus parejas, de las cualidades de sus amantes y de lo divertidos y placenteros que pueden resultar los encuentros ilícitos, pero no de sus necesidades psicológicas que juegan, al menos, tanto como las características personales de pareja y amante.

No es nada infrecuente, más bien es lo habitual, que la historia en nada cambie si la analizamos desde el lado del amante de la persona infiel. Es decir, podemos encontrar fácilmente dos personas manteniendo relaciones clandestinas, teniendo ambos un cónyuge de iguales características. Si seguimos con los ejemplos del principio, ambos, hombre y mujer, tendrían cónyuges asustadizos e incapaces de hacer nada por su cuenta, indecisos e incapaces de tomar iniciativas, o de menor preparación que ellos. En sus encuentros se quejarán de las carencias de sus respectivos cónyuges, se lamentarán de las consecuencias desagradables que para ellos tienen, suspirarán por no haberse encontrado antes y disfrutarán de una sexualidad distinta a la matrimonial. Pero ambos seguirán con sus respectivas parejas, insatisfactorias sí, pero capaces de conjurar sus miedos más recónditos.

Claro que a veces pasa, pocas, la verdad, que ese hombre o esa mujer que no fue capaz de emparejarse con alguien menos asustadizo debido a su necesidad de sentirse imprescindible, o de unirse a alguien con más capacidad de decisión debido a su miedo a ser manipulado, o de establecer una unión estable con alguien de mayor preparación por su sensación íntima de ser incompetente en algún aspecto de la vida, gana en seguridad en sí mismo y entonces, sólo entonces, sí estará en condiciones de cambiar de pareja, y si la propia no evoluciona y no pierde sus habituales miedos, indecisiones, o falta de preparación, las aventuras extramatrimoniales terminarán en un cambio de pareja. En estos casos, la persona abandonada, la familia y el entorno social, achacarán la ruptura de la pareja a los devaneos del infiel, aun cuando estos existieran desde tiempo atrás, cuando en realidad se deben a un cambio sustancial de su psicología.

Naturalmente que se podrían poner otros ejemplos, como el del hombre y la mujer que engañan a sus respectivas parejas y encuentran el uno en el otro a una persona más sencilla, pero más asequible, que a la propia pareja; sencillez que se valora, pero a la que se está presto a renunciar en el día a día con tal de ser la señora de o el esposo de ese ser rico, o famoso, o distinguido socialmente, que es el esposo o la esposa. Es decir, me quedo con ese ser altivo pero distinguido que es el cónyuge, pero encuentro la sencillez que tanto valoro en el amante. Así quizá satisfago mis deseos de pertenecer a una clase social superior a la propia, pero no renuncio a encontrar la sencillez en la que me eduqué.

En definitiva, estamos hablando del deseo de las personas de tener todo cuanto

ansían, aunque algunas de las cosas que apetecen sean incompatibles entre sí, como el deseo de sentir que se controla una relación, pero al mismo tiempo, la necesidad de no tener que decidir siempre en todo, o la tranquilidad de saber que el cónyuge tiene poca capacidad de crítica, pero al mismo tiempo, el deseo de estar con alguien que tenga criterio propio y capacidad de análisis, o la necesidad de repetir en la propia pareja el esquema de vivencia de la pareja de los padres, pero al mismo tiempo, el deseo de obtener del compañero sentimental algunas características que no puede tener, puesto que le elegimos de manera que pudiera adaptarse a ese funcionamiento, etcétera.

Lo expuesto en este capítulo puede parecer muy similar a lo considerado en el anterior. Similar sí, pero no igual. Lo fundamental aquí es obtener en la relación ilícita aquello que no tiene la pareja. Además, a veces, sólo a veces, se trata de «defectos», «fallos» o «carencias» de la pareja oficial, que en el fondo se desea que siga teniendo para mayor gloria y satisfacción propia, o para mayor tranquilidad interior, dadas las propias necesidades de dominar, de destacar, de sentirse imprescindible, etc. En el capítulo anterior, de lo que se trataba es de que la pareja no lo dé todo, no sea omnipresente en la propia vida. No interesaba que tuviera defectos o limitaciones, podía incluso ser «perfecta», lo que resultaba necesario es que no todo se obtuviera de ella.

SER INFIEL COMO FORMA DE VENGANZA O AGRESIÓN

El ser humano viene al mundo con toda la dotación genética necesaria para ser tanto solidario, altruista y colaborador de sus semejantes, como para ser egoísta y violento no sólo con su entorno y con otras especies sino también respecto a sus congéneres. Esta capacidad dual la compartimos con nuestros «primos» genéticos, los demás primates, y hay sobradas pruebas de ello. El apoyo solidario en casos de catástrofes naturales como terremotos o inundaciones, la vida sacrificada de los misioneros o de muchos voluntarios sociales «sin fronteras», o la dedicación de muchas personas a profesiones que tienen que ver con el cuidado de los demás, aunque hubieran podido elegir otras actividades más lucrativas, son únicamente algunos ejemplos de la capacidad para la bondad de nuestra especie. Las limpiezas étnicas, la violencia de género o la cantidad enorme de delitos que cada día se cometen, lo son de la capacidad del ser humano para hacer daño a sus semejantes.

La educación, las mil variables familiares y personales que influyen en cada uno y las circunstancias externas a las que tenemos que responder, pueden provocar que la capacidad de algunos individuos para atacar, con o sin provocación previa, sea especialmente alta. La forma concreta que se utilice para llevar a cabo la agresión, dependerá principalmente de la experiencia acumulada a lo largo de la vida, así como de lo que se haya visto en tal sentido en los adultos de la generación anterior.

Ser infiel a la pareja, o provocar que otro sea infiel a la suya, puede ser una manera de agredir. Veamos algunas de las muchas posibilidades que pueden darse:

- A) Muchas parejas están enzarzadas en una pelea continua. El móvil más frecuente que suele encontrarse tras cada disputa es simple y llanamente disminuir,

empequeñecer, debilitar al otro, con objeto de sentirse uno mismo un poco menos pequeño, menos débil, menos vulnerable.

En estas parejas, todo o casi todo vale con tal de hacer daño al compañero o compañera sentimental. Ridiculizar su físico, poner en entredicho su capacidad intelectual, compararle con otras personas con tal de que salga desfavorecido de esa comparación, apartarle de su familia de origen, ignorar lo que dice o hace, insultos, agresiones físicas... y claro, por qué no, ser infiel. Claro que esta infidelidad únicamente hace daño si es conocida o al menos sospechada por la pareja, de otra manera no tendría el efecto que se desea. En algunos casos extremos, el cónyuge infiel somete a su pareja a la tortura psicológica de relatarle sus aventuras amorosas, de darle detalles de con quién, cómo, cuándo, donde...

Sin pretender justificar lo más mínimo este comportamiento, debemos decir que esta aberración sólo es posible si la parte dañada consiente y no corta de raíz este maltrato. Una profunda sensación subjetiva de desvalimiento que hace creer a la víctima que no podría rebelarse; circunstancias objetivas extremas que impiden apartarse del maltratador/a; profundos sentimientos de culpa, justificados o no, que hacen creer a la víctima que «lo tiene merecido», y otros condicionantes, provocan que algunas personas soporten el descarado maltrato que supone escuchar el relato de la más reciente, pero no de la última, infidelidad de la pareja.

Como lo que se busca es herir, no tanto vivir una aventura amoroso-sexual con otra o con otro, muchas veces simplemente se flirtea, se entra en un juego de insinuaciones con personas allegadas, de manera que sean presenciadas o que sean conocidas, a través de otras personas, por la pareja. Cuando se lleva realmente a cabo la infidelidad, se dejan evidencias suficientes como para que la aventura sea conocida por el cónyuge. Así cabe entender esos casos nada infrecuentes en los que un hombre deja una carta de la mujer con la que «tontea» en el bolsillo del pantalón que sabe que planchará su esposa, o se olvida de desconectar el teléfono móvil cuando está en el domicilio conyugal sabiendo que seguramente recibirá una llamada, o cuando el juego seductor de miradas y palabras llenas de doble sentido se realiza en presencia de personas que tienen contacto con el cónyuge. Cuando se producen descaradas «imprudencias» en guardar la clandestinidad de una relación, puede sospecharse que hay un intento de herir a la propia pareja o a la de la persona con quien se mantiene la relación ilícita.

En otros casos, sin embargo, estos sorprendentes descuidos son una jugada del propio inconsciente de quien los comete, buscando que la relación no llegue más lejos de lo que ya haya llegado.

A veces es una llamada de atención desesperada a la pareja, un mensaje que podría leerse así: «estoy profundamente descontento/a con nuestra vida conyugal», «algo marcha mal en nuestra relación, no cubre mis expectativas», «nuestra forma de relacionarnos exige un cambio urgente». Claro está que estas cuestiones podrían y deberían presentarse de manera abierta y directa, pero hay personas que no son capaces de trasladar a palabras lo que sienten; otras veces es verdad que lo han expuesto de manera directa, sin que apenas les hayan escuchado o sin que hayan reaccionado a sus

demandas.

B) Deseos de venganza. Por iguales o semejantes ofensas recibidas.

En realidad, en este deseo de venganza encontramos dos variables. Una la de ser infiel intentando así herir al cónyuge que anteriormente lo fue; otra la de serlo por hacer daño a otra mujer o a otro hombre, ya que una mujer o un hombre posibilitó que mi pareja me hiciera daño con su infidelidad.

Cuando sólo es esta la intención última de la persona que se embarca en una relación ilícita, no suele durar mucho su comportamiento infiel y deja de mantenerlo cuando su cólera contra su esposo o esposa, y contra otras mujeres u otros hombres, se va amortiguando. La ofensa recibida no tiene por qué ser necesariamente la de la infidelidad del cónyuge, también puede tratarse de cualquier otra, por ejemplo, haber sido desatendido/a gravemente con ocasión de un problema de salud, o con motivo de un problema importante de algún hijo que debería haber sido abordado por ambos miembros de la pareja.

Otras veces se utiliza, ante uno mismo y ante los demás, la disculpa de una ofensa realmente recibida para mantener o reincidir en un comportamiento infiel que tiene otros motivos, en realidad. Es decir, que a veces la venganza es tan sólo una disculpa.

C) En personas solteras, con animadversión hacia los semejantes de su mismo sexo, se puede dar un cierto deseo de hacer daño provocando la infidelidad del otro sexo.

Este es el caso de algunas mujeres solteras, con impulsos agresivos hacia otras mujeres que han obtenido algo que ellas no tienen (ser madres, triunfar profesionalmente o simplemente tener pareja estable), a quienes pretenden hacer daño provocando la infidelidad del hombre con el que están emparejadas. Claro está que no se conforman únicamente con participar en la relación ilícita, sino que antes o después provocan abiertamente, o de manera sutil, que esta relación sea conocida. Una vez más, no se puede hacer daño si no se saca a la luz este tipo de relación.

D) Por conseguir sensación de dominio sobre «las víctimas». Por el placer de hacer daño.

Es el mismo mecanismo que encontramos en multitud de violadores y de personas que practican lo que últimamente se viene denominando acoso moral.

El objetivo de muchos violadores no es conseguir tener una relación sexual, algo que por otra parte es muy fácil en las sociedades occidentales, muy permisivas en cuestión de relaciones sexuales fuera del matrimonio o simplemente acudiendo a la prostitución; su objetivo es hacer daño, sentir el poder de tener a la víctima a su disposición, dependiente de él, e implorando no ser dañada.

Los acosadores morales, ya actúen en el ámbito laboral o en el familiar, también buscan el placer de destruir a quien han elegido como víctima. Esta víctima no está elegida al azar, normalmente posee alguna cualidad que el sádico que acosa admira y envidia, tal como capacidad para amar, inteligencia, simpatía, una familia acogedora...

Pues bien, algunas personas que mantienen relaciones con otras casadas pueden tener este componente sádico de dominio y control sobre sus víctimas. El miedo del o de la

amante a ser delatado a su cónyuge, a quedar en entredicho ante la familia de origen, y otros miedos más individuales, son explotados por este tipo de individuos para crearles dependencia, para conseguir que el ánimo de la víctima dependa de su voluntad y capricho.

O puede tratarse simple y llanamente de hacer daño a la propia pareja como forma de humillarla, dominarla y anularla como persona, sin más, sin que medie provocación, sin necesidad de que, como decía anteriormente, ambos se hayan enzarzado en una pelea de mutua descalificación.

Quien crea estar en una situación de este tipo, como víctima, debería pedir ayuda a un profesional de la psicología, quien, guardando todos sus secretos, le ayudará a entender lo que está pasando y a liberarse de la insana dependencia. ¡Ah! y a no tropezar dos veces con la misma piedra. Este tipo de delincuentes (¿por qué no llamarles así?) no cambian, y quien sufra su acoso debe apartarse de ellos inmediatamente.

Naturalmente que hay distintos grados de perversidad a la hora de hacer daño a otros mediante la infidelidad propia o la de otros hacia sus parejas. Una manera de alcanzar un grado superior de hacer daño a la persona «amada», es cometer la infidelidad con una amiga, o amigo, de la pareja, o con un familiar como con una de sus hermanas o de sus hermanos. Esto introduce, claro está, un grado suplementario de sufrimiento para la persona traicionada. Otra manera de subir unos peldaños más en la escala de la crueldad es llevar a cabo estas relaciones de manera pública y notoria, especialmente en pueblos o ciudades pequeñas en las que es difícil que estas relaciones pasen desapercibidas.

ESTAR CON UN INFIEL PARA NO CORRER EL RIESGO DE EMPAREJARSE (¿POR QUÉ LA RELACIÓN ENTRE PERSONAS CON Y SIN PAREJA?)

Como será expuesto en un capítulo posterior, el porcentaje de personas sin pareja que mantienen relaciones con otras que sí la tienen es muy elevado.

Debemos preguntarnos qué móviles están detrás de este comportamiento de tantas personas sin pareja, máxime cuando en la mayoría de ocasiones, sólo les depara frustraciones, sufrimientos, e infinidad de complicaciones.

Aunque, por supuesto, cada caso debe ser analizado individualmente, podemos hacer referencia a algunos prototipos de comportamiento muy frecuentes.

A) Personas viudas o divorciadas que, aun sin saberlo, evitan la posibilidad de «romper» definitivamente con su anterior pareja.

Es indudable que una de las experiencias humanas más dolorosas y difíciles de aceptar es la muerte de la pareja, máxime si las relaciones entre el difunto y su viuda o viudo eran satisfactorias. Algunas personas, pero fundamentalmente mujeres, que han pasado por este trance, no son capaces de «despedirse de corazón» de su difunto cónyuge. No es que duden de la veracidad de su muerte, pero sí que son incapaces de admitir en profundidad la pérdida, de pasar página y de disponerse a iniciar una nueva

andadura en su vida afectiva. Pero no por esto sus necesidades de comunicación, de apego, sexuales, y sobre todo afectivas, han sido anuladas. Por otra parte, muchas de estas personas tienen la sensación más o menos inconsciente de que traicionarían al difunto si volvieran a emparejarse. No son pocos los que creen que tendrían que olvidar a su ser querido, ya fallecido, para poder unirse definitivamente a otra persona, algo totalmente equivocado, pues no se trata de olvidar aunque sí de asumir «de corazón» que se ha perdido para siempre la posibilidad de estar con él.

¿Cómo compaginar la satisfacción de las necesidades humanas de unión y afecto con el deseo visceral de «no despedirse definitivamente», de «no olvidar» y de «no traicionar» al fallecido?

En algunos casos se intenta la cuadratura del círculo manteniendo relaciones con una persona no libre, que únicamente dispone de un tiempo limitado para estar juntos y que de alguna forma permite que en el ámbito social, y sobre todo delante de una misma, se siga siendo la «viuda de». Mediante relaciones con personas emparejadas se consigue alguna satisfacción afectiva, sexual y comunicativa, y al mismo tiempo se impide que la relación evolucione hasta el punto de crear una nueva pareja.

Debe quedar absolutamente claro que este comportamiento no surge, casi nunca, como producto de un frío estudio de posibilidades e intereses, ni de un calculado pronóstico del futuro, al contrario, se trata de un conjunto inconsciente de miedos y deseos, de impulsos y contra impulsos, de tanteos, imaginaciones, casualidades, búsquedas automáticas de satisfacciones... que al final facilitan un comportamiento no premeditado que satisface, de la manera menos mala posible, los deseos más profundos de las personas implicadas.

Algo similar ocurre con personas divorciadas, o al menos separadas de su pareja, que se resisten a admitir que tal separación es un hecho irreversible.

Ya sea porque hay posibilidades reales de reencuentro o porque no se quiere admitir la realidad de la separación, el caso es que muchas personas, principalmente mujeres, y por supuesto, de manera no premeditada en la mayoría de los casos, eligen un hombre casado como objeto de deseo, lo que en realidad, y por mucho que se lamenten del estado civil de la otra persona, les tranquiliza en el sentido de que conservan alguna esperanza de que no se consume la separación de su anterior pareja.

Esto ocurre tanto en mujeres que fueron «dejadas» por sus esposos, como en aquellas que tomaron la decisión de romper ellas la pareja. Es, en definitiva, una manera de dejar la puerta abierta a una posible reconciliación, por más que la parte más racional y lógica de la persona estime que no es posible o que no se debe proceder a ninguna clase de reencuentro.

- B) Solteros y solteras, pero principalmente los primeros, que temen entrar en una relación profunda de pareja, dadas sus fantasías, de que serán dominados, controlados, utilizados, anulados... si la relación es lo suficientemente profunda como para que la pareja adquiriera una cercanía y un protagonismo realmente elevado.

Estas fantasías y temores pueden estar, en mayor o menor medida, basados en la

experiencia anterior de la persona, principalmente a nivel de relaciones familiares en la infancia, pero casi siempre están magnificados por una baja autoestima, por una susceptibilidad exagerada y por falsas ideas sobre lo que es una relación de pareja. Una vez más, la forma de hacer compatibles estos miedos con el deseo de cercanía y afecto de todo ser humano, puede ser la de elegir una pareja inviable. Esto puede conseguirse al concentrar todo el interés por esa mujer casada que nunca se separará de su esposo (en el fondo se sabe que nunca romperán), o en una serie casi interminable de ligues, flirteos y aventuras que alivien la soledad, pero que no posibiliten que se establezca una relación de pareja realmente intensa y viable.

C) Solteros y solteras, esta vez por igual, que temen crecer, emparejarse y dejar el nido familiar.

El miedo a perder la cercanía física, y sobre todo afectiva, de los padres (más frecuentemente de la madre), está detrás de la notable incapacidad que algunos hombres y algunas mujeres demuestran a la hora de formalizar una pareja, o de elegir parejas «viables». Son personas que «casualmente» siempre ponen sus ojos, y hasta su corazón, en personas extranjeras que están de paso en su país, o lo que es más interesante para el tema que nos ocupa, en mujeres o en hombres ya emparejados. Evitan así lo que en el fondo de su corazón tanto temen: apartarse del adorado nido familiar.

Estos miedos, más inconscientes que conscientes, están en muchas ocasiones estimulados por los propios padres, que temen igualmente que su retoño se empareje. El miedo de algunas madres a quedarse a solas con un marido que poco les aporta, o de algunos maridos a estar en soledad con una mujer a la que nada les une, el deseo de los progenitores de sentirse imprescindibles, el evitar darse cuenta de que el tiempo pasa y se ha envejecido, son sólo algunos de los motivos que pueden llevar a algunos padres y madres a estimular estos miedos en sus hijos desde muy pequeños y durante todo el tiempo que les sea posible.

Tampoco es infrecuente el caso de madres que hubieran preferido vivir una vida no sometida al varón, independiente, como mujer trabajadora y autónoma, pero que fue incapaz de escapar a los condicionamientos de su generación y que terminó viviendo una vida que sentía que no le correspondía, y que en la figura de su hija ven «realizado» ese deseo de autonomía e independencia aunque para ello tengan que mirar hacia otro lado cuando su retoño se «enreda» en relaciones con personas con las que «afortunadamente» nunca llegará a formalizar una pareja y a reproducir aquello que ella hubiese deseado no ser, una mujer casada y dependiente.

Hay infinidad de formas, todas ellas más o menos sutiles y encubiertas, de estimular esta dependencia de uno de los retoños, más frecuentemente del mayor o del más pequeño de la familia. Una de ellas es hacer coincidir cualquier intento de crecimiento y exploración del mundo exterior a la familia con una crisis personal del padre o de la madre (problemas de salud, bajadas de ánimo, discusión con el cónyuge, etc.) con lo que el hijo o hija aprenderá a asociar sus intentos de desarrollo personal con el infortunio de los suyos. Esto, además, puede producir en el hijo o hija sentimientos de culpa («mis deseos de disfrutar y conocer el mundo provocan el infortunio de los míos») le dirá de

manera inconsciente su conciencia) muchas veces hábilmente explotados por el progenitor chantajista. Otra manera de provocar, o al menos de facilitar, este miedo a tener una vida propia e independiente, es mandar al hijo o hija «elegido» el mensaje sutil de que será sustituido por otro de los hermanos en la preferencia paterna o materna en el caso de que haga mucha vida propia, y no deberíamos pasar por alto que un plus de atención de afecto de preferencia materna o paterna, especialmente en familias no muy afectivas, es una de las drogas más duras y de mayor poder adictivo que se pueda imaginar. Otra forma puede consistir en señalar de manera exagerada los riesgos, complicaciones y limitaciones que incluye emparejarse, o simple y llanamente en ver los mil y un defectos a los pretendientes de sus hijos e hijas.

Las formas son diversas, pero casi siempre requieren algún grado de complicidad y consentimiento del propio hijo o hija, que a cambio obtiene esa preferencia ante los hermanos, perpetúa la fantasía de una infancia prolongada e inacabable o siente que el propio padre queda «por detrás» de las preferencias de mamá, preferencias que son para él, o ella, etcétera.

Es sorprendente observar de qué manera tan descarada algunas familias «miran para otra parte» para no ver la relación de una de las hijas o hermanas con un hombre casado, mientras que, en otras ocasiones, se ponen mil y una pegas a otros candidatos que, aun sin ser perfectos (nadie lo es), podrían ser parejas viables.

D) Solteras y solteros que en lo más profundo de su psicología, a un nivel muy inconsciente, reviven, al relacionarse con una persona casada, sus viejos deseos de acaparar a la madre o al padre.

Tal y como se expuso en un capítulo anterior, el deseo de monopolizar al padre o a la madre es universal, y la mayor parte de las personas aprenden a renunciar a él. Pero un grupo reducido de individuos parece no dar nunca por terminada esa etapa en la que se desea quitarle la mujer a otro, o el hombre a otra. Una manera de revivir esa situación es la de establecer relaciones con personas casadas.

En esta motivación de algunas personas solteras, suele ser habitual que la persona casada que se pretende, y muchas veces se consigue, sea de una edad claramente superior a la propia. Esto es mucho más frecuente en mujeres. Los casos de jovencitas solteras «liadas», por usar la expresión popular que suele utilizarse, con hombres ya maduros y casados, son frecuentes y suelen dar lugar a mil comentarios. A su vez, estas personas, ya maduras, obtienen así «una inyección de juventud», que por diversos motivos pueden codiciar de manera intensa, por ejemplo, como forma de negar el proceso de envejecimiento que siempre cuesta tanto asumir. Otras veces, estas personas maduras obtienen de su relación con una persona mucho más joven el beneficio de desviar hacia alguien de fuera, hacia alguien que «podría ser su hija», los deseos eróticos que incorrectamente sienten hacia sus propios hijos o hijas.

¿Solteros engañados?

No es infrecuente oír historias relativas a personas casadas que han ocultado su estado

civil a otra soltera con objeto de entablar con ellas relaciones íntimas que seguramente no obtendrían de otra forma.

Es indudable que, en muchos casos, este engaño es cien por cien real. Quiero decir que efectivamente la persona casada, muy frecuentemente un hombre, engaña a la persona soltera, utilizando determinadas argucias que logran engañar a su víctima. Y digo víctima porque la persona engañada suele terminar en un mar de sentimientos de dolor, traición, angustia y hasta de equivocados sentimientos de culpabilidad, totalmente injustificados.

Las motivaciones de estos casados no son ni más ni menos que las de otros, y que ya hemos analizado. Lo que les distingue es el método para conseguir sus objetivos: el engaño. Algo que no puede mover más que al más profundo rechazo de cualquier persona que se rija por normas éticas elementales.

Pero no en todos los casos, el engaño es muy evidente.

Con inusitada frecuencia, atiendo en mi consulta a mujeres que han sido «engañadas» durante meses y meses, y a veces durante años, por algún hombre casado, con hijos y con trabajos y vida social en donde ejercían de lo que eran, de personas con pareja. Es más, existen personas que sufren estos engaños una y otra vez, de manera que tras terminar una de estas relaciones en verdaderos desastres, inician al poco tiempo otra parecida en la que también son «engañadas». El sufrimiento de estas personas es real. El llanto, la desesperación, y hasta a veces la depresión que sufren, no tienen nada de imaginario.

Es lícito preguntarse cómo es posible que una persona de inteligencia normal no sea capaz de detectar estos engaños, cuando son tan mantenidos en el tiempo, y menos aún cuando han sufrido engaños anteriores similares. Estos hombres con pareja estable, y muchas veces con hijos, tienen obligaciones que no pueden eludir, lo que les lleva a ver a su amante sólo en muy contados momentos, a no quedar con ella los fines de semana o muy pocos, a asistir a todo tipo de celebraciones familiares con su pareja oficial... además, su necesidad de mantener la relación ilícita de manera clandestina les lleva a apartarse de lugares en los que puedan ser descubiertos, a no emplear teléfonos fijos, a mentir sobre horarios, nombres, fechas, etc. ¿Cómo es posible que sus amantes no se den cuenta de que se trata de hombres casados?

Lo que hace posible estos escandalosos engaños es bien conocido por los psicólogos, como profesionales del entramado mental humano, y no es otra cosa que el interés inconsciente de la persona «engañada» en mantener este tipo de relaciones, es decir, su interés por ser utilizada una vez más. Dicho de otra forma, en muchas ocasiones son las mismas personas engañadas quienes tienen secreta necesidad de mantener este tipo de relaciones, por lo que «se dejan» engañar, aun cuando lo hagan procurando no tomar plena conciencia de ello. Las razones de fondo ya han sido expuestas en páginas precedentes: miedo a desarrollar una pareja viable para eludir algo que se les presenta como sumamente negativo, el tener que abandonar la familia de origen; repetición inconsciente del deseo de poseer al hombre de otra, al que nunca se ha renunciado; fantasías de ser anulado si se llega a una relación profunda y viable (sucede más en los

varones); esperanzas inconscientes de reencuentro con una pareja anterior, aunque en el ámbito consciente se sepa que nunca se producirá tal reencuentro.

Estas personas que, insisto, sufren, por más que colaboren inconscientemente en el engaño, necesitan ayuda profesional. De hecho, suelen acudir a consultas de psicología, pero no tanto para entender el porqué de estos mantenidos «engaños» sino para solventar los problemas concomitantes como insomnio, depresión o ansiedad. El psicólogo, en estos casos, tiene la difícil tarea de hacer ver a su paciente el fondo de su problemática, sin que en ningún momento parezca que la acusa de inmoralidad (la moral no es asunto del psicólogo) y comprendiendo su dolor.

Evidentemente, en algunos casos la supuesta ignorancia de la soltera respecto del estado civil del caballero con quien se relaciona, no es más que una disculpa para no asumir sus responsabilidades respecto a su comportamiento.

Otras veces, estas personas solteras inician relaciones con casados sabiendo desde el principio que lo son, pero describen el inicio de la relación como una lucha entre la atracción y el enamoramiento que sienten y su determinación de resistirse a la tentación de iniciar una relación prohibida. Lucha que (en algunos casos) termina en un mar de sentimientos de culpa al no poder controlar su conducta y ceder ante sus deseos. Suele ser esta una descripción que tranquiliza relativamente la conciencia, al poner finalmente el inicio de la relación prohibida fuera de su capacidad de control: «no podía evitar estar pendiente de él», «el deseo de llamarle era superior a mis fuerzas», «había algo en mí que me hacía perder el control» y otras frases similares son utilizadas en muchos casos, *a veces*, como mera disculpa ante la propia conciencia.

A este inicio tormentoso, lleno de culpas, deseos y autodisculpas, suele seguir muy frecuentemente, por parte de la persona soltera, el firme propósito de no tener muchas expectativas en cuanto al desarrollo de la relación, es decir, de conformarse con lo que se obtiene de esa relación, sin hacer planes de futuro ni pedir más tiempo del que ya se dedican los amantes.

Así las cosas, pueden pasar incluso años de relación clandestina entre esa persona casada, más frecuentemente un hombre, y esa otra soltera que en el fondo de su alma no desea dejar de serlo (no tanto por no casarse como por no separarse de su nido familiar, o por no abandonar definitivamente la niñez aunque cronológicamente esté hace tiempo superada), o viuda que guarda una especie de fidelidad a su difunto esposo, o separada que lo es más en el ámbito legal que en el emocional.

Pero antes o después, el equilibrio de intereses se rompe.

Puede romperse por parte de la persona casada, porque deje definitivamente atrás un matrimonio devaluado hace tiempo y pretenda entonces una relación más a fondo con quien hasta entonces era sólo el o la amante, o bien, porque se refugie en su vida familiar, conformándose con ella y deje de mantener otras relaciones complementarias. En el primer caso, no es infrecuente que el casado, o casada, se encuentre con la sorpresa de que su amante no emparejada o emparejado, pone pegas a una relación más estrecha, o simplemente empieza a ver defectos y problemas donde antes únicamente había deseos de verse más tiempo. «Ahora que podríamos disfrutar de vernos sin pegas» se dirán los

desconsolados amantes que no entenderán cómo es posible que la relación que funcionaba bien siendo clandestina, deje de ser satisfactoria una vez que ya no lo es. Y es que por más que hayan cambiado las circunstancias e intereses del casado, no han cambiado los miedos y secretos deseos inconscientes de la persona soltera, viuda o divorciada.

También puede romperse por parte de la persona sin pareja, por ejemplo, por el fallecimiento de los progenitores de la persona soltera que se resistía a dar el paso de la emancipación psicológica, o por el matrimonio de la expareja de una divorciada, lo que anula sus esperanzas de reencuentro, o por la emancipación de los hijos de la persona viuda, lo que la hace tomar mayor conciencia de su soledad, etc. Esto conllevará que, en breve tiempo, esta persona sin pareja estable pero con relaciones con un casado o una casada, ya no se conforme con esta relación, que quiera más tiempo, más encuentros, y que al no poder encontrarlos en su compañero/a de clandestinidad empiece a verle defectos, limitaciones e inconvenientes que provoquen tensiones entre ellos que finalmente den al traste con la relación.

Cuando la pareja de amantes se enfrenta, por la razón de fondo que sea, a la ruptura, será fácil que aparezcan una serie de reproches, especialmente desde la persona sin compromiso hacia la casada, en el sentido de haber sido relegada a un segundo plano, de haberla obligado a perder el tiempo, de no haber recibido una serie de atenciones que esperaba, etc., olvidando oportunamente que es ese el tipo de relación que hubo desde un principio, e incluso en algunos casos, que ella fue la primera en rechazar tiempo atrás algunos detalles de cariño y cercanía que amenazaban con hacer la relación ilícita «demasiado cercana».

Son incontables los casos que el autor ha atendido en su despacho de parejas cuya sexualidad era excelente cuando su relación era clandestina, ilícita, cuando suspiraban porque su situación fuera otra, con más tiempo y menos clandestinidad, y que al producirse la separación de la persona casada o un cambio como los mencionados en la vida familiar de la persona soltera, ven como alguno de ellos pierde el deseo sexual, o bien, aparecen una o varias disfunciones sexuales: impotencia, falta de deseo, vaginismo... Nada fisiológico ha cambiado, pero sí han aumentado las exigencias de uno de ellos, los miedos del otro, las expectativas de ambos; en definitiva, se ha perdido el equilibrio anteriormente existente.

LA INFIDELIDAD COMO PASO PREVIO A LA SEPARACIÓN

Por las mas variadas razones, una persona puede estar tanteando, quizá más de «corazón que de cabeza», la posibilidad de dar por terminada su relación de pareja. Tras largos años de matrimonio son muchas las dudas que pasan por la mente de la persona en esos momentos: ¿podría vivir con mis propios recursos económicos?, y si estando separado/a caigo enfermo/a, ¿quién me cuidaría?, ¿estoy todavía en condiciones de gustar a otra persona?, ¿sabría comportarme sexualmente con otro/a?

Algunas de estas cuestiones, especialmente las últimas, pueden encontrar respuesta en

una relación extramatrimonial.

Tengamos en cuenta que no es una simple cuestión de vanidad personal. Se trata, nada más y nada menos, que de saber si se estaría condenado a la soledad y a la falta de calor humano, en el caso de tomar la decisión de divorciarse. Muchas personas, especialmente mujeres, que no han tenido especiales tentaciones de infidelidad durante años de matrimonio, ni siquiera cuando este ya era insatisfactorio, y que tampoco las tendrán en su nueva pareja, si ésta se produce, sienten un fuerte deseo de comprobar sus posibilidades de relación con otras personas cuando en su interior empieza a abrirse paso la idea de la separación. Las empuja más la necesidad de calmar su miedo a la soledad en el futuro, que el deseo de aventura. De esta manera inician una relación clandestina antes de dar el salto al divorcio o la separación. Dado que esta aún no se ha producido, son, en sentido estricto, infieles.

Por otra parte, en las proximidades de la separación y también mayoritariamente en mujeres, encontramos comportamientos infieles como forma de «tener un argumento más», de «ganar fuerza», de «sentir el empujón que falta para tomar la decisión de romper la pareja». En estas circunstancias, las «obligaciones morales» que se sienten hacia la pareja, ya devaluada, son menores y la infidelidad se convierte en disculpa última o complementaria para una separación que se siente como necesaria, pero que no se acierta a justificar del todo. Quiero decir que ante uno mismo se pueden decir cosas del tipo: «me he enamorado de otra persona, y eso no lo puedo evitar», «él me sedujo y mi marido no fue capaz de darse cuenta de lo que estaba pasando», «si le dejo es para no hacerle daño, sería peor si se enterase de que ya no le soy fiel»; téngase en cuenta que, por increíble que pueda parecer, no siempre las personas aciertan a saber por qué sienten poderosos deseos de dar por rota su pareja.

Como explico en otro capítulo de este libro, las necesidades psicológicas de las personas pueden cambiar drásticamente con el paso de los años, de manera que quien nos producía un intenso enamoramiento en una etapa de la vida puede no producirlo años después. Existen muchas mujeres que han «crecido» enormemente en los últimos años, ayudadas por el cambio social que, en general, el sexo femenino ha experimentado. Esto ha hecho que muchas de ellas se noten limitadas y finalmente desenamoradas de sus parejas, pero dado que los hombres que están a su lado nada terrible han hecho, nada que pueda justificar una decisión femenina de cortar la relación, muchas mujeres «sienten» la necesidad de poner fin a la relación, pero no aciertan a encontrar argumentos válidos para, moralmente, quedarse tranquilas y poder decir adiós con pleno convencimiento y sin remordimientos.

Y no es infrecuente encontrar casos mixtos, es decir, en los que, ante el creciente deseo de romper la pareja oficial, se da paso a una infidelidad que sirve, al mismo tiempo, para comprobar que aún «estoy en el mercado», «que no tendré dificultades para encontrar la compañía que necesito», y no dar el siempre terrible paso de la separación sin un apoyo cercano y, al mismo tiempo, que sirva para tener cierta disculpa ante uno mismo.

Debo insistir que, en este caso, no estamos ante personas que necesiten ser

infieles de manera más o menos permanente, sino sólo de manera circunstancial, pues les ofrece seguridad ante la proximidad de la separación.

Algo muy parecido ocurre cuando la persona (ahora ya por igual hombre o mujer), intuye o ve como inminente el que su pareja le abandone. Una vez más, la infidelidad (lo es, pues la pareja aún no ha comunicado su deseo de romper la relación) sirve para comprobar las propias fuerzas, la capacidad que se tiene para no caer en la soledad y para soportar con menor sufrimiento el terrible momento que se avecina.

Las personas a las que les incumbe esta causa de infidelidad no suelen buscar como amantes a personas «viables», quiero decir a personas que puedan formalizar una nueva pareja, viudos/as, divorciados/as o solteros/as. Sencillamente porque lo que se busca no es crear una nueva pareja, sino ayuda temporal para poder soportar la ruptura de la propia y para calmar la ansiedad y los miedos que se anticipan.

Algunas de estas infidelidades instrumentales llegan a conocimiento de la pareja o de los allegados. Lamentablemente, cuando esto ocurre suele confundirse esta «ayuda temporal» ante el divorcio que se avecina con LA CAUSA de la separación. Muchas veces, quien así procede es acusado de ser el culpable de la ruptura de la pareja, aunque, como casi siempre ocurre, la ruptura de una relación estable tiene que ver con ambos miembros de la misma.

La diferente evolución de hombre y mujer a lo largo del tiempo, y el cambio no al unísono de sus necesidades inconscientes más profundas, son las principales causas de separación y no, como la gente cree, la intromisión de terceras personas. Estas aparecen, en muchos casos, como preaviso de una crisis matrimonial y no tanto como agentes causantes de la ruptura.

Sed insaciable de amar y ser amado

Después de las funciones biológicas básicas como comer, beber, respirar, etc., la siguiente necesidad humana más acuciante es la de sentir que está unido a otros congéneres, que es admitido, protegido, acariciado, que se comunica, que es importante para quien le rodea, en definitiva, que es amado. La importancia de este conjunto de sensaciones, que podemos resumir en la palabra amor, está bien demostrada. Tanto los humanos como nuestros parientes más próximos en el mundo natural, los demás primates, padecen importantes limitaciones, tanto de conducta como físicas, si les falta esta sensación de amor. En muchos casos, esta carencia produce trastornos tan serios que son incompatibles con la vida. Podemos decir, literalmente entendido, que se puede morir por falta de relación afectiva con los congéneres, por falta de amor.

No siempre las personas que forman la familia en la que nos toca nacer son capaces de proporcionarnos esta poderosa e imprescindible sensación de ser amados. O al menos, no de manera constante, evidente, suficiente.

Quien está en medio de una «sequía afectiva», quien por la razón que sea no siente la sensación de ser importante para y querido por alguien, busca cualquier forma de conseguir lo que necesita. Algunas personas llegan a su etapa adulta con una profunda

sensación de no ser suficientemente amados, con una sensación que les «cala» hasta los huesos, como se siente el frío y la humedad tras una noche entera al raso. Frío y humedad que no desaparece aun cuando ya se esté al abrigo de un buen fuego. Un sentimiento íntimo de abandono y de necesidad de afecto que permanece aún después de haber formado una pareja viable. Simplemente viable, no claramente satisfactoria, porque las prisas por estar acompañado/a precipitan muchas veces la elección de compañero/a.

Pero algunas de estas personas gozan de un físico envidiable. Mujeres bellas y de medidas casi ideales, hombres atractivos y de buena situación económica. Otras de estas personas, sin gozar de cuerpos que llamen la atención en su entorno, sí tienen una gran capacidad de labia, de desparpajo, de locuacidad. Personas que tienen a su alcance la capacidad de ligar, seducir, enrollarse, liarse, o como queramos decirlo, con otras personas del sexo opuesto o del mismo, si son homosexuales. Gracias a ello sentirán, una vez más, la sensación de ser importantes para alguien, de ser deseadas, de ser elegidas, podrán, en definitiva, calmar un poco esa sed, esa necesidad de ser amadas.

Sí, conseguirán calmarla un poco, nada más que un poco, pero lo suficiente como para ser una sensación sumamente positiva y poderosa, tal vez la «droga» más fuerte que jamás hayan experimentado, pero no lo bastante intensa como para saciar de una vez su necesidad de amor. No saciaran esta necesidad de amor porque su falta de entrenamiento, el modo superficial y rápido de conocerse y su profunda desconfianza lo impedirán. De hecho, quienes están emparejados y, por tanto, cometen infidelidad con este comportamiento (otras de estas personas no lo llegan a estar nunca y, por tanto, no son infieles, pero sí se relacionan con personas que lo son), podrían obtener más satisfacción en su pareja, pero sencillamente no saben hacerlo. No saben porque nunca aprendieron del todo ni a amar ni a ser amados. No perdonarán defectos de su pareja porque nunca nadie se los perdonó a ellos. No se entregarán nunca del todo en su matrimonio porque nunca nadie se les entregó del todo en su niñez. Nunca compartirán del todo nada con la pareja porque nunca nadie lo compartió todo con ellas en sus primeros años...

Así, nunca estarán plenamente emocionalmente satisfechas, nunca saciarán del todo esa sed de amor y siempre estarán tentadas de conseguir aliviar su malestar (de conseguir su porción de «droga») en una nueva relación, y poco importará que sea con una persona soltera, viuda, divorciada o casada. Lo más frecuente es que este tipo de infieles, o de personas libres, pero que tienen relaciones con infieles debido a esta causa, no establezcan relaciones más o menos permanentes, sino relaciones muy poco duraderas, o a lo sumo, relaciones que se mantienen en el tiempo, pero de muy baja frecuencia de encuentros y que se simultanean con otras relaciones también de baja frecuencia de encuentros.

Naturalmente que lo aquí expuesto puede estar íntimamente relacionado con lo expresado en muchas de las causas consideradas en este libro. Quien tiene esta necesidad permanente de afecto sufrirá, en igualdad de condiciones, más fácilmente depresión que quien no la tenga, como también sucumbirá más que otras personas al deseo de vivir lo

no vivido en etapas o con personas del pasado, igualmente puede encontrarse con más probabilidad en un matrimonio insatisfactorio que no pueda romper por circunstancias objetivas o simplemente por el miedo a perder esa parcela de afecto, aun cuando no le satisfaga del todo; o puede simplemente enamorarse de alguna de sus mil conquistas antes de haber roto su anterior pareja; y claro está, también puede sencillamente tener la filosofía de que hay que disfrutar lo más posible, es decir, le incumbiría el apartado de ser infiel por el simple placer de disfrutar. También son personas con más probabilidades que otras de caer en la adicción sexual, ya comentada.

Debe quedar claro que la intención de estas personas no es la de agredir a su pareja. Se trata, más bien, de calmar un hambre que jamás cesa, de la búsqueda de un amor básico, primitivo, fundamental, visceral, completo, todopoderoso, omnipresente... que debieron tener en su más tierna infancia y que jamás obtuvieron. Poco tiene que ver esta búsqueda con lo racional, con la lógica, ni con las decisiones sesudamente tomadas. Se trata de una desazón permanentemente sentida y ocasionalmente aliviada.

Todo esto ha de llevarnos a una conclusión: que las personas más satisfechas del amor que dan y reciben, que están más plenas de satisfacción con lo que les ha deparado la vida a nivel afectivo, y que, por ello, tienen además más probabilidades de haber formado una pareja más estable y satisfactoria, serán las personas más fieles, especialmente aquellas que recibieron ejemplo de fidelidad en el más amplio sentido del término, y que obtuvieron amor sin condiciones. Volveremos sobre este importante punto en un capítulo posterior.

Parte III
Motivos generalmente conscientes

En pocas ocasiones los motivos del comportamiento humano son cien por cien conscientes. Lo más habitual es que algún aspecto de lo que constituyen nuestras verdaderas motivaciones quede oculto a nuestros propios ojos. Por esto observará el lector que en las causas de infidelidad que siguen a continuación, se deslizan algunos aspectos que no siempre están en el conocimiento de las personas que protagonizan historias de infidelidad.

SER INFIEL ANTE LA IMPOSIBILIDAD DE ROMPER EL MATRIMONIO

A veces, las causas de una infidelidad no son difíciles de entender. No es necesario bucear en la psicología de la persona, ni acudir a explicaciones más o menos complicadas. En ocasiones, lo que ocurre es simple y llanamente que se ha terminado el amor. La ausencia de complicidad en la pareja y el escaso o nulo interés por las cosas del otro, parecen conducir a muchas parejas a la disolución matrimonial.

Pero no siempre es posible romper el matrimonio. En ocasiones, las dificultades económicas son de tal calibre que hacen imposible una vida por separado. Otras veces, la presencia de hijos con minusvalías o con graves enfermedades hace especialmente complicado un divorcio apetecido por ambas partes. Pueden ser muchas las razones que impiden llevar a la práctica la deseada separación matrimonial.

En casos de este tipo, no es infrecuente encontrar que uno o ambos miembros de la pareja tienen uno o varios amantes. Lo más habitual es que ninguno de los dos le ponga al otro al corriente de tal circunstancia, y que tampoco ninguno haga por saber si se da, o no, el comportamiento infiel en su cónyuge. Podríamos decir que son personas que están divorciadas «ante ellas mismas», aunque no ante la ley civil o ante la sociedad que los rodea. Son, en definitiva, formalmente infieles, aunque en el ámbito psicológico actúen como divorciados, ya que el cariño no existe, la economía sólo se comparte en lo imprescindible, no se realizan actividades lúdicas, familiares ni de otro tipo en común, y realmente importa poco con quién esté o deje de estar el cónyuge, siempre que se guarden las apariencias.

Quizá este tipo de infidelidad requiera una valoración moral distinta a otras, pero como dijimos al inicio de este libro, la moral no es competencia del psicólogo.

Existen otras parejas en las que se da este divorcio en la práctica, y en las que uno o ambos mantienen relaciones con terceras personas, pero cuya incapacidad para separarse y hacer real, «físico», el divorcio psicológico en el que viven, no proviene de su situación económica o familiar objetiva. Este es el caso de personas incapaces de dar el paso de la separación legal debido a la angustia que les produce recrear situaciones traumáticas vividas en su infancia o juventud, con ocasión del divorcio de sus padres, de la pérdida de un progenitor por abandono del hogar o simplemente, porque falleció prematuramente.

El trauma vivido por un niño o una niña con ocasión de haber sido abandonado por su padre o su madre, por propia voluntad o a veces por haber fallecido, puede dejar tal huella de dolor y sufrimiento que, pasados los años, este niño, ya adulto, sea incapaz de romper un matrimonio claramente inviable, con tal de no ver a sus hijos vivir una situación, no igual pero sí parecida, a la que tuvo que padecer mucho tiempo atrás en sus propias carnes.

Pero en cualquier caso, el matrimonio «está muerto» y no se recibe en él, ni se aporta a él, ni el cariño, ni los abrazos, ni el placer, ni el juego seductor, que todo ser humano necesita. ¿La solución para no reproducir el trauma familiar de la ruptura, pero no quedarse sin lo que se desea?: la infidelidad. De esta manera, hombres y mujeres que en otras etapas de su vida ni hubieran imaginado mantener una relación extramatrimonial, se entregan a la misma con mejor o peor suerte. Su moral es la misma que antes, su calidad como padre o madre es idéntica, su valía como trabajador o trabajadora no ha variado. Pero atrapados entre el deseo de mantener una relación de pareja y su miedo a romper la que tienen por no reproducir en sus hijos, o simplemente en sus corazones, traumas anteriores, buscan una solución, y la infidelidad puede serlo ya que está socialmente no admitida, pero sí consentida.

Esta causa psicológica de infidelidad puede incumbir únicamente a un miembro de la pareja, mientras que el otro es fiel, o incluir a ambos. Quizá pueda extrañar al lector esta aparente «casualidad» de que ambos puedan tener miedo a romper la pareja por no reproducir traumas anteriormente vividos, cada uno en su vida familiar, pero no se trata de una coincidencia fortuita, ya que uno de los móviles que tenemos los seres humanos para elegir como pareja a esta o a aquella persona, para, en otras palabras, sentirnos atraídos y cómodos con este o esta y no con aquel o aquella, es el que haya sufrido básicamente la misma angustia que yo, aunque los detalles concretos y sobre todo, la forma de sobrellevar la situación fueran diferentes.

Así no es infrecuente encontrar parejas que no existen como tales desde hace tiempo, pero que temen, ambos, proceder a divorciarse, ya que vivieron experiencias dolorosas de ruptura familiar, cada uno en la suya, lo que les unió mucho de jóvenes, pero que años después les resulta una traba a la hora de soportar el dolor de una nueva ruptura, esta vez entre ellos.

Una vez más, y no será la última, debo aclarar al lector que muchas veces la persona no es consciente de este tipo de condicionamientos. Lo que vivirá en su conciencia será sólo parte de lo que constituyen sus verdaderas motivaciones. Los juicios morales que haga sobre su propio comportamiento estarán basados en las motivaciones que conozca y, naturalmente, en las normas sociales que haya hecho suyas, pero no en lo que ignora sobre sí misma.

Otras veces no existe un trauma anterior que provoque un miedo especial a romper la pareja y ser libre para relacionarse con quien se desee, pero sí un miedo excesivo e irreal al trauma que supone, qué duda cabe, la ruptura de una pareja. Este temor desproporcionado puede darse incluso en parejas de novios, pero evidentemente es mayor en matrimonios consolidados, o supuestamente consolidados, desde hace años, y

con hijos.

En los primeros, en las parejas de novios, se observa frecuentemente el fenómeno de personas que llevan saliendo juntos desde los quince o dieciséis años, y que llegados los veintitantos y tras evolucionar de manera diferente desearían romper la pareja, pero lo viven como una traición al otro, como si no tuviesen derecho a tener un camino propio e independiente de quien les acompaña en «casi toda la vida», y además, romper con una familia política que les trata como a uno más. A veces, la incapacidad para romper la pareja facilita comportamientos infieles que no son, en realidad, lo que se desea.

En las parejas con hijos no es raro encontrar personas con evidentes deseos de dar por terminada su relación matrimonial, pero con fantasías exageradas y terroríficas sobre las consecuencias que esta separación podría suponer. Esto, claro está, es más habitual en las sociedades en las que durante mucho tiempo no ha existido la posibilidad de divorciarse. Sin negar en ningún momento la gravedad e importancia de una separación matrimonial, tanto para sus protagonistas como para los hijos, hay que decir que tras un tiempo, la inmensa mayoría de las personas normalizan su vida y que a poco que se hagan las cosas correctamente, viven sin graves consecuencias este terremoto familiar. A muchas de estas personas se les escapa que para los hijos puede ser psicológicamente más costoso y traumático el percibir que los padres están desinteresados el uno por el otro, e intuir (y lo intuyen) que tienen «una vida aparte» de la familia, que el hecho de encajar una separación matrimonial bien hecha.

Otras personas, y no necesariamente muy jóvenes, mantienen relaciones de pareja claramente insatisfactorias por no atreverse a dar el paso de la separación, dado que no son capaces, nunca, de hacer algo que a las personas importantes de su vida, generalmente los padres, les pueda parecer reprochable. Curiosamente, algunas de estas personas que no se separan del marido o de la mujer por no disgustar a los padres, hermanos y quizá a otros allegados, terminan manteniendo una ficción de relación de pareja, «completada» con otra relación ilícita con la que esperan cubrir las carencias de la pareja oficial. Claro que esto lo realizan de una manera clandestina «para no disgustar a la familia».

Se trata de hombres y de mujeres, pero más frecuentemente estas últimas, que nunca han sido capaces de revelarse abiertamente contra las normas. Contra las normas emanadas de sus mayores y, por extensión, de la sociedad. Desde luego, que al vivir clandestinamente una relación ilícita no se enfrentan abiertamente a la familia ni a las normas emanadas de ella, pero por otra parte, suelen ser presas de sentimientos de culpa que tampoco les permiten disfrutar de los aspectos positivos que podrían encontrar en el amante.

Las personas a las que se refiere este capítulo no se sienten unidas a su pareja, y sólo el miedo a las dificultades materiales, a las críticas familiares, o a reproducir el trauma por ellas vivido, les impide romper su pareja oficial. Pero no se trata en absoluto de personas que busquen ante todo el placer o la aventura, que no se detengan en consideraciones éticas, ni que utilicen a los demás para sus propios intereses. Por esto, las personas a las que me refiero ahora son las que con frecuencia eligen como amante a

personas no emparejadas, viudas, solteras o divorciadas. De esta forma evitan tener que cargar con el peso moral de que pudieran «romper» una pareja estable.

También se da el caso de parejas que achacan su infidelidad a lo insatisfactorio de su pareja y a la incapacidad material de separarse, sin que esto sea verdad. A veces, la relación ilícita se da por cualquiera de las causas ya mencionadas en capítulos anteriores, o por simple deseo de vivir la aventura, pero se ofrece a la sociedad y sobre todo a la propia conciencia, la disculpa de que «mi matrimonio no funciona, pero no puedo separarme porque...». Es más, se da algún caso donde determinado conflicto, o determinado malentendido, se mantiene sin cerrar, sin aclarar, para poder tener cierta disculpa moral para un comportamiento infiel que de otra manera no sería admisible ante uno mismo.

Como verán los lectores, el comportamiento humano es sumamente complejo, y para la misma conducta, en este caso la infidelidad, puede haber multitud de motivaciones.

También pueden ser muchas las formas de llevar a cabo la relación con el o la amante. Mientras que algunas parejas de infieles estabilizan su relación dándole forma de encuentros frecuentes y más o menos largos, por ejemplo, buscando disculpas ante sus parejas oficiales para pasar fines de semana enteros fuera, otras se limitan a encuentros muy rápidos, de apenas unos minutos y muy ocasionales. Algunas parejas limitan su relación a encuentros puramente sexuales, sin apenas comunicación verbal ni afectiva, mientras que otras nunca o casi nunca tienen relaciones íntimas, aunque sí complicidad e intercambio de ternura y de confianzas.

El que los encuentros entre amantes adopten una determinada forma y tengan una determinada frecuencia y no otra, no sólo depende de su disponibilidad de tiempo y de disculpas ante la pareja oficial, sino también de sus necesidades psicológicas, es decir, de lo que temen y de lo que desean.

Aquella persona que fundamentalmente desea mantener (lo sepa o no) separados el afecto y el sexo, buscará en su amante lo uno o lo otro dependiendo de lo que ya obtenga en su pareja oficial. Muchas parejas de amantes de este subgrupo rompen su relación clandestina en el momento en que entre ellos empieza a nacer un sentimiento afectuoso fuerte, incluso aunque un poco antes alguno de ellos, o los dos, se quejase de que la relación era puramente física; en otros casos, la relación se rompe cuando, tras mantener durante meses, o incluso años, una relación afectuosa, llena de complicidades, intercambio de secretos, apoyo anímico y poco más que algunos besos, empiezan a tener los primeros contactos sexuales.

Quien teme de forma visceral e insuperable el miedo a romper su relación formal, pero que no renuncia a tener fuera de ella lo que le falta, seguramente extremará las medidas de seguridad en sus encuentros ilícitos, de manera que sus encuentros con el amante serán infrecuentes y breves. Por el contrario, quien busca herir a la propia pareja, asumirá mayores riesgos en sus citas, quizá, por ejemplo, procurará establecerlas con más frecuencia, en sitios más públicos, e incluso en su propia casa.

Quien busca fundamentalmente «complementar una pareja» tenderá a establecer las citas de forma que reciba del amante aquello que desea; por ejemplo, si desea lograr una

sensación de control y mando que no es capaz de tener en su pareja oficial, intentará que el amante o la amante se adapte a continuos cambios de citas, a sus volubles deseos de quedar o no-quedar, etc.; si busca poder ser de manera ocasional dependiente y sumiso, dejará que sea su compañero o compañera de aventuras quien decida.

Al ser distintas las necesidades en cuanto a la frecuencia y la forma concreta de relacionarse en una pareja ilícita, no siempre se llega a una forma común y mutuamente válida para ambos, motivo por el cual muchas de estas relaciones empiezan, pero no fructifican.

Toda esta disparidad de necesidades y miedos personales se plasma también en la manera de contactar. Quien desea hacer daño a su pareja oficial es más fácil que contacte con su amante en el entorno más cercano, como el vecindario, las amistades o incluso en la propia familia. Quien necesita mantener separados sexo y afecto es más fácil que recurra a métodos de contacto que le permitan encontrar amantes que estén a larga distancia, quizá en una ciudad distinta a la propia; Internet permite esta posibilidad seguramente mejor que cualquier otro método. Las personas que ante todo temen repetir en sí mismas o en los hijos el trauma de una separación, serán más extremas a la hora de mantener medidas de seguridad para poder mantener la clandestinidad, por lo que evitarán encontrar a sus amantes en el entorno laboral. Aquellos que pretenden «completar la pareja», seguramente recurrirán más a anuncios por palabras, donde pueden solicitar que sus «cómplices» de aventura tengan tal o cual característica.

SER INFIEL POR SIMPLE PLACER DE DISFRUTAR DE LA AVENTURA

En ningún momento ha sido intención del autor negar que algunos casos de infidelidad se deben simple y llanamente al placer que suele deparar la aventura, al estímulo que supone una nueva conquista, a la satisfacción de sentirse deseado, al placer sexual que se consigue, a la excitación de descubrir una forma nueva de relacionarse, de explorar un cuerpo hasta entonces desconocido...

Pero sí mantenemos que cuando únicamente es este placer de la aventura lo que mueve a la persona infiel, no se dará una relación ilícita muy prolongada en el tiempo. También mantengo que esta relación no adoptará tintes especialmente peligrosos para la estabilidad de la pareja, como ocurre cuando el amante es un allegado o cuando se hacen públicas muestras de infidelidad. Asimismo, este tipo de infidelidad no será un comportamiento muy repetido a lo largo de la vida de esa persona.

Todo esto, claro está, siempre y cuando la pareja de la que forma parte el infiel sea una pareja claramente satisfactoria.

Por pareja satisfactoria se entiende aquella en la que cada uno de sus miembros siente que es importante para el otro, percibe que sus miedos, tristezas, o insatisfacciones, así como sus alegrías, son también los miedos, tristezas, insatisfacciones y alegrías del compañero o compañera; cuando se da entre ellos sinceridad y libertad suficientes como

para expresar aquello que se piensa o se siente; cuando ninguno renuncia a nada que le sea fundamental, antes al contrario, tiene plena libertad para continuar con aspectos tales como el contacto con su propia familia y con otros seres que le son queridos, o su vocación religiosa o política, por poner algún ejemplo, o simplemente con lo que constituyan sus hobbies; cuando las relaciones sexuales son generalmente satisfactorias para ambos, dejando una sensación última de encuentro y placer, y no de frustración; cuando se comparten proyectos vitales tales como la compra de una vivienda, o el cuidado de los hijos, o superar la enfermedad de algún miembro de la familia, etc.; cuando el derecho a la soledad es respetado; cuando existe en cada uno disposición a hacer esfuerzos con tal de ayudar al otro o de ayudar a la pareja como sistema de relación; cuando no se tiene la sensación de que las dificultades que puedan presentarse en el futuro van a constituir un motivo de alejamiento entre ambos...

Es posible que algunos de mis lectores estén tentados de resumir todo esto en «Que haya amor». No es lo mismo.

Muchas parejas se procesan auténtico amor, pero las experiencias traumáticas anteriormente vividas, los miedos y deseos inconscientes, la intromisión de los familiares más allegados, la falta de modelos de buen comportamiento en pareja y otras circunstancias, pueden hacer que aun existiendo un profundo sentimiento amoroso no se den relaciones satisfactorias.

Quizá haya una pequeña proporción de parejas que logran compartir una vida en común con todos estos requisitos favorables, pero incluso en ellas, en algunas de ellas, se da la infidelidad. Cuando la infidelidad aparece en este tipo envidiable de parejas, y cuando se da sin otra motivación que el placer de la aventura, es cuando esta infidelidad será la excepción y nunca la norma de comportamiento. La razón es bien sencilla y de puro sentido común: nadie arriesga repetidamente algo realmente valioso, la pareja, por algo que sólo lo es de manera menor, la infidelidad, y que además pierde su atractivo a medida que deja de ser algo novedoso.

Cuando se escuchan historias de parejas supuestamente muy satisfactorias, rotas por la capacidad de seducción de una tercera persona, creo que quien escucha debe adoptar una postura escéptica. Son esas historias que empiezan más o menos así: «se llevaban estupendamente, no tenían ningún problema entre ellos, eran el uno para el otro, el complemento ideal... pero se interpuso aquella mujer y él empezó a dejar de lado a sus hijos y a su mujer... la culpa la tiene esa mujer...», sencillamente estas historias suenan a deseos de culpabilizar a la tercera persona para desplazar hacia ella toda responsabilidad, quedando así el resto de los protagonistas exentos de cualquier brizna de culpa.

Por un lado, la persona «seducida», infiel, aunque se permita saborear el placer de la aventura y se «deje seducir», no alargará demasiado la aventura como para cometer algo al menos tan reprochable como la infidelidad sexual, me refiero a abandonar largo tiempo el hogar conyugal, desatender a la pareja en momentos de enfermedad, dejar de garantizar el sustento de los hijos, etc. Por otro lado, y dando por supuesto que todo quedaría en lo que a veces se califica popularmente como «un desliz» o «una aventura de fin de semana», la persona agraviada, y tras el correspondiente período de enfado y

tristeza, perdonaría, ya que la relación es tan valiosa, a su infiel compañero o compañera.

La infidelidad, por el simple placer que depara, existe, pero ni es repetitiva ni se suele llevar al extremo de que ponga en grave riesgo a una pareja auténticamente satisfactoria. Naturalmente, esta regla general tiene, como todas, su excepción, la de aquellas personas, más frecuentemente hombres, que no han aprendido que en la vida todo o casi todo exige una renuncia, una contrapartida y un esfuerzo. Son personas inmaduras que están acostumbradas a no autolimitarse, a no imponerse límites a sí mismas, personas que no realizan ninguna renuncia con tal de, por ejemplo, tener y dar estabilidad emocional en la pareja; individuos que no dan lo que sí esperan de los otros; sujetos que no soportan ningún grado de frustración de sus impulsos. En definitiva, niños mal criados que jamás aprendieron a renunciar a sus caprichos personales.

La capacidad de seducción que tenga el o la amante, nunca supone una fuerza suficiente como para anular totalmente el entendimiento y la voluntad de una persona normal.

Esto es importante no perderlo de vista. Suele resultar muy cómodo echar la culpa de la ruptura de un matrimonio a las malas artes de una mujer malintencionada. En el juego de la conquista, en una relación sexual, en una relación extramatrimonial, siempre, absolutamente siempre, se necesita del concurso de dos partes (a veces de tres). Por supuesto, de la persona que ocupa el puesto de amante, con su capacidad de seducción, con su deseo de interponerse entre dos personas, o al menos, con la falta de escrúpulos para hacerlo, pero también de la persona que se deja seducir, que sueña con encontrar en la relación ilícita la satisfacción de sus fantasías más antiguas, o cualquiera de las razones más o menos inconscientes que expongo a lo largo de este volumen. A veces, también se necesita el concurso de una tercera persona, la pareja oficial de la persona infiel, o las parejas de ambos infieles. Muchas veces, estas parejas, estas «víctimas» de la infidelidad, son tan responsables de la infidelidad como los protagonistas directos. En ocasiones, no siempre, intuyen desde hace tiempo la relación ilícita, o son conscientes de las insatisfacciones de la pareja y no ponen nada de su parte para evitar dicha situación. Incluso en algunos casos, la infidelidad del marido o de la mujer sirve como magnífica disculpa para proceder a una separación largo tiempo deseada por otros motivos que nada tienen que ver con el adulterio, y cuya responsabilidad no se era capaz de asumir.

Bueno sería no juzgar ningún conflicto de pareja sin antes escuchar con detenimiento ambas versiones, y aun así, rara vez se es capaz de percibir más allá de la mitad de las verdaderas causas que llevan a una separación.

Dado que muchas de las causas anteriormente mencionadas son, en más o en menos, inconscientes, los protagonistas de relaciones ilícitas, especialmente los hombres, suelen afirmar, muchas veces sin ser cierto, que su relación extramatrimonial fue fruto simplemente del deseo de diversión, de la búsqueda de placer sexual, de la necesidad de desahogar impulsos vitales, con lo que esta causa de infidelidad, el simple placer de vivir la aventura de una conquista amorosa, es *aparentemente* más frecuente de lo que es en realidad. Algo parecido ocurre con la infidelidad producto del enamoramiento, que su frecuencia es *aparentemente* mayor de lo que en realidad es, dado que algunas personas,

principalmente mujeres, tienden a darse esta explicación por desconocimiento de sus verdaderas e inconscientes motivaciones.

En la realidad de muchas personas, este placer de vivir una aventura se mezcla, en ocasiones hasta hacerse indistinguible, con otras de las causas ya expuestas, de manera que constituye un elemento imprescindible, pero no suficiente, de muchas infidelidades.

SER INFIEL PARA VIVIR LO NO VIVIDO

Las experiencias pasadas y presentes nos suponen con frecuencia frustraciones que deseáramos ver superadas en el futuro más inmediato. Esto es verdad en cualquier aspecto de la vida, pero para el análisis del tema que nos ocupa nos interesan especialmente dos aspectos de la existencia: el emocional y el sexual.

Para conseguir en un momento determinado de la vida aquello que hace tiempo se desea; para revivir un período fundamental de nuestra existencia en el que nuestra mente se quedó anclada; para experimentar lo que nunca se vivió; para rescribir la historia personal; para poner fin a una historia pendiente de desenlace; para, en definitiva, poder viajar a lo largo del tiempo, o conseguir algo siempre anhelado, se puede llevar a cabo una conducta infiel.

Se expondrán algunos casos, no muy infrecuentes, para que el lector pueda, después, imaginar nuevas posibilidades.

Amores no cerrados definitivamente

Son bastantes las personas que no sienten ningún especial deseo ni tentación de ser infieles, pero que lo son en un momento determinado de su vida debido a una necesidad imperiosa de reabrir una relación afectiva ocurrida en el pasado y a la que no se pudo poner punto y final de manera adecuada.

Puede ser el caso de esas dos personas, ya maduras, cada una con su propia pareja e hijos, que en su período juvenil sintieron una profunda atracción mutua, un amor y un deseo que nunca se plasmó en besos ni caricias, que jamás se verbalizó, y que por ello siempre dejó en el corazón la sensación de vacío, de frustración.

También puede tratarse de esas dos personas que en un tiempo fueron pareja, pero cuyo amor fue truncado por la oposición frontal de la familia de alguna de ellas, o por traslados de domicilio, o por cualquier otra razón. Personas que con el paso de los años han formados nuevas y hasta satisfactorias parejas. Nuevas parejas que conviven razonablemente bien, que no quieren perder, pero que no por ello borran de la memoria la pena de aquel amor que pudo ser y no fue.

Como puede tratarse del caso de alguna persona que por cualquier conflicto psicológico, por inmadurez, miedo o cualquier otra causa, no fue capaz de expresar su interés y su cariño hacia quien en otro tiempo fue su objeto de interés y hasta de amor.

En todos estos casos, y en otros que posiblemente conozca el lector, la infidelidad

permite una especie de túnel del tiempo con el que reencontrarse con la persona deseada en el pasado y vivir con ella la profunda satisfacción de dar y recibir las caricias tantos años deseadas, pero nunca conseguidas, reabrir aquel amor que las circunstancias no permitieron desarrollar, o expresar el amor que se tuvo, pero que nunca se hizo patente.

En la mayoría de estos casos, la experiencia suele ser gratificante, no tanto por el placer sexual presente que se obtenga, como por lo que tiene de satisfacción de viejos deseos nunca realizados. Pero suele ser una experiencia puntual, ya que la satisfacción de la propia y lícita pareja y el tiempo transcurrido, conlleva que no tenga sentido revivir continuamente el pasado.

Superar limitaciones o miedos sexuales de la pareja

A veces podemos sentir que determinadas experiencias sexuales nunca podremos vivirlas con nuestra pareja. Esto puede ser así en realidad. Otras veces es una equivocación, pues sí podríamos vivirlas junto a la persona con la que compartimos nuestra vida si supiésemos exponer nuestros deseos. En otras ocasiones, la limitación para tales experiencias carnales está, lo sepamos o no, en nosotros mismos. Incluso podemos tener un secreto interés en que se mantengan las limitaciones sexuales habituales de nuestra pareja.

Veamos algunas posibilidades:

Puede tratarse de que la pareja tenga realmente ciertas inhibiciones sexuales que le imposibilitan definitivamente para tener experiencias o variaciones sexuales que se anhelan. Sexo oral, una determinada postura coital, masturbaciones mutuas, uso de algún artilugio en el juego sexual, coito anal y un larguísimo etcétera, pueden ser los viejos deseos nunca satisfechos por el compañero o compañera, y que pueden encontrar su satisfacción vía infidelidad.

Otras veces no es tanto que la pareja no sea capaz de realizar esas prácticas sexuales que se desean, como que la propia persona es incapaz de plantearlas, o simplemente de vivirlas como algo natural dentro de la pareja. Aquí está el *porqué de muchas infidelidades de hombres casados con profesionales del sexo*. De otra forma dicho, se trata en muchas ocasiones de hombres que ven incompatible ciertas prácticas sexuales, con la «pureza que tiene y debe seguir teniendo su esposa». El sexo oral, o simplemente realizar el amor delante de un espejo, son consideradas por algunos hombres como impropias de personas decentes, y si las practicasen con sus cónyuges se sentirían profundamente mal, tanto con ellos mismos como con la pareja.

Al desearlas fervientemente, pero no practicarlas dentro de la pareja, ven en las relaciones extramatrimoniales una solución a su dilema.

Este tipo de hombres sentirán que las mujeres con las que se relacionan fuera de la pareja, y con las que sí realizan las prácticas sexuales que desean, son moralmente rechazables. Suelen referirse a ellas con términos como «guarras», «putas», «facilonas» y otros por el estilo. El trato que les dan puede ser correcto en muchos casos, pero internamente las desprecian. Las mujeres que con ellos comparten historias de

infidelidad, no son ni guarras, ni putas, ni facilonas, ni nada por el estilo, por lo que en muchos casos, dejan la relación al no coincidir su autoconcepto con lo que siente su amante respecto a ellas. Otras mujeres sí tienen internamente la sensación de que ciertas prácticas son «sucias», ya sean determinadas prácticas sexuales, o simplemente el hecho de relacionarse con un hombre que «no les pertenece». Cuando la forma como la mujer se ve a sí misma y la forma como la ve el hombre coinciden, la pareja ilícita es viable.

Los protagonistas de esta historia suelen acercarse mucho a los estereotipos de hombre «muy macho» y de mujer «muy seductora» utilizadas ambas expresiones en sus acepciones más despectivas.

En muchos casos es una equivocación pensar que estas prácticas sexuales no se pueden conseguir en el seno de la pareja oficial, a veces basta con pedir las, otras no. Con sorpresa y con una sonrisa he recibido en mi despacho, gracias a la confidencialidad que aporta, la confesión tanto de la esposa como del esposo, por separado, de que ambos ansiaban determinada práctica sexual, o determinado comportamiento, sin que ninguno de los dos se hubiera atrevido a confesárselo al otro.

En la pareja hay que ser muy sincero y expresar aquello que deseamos, que nos molesta, o que simplemente nos sorprende, algunas veces obtendremos aquello que deseamos, otras tendremos que renunciar a ello. En cualquier caso, el hablar de cuando en cuando sobre el tema ya es algo que parece quitar un poco de trascendencia a aquello que no obtenemos de la relación.

Por otra parte, en no pocos casos la persona experimenta insatisfacciones sexuales que si bien pueden estar favorecidas por ciertas características de la pareja, no se deben totalmente a ella. Es el caso, por ejemplo, de algunas mujeres incapaces de obtener el orgasmo en una relación sexual coital, que achacan esta dificultad a la torpeza sexual del esposo, a la precocidad de su eyaculación, o a alguna otra de sus características. No siempre esto es acertado. En muchos casos, son los propios reparos de la mujer los que le dificultan una experiencia sexual completa y gratificante, por más que sea verdad que su esposo no se lo ponga fácil. Es más, los especialistas en estos temas encuentran que no es ni infrecuente, ni casual, que se dé la pareja: hombre poco acariciador y con eyaculación precoz – mujer anorgásmica (que no obtiene orgasmo) y con poca capacidad de satisfacerse, pero no como podría pensarse en un primer momento, en el sentido de que las características de él produzcan las limitaciones de ella, sino por el hecho de que entre los muchos factores de atracción que se han dado en esa pareja, está el de que las limitaciones del uno calman los miedos o incapacidades del otro; así vemos cómo en muchas de estas parejas (no en todas), el miedo a disfrutar sexualmente de ella se tranquiliza por la incapacidad de acariciar mucho y bien de él y por su precocidad, y el miedo de él a dar más ternura y a acariciar de manera más prolongada se mantiene en unos niveles aceptables debido a la incapacidad de ella de disfrutar y de exigir más disfrute.

En igual sentido podríamos hablar del miedo de algunos hombres a la falta de erección, que se «calma» debido a la habitual y por otra parte frustrante falta de apetito sexual de la esposa. Pareja esta, hombre con miedo a la impotencia – mujer con falta de

deseo, que tampoco se da, muchas veces, por casualidad.

El no saber vivir y expresar con naturalidad los enfados que se producen respecto de la pareja, el miedo a resultar incompetente, fantasías sexuales que resultan inaceptables a la conciencia, experiencias sexuales traumáticas, una educación sexual excesivamente severa, la preocupación por caer en la más desenfrenada lujuria, etc., pueden producir disfunciones e insatisfacciones sexuales que se achacan a la pareja, por más que esto sea injusto, o al menos, parcialmente equivocado.

Pero sea por limitaciones sexuales reales del compañero o compañera, sea porque no se es capaz de plantear los propios deseos, sea porque se siente que es impropio que la pareja los satisfaga, o sea porque la persona oculta sus propias limitaciones atribuyendo la responsabilidad de sus insatisfacciones a la pareja, el caso es que se puede tener la tentación de buscar otra pareja sexual (prostituta o no), para satisfacer deseos pendientes.

Es más, existen casos en los que, de manera inconsciente, una persona facilita que su pareja tenga y sobre todo mantenga una limitación sexual, con tal de tener una disculpa ante sí misma para poder seguir siendo infiel, (también se puede hacer con otras intenciones). Es algo sumamente fácil para quien se proponga lograrlo. A la esposa del hombre que tiene poca confianza en sí mismo y/o que tiene alguna dificultad de erección, le basta con pedir a su esposo relaciones sexuales en el momento en que le note más cansado o inseguro, o en las posturas más incómodas y difíciles justo el día que observa una menor erección; gracias a ello, su esposo continuará arrastrando sus dificultades erectivas. Al marido de la mujer que tiene escaso deseo sexual, le basta con hacerle comentarios críticos sobre sus cualidades o compararla con alguien sabiendo que saldrá mal parada de la comparación; gracias a ello mantendrá baja su autoestima y persistirá más fácilmente su falta de deseo erótico. O a cualquiera de los miembros de una pareja, sacar en la conversación un tema que sepa que tendrá un efecto negativo en el estado de ánimo del otro, y así hasta un larguísimo etc. Al convivir largo tiempo con otra persona, se sabe, aun sin reflexionar sobre ello, cuáles son los puntos más débiles del compañero o compañera y qué comportamientos propios pueden provocar determinadas conductas del otro que después «justifiquen» otras propias.

Es sorprendente comprobar de qué manera sigue siendo frecuente el recurso a la prostitución, a pesar de la mayor libertad sexual y de la facilidad con que los particulares contactan y tienen relaciones sexuales pre y extra conyugales. Sin duda hay muchas razones para ello, pero creo que una de ellas era y sigue siendo el hecho de que muchos hombres (al igual que muchas mujeres), consideran impropio que ciertas prácticas sexuales se den en el seno del matrimonio.

Cada cual tiene sus convicciones, su moral y sus costumbres, pero no hay nada que esté prohibido en lo sexual con tal de que sea libremente aceptado por la otra persona, o personas, y de que no implique a menores de edad ni a personas que no estén en condiciones de ser dueñas de su conducta.

Otra de las razones de que sea tan frecuente el recurso a la prostitución es la *necesidad* imperiosa de muchos hombres de no ver en la mujer más que un cuerpo. Únicamente un cuerpo y nada más que un cuerpo, pues su miedo al género femenino es

auténticamente enfermizo, entendido textualmente. Algunas veces, incluso se trata de personas prepsicóticas incapaces de una mínima relación profunda con una mujer que, en el fondo, viven como capaz de engullirles, de tragarles y hacerles desaparecer como individuos. Claro que muy pocas veces hombres de estas características llegan a tener pareja y, por tanto, no se les puede contabilizar como infieles.

Superar con otra persona las limitaciones que no supero con mi pareja

Sería este el caso contrario al anterior, en el sentido de que aquí de lo que se trata es de que la persona siente que es ella la responsable de alguna limitación sexual que arrastra hace tiempo, tal como anorgasmia o falta de deseo, y que entiende que sólo en la relación con una persona distinta a su pareja puede superarla. Suele ser una equivocación. La mayoría de las veces, las limitaciones sexuales que aquejaban a la persona se reproducen en la relación extramatrimonial, al menos desde el momento en que deja de existir la sensación de novedad sexual.

Únicamente se viven realmente experiencias sexuales que anteriormente se deseaban, pero no se tenían, cuando la persona sí se las consiente con una tercera persona pero no con la pareja oficial, por los motivos expuestos en capítulos precedentes, pero las dificultades reaparecerán con la pareja oficial. Es lo que ocurre, por ejemplo, cuando una mujer recurre a los servicios de un profesional del sexo.

Por suerte o por desgracia (seguramente por lo segundo), cada vez es más numeroso el grupo de mujeres que recurren a la prostitución masculina, por más que no se le suela dar este nombre. Penoso por las mismas razones que lo es la prostitución femenina. En opinión del autor y como firme defensor de la igualdad hombre-mujer, existen las mismas razones para lamentarse de la prostitución masculina que para hacerlo de la femenina. Son igualmente lamentables, lo veamos desde el lado de la clientela, hombres en un caso y mujeres en el otro, como desde el lado de las personas que hacen de esta actividad su forma de vivir la vida.

Al pagar por una relación sexual, quien lo hace se está perdiendo lo más profundamente emocionante y humano de ese encuentro: el ser elegido de entre otras posibilidades, el de sentirse deseado y el conocer con algún grado de sinceridad a la otra persona (algún grado de conocimiento hay aun tratándose de dos personas que han ligado en una discoteca dos horas antes). La sociedad actual es lo bastante libre como para que quien quiera mantener relaciones sexuales las obtenga sin demasiada dificultad, pero sin tener que soportar la sensación de que tan sólo te besan o acarician por haber pagado.

Tampoco creo que los profesionales del sexo masculino, aquellos que realizan el acto sexual con mujeres a cambio de dinero, puedan impedir con el paso del tiempo la sensación de marginación social que las prostitutas terminan percibiendo, ni que puedan impedir caer en muchos casos en redes de explotación, ni que la consideración moral que hagan sobre sí mismos y la que reciban de la sociedad sea muy diferente de la que afecta a profesionales del sexo femenino, ni que puedan impedir con más eficacia contagiarse

de enfermedades de transmisión sexual.

Parejas demasiado tempranas

No es raro el caso de personas que se conocieron y empezaron a salir como pareja en la adolescencia. Parejas que llevan «toda la vida juntos», que tienen vividos juntos muchos momentos maravillosos y que se profesan un gran cariño, pero que tienen la sensación íntima de no haber experimentado apenas el mundo de la seducción, del firteo, que tienen la sensación íntima de no haber vivido, puesto que ejercieron demasiado pronto de personas mayores y formales.

Esta sensación, especialmente cuando la pareja atraviesa algún momento de dificultad (como cualquier otra), puede provocar en sus componentes un intenso deseo de experimentar una relación erótica con una tercera persona.

A veces, estos impulsos son comentados con libertad dentro de la pareja. Hay casos en los que este reconocimiento, mutuo a veces, da lugar a una especie de «permiso» para tener algún tipo de libertad en cuanto a «aventuras extramatrimoniales» se refiere, pero es más común que el simple comentario, el reconocimiento de este impulso, sobre todo si es admitido como natural por la otra parte, amortigüe la necesidad de una relación ilícita. Pero otras veces, el deseo irrefrenable de «vivir lo no vivido», de conocer «otras formas de amar», de no terminar la vida sin experiencias que se conocen sólo de oídas, provocan infidelidades pasajeras.

Hacer lo que ya nunca más podré hacer

Algunas infidelidades no se darían si no fuera por el afán de sus protagonistas de vivir lo que saben que la vida difícilmente les va a ofrecer de nuevo.

Este es, por ejemplo, el caso de ese hombre ya entrado en años que no tendría muchas dificultades en resistir la seducción de una mujer de su misma generación, pero que aprovecha sin pensarlo dos veces los mensajes seductores de esa jovencita que se interpone en su camino. Hacer el amor con alguien de veinticinco años puede representar para alguien de cincuenta y cinco una única y última oportunidad. *No es un mayor placer sexual lo que se busca* (¿quién ha dicho que una joven de veinticinco años, seguro que da más placer que una experimentada mujer de cincuenta?), sino el aprovechar una oportunidad que, seguramente, jamás se volverá a presentar en el futuro.

Poder introducirse en un ambiente que fue habitual o simplemente deseado en otro tiempo (ambiente hippy, político, cultural, etcétera) y hacerlo por última vez, puede ser cuestión de ser infiel, quizá no tanto en sentido sexual, pero sí en sentido afectivo o, al menos, en el sentido de engañar a la propia pareja en cuanto a dónde, para qué o con quién, hemos estado. No son pocas las personas ya mayores que son infieles a sus parejas no sexualmente hablando, pero sí en cuanto a los afectos que procesan a determinadas personas que son parte del pasado y a las que se aferran al saber que, de

perderlas, nunca más las volverán a conseguir.

ME ENAMORÉ DE NUEVO

El tema de por qué nos enamoramos de una persona en concreto es apasionante y el autor espera poder desarrollarlo próximamente en otro volumen.

Baste ahora decir que lejos de la intervención de cupido y sus flechas, existen diversos mecanismos que operan en la psicología del ser humano y que provocan que descargue todas sus ilusiones, expectativas y deseos en determinada persona y no en otra.

Uno de ellos es el intuir que podemos desarrollar con una persona en concreto, el tipo de pareja que existe en nuestra cabeza etiquetada como ideal. Este modelo supuestamente ideal de relación de pareja tendrá mucho que ver con el observado en la pareja de progenitores. Esa pareja, la de nuestros padres, es la primera que conocimos, la primera que observamos y la primera de la que obtuvimos muchas satisfacciones o muchas decepciones. No es, pues, nada infrecuente que las personas busquen en su pareja muchos de los aspectos que observaron en sus padres, tales como quién tiene más capacidad de decisión en tal o cual materia, el grado de intimidad personal de cada uno respecto del otro, o las expresiones de ternura que se consideran agradables, por poner sólo algunos de los muchos aspectos que de forma rápida y no consciente buscamos. Claro que el modelo observado en los progenitores no tiene por qué haber sido gratificante, y a veces más que buscar en la propia pareja aspectos que repitan aquellos que se observaron de niño, lo que se hace es buscar a alguien con quien no se puedan repetir ese tipo de cosas que tan mal resultado dio en el pasado. También influirá el modelo de pareja que ya se haya vivido; no olvidemos que estamos hablando de alguien que puede ser infiel, luego que ya ha formado, al menos, una pareja. Esta experiencia de pareja habrá validado como útiles algunas formas de relación, mientras que otras las habrá desconfirmado como tales.

Otro de los mecanismos que nos llevan a depositar todas nuestras ilusiones en determinada persona es el notar que podemos ser entendidos por ella sin especiales esfuerzos.

Otro mecanismo más, y no el menos importante, es captar que la persona en cuestión ha tenido, básicamente, las mismas dificultades y traumas que nosotros, aunque con una manera diferente de solucionarlos. Puede tratarse, a modo de ejemplo, del grave complejo de inferioridad que siempre nos ha traumatizado y que hemos intentado compensar siendo muy cariñosos para ganarnos así el interés y el cuidado de los demás, mientras que otra persona lo ha paliado mediante la adquisición de muchos bienes materiales para así ser envidiada, o de la sensación de haber sido abandonados en el ámbito afectivo, que mientras que uno mismo lo ha combatido siendo exageradamente generoso para de esta manera ganarse la compañía de algunas personas, otra persona puede haberle hecho frente mediante una actitud exageradamente autosuficiente. Personas con esta similitud de necesidades psicológicas, pero a la vez con esta distinta

manera de darles solución, resultan atraídas entre sí y pueden depositar la una en la otra sus deseos de amar y ser amadas.

Pero también será imprescindible sentir que la otra persona tiene de uno mismo la imagen que uno considera correcta, es decir, que opina de sí lo que suponemos que es correcto, al menos en los aspectos que son más básicos para la propia autoestima. De esta manera si, por ejemplo, una persona cree, con razón o sin ella, que es inteligente y si esto es fundamental en su manera de verse a sí misma, le resultará imprescindible que la otra persona opine de ella que efectivamente es inteligente. En otro caso, no depositará en ella sus expectativas de amor compartido. Cualquier otra característica personal nos podría servir de ejemplo: ser bondadosa, generosa, simpática, luchadora, sufridora...

Estos son algunos de los muchos procesos que de manera no consciente se dan a veces entre dos personas y que posibilitan esa experiencia mágica, un tanto infantil, algo irreal, maravillosa, torturadora a veces y siempre ilusionante, que llamamos enamoramiento.

Por más que la persona formalizara en el pasado una pareja por estar enamorada, y con pleno convencimiento de ello, puede ocurrir que el devenir del tiempo; la diferente evolución de marido y mujer a lo largo de los años, los fracasos y las dificultades en la relación de pareja, creen el clima apropiado para que el corazón esté listo para enamorarse de otra persona.

Cuántas mujeres en los últimos lustros han estudiado, se han puesto a trabajar... se han hecho más seguras de sí mismas, han evolucionado como personas. Cuántas ya no han necesitado un hombre a su lado que tome decisiones por ellas, han notado que pueden hacer en la vida algo más que cuidar hijos y limpiar la casa. Cuántas se han desamorado de sus esposos, simplemente porque su psicología ha cambiado, evolucionado, y no la de sus compañeros. Dicho en términos algo más técnicos, sus necesidades psicológicas más profundas han cambiado y sobre todo, la manera de satisfacerlas.

Claro que los años vividos juntos aseguran un fondo de cariño, un deseo de lo mejor para el otro, pero no hay enamoramiento. Las fuerzas no conscientes que llevan a una persona a ilusionarse con otra están «libres». En definitiva, hay sitio en el corazón para ser ocupado por otro hombre (u otra mujer, pues aunque menos frecuentemente, esto también puede verse en hombres).

A veces, esa persona aparece en el centro de trabajo, en el trascurso de una actividad cultural, etc. Y puede que al captar de manera intuitiva y no consciente que se dan todos los mecanismos necesarios, nuestro cerebro perciba a esa persona como el ser fantástico y maravilloso que va a saciar nuestra necesidad de ser queridos, que cree la ilusión de que su sola presencia va a calmar nuestras necesidades personales, que nos va a completar de manera tan maravillosa como lo hizo nuestra madre cuando éramos bebés. El tiempo transcurrirá lento cuando haya que esperar a un nuevo encuentro, pero volará en su presencia. Sus gestos, sus palabras, el perfume que usa, el tono de su voz, todo parecerá ser maravilloso y deseable. Nos hemos enamorado.

Está claro que de aquí a la infidelidad hay un paso.

Otra vez he de aclarar que no estoy justificando ni valorando moralmente la cuestión. Me limito a constatar qué fenómenos ocurren entre las personas.

Cierto es que, en innumerables casos, se utiliza la disculpa del enamoramiento para justificar conductas que, en realidad, están movidas, provocadas, por la atracción física y por el deseo de aventura, disculpa ante los demás y ante uno mismo. Pero en este apartado me quiero referir a los casos de verdadero enamoramiento.

Es obvio que la persona no está exenta de responsabilidad si mantiene relaciones con la persona de la que se ha enamorado. Por un lado, porque el enamoramiento impulsa en una dirección, hacia la persona amada, pero no anula la voluntad; por otro, porque se han contraído ciertos compromisos respecto a la persona que sigue siendo todavía la pareja oficial.

¿Cuál es la postura correcta?

Difícil pregunta. Por un lado, todo ser humano tiene derecho a buscar su felicidad. Y uno de los requisitos para ser feliz es estar justamente con la persona que parece encajarnos como anillo al dedo, y no con otra. Por otra parte, el sentirse enamorado o enamorada de alguien puede ser una sensación pasajera y/o engañosa, y no se puede disolver una pareja por algo que puede revelarse poco después como un espejismo. Además, se han contraído compromisos con la pareja actual, y muy especialmente si hay hijos en común. Es evidente que una forma de saber si el enamoramiento obedece a algo sólido, es decir, si realmente se está ante la persona que puede hacernos feliz, es estando con ella, participando en alguna medida de su vida, teniendo contactos sexuales, conociendo su intimidad, dándole la propia, etc., pero eso es cometer una infidelidad, es cometerla con alguien por quien se siente una intensa emoción, pero una emoción que podría pasar y terminar siendo un simple espejismo.

Existe la opción de hablar claramente con la pareja, desde el principio, y explicar con toda claridad lo que está ocurriendo. Esto implica dos problemas, al menos. Uno, que hay parejas que esto no pueden asumirlo (estamos suponiendo ahora el caso de que aún no ha habido ningún contacto íntimo ilícito) y que el simple planteamiento del asunto puede ocasionar un naufragio matrimonial, incluso aunque lo del enamoramiento se quede en nada. A veces, la reacción de la pareja es tan contundente (incluso a veces violenta) que de nada sirve esta forma tan «civilizada» de hacer las cosas. Dos, que dado que no ha habido una relación profunda con la persona de la que uno se ha enamorado, todo puede quedar en absolutamente nada, es decir, que puede darse un supino disgusto a la pareja oficial para que todo quede finalmente y simplemente en eso, un disgusto.

Difícil encrucijada.

En esta situación, llena de emoción, algunas personas eligen la opción de hablar claramente con el esposo o la esposa. La mayoría, sin embargo, si son correspondidas dan curso a sus deseos de unión con la persona amada, antes de romper la pareja anterior.

Afortunadamente y dado que estamos hablando de adultos y no de adolescentes, y ya que no se trata de personas sin ninguna experiencia en los asuntos del amor, la mayoría de las personas son cautas, se acercan progresivamente a la persona objeto de su deseo,

no corren a la hora de etiquetar lo que sienten como de puro amor (quizá sí de ilusión, de deseo, de «atontamiento», u otras cosas que se acercan, pero no son enamoramiento), gracias a ello comprueban que, o bien se afianza y crece su sentimiento, o bien se debilita, con lo que se puede tomar cualquier decisión con más seguridad que si se precipitan.

Quizá los más ingenuos de los lectores estén pensando que el enamoramiento es la causa principal, la más frecuente, de las que están detrás de la infidelidad. Es un error.

Es prácticamente imposible cuantificar la importancia y la frecuencia de las distintas causas de infidelidad aquí expuestas, pero resulta obvio que hay dos ingredientes que, en mayor o menor grado, se dan siempre o casi siempre en todos los casos de infidelidad, en todas las causas que he ido exponiendo. Uno, la búsqueda de placer, entendida la palabra placer en el más amplio sentido, de manera que podríamos acotarla con términos como: gozo, alegría, satisfacción, bienestar, ilusión, agrado... y no entendida tan sólo en el sentido más estricto. Dos, la búsqueda de equilibrio, de una estabilidad psicológica, emocional, de una seguridad personal que por cualquier motivo falta.

El enamorarse de alguien no es la causa principal de infidelidad, pero existe y es la causa de infidelidades de personas concretas.

Parte IV

Analizadas muchas de las causas que llevan, o mejor dicho contribuyen, a que el ser humano sea infiel, se abordarán ahora una serie de preguntas que seguramente se ha formulado muchas veces el lector, así como algunas cuestiones prácticas para quien esté involucrado en una relación infiel, o para quien tema que su pareja lo esté.

El contenido de esta cuarta parte, seguramente le resultará al lector más amena que las anteriores. Probablemente, también contiene cuestiones más discutibles y polémicas. En ningún caso se pretende tener el monopolio de la verdad, ni mucho menos pretender que no haya en las cuestiones que abordo otros aspectos que no se tratan, pero que podrían completar la cuestión.

HOMBRES O MUJERES ¿QUIÉN ES MÁS INFIEL?

Llama la atención la frecuencia con que las personas se plantean esta pregunta y la costumbre, muy extendida, de que la misma persona que la plantea se dé a sí misma la respuesta. Esta respuesta suele ser «los hombres, naturalmente».

¿Por qué tanto preguntarlo, si todo el mundo cree saber la respuesta, si la respuesta es siempre la misma, incluso es el propio individuo que la plantea el que la responde?

Esta paradoja de preguntarse con frecuencia algo de lo que supuestamente se conoce la respuesta, más aún si esta suele ser compartida por la mayoría de la sociedad, no sólo se observa en la vida diaria, en lo que podríamos llamar «a nivel de calle», sino también en el ámbito de los medios de comunicación en los que el autor participa con frecuencia, en donde, sin excepción, el periodista que realiza la pregunta da la respuesta sin dejarte intervenir, y hasta en foros de discusión que podríamos calificar de nivel cultural alto.

¿Por qué esa necesidad de plantear la cuestión de qué sexo es más infiel, si supuestamente no hay dudas al respecto? Dejaremos la respuesta para el final de este capítulo, pero el lector puede ir imaginando cuál puede ser la razón.

Podemos analizar la cuestión de qué sexo es el más infiel, en tres niveles diferentes:

1. Infidelidad a nivel de imaginación e intenciones.
2. Infidelidad real, no imaginaria, realizada mediante pago económico a profesionales del sexo.
3. Infidelidad real, entre particulares.

Se abordarán muy superficialmente los dos primeros niveles para centrarnos en el tercero, ya que es el que más se ha mantenido hasta ahora en una zona oscura de la conciencia social, también por ser el nivel en el que el autor más puede aportar por su amplia experiencia clínica y porque es, en la práctica, el tipo de infidelidad que más terremotos psicológicos y familiares crea.

Infidelidad a nivel de intenciones e imaginación

La experiencia clínica coincide plenamente con el «saber popular» de que los

hombres dedican más tiempo a fantasías de relación erótica que las mujeres. De relación erótica en general y de relación erótica con personas distintas a su pareja oficial.

Además lo hacen de manera más despreocupada, sin apenas conflictos de conciencia y considerándolo algo natural.

En esto, sin duda, tiene mucho que ver la distinta educación recibida por uno y otro sexo, más restrictiva para las mujeres, así como su mayor necesidad de estabilidad en la medida en que, por la razón que sea (en cuya discusión no entraré), suelen ser en la práctica las principales encargadas de la crianza de los hijos.

También es cierto que cuando las fantasías no son puramente sexuales, sino más bien de tono afectivo, generalmente buscando tener por un momento la sensación de ser queridos, valorados, deseados y de estar compenetrados con otra persona, las diferencias entre hombres y mujeres son mínimas, sino nulas.

Cuando más que fantasías ocasionales lo que hay es un deseo continuo, «un vivir en la imaginación», la fuerza de estas imaginaciones de infidelidad suelen ser más transformadoras, «constructivas» o «destructivas», según se mire, en la mujer que en el hombre. Quiero decir que en la mujer dirigen más su conducta, con mayor fuerza para alterar, para bien o para mal, su relación de pareja. Lo viven, pues, de manera más intensa. Estas fantasías no suelen apartar al hombre de su vida familiar, tampoco ocasionan que vean a su pareja bajo otro punto de vista, ni ocasionan que su actividad laboral se vea alterada. Sin embargo, esta alteración de la normalidad, de lo habitual, sí es frecuente en la mujer. La razón para esta diferencia parece estar en la mayor implicación emocional de las mujeres.

Infidelidad real, realizada mediante pago a profesionales del sexo

La simple comparación entre el número de personas que se dedican a satisfacer sexualmente a los hombres a cambio de un dinero, y el de aquellas otras que se dedican a satisfacer de igual forma a las mujeres, confirma claramente que son los varones quienes son más infieles a este nivel.

Esto es verdad, incluso teniendo en consideración que muchos de los clientes de las prostitutas son solteros, viudos o divorciados, y sin ningún tipo de relación de pareja, con lo cual no cometen infidelidad alguna. También es cierto que en los últimos años han proliferado enormemente los servicios de los llamados gigoló, pero todavía sigue siendo mucho menos frecuente la prostitución dirigida a las mujeres que la ofrecida a los hombres.

Esta es una realidad que coincide plenamente con las observaciones profesionales, es decir, aprovechando la sinceridad con la que relatan sus vidas los pacientes, protegidos, claro está, por el secreto profesional. No obstante, la diferencia parece tender a disminuir con el paso de los años. Da la impresión de que la igualdad hombre-mujer va alcanzando también a este capítulo, y así como podemos ver mujeres en el ejército, incluso en los cuerpos de mayor disciplina y dureza, encontramos cada vez con mayor frecuencia que existen mujeres que pagan a profesionales del sexo.

Sin opinar sobre si este cambio que se va lentamente produciendo es positivo o negativo, constatamos que el recurso a la prostitución sigue siendo algo predominantemente masculino, pero que las diferencias se van claramente acortando.

Algunas de mis opiniones sobre la prostitución están vertidas en un capítulo anterior («Ser infiel para vivir lo no vivido»).

Infidelidad real entre particulares

Aclaremos al lector que, como psicólogo, el autor está obligado, moral y legalmente, a no desvelar la intimidad de sus pacientes. Esto se le hace saber a cada uno de ellos el primer día que acuden a consulta. Esta obligación de guardar secreto incluye, naturalmente, a la propia familia y a la propia pareja, incluso si la pareja, por la razón que fuere, acude también a la consulta, e incluso si lo que se realiza es una terapia de pareja, es decir, tratando temas que se refieren a la relación entre ambos y que les afectan por igual. En estos casos de terapia de pareja, siempre, sin excepción, se realiza alguna sesión individual con cada uno de ellos durante las primeras visitas, en lo que podríamos llamar el período de toma de datos, y también con más o menos frecuencia a lo largo del tratamiento.

Solteros y casados, jóvenes y mayores, y por los más diversos motivos, acuden a mi consulta y pueden permitirse ser totalmente francos y ser admitidos con esa sinceridad y esa realidad que les incumbe, siendo esto fundamental para el éxito de la terapia y el alivio, pues, de los males que les aquejen.

Aclaremos finalmente que aunque las dificultades de pareja y sexuales sean una de las especialidades del autor, los pacientes que recibe a diario solicitan ayuda por cualquier otro problema, depresión, esquizofrenia, obsesiones, etc., siempre, eso sí, adultos.

Salvo a nivel de prostitución, entre particulares y a nivel no de imaginación sino de hechos consumados, hombres y mujeres son casi igualmente infieles, o si se prefiere, casi igualmente fieles.

Pero trataremos de argumentar este convencimiento y analizar las razones que suelen darse en contra de esta opinión.

Una cuestión matemática

Pregúntese el lector: «¿cómo es posible que existan muchos hombres infieles, si no existen muchas mujeres que también lo sean?», «¿con quién son entonces infieles los caballeros?».

Otra cuestión sería si lo que estuviéramos dilucidando fuese quién fantasea más con ser infiel. Para que una persona desee o fantasee con ser infiel, no le hace falta nadie. Se puede ser infiel de pensamiento sin la colaboración de otras personas. Pero no estamos ahora analizando fantasías, sino realidades; la pregunta es: «¿quién *es* más infiel?».

Una persona no puede ser infiel en abstracto, es decir, no adquiere la condición de

infiel a su pareja en ausencia de relación con una tercera persona. Para ser infiel se necesita alguien con quien serlo.

Piense el lector, por un momento, en cuántos hombres habrá en su lugar de residencia, en este justo momento, que estén con una mujer que no es la que socialmente «les pertenece». ¿Uno? ¿Cinco quizá? ¿Veinte tal vez? ¿Cien?

Conteste ahora a esta pregunta: ¿cuántas mujeres hay, pues, en su ciudad que están en este momento con un hombre que socialmente «no les pertenece»?

Obviamente, la respuesta ha de ser uno, o cinco, o veinte, o cien... igual número que el anteriormente elegido.

Algunas veces, sobre todo por parte de mujeres no jóvenes y sin pareja, se opone a esto el comentario (digo comentario, ya que no se puede considerar como algo lo suficientemente serio como para ser tomado como un argumento en contra), de que el número de mujeres es muy superior al de hombres, lo cual supuestamente facilitaría que los hombres fueran infieles en un porcentaje muy elevado, mientras que las mujeres, al ser un grupo mucho mayor, sólo serían infieles en porcentaje mucho menor (por ejemplo, diez mujeres infieles de un grupo de cuatrocientas constituirían una proporción menor que diez hombres infieles de un total de cien). Es más, se suele mencionar, a veces como frase hecha, pero muchas veces creyendo en su veracidad, que existen «siete mujeres por cada hombre» (una vez más, aparece el número siete en la mentalidad mágica del ser humano). Nada más lejos de la verdad.

Según estadísticas oficiales facilitadas por el Fondo de Población de las Naciones Unidas, referidas al año 2001: en Argentina, de cada cien personas 50,95 son mujeres y 49,05 hombres; en España, de cada cien personas 51,11 son mujeres y 48,89 hombres; en México, de cada cien personas 50,52 son mujeres y 49,48 hombres. Estas leves diferencias numéricas a favor de las mujeres, tienen para lo que aquí estamos tratando, aún menos importancia si tenemos en cuenta que este desequilibrio se produce fundamentalmente al ser la mujer más longeva que el hombre, por lo que hay un número considerablemente mayor de octogenarias que de octogenarios, de viudas que de viudos; pero si limitamos, como propuse, nuestro análisis a edades menos avanzadas y más proclives a la infidelidad, las diferencias son prácticamente nulas.

Existe una posibilidad teórica que sería compatible con la idea de que haya mayor porcentaje de hombres que de mujeres que sean infieles.

Se trataría de que un grupo reducido de mujeres fuera infiel de manera reiterada y con varios hombres, para que así muchos hombres pudieran ser infieles aunque con pocas mujeres cada uno. Dicho de forma más matemática: si, por ejemplo, de cien hombres diez fueran infieles una media de dos veces a lo largo de su vida, y sólo lo fueran dos de cada cien mujeres, necesariamente esas mujeres tendrían que ser infieles a lo largo de su vida con diez hombres cada una, mientras que los hombres sólo tendrían dos experiencias de este tipo. Recuerde el lector que estamos hablando de personas particulares, por tanto, de mujeres de las más diversas ocupaciones, estudiantes, amas de casa, trabajadoras de las distintas ramas, etc., y no de profesionales del sexo. Tal cúmulo de experiencias amorosas extraconyugales de ese subgrupo de mujeres, no parece muy

creíble.

Naturalmente que hay que contar con las mujeres sin pareja que se relacionan con hombres casados, pero entonces también habría que contar con los hombres solteros, viudos o divorciados, que se relacionan con las mujeres de otros. Como expondremos más adelante, es cierto que el grupo de mujeres no emparejadas, solteras, viudas o divorciadas, se relacionan más con hombres casados que los hombres no emparejados con mujeres casadas, pero esto es sólo una pequeña parte de la verdad sobre la infidelidad.

Pasaremos a relatar lo que pueden aportar los datos revelados por los pacientes en el secreto de la consulta.

Datos profesionales

El autor, consultando sus archivos profesionales, encuentra que existen multitud de referencias de casos de todo tipo que ha atendido a lo largo de sus años de ejercicio como psicólogo. Se es consciente de que no es una muestra representativa del conjunto de la sociedad; también de que no es una muestra suficientemente numerosa, aun cuando coincide con las impresiones de muchos de sus colegas. Pero los datos que ha podido acumular sí tienen el interés de estar revelados por los propios interesados, protegidos por el secreto profesional, por lo que son suficientes para que, al menos, nos adentremos sin prejuicios en este tema de si un sexo es más infiel, en la práctica, que el otro.

A la hora de confeccionar los datos que presentamos no he tenido en cuenta una tercera parte de los casos atendidos durante estos años, y esto por variados motivos. En muchos casos por haber atendido una sola vez a las personas que me visitaban, con lo cual no era tiempo suficiente como para que me confiaran datos respecto al tema que aquí nos ocupa. En otros, por tratarse de personas que padecían graves alteraciones psicológicas, como, por ejemplo, esquizofrenia, de manera que su relación social era sumamente inhibida, y en cualquier caso, los datos que hubieran aportado no serían fiables. En otras ocasiones porque el asunto comentado era de tal cualidad (por ejemplo la muerte reciente de un hijo) que no daba la posibilidad de que en algún momento saliese el tema de la infidelidad, en caso de que la hubiese.

Tras esta selección para mejorar la calidad de los datos recogidos, aún quedan seiscientos casos diferentes atendidos en consulta, muchas veces referidos a problemas propios de pareja, como disfunciones sexuales, discusiones frecuentes, enfrentamientos con la familia política, etc., pero en más de la mitad de los casos referidos a otras problemáticas, como depresión, obsesiones, timidez, ayuda para adelgazar, ansiedad en sus diversas formas.

He aquí el resumen de los datos:

Personas a las que se refieren los datos, 756; de ellas, 312 acudieron a consulta en pareja; el resto de manera individual, con independencia de que estuvieran, o no, emparejadas.

El motivo de consulta de estas personas que venían individualmente, a veces tenía

que ver con sus dificultades de pareja, pero otras era por otras cuestiones tales como conflictos con la familia de origen, en el trabajo o dificultades internas sumamente variadas.

Expresado de otra forma: 444 personas acudían de manera individual (estuvieran o no emparejadas) y 312 en pareja; cada pareja constituye «un caso», por lo que el número de casos es de seiscientos. ($312 : 2 = 156$ casos de parejas) (156 casos de pareja + 444 individuales = 600 casos) ($312 + 444 = 756$ personas) (524 personas que estaban o habían estado emparejadas + 232 que ni lo estaban ni lo habían estado).

De cada cien de estas personas, 54 eran mujeres y 46 hombres. En total 348 hombres y 408 mujeres, siempre mayores de veinte años, pero sin sobrepasar los 75.

- Hombres emparejados o que lo habían estado, 246; de los que reconocieron ser o haber sido infieles a su pareja 51 de ellos, 15 habían cometido esta infidelidad mediante los servicios de una prostituta; 36 mantenían, pues, o habían mantenido relaciones amorosas con alguna mujer no profesional.
- Mujeres emparejadas o que lo habían estado, 278; de las que reconocieron ser o haber sido infieles a su pareja 30; tan sólo una de estas 30 mujeres había acudido a un profesional del sexo para llevar a cabo su conducta infiel; las otras 29 habían mantenido su infidelidad con personas no profesionales.

De estos datos y sin pretender en ningún momento que constituyan pruebas irrefutables, podemos sacar algunas conclusiones provisionales.

La más evidente es que tal y como nadie parece discutir, el recurso a la prostitución es muy superior en el hombre que en la mujer. Aunque basta con observar la cantidad creciente de anuncios en la prensa de prostitutas, (¿por qué no llamarles así?), para caer en la cuenta de que la tendencia es a que se acorten las distancias de frecuencia en este fenómeno.

La segunda es que los índices de infidelidad son altos. De un total de 524 personas emparejadas, 81 reconocen de *motu proprio* la infidelidad, lo que constituye más del quince por ciento. Podría argumentarse, con razón, que las personas que acuden al despacho no son representativas de lo que ocurre en el conjunto de la población y que quizá el segmento menos feliz, y por ello más propenso a la inestabilidad de pareja y familiar, sea el que más acude a una consulta psicológica. De ser esto así, el porcentaje de infidelidad sería menor. También con razón se puede argumentar que no todos los pacientes atendidos habrán reconocido su comportamiento infiel, especialmente en aquellos casos en los que el foco principal de atención estaba puesto en cuestiones que nada tenían que ver con la vida de pareja y que, por tanto, el porcentaje de infieles puede ser mayor. Por otra parte, los datos por mí recogidos se refieren a los años de vida transcurridos para cada paciente, pero lógicamente no a los que quedan por vivir, por lo que perfectamente podría suceder que una persona que no ha sido infiel en el momento de la visita, lo fuese en los años que le quedan por vivir, por lo que el número real de casos sería mucho mayor.

La tercera conclusión es que los hombres, contactos con prostitutas aparte, a nivel

«privado» son más infieles que las mujeres. Mientras que el 14,63% de ellos reconocen haberlo sido, sólo el 10,43% de ellas, utilización de «prostituto» aparte, reconocen su comportamiento infiel.

Cuando de promedio *sólo ha transcurrido la mitad de la vida de estas personas*, el quince por ciento de ellas reconoce haber sido infiel en cualquiera de sus variantes. Limitándonos a la infidelidad entre particulares *el 14,63% de los hombres y el 10,43% de las mujeres reconocen haber sido infieles* a sus parejas.

Pero, ¿cómo es posible que aproximadamente catorce de cada cien hombres mantengan en algún momento relaciones íntimas con una mujer que no es la que «socialmente les corresponde», si únicamente hay diez de cada cien mujeres que mantienen relaciones íntimas con un hombre que «socialmente no les corresponde»?

Recuerde el lector que estamos viendo sólo los datos referidos a personas emparejadas, ya sea mediante la celebración de un matrimonio civil o eclesiástico, o simplemente por mantener de manera estable una relación de «noviazgo» o similar, socialmente conocida y reconocida, en la que ambos se consideran la pareja del otro. Todavía no hemos considerado los datos referidos a personas sin pareja.

De los datos acumulados en mi despacho, referidos a personas sin pareja, se obtiene la siguiente cuantificación (excluyendo a personas que mantuvieron una relación íntima con una persona emparejada sin saber que lo estaba, es decir, creyendo que no tenía pareja).

- Hombres que estando sin pareja (solteros, viudos, divorciados) reconocen haber mantenido relaciones íntimas con una mujer que estaba casada o era la pareja estable de otro, 15, de un total de 96.
- Mujeres que estando sin pareja (solteras, viudas, divorciadas) reconocen haber mantenido relaciones íntimas con un hombre que estaba casado o era la pareja estable de otra, 33, de un total de 120.

Según estos datos, mientras que el 15,63% de los hombres sin pareja (solteros, viudos, divorciados) reconocen que durante su etapa de soltería, viudez o divorcio mantuvieron relaciones que suponían infidelidad para quien con ellos estaba, el 27,5% de las mujeres solteras, viudas o divorciadas reconocen que durante esta etapa han mantenido alguna relación con un hombre que sabían que era la pareja de otra mujer.

Estos datos referidos a personas sin pareja, sobre todo por soltería, habría que corregirlos ligeramente en el sentido de que, seguramente, el desequilibrio de doce puntos entre hombres y mujeres que entran en relaciones con personas casadas o emparejadas está exagerado. La razón está en que, con bastante frecuencia, la mujer envuelta en una relación amorosa con un casado, queda afectada anímicamente en tal modo que necesita la ayuda de un psicólogo, lo cual ocurre menos veces en los varones. Ante esta sospecha se revisaron los casos, encontrando que seis mujeres consultaron directamente por el sufrimiento que le había causado la ruptura de una relación de este tipo, mientras que lo mismo sólo ocurrió en dos casos de varones. Esto puede «inflar» los datos. Seguramente, aunque las mujeres solteras mantienen relaciones con casados con más frecuencia que los solteros con casadas, la diferencia no debe de ser de doce

puntos porcentuales, sino seguramente de unos siete, o algo menos. Dicho de otra manera, si los varones quedaran afectados por estas relaciones en igual medida que las mujeres, consultarían más al psicólogo y la desproporción se mantendría, pero no de manera tan acusada.

Podemos concluir que **el nivel de infidelidad es alto en ambos sexos, algo menor en el caso de las mujeres, lo cual se ve compensado por la mayor frecuencia con que las mujeres sin pareja entran en este tipo de relaciones «ilícitas» (sabiendo que lo son), en comparación con los hombres sin pareja. Esto hace posible que las infidelidades masculinas y femeninas sean matemáticamente viables.** Como se expuso al principio, no puede haber un hombre infiel si no hay una mujer con quien serlo, o viceversa.

Esta conclusión parece coherente con el amplio número de casos en los que, con estudios de ADN, se comprueba que en torno al quince por ciento de los hijos no son de los padres que supuestamente los han engendrado.

Los archivos de la consulta indican también que (en las parejas heterosexuales) la infidelidad cometida con personas del mismo sexo, es decir, la infidelidad de tipo homosexual, es infrecuente y parecida en su cuantía en hombres y mujeres. Dicho de otra manera, el número de hombres casados que mantienen relaciones afectivas y/o sexuales con otros hombres es similar al número de mujeres casadas que mantienen relaciones de este tipo con otras mujeres. En este punto concreto, reconozco que la muestra de personas que manejamos es demasiado baja para ser mínimamente significativa. Algo que llama la atención de este apartado es que, curiosamente, sufren menos los hombres que saben que su mujer les ha engañado con otra mujer, que las mujeres que conocen que sus esposos les han engañado con otro hombre. Da la sensación de que, muchas veces, las relaciones homosexuales femeninas, o relaciones lésbicas, se ven como un juego, un experimento, una simple variación, mientras que las relaciones homosexuales masculinas se perciben como una desviación. Pero no nos detendremos en este punto.

Un pequeño «experimento»

A lo largo de unos meses, un grupo de colaboradores se ha dedicado, bajo supervisión del autor, a publicar una serie de anuncios en una muy conocida revista de venta de artículos de segunda mano, en la que solicitaban encuentros entre casados y casadas.

Concretamente fueron un total de tres anuncios, con voz masculina, haciéndose pasar por hombres casados de 35, 42 y 46 años, y otros tantos anuncios, con voz femenina, haciéndose pasar por mujeres de 28, 34 y 40 años. En ellos se indicaba la edad que supuestamente tenía la persona que quería contactar, su estado civil, casada, y alguna pequeña indicación sobre las características de su físico.

Una vez recibidas las respuestas fueron eliminadas, no quedando registro alguno de los datos que en ellas se daban (generalmente un número de teléfono de contacto y un nombre, seguramente ficticio, aunque a veces también el estado civil y algún comentario

de la persona que contestaba), quedando así protegida la intimidad de quienes respondieron.

Los resultados fueron los siguientes:

- Anuncio de supuesto casado de 35 años: dos respuestas de mujeres que deseaban contactar con él.
- Anuncio de supuesto casado de 42 años: dos respuestas de mujeres que deseaban contactar con él.
- Anuncio de supuesto casado de 46 años: tres respuestas de mujeres que deseaban contactar con él.
- Anuncio de supuesta casada de 28 años: ciento cincuenta y seis respuestas de hombres que deseaban contactar con ella.
- Anuncio de supuesta casada de 34 años: ciento treinta respuestas de hombres que deseaban contactar con ella.
- Anuncio de supuesta casada de 40 años: ciento once respuestas de hombres que deseaban contactar con ella.

Estos datos requieren algunas matizaciones.

Del total de 397 llamadas recibidas de hombres que deseaban contactar con mujeres casadas, 127 eran de hombres que ya habían dejado su llamada en otro de los anuncios, es decir, estas casi 400 llamadas se correspondían a 270 hombres distintos. Si dividimos estos 270 hombres entre los tres anuncios, obtenemos una media de 90 hombres por anuncio.

Del total de siete llamadas recibidas de mujeres que deseaban contactar con hombres casados, una repetía llamada, es decir, la misma persona llamó a dos de nuestros anuncios. Por consiguiente, fueron realmente seis distintas mujeres las que contestaron buscando relación con supuestos hombres casados. Si dividimos estas seis llamadas de mujeres entre los tres anuncios, obtenemos una media de dos por anuncio.

La desproporción entre llamadas masculinas, 270, y femeninas, 6, queda reducida si tenemos en cuenta que en la revista en la que realizamos este pequeño «experimento» suelen publicarse en torno a trece anuncios de hombres casados que buscan contactos «infieles», mientras que los anuncios equivalentes de mujeres casadas oscilan entre dos y ninguno. Si la media de anuncios de mujeres casadas es uno, quiere decir que cada día se producen, en esta revista, 90 peticiones masculinas de relaciones extramatrimoniales. Si la media de anuncios de hombres casados es de 13, quiere decir que cada día, a una media de dos llamadas por anuncio, son 26 peticiones femeninas de relaciones extramatrimoniales.

La proporción, pues, sería de 90 hombres frente a 26 mujeres.

Esto no es ninguna prueba a favor de la idea de que los hombres sean más infieles, como mucho, de que lo intentan más, o quizá tan sólo de que el riesgo de la primera iniciativa lo corren los hombres, respondiendo así a la idea social de que deben ser ellos quienes inicien la conquista. En cualquier caso, no olvide el lector que la pregunta inicial de este capítulo es ¿quién *es* más infiel?, no quién lo intenta más. Si damos valor a los datos anteriores, únicamente podemos concluir que en la ciudad donde se publicaron

estos anuncios y a través de esta revista en concreto, 26 mujeres y, por tanto, 26 hombres, inician cada semana contactos de cara a mantener una relación clandestina o ilícita. Esto, claro está, siempre que no pensemos que cada una de esas 26 mujeres se relaciona con varios hombres a la vez, lo cual es posible, pero no creo que el promedio de «conquistas» de cada una de estas mujeres sea muy elevado, ya que es difícil para una mujer casada mantener, con cierta seguridad de no ser descubierta, varias relaciones clandestinas simultáneas, lo cual no quiere decir que no ocurra alguna vez.

Si observamos los anteriores datos notaremos algo curioso: a más edad de la mujer casada que busca contacto, menor es el número de llamadas recibidas (156 en el anuncio de 28 años, 130 en el de 34 años y 111 en el de 40 años); sin embargo, este descenso no se observa al aumentar la edad del hombre casado que busca contacto (2 en el de 35 años, 2 en el de 42 años, 3 en el de 46 años). Desde luego, la muestra es muy pequeña como para poder dar mucho valor a estos datos, pero podríamos intentar hacer una hipótesis explicativa de este fenómeno. Pudiera tratarse de que los varones tienden a dar más importancia a los aspectos físicos de la relación, mientras que las mujeres valorarían más aspectos como la protección o la experiencia en la vida.

No pretendo dar a los datos recogidos con estos anuncios ninguna validez científica. Tan sólo intento hacer notar al lector lo amplio del fenómeno que estamos analizando y compartir con él algunas curiosidades de una de las labores previas que hemos realizado, antes de la redacción de este volumen. Téngase en cuenta que son muchas las publicaciones que tienen secciones de anuncios de este tipo; además Internet es hoy una fuente rápida y muy utilizada para contactos personales y, por supuesto, que se establecen relaciones de infidelidad en el trabajo y a través de relaciones personales de todo tipo. Sin duda, el fenómeno de la infidelidad es mucho mayor de lo que la sociedad se admite a sí misma.

¿Por qué insistir tanto en la pregunta de quién es más infiel?

Quizá sea este el momento de abordar la cuestión que dejamos deliberadamente en el aire anteriormente. ¿Por qué se insiste tanto en la pregunta de cuál de los dos sexos es más infiel, si supuestamente se sabe la respuesta?

Creo que la contestación es fácil. Porque ***la sociedad, las personas, necesitan oír, sentir, que hay una parte de la familia que es estable***, duradera. La femenina.

No cabe duda de que la infidelidad en el seno de una familia es un factor potencial de inestabilidad. Muchas relaciones ilícitas no tienen consecuencias, en algunos casos, pocos, pueden llegar a tener efectos positivos, y en otro grupo de casos, numéricamente mayor que el anterior, las consecuencias son negativas y crean a sus protagonistas y a los hijos innumerables angustia, en forma de ruptura matrimonial, recriminaciones y un largo etcétera en el que profundizaré más adelante. Así las cosas, es tranquilizador para cada uno de nosotros, pero también para todos vistos como grupo social que somos, pensar cándidamente que sólo los hombres son infieles, pero que las mujeres, es decir, nuestras madres, hermanas y esposas, no lo son.

Tanto preguntarse por este tema, no es más que una manera de autoconvencerse de algo que en el fondo se sabe equivocado y que en el corazón crea angustia. ***Se formula la pregunta para poder responder lo que se desea oír.***

El movimiento feminista, que tanto ha luchado y que afortunadamente tanto ha conseguido en cuanto a igualdad de oportunidades, derechos ante la ley, etc., no siempre ha sido capaz de poner en cuestión la imagen idílica de la mujer como un ser puro e incapaz de actos «ilícitos». Los hombres, por su parte, entendidos en su conjunto, incapaces de darse cuenta de sus necesidades afectivas y de estabilidad, han contribuido a mantener esta creencia de una sociedad llena de hombres promiscuos, sin mujeres que lo sean.

Hombres y mujeres contribuyen a mantener la creencia, al menos parcialmente equivocada en mi opinión, de que ellos son *en la práctica* más infieles que ellas, llegando al absurdo de mantener, unos y otros, que ellos disfrutaban de cuantiosas relaciones «ilícitas», pero que este tipo de relaciones apenas se dan en mujeres.

En mi opinión, en los próximos años vamos a asistir a una auténtica revolución en esta forma de proceder. Las mujeres, entendidas, claro está, como grupo y, por tanto, con numerosas excepciones, van a reivindicar (creo que ya lo están haciendo), el poder ser igual que el hombre en este apartado. Iguales no para ser infieles, pues ya hemos visto que así es y que no podría ser de otra manera, puesto que no puede haber muchos hombres infieles sin mujeres que también lo sean, sino iguales para no tener que disimularlo tanto, para no tener que pasar un especial oprobio por serlo, para poder tomar esa opción sin ser sancionadas socialmente de manera tan grave como hasta ahora. No es difícil ver ya, en cualquier cadena de televisión, programas más o menos intrascendentes en los que se relata la infidelidad de tal o cual mujer con desparpajo, sin tapujos, como algo desenfadado. Hace unos años, esto hubiera sido impensable.

No nos pronunciamos sobre si esto es bueno o malo. Seguramente comparta un poco de cada cosa. Algo de avance en la igualdad hombre-mujer, lo cual es positivo, y algo de bajar a la categoría de anécdota algo de máxima trascendencia para la estabilidad familiar, que no lo es. El tiempo juzgará, pero sin duda, nos esperan cambios en la consideración de la infidelidad femenina que hasta ahora eran impensables.

Creo que todos, hombres y mujeres, debemos ser sumamente responsables a la hora de dar estabilidad a las personas que queremos, cónyuge e hijos principalmente, y aún más a estos últimos si por su edad son especialmente vulnerables. Ambos sexos debemos asumir nuestras responsabilidades, reconocer nuestras necesidades y buscar la manera más sensata de satisfacerlas. Intentar quedarse con la exclusiva del derecho a disfrutar, como intentan unos, y pretender apoderarse de la fama del bien hacer y la conducta correcta y moral, como intentan otras, es, además de poco igualitario, inviable y en cualquier caso irreal.

¿CÓMO ES POSIBLE QUE ALGUNAS PERSONAS MANTENGAN SU INFIDELIDAD DURANTE AÑOS, SIN QUE EL CÓNYUGE LO

SOSPECHE?

Sin duda alguna, el grado de habilidad que demuestran las personas para ocultar sus relaciones ilícitas varía mucho de unos individuos a otros. El tema de las estrategias para ocultar este tipo de relaciones lo abordaremos más adelante. Sin duda, hay personas que son especialmente hábiles en su puesta en marcha. Pero por hábil, inteligente, sagaz y astuto que sea un individuo, parece imposible ocultar durante años la existencia de un o de una amante, cuya compañía se frecuenta de vez en cuando, sin que la pareja sospeche de ello antes o después. Sin embargo, todos conocemos, o al menos hemos oído hablar, de casos en los que durante años una persona no se percató de la doble vida de su pareja.

No es solamente el tiempo que el infiel dedique a la relación clandestina, es también el gasto económico que suponga, los cambios de humor que produzca esa relación, las personas que pueden casualmente coincidir con la pareja de infieles y que les pueden delatar, mil momentos de fallo en las estrategias y mentiras que se involucran para mantener clandestina la relación, señales, marcas, olores y un largo etcétera que pueden dar lugar a sospecha a la persona engañada... ¿Cómo es posible que nunca llegue a percatarse de lo que sucede?

PORQUE NO QUIERE ENTERARSE. Con las excepciones que siempre tiene cualquier regla, esta es la verdad que observamos los especialistas una y otra vez. Muchas personas procuran «no ver, para no saber».

Las razones pueden ser muchas, entre otras:

- **La sensación íntima y profunda de que en caso de no consentir, o mejor dicho, de no adoptar la postura de procurar no enterarse, el matrimonio se rompería.** A veces, por la razón que sea, por ejemplo, por creer que nadie más va a encontrarnos dignos de amor, preferimos mantener una relación parcialmente insatisfactoria antes que correr el riesgo de no ser queridos por nadie. Se trata de personas con un bajísimo autoconcepto, con la sensación profunda de que no son dignas de amor, y que, por tanto, suerte tienen con que las quieran a «tiempo parcial». Sería, pues, imprescindible que cambiaran su forma de considerarse para que pudieran enfrentarse eficazmente al tema de la infidelidad de su pareja.
- **Por la sensación profunda, más o menos inconsciente, de que no se aporta al matrimonio algo concreto y fundamental que debería poder aportarse.** La ecuación mental podría expresarse con una frase del tipo: «ya que no le doy X, no puedo pretender que me sea fiel». Se observa este mecanismo, a veces, en personas que sienten que valen mucho menos que sus parejas en el ámbito intelectual o físico, o que sienten que no pueden ofrecer la ternura que deberían dar, o en general, en personas que, con razón o sin ella (en realidad sin ella), se sienten gravemente deudoras con sus parejas.
- **Para «a cambio» poder cometer algún otro tipo de «infidelidad»,** tal como dedicarse de manera especial a la familia de origen, o a la profesión, o a otro menester, de manera que se invierta en esta actividad una energía, un tiempo y una implicación emocional que difícilmente sería consentida por muchas personas si lo

observaran en sus parejas. En este sentido, es más frecuente que este tipo de «infidelidad» (¿deberíamos quitar el entrecomillado?) la realicen las mujeres mediante una implicación de gran calado con los padres y hermanos, dejando en un escandaloso segundo nivel la relación matrimonial, y que la realicen los hombres mediante una dedicación laboral que deja también en un escandaloso segundo nivel la relación de pareja.

- **Para eludir unas relaciones sexuales que por alguna razón se temen.** Aquí la ecuación mental podría describirse con la frase «mientras ahogue sus impulsos con alguien, no tendré que entrar yo en una relación sexual que temo». Las razones para este temor pueden ser muchas, desde fantasías homosexuales que permanecen dormidas mientras no haya ninguna actividad sexual, a no hacer frente a un problema de impotencia eréctil, pasando por miedos irracionales difíciles de comprender para quienes, afortunadamente, mantienen una vida sexual normal.
- **Por haber vivido situaciones parecidas en la familia de origen.** Se trata de personas que «se acostumbraron» a algún tipo de infidelidad en la pareja de sus progenitores, de manera que no conciben otra postura que no sea la de mirar para otra parte cuando la pareja tiene un comportamiento que sería sencillamente intolerable para otros. También ocurre, en alguna ocasión, que lo observado en la pareja de padres haya sido justo todo lo contrario, es decir, que uno de los progenitores haya ejercido un control asfixiante del otro, de manera que fuera este control extremo la fuente de conflictos y hasta de disolución final de la pareja. El hijo o hija adoptan, sin reflexionar demasiado en ello, una postura contraria e igualmente extrema y equivocada.
- **Por desapego afectivo de la pareja.** Se trata de esas parejas que en otro punto de este libro calificamos de formalmente casadas, pero realmente divorciadas, en las que lo que se valora realmente es el mantenimiento del *statu quo* existente, el cuidado de los hijos, la estabilidad económica y que la apariencia social se mantenga, para lo cual se mira para otra parte con tal de que las cosas sigan como están.
- **Para poder mantener igual comportamiento de infidelidad.** Aquí la ecuación mental es la de «no juzgo para no tener que juzgarme, ni que me juzguen». Procurar no enterarse de la infidelidad del otro ahorra muchas molestias y sufrimientos aunque se ejerza igual comportamiento, pero además, es una autojustificación para ser también infiel, sin que la conciencia apriete demasiado.
- **Por fuertes sentimientos de culpa** (muy principalmente en mujeres), fundados o no, por lo que se genera una ecuación mental del tipo: «me lo tengo merecido». De esta manera se sufre interiormente por la infidelidad del esposo aunque únicamente se conozca esta a nivel preconscious (es decir, oculto por una fuerza mental superable, que facilita que el dolor se haga patente de cuando en cuando, aunque no esté claro su origen). O dicho de otra forma, lo bastante consciente como para sufrir por ello y expiar así las propias culpas, pero lo bastante inconsciente como para no tener que reaccionar abiertamente contra esa infidelidad y permitir así que siga.

- **Para mantener así, en la vida de pareja, la sensación de que la unión no es del cien por cien.** Algunas personas tienen en lo más profundo de su ser, la angustiante sensación de que podrían «desaparecer» como seres con entidad propia si estuvieran «más cerca», «más fundidos» con su pareja. A veces, los profesionales nos referimos a estas personas como «borderline», personas que no pueden ser catalogadas de psicóticas, pero que presentan algunas de sus características.

Estas son algunas de las causas más frecuentes, pero lógicamente puede haber otras muy particulares que sólo afecten a determinadas personas.

Los varones cuentan con una dificultad añadida a la hora de percatarse de que sus compañeras les son infieles, ya que como afirmo en el capítulo relativo a quién es más infiel, hombres o mujeres, existe la creencia social, o mejor dicho, la necesidad social de creer que son los hombres quienes tienen conductas infieles, pero no, o al menos no tanto, las mujeres. Cuando mentalmente no se admite la posibilidad teórica de que un fenómeno ocurra, es difícil percatarse de la existencia de dicho fenómeno, por muy cerca que se tenga. Además, es cierto que en general, por supuesto que con muchas excepciones, los hombres son menos observadores del mundo de las emociones y del entramado familiar. Por todo esto, los hombres se muestran notablemente más torpes que las mujeres a la hora de sospechar y detectar la infidelidad de sus compañeras.

Cuando el autor atiende en su despacho a una pareja, siempre, absolutamente siempre, garantiza a la pareja que su intimidad será protegida y que se guardará secreto de lo que cuenten. Esta obligación de guardar secreto profesional, tal y como se les afirma, incluye el no desvelar ante cada uno de ellos los secretos que el otro cuente. Así las cosas, se pueden conocer las infidelidades que cada uno cometa o haya cometido en el pasado. Pues bien, nunca deja de sorprender la ingenuidad, la falta de observación, la incapacidad para darse cuenta de lo que está ocurriendo que demuestran la mayoría de los hombres, cuando son sus esposas las que mantienen relaciones ilícitas. Esto ocurre así por muy inteligente, sagaz y experimentado que pueda ser el varón. Es impactante ver cómo hombres de gran valía intelectual, socialmente reconocidos, laboralmente en la cumbre, pueden demostrar tan inmensa ingenuidad y ceguera a la hora de observar detalles sobre el comportamiento de sus esposas. Las mujeres, aun cuando no sepan o no quieran saber, al menos no niegan la posibilidad y no afirman la inocencia de su pareja con la fe del converso, como hacen tantas veces los hombres.

No hay mayor ceguera que la del que no quiere ver.

No es difícil observar casos de parejas que tras años de infidelidad de uno de sus miembros, años en los que el cónyuge «miró para otra parte» por alguna de las razones ya expuestas, «de repente» se aduce la infidelidad como razón suficientemente justificada para romper la pareja, de manera que la misma situación que durante años se ha estado produciendo y consintiendo, se convierte de un día para otro en «la causa» que justifica el deseo de romper la pareja.

En estos casos, lo que ocurre en realidad es que algo ha cambiado en el miembro de la pareja que fue engañado durante tanto tiempo, algo que le lleva a no necesitar «mirar para otra parte», o incluso cosa que hace finalmente útil «enterarse» del comportamiento

rechazable del otro. Podría tratarse de ese hombre que estuvo volcado en sus retos profesionales, de los que de ninguna manera deseaba olvidarse, y que para ello procuró convencerse a sí mismo de que tanta salida y tanto viaje de la esposa no tenían más motivación que distraerse y cultivar sus amistades femeninas, pero que de repente queda fuera del mundo laboral, por jubilación u otra circunstancia, y que por ello ahora, sólo ahora, puede no temer mirar la verdad de frente y reconocer abiertamente que su pareja hace tiempo que busca la ternura y el placer que necesita en otros brazos. Ahora sí puede atreverse a verlo, pues ahora no tiene ya el beneficio de «ser infiel» con su «amante», es decir, con sus retos profesionales.

También podría tratarse de esa mujer que durante muchos años dedicó toda su energía, su pasión y su interés a cuidar a los hijos. Ese tipo de mujer que sueña con ser por siempre querida y admirada si cuida hasta el extremo a sus hijos, es más, que vive la vida de los hijos más que la suya propia, y que desea tener la exclusiva afectiva de los hijos, eclipsando al padre, para lo cual actúa intensamente (habla mal del padre a los hijos, procura que estos no tengan contacto con la familia paterna, procura que los hijos realicen aquello que para ella fue imposible realizar, etc.). Es ese tipo de mujer para quien el marido es únicamente un instrumento biológico, en cuanto que imprescindible para traer hijos al mundo; legal, en cuanto que aporta un apellido y una inserción social de la familia; económico, en cuanto que aporta los ingresos necesarios, y poco más. Pero antes o después, los hijos reclaman su independencia, forman parejas, viven su vida, se marchan del hogar. El sueño de ser siempre admirada por su abnegación, la costumbre de vivir la vida por delegación, creyendo íntimamente que los logros de los hijos y sus avatares son los propios, antes o después se viene abajo. En un momento así, en donde ya no es necesario tener al marido apartado y «entretenido» con sus asuntos, ya se puede mirar de frente lo que ocurre, y una mujer de este tipo puede empezar a darse cuenta de que hay evidentes síntomas de que su esposo, seguramente tiene una relación extramatrimonial. Pondrá el grito en el cielo, porque ahora ya no necesita, o mejor dicho no puede, mantener el estado de cosas anterior, el ser la reina y exclusiva poseedora de la vida y los afectos de los hijos.

O podría tratarse también de esa mujer que con el paso del tiempo ha sido capaz de «releer» su vida de otra manera, de darse cuenta de que no tiene motivos para sentirse tan «pecadora» o tan deudora con su marido, de que aporta más de lo que creía al matrimonio, y que por todo esto sí puede exigir explicaciones sobre el cómo y en el qué utiliza su marido el tiempo.

Estos son tan sólo algunos ejemplos, pero se podrían poner otros muchos más.

La responsabilidad por estos acontecimientos es relativa, ya que suelen ser mecanismos no conscientes (a veces sí), y porque a poco que se analicen se observa que la responsabilidad, en todo caso, está repartida entre sus diversos protagonistas, ya que basta con que uno de ellos sea capaz de hacer las cosas de manera más franca y eficaz, para que finalmente estas historias de infidelidades consentidas y a veces finalmente descubiertas tras muchos años, no se den.

Estos casos de cónyuges que procuran no enterarse de la infidelidad, posibilitan el

desarrollo de relaciones extraconyugales de larga duración. Es por ello que aquí encontramos casos que constituyen casi una verdadera bigamia: (mantenimiento de dos hogares, hijos atendidos (no abandonados) con dos mujeres distintas, economía repartida entre los dos hogares...

QUÉ DEBE HACER SI NO QUIERE QUE SU PAREJA SEPA QUE ES INFIEL

Tal y como se dijo al inicio de este libro, la moral no es competencia de la psicología. Las personas que nos dedicamos a esta ciencia nos limitamos a que las personas puedan comprender mejor sus móviles, entender el origen de sus conflictos personales e interpersonales, conseguir la paz interior que desean y a que alcancen sus objetivos, salvo que estos, claro está, sean ilegales.

Ni mantener una relación secreta con otra persona, ni intentar descubrir la que pueda tener la pareja, son aspectos que caigan fuera de la ley, por tanto, el profesional psicólogo puede dar sus consejos con el fin de que sean utilizados por quienes lo deseen.

Veamos, en primer lugar, qué puede aconsejarse a una persona que desea mantener oculta una relación extramatrimonial:

- 1) Si es posible, porque el contacto entre usted y su amante se haya iniciado a través de anuncios, agencias o de forma fortuita, de manera que su verdadera identidad no tenga por qué ser conocida, utilice un nombre distinto al suyo. Nada perderá la relación y en nada perjudicará a la otra persona si cambia el nombre. Ello no conlleva que tenga que cambiar sus ideas, ni su forma de ser, ni que tenga que dar ni recibir menos ternura... pero sí será una forma de protegerse ante la posibilidad de que la relación llegue a conocimiento de quien usted no desea que la conozca. Con el tiempo, el falso nombre se «cargará» con todas las asociaciones hacia su persona que ya tiene el suyo verdadero, de manera que le sonará a usted tanto como el nombre real.
- 2) A no ser que por alguna razón sea imprescindible, no intercambie con su amante información que sólo usted y su pareja pueden conocer. Ello podría, en algún momento, constituir una prueba en su contra.
- 3) Si desde hace tiempo mantiene frente a su pareja algún tipo de reivindicación, tal como «salir más veces los dos juntos», «tener más relaciones sexuales», etc., no deje de manifestar esos mismos deseos ni cambie la manera de plantearlos, incluso aunque ya no tenga esperanza de conseguir lo que desea, o si los aspectos que reivindicaba están ya cubiertos por la persona con la que mantiene la relación ilícita. Dejar de pedir lo que siempre se pidió puede ser motivo de sospecha para su pareja.
- 4) No aumente su nivel de cuidado personal. Un maquillaje más minucioso, una corbata más cara, un uso más frecuente de colonia, una mayor preocupación sobre qué traje vestir, pueden ser indicios muy evidentes, especialmente si es usted

hombre, ya que las mujeres suelen ser muy observadoras de estos pequeños detalles.

- 5) Integre, en la medida de lo posible, sus encuentros con su amante en sus horarios habituales. Quiero decir que no provoquen horas distintas de llegar a casa, de comidas, etcétera.
- 6) Cuando tenga que explicar dónde ha estado, por dónde ha llegado, con quién y dónde ha comido, etc., *procure incluir en su respuesta elementos verdaderos*. Por ejemplo, al ser preguntado por dónde y con quién ha comido, tendrá que mentir en cuanto a la pregunta de con quién, pero puede decir la verdad respecto al sitio, es más, puede extenderse en explicaciones sobre lo agradable del local, lo mucho que le ha gustado la comida o lo atento que era el camarero (si realmente estas cosas eran así), de esta manera *sus expresiones no verbales, las más importantes en la comunicación y las que más le pueden traicionar*, contendrán aspectos coherentes y verdaderos, con lo que a la persona que le escucha y observa le será muy difícil descubrir el engaño.
- 7) No saque usted, como tema de conversación, el de la infidelidad, ni siquiera referido a otras personas, pero si el tema sale en su presencia, o es su pareja quien lo aborda, nunca lo eluda, tampoco intente acortar la conversación, ni deje de opinar al respecto lo que siempre opinó. De no actuar así, su comportamiento llamará la atención.
- 8) Si la persona con la que se relaciona es conocida por su pareja, no deje de opinar respecto a ella lo que siempre opinó. Incluso si esta opinión contenía aspectos o comentarios positivos sobre su físico u otras cualidades.
- 9) Si mantiene contacto con el compañero o compañera sentimental de su amante y de lo que se trata es de disimular ante él o ella, no deje de hacer respecto a la persona «que comparten» los comentarios, positivos o negativos, que ya había hecho con anterioridad a iniciarse la relación ilícita. También le servirán para con él o ella todos los consejos anteriormente enumerados para con su propia pareja.
- 10) En el caso de que usted se sienta culpable por la relación ilícita que mantiene, es probable que inconscientemente se imponga una penitencia. No pocas veces, como demuestra la experiencia, la penitencia consiste en cometer descuidos que descubren la verdad ante la propia pareja o la pareja del amante. Por este motivo deberá, de cuando en cuando, meditar sobre su comportamiento infiel, y en el caso de que decida mantener la situación, preguntarse ¿cómo se siente mi conciencia con lo que estoy haciendo? Si la respuesta es que su conciencia no está tranquila, vigile posibles y sutiles actos de autosabotaje que esté cometiendo hacia sí mismo. Cometer el lapsus de llamar a su pareja con el nombre de su amante, «perder» un papel donde anotó la cita clandestina, o dejar a la vista el teléfono móvil con el registro de las llamadas recibidas, son sólo algunas de las docenas de cosas que la persona puede evidenciar inconscientemente para ser descubierto y pagar así sus pecados de infidelidad.
- 11) Si como resultado de sus relaciones ilícitas descubre nuevas experiencias sexuales

y si desea ponerlas en práctica también con su pareja, tenga la precaución de aparentar que son un descubrimiento casual. Mejor aún, procure que parezca que es su pareja quien las ha descubierto.

- 12) Cuando, como resultado de sus contactos con su amante, experimente un notable cambio de estado de ánimo, ya sea en el sentido de estar feliz y optimista, como de sentir enfado o frustración, no esconda estos estados anímicos delante de su pareja, lo notaría con facilidad; puede ser más apropiado dejar ver esos estados emocionales, pero atribuyéndolos a cualquier otra circunstancia habitual en su vida, tal como un buen resultado en los negocios o una conversación tensa con un familiar. No olvide que *es fácil dar información verbal falsa, pero negar las emociones que se sienten es tarea casi imposible si está ante un observador mínimamente atento.*
- 13) Si sospecha que su pareja «lícita» tiene una aventura con otra persona, o si simplemente observa que coquetea o tan sólo que se arregla más de lo habitual, no deje de tener la reacción de celos que en otro momento se hubiera esperado de usted. Sería una torpeza no hacerlo por miedo a que salga a relucir su propia infidelidad, pues al contrario de lo que pueda creer en un primer momento, su falta de reacción sería indicio de que algo no marcha con naturalidad en su vida.
- 14) No cometa esa equivocación tan frecuente de ser especialmente generoso/a o cariñoso/a con su pareja movido por sentimientos de culpa o por una especie de deseo de compensación. Superar su habitual grado de atención hacia la pareja oficial puede despertar en ella el deseo de descubrir la causa.
- 15) Si las salidas con su amante le ocasionan cansancio, desinterés sexual hacia su pareja oficial u otros cambios que tengan que ver con su estado físico, no lo niegue, reconozca ese cansancio, desinterés etc.; por un lado, porque son aspectos fácilmente observables para su pareja y, por otro, porque de intentar forzarse únicamente conseguiría entrar en una espiral de decaimiento físico cada vez más pronunciado.
- 16) Procure dejar claro en todo momento ante su amante, qué es lo que siente y lo que busca en la relación. Crear expectativas exageradas o directamente falsas que después generen frustración, puede despertar deseos de venganza en su compañero/a de aventura, que muchas veces pasan por hacer llegar a la pareja oficial información suficiente como para ser descubierto. Si en la persona con quien comparte la relación ilícita observara en algún momento propensión hacia la violencia (no necesariamente física) y hacia la venganza, quizá fuese mejor que no siguiera adelante con los encuentros entre ustedes. Si entre sus expectativas y las de su amante existe una gran discrepancia, bueno sería que hablaran entre ustedes de cómo sería y qué pasaría si uno de los dos decide dejar la relación. Quizá en este momento pueda llegar a entrever (si es que existe) el riesgo de una reacción violenta que pase por descubrirle ante su pareja oficial. Este riesgo es muy superior, si su amante es una persona sin pareja oficial.

Si, por el contrario, lo que usted desea es detectar una posible infidelidad de su pareja,

observe las siguientes cuestiones:

- 1) Si ha abandonado viejas reivindicaciones afectivas y/o sexuales hacia usted. Por supuesto que el que lo haya hecho no indica que, necesariamente, tenga un amante, pero sí es cierto que este tipo de reivindicaciones suelen cesar cuando las personas se deciden a buscar lo que desean «en otra parte».
- 2) Si al abordar cuestiones relativas a dónde ha estado, con quién, qué ha hecho y otras por el estilo, rehuye el contacto visual, de manera que prefiere darle explicaciones verbales a cierta distancia o cuando su postura corporal no permite «leer» su cara. O si hay contradicción entre la información verbal y la no verbal que le transmite.
- 3) Si su estado de ánimo fluctúa de manera poco habitual y sin acontecimientos externos que usted conozca y que lo justifiquen. O si su estado de ánimo no se corresponde con el que cabría esperar debido a la actividad que se supone ha desarrollado, o a la relación con las personas con las que, en teoría, ha estado.
- 4) Si tras largo tiempo en el que su pareja ha sido activa sexualmente, pero lejana afectivamente, este patrón de conducta se altera. O viceversa. Un patrón de conducta tan importante, si es mantenido durante largos años, no puede cambiar por muchas cosas. Una de ellas, no la única, puede ser porque haya iniciado una relación extramatrimonial.
- 5) Si tras un largo período de dudas sobre si quería, o no, separarse de usted y sin que nada haya cambiado renuncia a este cambio. Una vez más he de decir que una observación de este tipo no asegura la existencia de una relación ilícita, pero podría ser un dato más a tener en cuenta en conjunto con otros.
- 6) Si tras algunas salidas aparentemente «inocentes» su estado de ánimo mejora de forma ostensible, aunque pasajera.
- 7) Si la persona con quien usted supone que puede serle infiel tiene evidentemente alguna cualidad que su pareja siempre deseó y a la que parece haber renunciado finalmente en usted mismo.
- 8) Si su pareja tiene, o cree tener, motivos de fuerte enfado con usted, que puedan provocarle deseos de venganza (por ejemplo, por una infidelidad propia, o por haber tenido que renunciar al contacto con su familia debido a sus presiones), y a pesar de lo que podría esperarse no aparecen actos evidentes de tal venganza. Quizá siéndole infiel se esté vengando.
- 9) Si el cuidado de su aspecto personal ha cambiado notablemente sin otra razón que lo justifique, y especialmente si es llamativo en ocasiones concretas en las que no podría justificarlo por sus actividades.
- 10) Si observa una llamativa intranquilidad al abordar el tema de la infidelidad en general, o haciendo referencia a otras personas.
- 11) Si el repertorio de juegos sexuales de que es capaz su pareja varía de manera notable y brusca.
- 12) Si de manera inesperada e inexplicable, está con usted más atento/a y si esto coincide con salidas aparentemente justificadas «por motivos de trabajo»,

etcétera.

Ninguno de estos puntos observados aisladamente en su pareja garantizan que le esté siendo infiel. Si son varios los que ha detectado tampoco, pero las posibilidades aumentan. Si es así y la sospecha produce en su corazón un nivel importante de desazón, le recomiendo que exponga sus temores a su pareja. De su reacción, más que de sus palabras, podrá deducir si las sospechas eran, o no, fundadas. En cualquier caso, siempre es menos lesivo para la relación de pareja una conversación franca y abierta sobre estos temas que la duda permanente. Aun en el caso de que no haya nada reprochable en la conducta de su pareja, la conversación servirá para tranquilizarle, para que cada uno sepa con más certeza lo importante que es para el otro y también, es verdad, para producir un muy probable enfado en su pareja, pero si la relación es mínimamente sólida este enfado pasará. Es difícil que una pareja se disuelva por el hecho de que uno de sus miembros haya planteado dudas de si el otro será, o no, infiel, pero sí hay muchos casos en los que aun no existiendo problemas de infidelidad se ha creado un mal ambiente de relación, hasta llegar a la ruptura, por el hecho de no verbalizar las dudas de uno de ellos respecto de la fidelidad del otro.

Ante la duda de si su pareja le es o no fiel, bueno sería que se formulara esta pregunta: ¿le satisfago lo suficiente como para que esté bien conmigo, o por lo contrario, le dejo muy insatisfecho en algún aspecto de la relación?

La insatisfacción puede referirse a muchos aspectos: grado de ternura que recibe, interés que demuestra por los asuntos que a él (o ella) le resultan importantes, nivel de satisfacción sexual, la medida en que nota que es compatible la relación afectiva y la que él o ella pueda desear respecto de familiares, amigos, etc., cantidad de ternura que permite que le exprese, grado de seguridad que le aporta en cuanto a lo estable de la relación, grado en el que sus inseguridades, miedos, o limitaciones psicológicas son calmadas por seguridad, experiencia, o trato hacia él o ella...

Si de corazón, cree que su pareja está satisfecha en estos aspectos básicos de la convivencia, y más aún si él o ella se lo ratifican, y todavía mejor, si además tampoco ha observado ninguno de los aspectos señalados anteriormente, puede relajarse y confiar en la fidelidad de su compañero o compañera.

Formas de contactar y razones aducidas

El inicio del contacto entre dos personas que participan en una relación ilícita puede adoptar las más variadas formas, producirse en los más variados lugares, tener cadencias temporales sumamente variadas y puede darse aduciendo ante la sociedad y ante ellas mismas las más variadas justificaciones.

En los datos aportados por los pacientes, se ha buscado una forma de contacto entre infieles que destacase por su frecuencia respecto a otras, pero no se ha encontrado ninguna que fuera claramente más frecuente que las demás. En el centro de trabajo, a través de anuncios, en el grupo de amistades habituales, con antiguos novios o amantes...

Casi cualquier ámbito de actividad humana sirve como lugar de primer contacto entre

ambas personas. Es cierto que el desarrollo de nuevas tecnologías y la despenalización del adulterio han abierto nuevas posibilidades de contactar con otras personas, por lo que en los últimos años hemos asistido a la aparición de métodos informáticos de contactar entre particulares, así como a la aparición de empresas encargadas de establecer este tipo de contacto o de dar cobertura a los infieles aportándoles coartadas ante sus parejas oficiales, pero sigue sin haber ningún método que alcance una clara preeminencia a la hora de posibilitar el relacionarse con alguien fuera de la pareja.

Parece tentador afirmar que aquellas infidelidades que son «buscadas», es decir, las que son producto de un cálculo de intereses, de un plan organizado, predominarán entre personas que han contactado a través de anuncios, empresas de contactos y otros métodos similares, mientras que aquellas otras que son «encontradas», es decir, las que surgen sin que sus protagonistas tuvieran la determinación previa de que esa relación ilícita se produjera, se producirían más en lugares tales como el centro de trabajo, los contactos sociales rutinarios de la persona, las amistades, etc. Puede ser tentador afirmar esto, sí, pero quizá no del todo acertado.

Una vez más, hemos de realizar la distinción entre motivaciones conscientes e inconscientes.

Muchas personas que de manera consciente no están buscando una relación extramatrimonial y que se limitan a sus relaciones sociales, laborales y familiares habituales, «lanzan» a su alrededor multitud de señales que invitan a posibles pretendientes a intentar un acercamiento no simplemente amistoso. El lenguaje no verbal es sumamente poderoso. Con el gesto, con el tono de voz, con la oportunidad de un comentario, con la postura del cuerpo y de mil maneras distintas, podemos enviar a los demás y especialmente a algunas personas que nos resultan más apetecibles, mensajes que les invitan a iniciar un cortejo, a darnos consuelo de manera tierna, muy tierna, a tener una relación, quizá al principio no sexual, de confidencias, secretos, mensajes de apoyo y ternuras de mil formas percibidas que vayan trazando el camino de una infidelidad en toda regla.

Incluso hay personas que andan en el mundo de los *chat* informáticos, de los anuncios por palabras y de mil métodos de contactos, que aseguran que tan sólo buscan una relación humana, un poco de amistad, algo de conversación, aunque la manera de hacerlo da a entender al menos experimentado de los observadores, que buscan la posibilidad de un amor secreto. Son esos hombres y sobre todo esas mujeres, que junto a información trivial siempre piden y aportan otra que tan sólo se puede entender en clave de deseo erótico, como la estatura, el peso, lo supuestamente atractivo o atractiva que es, etc., aun cuando supuestamente sólo buscan amistad. Desde luego, que muchas veces se trata de personas que tienen claro su deseo de ser infiel y que únicamente lo disimulan, pero otras veces se trata simple y llanamente de que la persona se engaña a sí misma. Este deseo de ocultar a la propia conciencia la apetencia de vivir una aventura amorosa lleva a las personas a dar multitud de explicaciones que, a veces, tan sólo intentan calmar sus escrúpulos morales y otras organizar mentalmente lo que les está ocurriendo, dado que sus verdaderas motivaciones escapan a su conocimiento. Estas autojustificaciones,

que pocas veces son la verdadera explicación de una relación secreta, son con frecuencia las que pueden transmitir las siguientes frases:

- «No me di cuenta de cómo ocurrió, simplemente me enamoré.»
- «Es algo habitual, todo el mundo tiene una (o un) amante.»
- «Él (o ella) me lió, tiene un gran poder de seducción.»
- «Yo no quería; en realidad, no sé ni cómo sucedió.»
- «Aunque tengamos contactos sexuales, lo nuestro es sólo una amistad.»
- «Lo veo únicamente porque se pone muy pesado.»
- «Mi matrimonio está muerto.»
- «Esta relación en nada influye en mi matrimonio, es algo totalmente al margen.»
- «Estaba totalmente convencido/a de que se iba a separar de su cónyuge.»
- «Qué culpa tengo yo si es la persona de la que me he enamorado.»
- «Sólo se trataba de vivir una aventura sexual, pero luego no pude controlar la situación.»

Pocas mujeres en trance de contactar con un hombre con intención de mantener una relación clandestina reconocerán abiertamente su intención. A lo sumo, admitirán su deseo de evitar la soledad, o de buscar algún tipo de ternura. Pocos hombres en igual momento admitirán su necesidad de ternura, su deseo de ser amados y de amar. Unos y otros se darán a sí mismos las más insospechadas justificaciones. Las verdaderas motivaciones pueden ser, como he intentado exponer, muy diferentes.

En cuanto al ritmo con que desarrolla una pareja su relación ilícita, también es constatable una gran variedad. En algunos casos surge como una tormenta de verano, rápida, contundente, imprevisible, tanto que parece sorprender a sus protagonistas, mientras que otras veces es una relación que se va formando lentamente, en una especie de continua caída cuesta abajo, que depara a la pareja tanto sufrimiento por sus dudas e indecisiones como placer por saborear lo prohibido.

Con frecuencia preguntan al autor, psicólogo, si la infidelidad es hoy en día más o menos frecuente que en generaciones anteriores; creo firmemente que aunque siempre ha existido, dado que responde a necesidades humanas profundas y generalmente incontrolables, en la actualidad se dan relaciones ilícitas con más frecuencia que en anteriores generaciones.

La explicación es simplemente que, en la actualidad, la mayor parte de la población está concentrada en núcleos urbanos de muchos miles de habitantes, lo cual posibilita una altísima interacción humana, a la par que un anonimato notable; si a ello unimos la separación en los países occidentales del poder político y del religioso, la despenalización del adulterio y la gran cantidad y disponibilidad de métodos anticonceptivos, tendremos una idea bastante cabal de por qué en la actualidad las relaciones extramatrimoniales se dan de manera más abundante y también, de forma menos traumática.

También surge con frecuencia la pregunta de si existe una clase social en la que se dé con más frecuencia la infidelidad que en otras.

Suele opinarse que es en la clase social más favorecida en la que se producen más

relaciones de este tipo; yo tengo grandes dudas de que así sea, más bien soy de la opinión de que no existen diferencias apreciables en cuanto a tasas de infidelidad entre las distintas clases sociales. Así me lo dicen mis observaciones, realizadas en los ámbitos sociales más variados. Asunto distinto es que la forma de llevar a cabo estas relaciones sea diferente, según el poder adquisitivo y el nivel cultural de las personas. Quien únicamente puede hacer ostentación de sus conquistas amorosas es la clase social más favorecida, pues sólo ella puede escapar, en alguna medida, de la sanción social, al ser autosuficiente. No en las formas, pero sí en el fondo, estamos ante un fenómeno interclasista. También se trata de un fenómeno interreligioso, ya que creyentes y no creyentes, católicos y protestantes, son igualmente infieles en frecuencia y en motivaciones, aunque no lo sean en cuanto a las justificaciones que se dan y a las prohibiciones sociales que se imponen para intentar que el fenómeno de la infidelidad no les desborde.

REPERCUSIONES DE LA INFIDELIDAD EN LA PAREJA. QUÉ HACER SI DESCUBRE QUE SU PAREJA LE ES INFIEL

Qué duda cabe de que la revelación del hecho de que un miembro de la pareja ha sido infiel, constituye uno de los más graves terremotos matrimoniales que puedan acontecer, solamente superado por la petición de divorcio y, naturalmente, por la muerte de uno de sus miembros.

El lazo formal que une a la pareja, la edad de los protagonistas, la existencia o no de hijos, la edad de estos, en caso de existir, si se trata o no de una conducta reincidente, con quién se haya cometido la infidelidad (prostituta, persona desconocida, persona de confianza, etc.), el hecho de que se haya tratado de ocultar o, por el contrario, que sea la propia persona infiel quien haya contado lo sucedido, la experiencia previa que tenga la persona engañada en cuanto a ser traicionada y en cuanto a perdonar, el que se haya tratado de un día concreto y puntual o, por el contrario, de una conducta repetitiva, y así hasta un número casi infinito de variables, determinarán cuánto dolor ocasionará la revelación de la infidelidad y hasta qué punto será irreparable el daño sufrido.

Seguramente serán dos las variables que más influirán a la hora de determinar la reacción de la persona engañada. Una, lo que en su cultura, su grupo social y sus costumbres familiares «esté escrito» sobre la infidelidad. Me refiero a que en algunos ambientes la infidelidad, eso sí la masculina únicamente, se considera como algo casi consustancial a la naturaleza humana, algo criticable tal vez, pero tan inevitable como lo puedan ser las tormentas o el calor del verano. En otros ambientes, si bien se siente la infidelidad como algo terrible que nunca se debería haber producido, también es cierto que suele achacarse la responsabilidad, en alguna medida, a la persona engañada, a alguna de sus características que habrían provocado en su pareja la necesidad de buscar la compañía de otra persona, de manera que si bien tendría la persona engañada el derecho a sentir dolor, no lo tendría a protestar demasiado y, menos aún, a reaccionar

con medidas contundentes contra el infiel. En otros ambientes, por el contrario, se considera que la conducta infiel es algo del todo inadmisibile, de manera que aun cuando la persona infiel haya reconocido su comportamiento, haya demostrado arrepentimiento y dé muestras de no pretender repetir su acción, se debe cortar la relación.

Aunque nos sintamos libres para tomar nuestras decisiones, sin duda alguna, tenemos en nuestras cabezas, a modo de reacciones preprogramadas, valoraciones morales, códigos de comportamiento y esquemas de actuaciones correctas e incorrectas, que solemos poner en funcionamiento en muchos momentos, pero especialmente cuando lo novedoso de una situación y una emoción intensa nos desbordan.

La otra variable que influirá especialmente a la hora de determinar la reacción de una personas engañada, será la calidad de la relación hasta ese momento. Es de sentido común que en igualdad de otras variables y una vez pasada la emoción de los primeros días tras conocer la infidelidad de la pareja, tenderá a perdonar y a seguir con la relación, en mayor medida, alguien que percibe su pareja como gratificante, que quien siente que no lo es.

Las repercusiones, pues, dependerán no solamente de los detalles concretos que adornen el caso, sino también de la reacción de la persona engañada y del tipo de relación preexistente.

El consejo del autor es que lo antes posible, una vez que la rabia, el dolor, la pena, la desilusión, los deseos de venganza y otras mil emociones plenamente comprensibles en semejante momento, y *que nunca hay que negar*, hayan perdido algo de su fuerza, se analice el porqué de la infidelidad.

La primera pregunta a contestar es «¿me quiere?».

Y se trata de una pregunta a responder por parte de la persona agraviada, no por la persona infiel. Al menos en un primer momento, esto es así porque su palabra poco valdrá a oídos de la persona engañada, ya que en su dolor poca credibilidad dará a su palabra, por sincera que pueda ser esta.

Evidentemente, si la respuesta a esta pregunta es no, se abren una serie de posibilidades, entre ellas la separación, de manera que quizá la cuestión de la infidelidad pase a un segundo plano. Los sentimientos de fracaso, de responsabilidad por el mismo, el miedo al futuro, las dudas de si se está acertando con la decisión, el cómo presentarla ante familiares y amigos, etc., invadirán el corazón y la cabeza de quien tiene que tomar tan dura decisión.

Si la respuesta es sí, aún habrá que responder a otra pregunta: «¿siente que le sirvo como pareja?». No siempre que hay amor existe la sensación y el convencimiento de que la persona con la que se comparte la vida es la que se necesita para vivirla. Si la respuesta es no (y esta respuesta siempre ha de surgir de un diálogo profundo y sincero entre ambos miembros de la pareja), habrá que saber qué aspectos de la relación son los que hacen que la convivencia sea insatisfactoria: la vida sexual, la falta de expresiones de afecto, la intromisión de terceras personas, su incapacidad para expresar lo que se necesita, etc. De esta indagación, lenta pero profunda, debería salir también un cálculo y, sobre todo, un intenso deseo de ambos por superar las deficiencias que se observen en la

relación.

La siguiente pregunta debería ser «¿por qué lo ha hecho?».

Como habrá apreciado el lector a lo largo de estas páginas, las posibles respuestas a esta pregunta son muchas. Hallar la correcta no será fácil. Lo primero, porque el dolor de lo acontecido hará difícil que la persona sea capaz de juzgar sin apasionamiento y con claridad mental. Lo segundo, porque en la respuesta correcta puede estar implicada, poco o mucho, la persona que ha de contestarla. Me refiero a que en el motivo último que ha llevado a una persona a ser infiel a pesar de amar a su compañero o compañera, puede estar implicada de alguna manera la persona engañada. Así, la persona engañada puede que tenga algo que ver en la depresión que puede estar acechando al infiel, o que huya de iguales fantasías edípicas, o tener miedo, también, a una relación más plena y, por tanto, más dependiente del otro...

Debido a esta dificultad para entender el porqué último de la infidelidad, tanto para la persona infiel como para la persona agraviada, puede ser una buena idea utilizar los servicios de un profesional de la psicología especializado en temas de pareja, como ayuda para entender las verdaderas motivaciones del infiel, a pesar de que haya cariño y deseos de compartir la vida. *Y entender lo que ha pasado y por qué, no prejuzga las decisiones que se tomen después*, simplemente nos da mayores probabilidades de acertar con la decisión correcta. Es imprescindible saber, con la mayor claridad posible, el porqué último del engaño.

Si en alguna medida, la persona infiel ha sentido «la necesidad» de mantener la relación ilícita, es decir, si lo ha vivido como un comportamiento ineludible y que escapaba un tanto a su libre decisión (tal como ocurre con la necesidad de fumar un nuevo cigarrillo para quien tiene adicción al tabaco, o quien se toma un medicamento para poder afrontar sus obligaciones diarias), entonces y con independencia de otras medidas que puedan tomarse, la persona infiel debería hacer psicoterapia, y en tal sentido debería insistir su pareja.

Será extraordinariamente difícil que la persona que se siente traicionada pueda detectar algunas de las causas de fondo que aquí hemos ido exponiendo, incluso aunque dedique tiempo a ello y tenga la colaboración decidida de su infiel pareja, ya que se trata de aspectos inconscientes, tal como ocurre, por ejemplo, cuando se intenta huir de fantasías edípicas. Pero en algunos casos, la intuición, o la preparación de la persona engañada, o los comentarios de terceras personas que conozcan lo bastante bien el entramado psicológico de la persona infiel, pudieran aportar pistas de qué es lo que en el fondo está pasando; por otra parte, algunas de las causas expuestas al ser motivos no tan inconscientes, pudieran ser mejor detectados. He aquí, pues, algún breve consejo para la persona engañada, en cada uno de los distintos posibles casos:

- En el caso de que la necesidad de huir de una incipiente depresión haya jugado un papel de importancia, será imprescindible adoptar las siguientes medidas:
 - Animar a la pareja a que exprese toda su insatisfacción, en todos los terrenos de la vida (en lo laboral, respecto de la familia de origen, en cuanto a los amigos se refiere...) y, por supuesto, en todo lo relacionado con las relaciones de pareja. La

actitud ha de ser de escucha, sin consejos del tipo ¡anímate! o ¡ya se solucionará!, simplemente comprendiendo que está dolida, con razón o sin ella, y que necesita desahogar su corazón.

– Escuchar también, y con gran atención, sin quitarle ni darle la razón, toda autocrítica que haga sobre su actuación respecto a los temas que le inquietan. Escuchar sus sentimientos de incompetencia, equivocación, duda, etcétera.

– Reconocer honradamente las limitaciones propias que repercutan en la vida de pareja.

– Insistir en que su bajo estado de ánimo no va a experimentar una auténtica y duradera mejoría porque adopte comportamientos de conquista respecto a otras personas, o porque se deje seducir por ellas.

– Dejar claro que su actitud, lejos de mejorar las cosas, las agrava más, y que es un comportamiento que le hiere y que usted no está dispuesta/o a admitir.

– Ofrecer su colaboración para una reorganización de la vida particular del infiel, y de la vida de pareja de ambos, incluso con el auxilio de un profesional psicólogo.

– Y no por todo lo anterior dejar de expresar que su comportamiento infiel le ha herido a usted y que no tiene porqué tolerarlo.

– *Y si usted cree que es oportuno*, ofrecer su perdón a cambio de un abordaje serio y profundo de estas cuestiones de fondo.

- Si comprende que en el fondo de la psicología de su pareja duermen fantasías edípicas, que han sido fundamentales a la hora de su infidelidad:

– No intente que su pareja comprenda este extremo. Sería inútil y sólo conseguiría ahondar más en la brecha que ha creado el comportamiento infiel. Es más, si llegase a conseguir algún grado de conciencia de su pareja respecto a este tema, únicamente lograría que adoptase nuevas conductas fuera de la normalidad, como, por ejemplo, acusarle a usted de intentar crearle malestar como forma de venganza, o que se lance a nuevas aventuras amorosas.

– Simplemente, debería pedirle que si valora la relación entre ustedes, si desea seguir formando pareja con usted, y dado que su comportamiento le ha dolido fuertemente y que es incompatible mantenerlo con una vida de pareja rica y segura, *le exige* que acuda a un especialista que pueda ayudarle a entender el porqué último de su actitud.

No se conforme con escuchar de sus labios un «perdón, nunca más se repetirá», si está en lo cierto y su pareja no es capaz de unir el amor que siente por usted con deseos sexuales hacia su persona, sin que aparezca el fantasma de otros deseos inadmisibles, será inevitable que vuelva a intentar una nueva relación extrapareja.

- Si llega a la conclusión de que su pareja desea en el fondo de su corazón la separación, ya que siente amor hacia usted, sí, pero es el amor que se tienen dos personas que han andado una parte de la vida juntos, es decir, si existe cariño «de amigos», pero no amor de pareja, y que no es capaz de plantearlo porque anticipa una situación personal y/o familiar especialmente caótica, por razones objetivas debido a circunstancias determinadas que incumben a hijos, a la economía u a otras

circunstancias.

Parece que el consejo adecuado es que plantee usted claramente sus sospechas y que invite a su pareja a expresarse con toda claridad y con toda libertad respecto a cómo vive la relación entre ustedes. Proceder, o no, a una separación legal, o mantener la organización familiar tal y como si nada hubiera ocurrido, pero considerarse entre ustedes mutuamente divorciados, o aplazar una separación para cuando las condiciones externas cambien, etc., serán opciones muy personales y nunca trasladables de una pareja a otra. Al menos, consigan la mayor claridad posible, que queden bien expresados los sentimientos, con total honradez, acordando qué es lo que cada uno puede esperar de la relación y qué entiende cada uno como inadmisibles del comportamiento del otro. Tras una puntualización de este tipo, algunas parejas pasan a pertenecer a esa categoría que he dado en llamar «formalmente infieles, realmente divorciados»; otras inician una nueva etapa en su relación cimentada sobre nuevas bases, sobre una mayor sinceridad y un mayor conocimiento del otro; otras proceden a la separación afrontando las dificultades que conlleva, y un cuarto grupo viven una relación basada en la camaradería, con profundo respeto hacia el otro, pero no esperando de la relación más de lo que esta puede dar.

- Si el miedo a la ruptura que anida en el corazón de su pareja infiel se debe no tanto a razones objetivas, sino más bien, a miedos que duermen en su corazón debido a experiencias traumáticas acontecidas a lo largo de su vida, tal como no querer revivir en sus hijos la pérdida de sus propios progenitores; si en definitiva, su cónyuge quisiera romper, pues hay cariño, pero sólo un cariño de amigos, pero se le hace demasiado cuesta arriba la ruptura y *no por razones objetivas*:

Salvo que usted considere que prefiere mantener una relación así de devaluada, en la que no es amor lo que le mantiene junto a su pareja sino *miedo*, y en la que seguramente se va a dar de nuevo la conducta infiel, entonces tendrá que ser usted quien tome la decisión de separación. Esto parece lo lógico y, sin embargo, hay más de una persona en este tipo de situación que decide seguir adelante, bajo una promesa de fidelidad que sabe que no se cumplirá, todo con tal de no afrontar la dura separación. Separación que, seguramente, teme por parecidas razones a las del cónyuge.

Reconocer que no tiene sentido seguir con una convivencia en la que el cónyuge no encuentra motivación suficiente, que la mantiene sólo por angustia ante la idea de romper, es realmente terrible. Supone cargar con la dureza de tomar la decisión de separación, pero al mismo tiempo, sin las motivaciones que suelen tener quienes así lo deciden, pues en este caso se ama al infiel cónyuge. Supone, de alguna manera y en definitiva, ser la persona abandonada, y al mismo tiempo, quien toma la decisión del abandono; terrible, sin duda, pero la alternativa es continuar en una relación en la que se sabe que el otro no quiere realmente estar.

- También será sumamente difícil que sin ayuda profesional llegue la persona engañada a percatarse de que lo que teme su pareja y le ha llevado a ser infiel, es el

miedo a ser dependiente de ella si le aporta todo cuanto necesita, pero si de alguna manera puede llegar a esta conclusión, entonces:

La tarea fundamental sería conseguir que el infiel se diera cuenta de la razón última de su comportamiento. Tarea nada fácil. Más que una explicación detallada del fenómeno que le incumbe, lo que podría dar resultado es hacerle observar, cada vez que pase, de qué forma concreta se aparta de usted cada vez que justamente tendría motivos para estar más cómodo y feliz a su lado. Hacemos referencia a que este tipo de personas, movidas por su miedo a recibir todo lo que necesitan de su ser amado, frecuentemente adoptan posturas que dificultan la relación (tal como sacar a colación temas conflictivos, señalar lo que no se tiene, en lugar de disfrutar de lo que se posee, sentir molestias orgánicas, etcétera) cada vez que la persona amada les da de forma evidente su amor y su cuidado.

Claro que es demasiado pedir a la persona engañada que perdone a su infiel pareja y además se dedique a señalarle con paciencia y tacto su miedo. O no. La intervención de un profesional de la psicología, que sería de desear, requeriría el deseo manifiesto del interesado de utilizar sus servicios y difícilmente lo deseará, ya que para él únicamente ha tenido una aventura llevado de su deseo de diversión. Pero si durante unos meses, el cónyuge agraviado es capaz de hacerle ver cómo se aleja cuando las circunstancias permitirían estar más unidos y felices, si es capaz de intuir que algo no funciona bien en él, quizá sí se anime a dejarse ayudar profesionalmente.

- Si con seguridad puede descartar otros motivos (algo no fácil) y llega, pues, a la conclusión de que lo único que ha movido a su pareja a ser infiel es el placer de disfrutar de la aventura:

Únicamente usted, y nada más que usted (no sus familiares, ni su mejor amigo o amiga, tampoco el sacerdote que le pueda orientar, de ninguna manera el psicólogo... nadie), puede tomar la decisión de perdonar, o no, ese comportamiento. No tome ninguna decisión «en caliente». Espere un tiempo. Después tendrá que valorar muchas cosas, pero principalmente dos. Una, hasta qué punto es satisfactoria la relación en su conjunto. Dos, si la infidelidad es algo que puede considerarse razonablemente como algo puntual, algo que ha ocurrido, pero que no tiene porqué repetirse, o si por el contrario cabe esperar que se repita en el futuro. Para contestar a esta pregunta deberá fiarse, sobre todo, de su intuición y de la actitud que su pareja haya mantenido a raíz de que usted haya tenido conocimiento de su infidelidad. Una actitud de arrepentimiento, de dolor por el sufrimiento que le causa a usted, la sensación de que desearía tener un «túnel del tiempo» para regresar al pasado y dar marcha atrás para no hacer lo que hizo, son, desde luego, buenos indicios de que en el futuro puede pensar más en la estabilidad de la pareja y menos en sus deseos de diversión. Por el contrario, el enfado con él mismo por haber sido descubierto, una actitud de desinterés por el sufrimiento de usted, el que se entregue a otros placeres en plena crisis de confianza matrimonial y, en definitiva, una actitud egoísta, predicen la repetición de igual comportamiento infiel.

- Si a la conclusión que llega es que su pareja le ha sido infiel arrastrada por el deseo de vivir lo no vivido:

Deberá saber si la aventura ha terminado satisfaciendo total y definitivamente los deseos de su pareja de vivir determinadas experiencias. La decisión sobre perdonar, o no, la infidelidad será potestad suya en cualquier caso, pero no cabe duda de que si se mantiene el móvil que llevó a su pareja a relacionarse con otra persona, será más fácil que caiga en iguales tentaciones, mientras que si se han cerrado definitivamente las insatisfacciones que la movieron será más difícil que vuelva a ser infiel. También tendrá que tener en cuenta cuál fue el precio que su pareja estuvo dispuesta a pagar con tal de vivir lo no vivido, quiero decir si no dudó en actuar tal y como lo hizo aun sabiendo que con acusada probabilidad sería descubierta, si adoptó una actitud altanera al enterarse usted de la aventura, si puso en riesgo la economía familiar, si también desatendió a los hijos con tal de vivir la aventura, etc., o si por el contrario, y aunque finalmente haya sido descubierta, sólo procedió a la conducta infiel porque estaba convencida de que no causaría males a sus seres queridos.

Sin duda, el presente ha sido el capítulo más difícil de elaborar de este libro. Primero, por tener consciencia de la dificultad que para cualquier persona tiene el darse cuenta, y más en medio de la emoción de sentirse engañada, de cuáles son las motivaciones profundas de su pareja para ser infiel. Y segundo y principalmente, porque qué hacer en un caso así, es algo que nunca se puede aconsejar, a nadie, sin conocer a fondo el caso concreto, la personalidad, las costumbres, las expectativas de futuro de sus protagonistas, etcétera.

Los sentimientos no son cuestión de lógica. Las decisiones que tomamos están motivadas no sólo por lo que conocemos de nosotros mismos, sino también por otros aspectos propios que desconocemos, pero que nos condicionan fuertemente. El pronóstico cierto y seguro sobre lo que ocurrirá en el futuro es imposible para cualquier humano, por lo que una decisión correctamente tomada en un momento dado, pudiera revelarse como inoportuna cuando, tras unos años, cambien las circunstancias. La actuación de terceras personas es impredecible y, sin embargo, nos afectan claramente en cuanto a cómo vemos las cosas, lo que sentimos y lo que decidimos. Los valores humanos, morales, religiosos y éticos son distintos para unos que para otros y, además, cambiantes en alguna medida con el paso de los años.

Demasiadas variables fuera de control para que se pueda decir algo con un mínimo de seguridad sobre las repercusiones de una infidelidad, y mucho menos para aconsejar qué hacer en un momento así, que ocasiona tanto dolor.

Lo que está claro es que *en el caso de existir hijos* de por medio, *debe mantenerseles al margen del conflicto, siempre, sea cual sea su edad, si tan sólo se tienen sospechas*, pero no la certidumbre de que la pareja sea infiel. En el caso de que ya sean mayores y si el conflicto generado puede ser solucionado satisfactoriamente por la pareja, de manera que encuentren un nuevo equilibrio tras revisar lo que ha sido su relación de pareja, si la persona agraviada ha perdonado de corazón a su cónyuge y si la relación finalmente

vuelve a la normalidad, ¿para qué compartir con los hijos un asunto que incumbe a los padres y a su vida de pareja? ¿Qué obtendrían de ello? No es infrecuente que infidelidades superadas felizmente por los padres dejen un poso de amargura en los hijos, especialmente si estaban en la adolescencia, que dificulta en adelante la relación con el progenitor que cometió la infidelidad.

Si el conflicto degenera en divorcio, o si no es así, pero produce una mantenida conflictividad entre padre y madre, los hijos mayores de edad sí pueden conocer el trasfondo de estos conflictos entre sus padres, que lógicamente les afectarán anímicamente, pero siempre con dos sagradas condiciones: una, que escuchen siempre la versión de ambos padres; dos, que ni el padre ni la madre intenten, bajo ninguna circunstancia, alejar a los hijos del otro. Por reprochable que pueda ser la conducta del cónyuge respecto al tema de la fidelidad, nunca, *absolutamente nunca, está justificado que se cree un foso de incomunicación entre padre o madre e hijos*. Lamentablemente, estas sencillas normas son olvidadas continuamente por parejas en conflicto a raíz de alguna infidelidad. La tentación de convertir una crisis de pareja en una crisis familiar, para así obtener el apoyo de los hijos, debe, por interés de estos, ser evitada a toda costa. Por confortante que pueda resultar recibir el apoyo unánime de los hijos, nada justifica que se cultive la ruptura entre padre e hijos o madre e hijos; unos siguen necesitando a otros, sea cual sea su edad.

La verdad es que el abanico de posibles consecuencias de una infidelidad es inmenso. Señalaremos algunas posibilidades, sin intención ninguna de ser exhaustivos:

- Tal y como se ha encargado de airear a bombo y platillo la prensa más sensacionalista desde que un colega italiano lo dijera, a veces, pero sólo algunas pocas veces, el efecto de una infidelidad es positivo.

Esto puede ocurrir por diversas razones. Por ejemplo, porque la persona infiel, con poca experiencia en relaciones de pareja, tenga idealizado aquello que no le da su compañero o compañera, a la par que infravalorado aquello que sí recibe de él o ella. Esto es lo que ocurre alguna vez con varones que tienen una expectativa exagerada respecto a lo que sería tener una práctica sexual determinada que no tienen con su pareja; o a alguna mujer que se da cuenta de que la ternura que recibe de su esposo es algo que quizá no había valorado mucho, al estar demasiado molesta con la escasa brillantez profesional del mismo...

Otra vía para que la experiencia infiel termine dando un saldo positivo es la de que la persona infiel termine por comprender que determinadas limitaciones que encontraba en su relación de pareja no se deben a su compañero/a, sino a sí mismo. A veces es la propia persona quien huye de situaciones especialmente tiernas, o quien tiene limitaciones sexuales, o quien facilita tanta discusión, etc., y no la pareja, o no sólo la pareja. Comprenderlo puede ser un gran avance y esto puede lograrse al darse cuenta de que se repite el mismo esquema con esa persona con la que tan feliz parecía que iba a ser la experiencia.

En caso de enterarse la pareja, por cualquier vía, de la infidelidad, a veces tiene la ventaja de que la crisis que ocasiona obliga al matrimonio a plantear cuestiones

de fondo largo tiempo ocultas. «Lo terriblemente mal que me hacen sentir tus críticas hacia mí en público, la ausencia de detalles de ternura desde hace ya años, lo monótona que me resulta nuestra vida sexual, la inadmisibles intromisión de tu padre en nuestros asuntos económicos», etc., son cuestiones que planteadas por ambas partes, pueden encontrar solución gracias a que «por fin» se abordan, constituyendo así un «beneficio» de la conducta infiel que finalmente se ha descubierto.

Por otra parte, de los capítulos precedentes se puede extraer la conclusión de que, en muchos casos, la conducta infiel tiene diversos efectos positivos tales como: frenar el avance de la depresión; ser capaz de seguir en un matrimonio que de otra forma se rompería, con consecuencias catastróficas para los hijos, el cónyuge o la propia persona infiel; tener relaciones sexuales, inexistentes con el cónyuge, debido a fantasías edípicas u otras causas, o evitar tener la sensación angustiante de depender totalmente de la pareja (máxime si es una angustia compartida), etc. Pero naturalmente, se puede contraargumentar que se podría buscar resolver estas cuestiones de otra forma que no mediante la infidelidad. En cualquier caso, debemos repetir, una vez más, que pocas veces somos conscientes de las verdaderas y más profundas motivaciones de nuestro estado de ánimo y de nuestra conducta; lo que el sujeto experimenta es que ansía tener una determinada relación y pocas veces entiende el porqué de ese poderoso impulso.

- Otras veces, el efecto de la infidelidad sobre la relación de pareja es demoledor y ocasiona la ruptura de la pareja.

Bien sea porque la relación ilícita ocasione un desinterés evidente por el cónyuge y a veces hasta por los hijos, bien porque haya conllevado aspectos especialmente dolorosos, como ocurre, por ejemplo, cuando la infidelidad se ha cometido con una persona de la familia, bien porque la persona engañada sea especialmente sensible a este tipo de comportamiento, y aun sin haber sido una infidelidad prolongada en el tiempo ni haber conllevado desatención de la propia familia, u otros detalles que la hayan hecho especialmente dolorosa, sea incapaz de perdonarla; muchas veces tras una historia de infidelidad sobreviene el final de la pareja. En estos casos, se suele olvidar cualquier otro tema que estuviese ocasionando fricciones en la relación, cualquier otro motivo de insatisfacción para una y otra parte; toda, absolutamente toda la responsabilidad de la ruptura se achaca por parte de la persona agraviada y por parte de las familias de ambos, a la infidelidad cometida por uno de ellos. Poco importará que esa mujer que ha sido infiel lleve tiempo quejándose del evidente desinterés de su esposo hacia ella debido a su obsesiva dedicación al trabajo, o que ese hombre sorprendido en una relación ilícita lleve largos años de soledad acompañada, debido a la exagerada, obsesiva y excluyente dedicación de la esposa a los hijos.

La persona que ha sido engañada suele albergar conscientemente sentimientos de rabia y deseos de venganza, pero también, al mismo tiempo y muchas veces de manera inconsciente, sentimientos de culpa y dudas sobre sí misma que se podrían

expresar con las frases: «¿no tendré algo de culpa yo por no darle lo que necesitaba?», «qué tonto/a he sido por no darme cuenta antes», «me he sacrificado estos años por la relación como un/a idiota»... Al mismo tiempo, suele ser intensa la lucha interior en cuanto a perdonar o no perdonar. Las razones para lo uno y para lo otro, al menos en un primer momento, tienen poco que ver con la racionalidad. Las razones esgrimidas más adelante tampoco serán excesivamente lógicas y tendrán mucho que ver con el miedo a sentirse solo, con las expectativas que subjetivamente se perciban de encontrar, o no, nueva pareja, con la explicación última que se dé al porqué de la infidelidad, con la experiencia de ser engañado, y de engañar, que se haya tenido en la infancia (¿algo así era algo que se perdonaba?, ¿algo que inevitablemente se repetía?, ¿este tipo de cosas se interpretaba como prueba evidente de falta de amor o como una inevitable debilidad humana?, ¿constituía algo que convenía olvidar cuanto antes o que debía explotarse durante largo tiempo para extraer de quien engañaba algún beneficio?).

Quien ha engañado a su pareja y ha decidido reconocerlo y pedir perdón por ello, siente una mezcla de alivio por la confesión, de culpa por el dolor que está produciendo en su pareja, de duda sobre si ha hecho bien o no contándolo, de necesidad de dar garantías de que nunca se repetirá algo así, para de esta forma amortiguar el dolor de la persona a quien quiere y que está impactada por la confesión.

Paradójicamente, la situación psicológica de quien es descubierto en su infidelidad será menos complicada. Su deseo más imperioso, si ama a su pareja, será seguramente el de reducir todo lo posible las consecuencias adversas que el descubrimiento de su conducta ha causado a su ser querido y también los aspectos negativos que conlleve para él ser descubierto; si básicamente siente desinterés por su pareja sólo se ocupará de lo segundo.

En cualquier caso, en la relación entre ambos, en caso de continuar, habrá un período de desconfianza, de deseo de reconciliación y de miedo a que ésta se produzca «en falso». Una mezcla de deseo de sacar todos los trapos sucios, de afrontar una crisis total y absoluta (quizá lo más sano, si por crisis entendemos un período de revisión, análisis y puesta en cuestión), y de echar tierra por encima y solucionar la crisis cuanto antes.

Las familias de uno y otro, en caso de enterarse, seguramente perderán los más mínimos restos de objetividad, y seguramente apoyarán de forma no crítica a su hijo o hija, su hermano o hermana. Los padres y hermanos de la mujer engañada podrán llegar a olvidar que hace tiempo su yerno o cuñado venía lamentándose de que no podía soportar más la falta de relaciones sexuales, de que consideraba excesivo el tiempo que su esposa dedicaba a sus amistades, o de que una y mil veces era ridiculizado por ella ante su propia familia. Los padres y hermanos del hombre engañado no querrán acordarse en ningún momento de que su nuera o cuñada venía quejándose hace tiempo de que se encontraba terriblemente sola, de que se sentía «engañada» por la excesiva dedicación del esposo a su vocación por tal o cual idea

política, religiosa, cultural, etc., y de que hasta avisó de las tentaciones que le rondaban la cabeza, sin que el esposo reaccionase en ningún momento.

Si la infidelidad ha llegado a estar en el conocimiento de las personas que rodean a la pareja en calidad de amigos, vecinos, compañeros de trabajo, etc., tenderán a minimizar lo sucedido si es el hombre el infiel, y a magnificarlo si es la mujer quien ha cometido igual conducta. En cualquier caso y ante la falta de datos concretos sobre lo sucedido, reescribirán la historia con sus propias fantasías, con los prejuicios que anidan en sus cabezas, y si tienen oportunidad de ello darán consejos sobre lo que deben hacer los protagonistas basándose en lo que suponen que ellos harían en semejante caso (que suele ser algo idealizado y no real, si les llega el momento).

Los padres y hermanos de la persona que ha engañado, seguramente afearán el comportamiento de este familiar, pero intentarán proteger en lo posible el honor familiar buscando algún tipo de responsabilidad en su familiar político (nuera o yerno, cuñado/a).

Todas las separaciones son dramáticas, las causadas por la infidelidad no lo son menos, quizá la diferencia fundamental entre estas separaciones y las causadas por otros motivos es la ya mencionada falta de autocrítica, ya que el *único* culpable ya está designado.

- Más dramático, quizá, que la disolución de la pareja es que esta se establezca en una permanente falta de confianza, y peor aún, en una serie de ataques y contraataques.

Lamentablemente, es lo que ocurre la mayor parte de las veces.

Bien porque no hay posibilidades reales de divorcio, bien porque los miembros de la pareja sigan considerando que el matrimonio debe ser indisoluble, bien porque se asuma que la infidelidad es una pesada carga que a veces conlleva el matrimonio y que hay que soportar como algo inevitable, igual que se soporta la enfermedad, el caso es que algunas parejas no son capaces ni de analizar lo sucedido, comprendiendo lo que haya que comprender, perdonando lo que salga del corazón perdonar, cambiando lo que haya que cambiar y, en definitiva y tras un período de crisis, «refundar» una nueva pareja con igual hombre e igual mujer, o simplemente de perdonar de verdad y punto, ni tampoco dan el paso de la separación.

Estas parejas, en las que ni ha habido un verdadero perdón, ni un análisis serio de lo sucedido para empezar una nueva etapa, se instalan en una relación llena de eternas sospechas, de ataques de la persona engañada, que frecuentemente «rentabiliza» su papel de víctima para obtener con ello beneficios como, por ejemplo:

1. La atención, el apoyo, la solidaridad, el ser elegida por los hijos y/o la familia propia o política.

Sentir que se tiene un plus de preferencia y atención por parte de personas tan allegadas como los padres o los hijos, dado que uno es la «víctima» del engaño, puede ser el motivo de tanto recordar, de cuando en cuando y naturalmente con mucho dolor, aquel engaño del esposo o esposa. «Me quieren más a mí» es un

sentimiento demasiado poderoso como para que algunas personas renuncien a olvidar la infidelidad de la pareja, por lo que recuerdan de vez en cuando tan lamentable suceso.

2. Para evitar así que se analicen otras cuestiones de pareja o familiares que no le interesa cambiar, lo que consigue manteniendo vivo el recuerdo de aquella infidelidad cometida y de la que fue la víctima.

No es infrecuente observar en consulta a personas con disfunciones sexuales, o con simples comportamientos egoístas, que de ninguna manera entran a analizar, «justificadas» ante ellas mismas y ante sus parejas por «lo mucho que sufrí cuando me enteré de que estuvo con otra persona», aunque la infidelidad a la que se refiera haya ocurrido hace diez, quince o más años, y la vida familiar ya nada tenga que ver con aquel acontecimiento. Cualquier intento por parte de la persona que en un momento fue infiel de revisar las relaciones sexuales, la intromisión de la familia política en la vida matrimonial, la forma de controlar la economía, la educación de los hijos, las amistades que se tienen o que no se tienen, el manejo del tiempo libre, y un largo etcétera, tropezará en estos casos con el sufrimiento de la persona que fue engañada y que oportunamente no olvida aquel duro episodio de la infidelidad sufrida.

3. Para transformar el equilibrio de poder dentro de la pareja y de la familia, en otro más favorable en quien puede ostentar el título de víctima, y en detrimento de quien ostenta el de infiel.

Cuando afloran los sentimientos de culpa de la persona que ha sido infiel, y el apoyo de hijos, padres, amigos y demás allegados a la persona engañada, puede ser buen momento para que esta última rentabilice su dolor y transforme el equilibrio de poder existente en otro que le sea más favorable. En qué se invierte el dinero común, a qué colegio se lleva a los niños, qué grado de libertad se da a los retoños ya adolescentes, si se permite, o no, que una de las madres (suegras) viva en el hogar matrimonial, dónde y con quién se veranea, y otras muchas pequeñas y grandes cosas pueden hacerse más a favor de la persona engañada, aprovechando el momento de debilidad del cónyuge que ha sido sorprendido en una conducta reprochable. En caso de que se trate de una pareja aún no casada, estos mecanismos son básicamente idénticos, aunque varíen los aspectos concretos en que se plasman.

Claro que el infiel, o la infiel, seguramente no se va a quedar de brazos cruzados ante tales maniobras oportunistas de su pareja, ante sus intentos de reducirle la autoestima, de quitarle el apoyo familiar y social, de tomar mayor poder de decisión, etc. Antes o después, cuando hayan perdido fuerza sus sentimientos de culpa, y cuando se hayan puesto claramente de relieve las no santas actuaciones de la persona que, es verdad, sufrió por su comportamiento, pasará de una forma o de otra al contraataque.

Este contraataque puede adoptar muchas formas, algunas podrían ser:

- Señalar, ya sea de manera sutil o de forma descarada, los defectos de su pareja ante hijos, familiares y amigos.

- Negarse, con mil posibles disculpas, a participar en las actividades que le son gratas a su pareja.
- Estimulando la obesidad que tortura al cónyuge. Existen varias formas de sabotear un régimen y de provocar excesivas ingestas de alimentos, con lo que se perjudica a la persona que lucha contra sus kilos sobrantes (véase el libro del autor *¿Por qué no puedo adelgazar?*, Ediciones Algaba, 2002).
- Insinuando posibles, o muy imaginarias, aventuras amorosas de las que se sería la víctima. Crear la duda para conseguir el efecto que tan bien expresa ese popular dicho de: «Cuando el río suena, agua lleva.»
- Adoptar una actitud deprimida y ausente exagerando su papel de, ahora, víctima.
- Negándose a participar en relaciones sexuales, con el pretexto de la falta de atractivo de la pareja.
- Etcétera.

Es fácil imaginar el infierno en el que se puede convertir una relación de pareja con esta serie de ataques y contraataques. Y lamentable ver, tal y como se observa en mi clínica, a parejas que no obtienen nada positivo de su vida en común, dado que están desde hace largos años sumidas en una lucha permanente por una historia de infidelidad de uno de ellos, que no supieron entender y/o perdonar a tiempo, o de lo contrario, dar el paso valiente de la separación.

Al elaborar este capítulo hemos tenido la tentación de hacer uso de archivos de la consulta para cuantificar cuántas historias de infidelidad acabaron de manera traumática, cuántas de manera feliz, cuántas sirvieron para estabilizar a la pareja en un mar de dudas, ataques y contraataques, etcétera. Pero inmediatamente desistimos de ello, ya que no serían datos con un mínimo de fiabilidad porque reflejarían la intervención del autor como profesional y no serían, pues, representativos de lo que ocurre a un nivel más general. Pero no me abstengo de dar mi impresión, subjetiva, lo reconozco, de que hay dos factores que minimizan los efectos negativos de una infidelidad, uno, que mueva a sus protagonistas, al infiel, al amante, y si está en su conocimiento, también a la persona engañada y a la pareja del amante, a una reflexión lo más profunda posible de por qué se ha dado esa relación ilegítima, y dos, que intervenga un profesional de la psicología como ayuda al proceso de entendimiento y de canalización de las muchas y muy contradictorias emociones que se producen en las personas.

Queremos también señalar dos aspectos que aumentan el efecto pernicioso de una infidelidad. Uno consiste en utilizar el legítimo dolor que se siente al saberse engañado para crear enemistad entre el cónyuge infiel y terceras personas, en especial con sus hijos, sus padres y hermanos; dos, el que la persona infiel intente cargar toda la responsabilidad de lo ocurrido en las características o en el comportamiento de la persona engañada, destrozándola aún más y eximiéndose a sí misma de toda culpa. Por más que, como venimos manteniendo a lo largo de estas páginas, las características y actitudes de la persona engañada muchas veces juegan un importante papel en el engaño, no está justificado destrozarse aún más a la persona engañada buscando eximirse hipócritamente de toda responsabilidad en el comportamiento infiel.

No debe terminar este capítulo sin insistir en lo importante que es que la persona que ha descubierto que su pareja le ha sido infiel no oculte sus emociones, sean cuales sean, por absurdas, desproporcionadas, injustas o ridículas que puedan parecer. También hay que insistir en que una vez abierta la crisis, y si la relación en su conjunto para uno y para otro es valiosa, se aproveche para hacer una revisión de la relación en su conjunto, para hacer un poco de historia de cómo ha ido evolucionando y para plantear todas las reivindicaciones que estén pendientes, tengan que ver, o no, con la infidelidad.

DE QUÉ MANERA MINIMIZAR EL RIESGO DE QUE LA PAREJA SEA INFIEL

Con mayor o menor intensidad y con diferente grado de conciencia, todos deseamos ser infieles, todo somos tentados en algún momento por alguien que se nos presenta, ante nuestra fantasía, como fuente insaciable de satisfacciones, como una potencial pareja de juegos sexuales, como un estímulo nuevo, como una manera novedosa de relación. **Todos tenemos evidentes o escondidos deseos de ser infieles, pero todos tenemos también el deseo de que nuestra pareja no lo sea respecto de nosotros.**

La diversión, la novedad, el expandir los genes lo máximo posible, la sensación de superioridad respecto a otros congéneres del mismo sexo, el experimentar, la satisfacción de los deseos de curiosidad, de ser queridos y de placer, lo dejamos para nosotros. La limitación de las experiencias sexuales y afectivas, la renuncia a la curiosidad y al placer de la aventura, el acatamiento a las normas de funcionamiento establecidas, lo dejamos para nuestra pareja. Esta es una verdad universal que incumbe a ambos sexos, a todas las edades, a todas las ideologías, a todas las clases sociales... En ello hay algo genético, algo de egoísmo, algo de lógica, algo de autoprotección, algo cultural... Y la negación que de estos ambivalentes deseos hacen muchas personas no es más que la necesidad de ocultar a su propia conciencia esta contradicción y el deseo de adaptarse a la moral socialmente establecida. Estas contradicciones se debe ser capaz de admitirlas, con independencia de las opciones que después se tomen, porque son profundamente humanas.

Admitiendo, pues, que todos deseamos que la pareja nos sea fiel, que no establezca relaciones afectivas y/o sexuales con otro/a, pasaremos a dar al lector algunas recomendaciones de cara a minimizar las posibilidades de que su pareja opte por la experiencia de la infidelidad. Nada de lo que aquí se expone, ni siquiera todo en su conjunto, puede, una vez puesto en marcha, asegurar a nadie la fidelidad de su pareja. Como hemos visto, puede haber motivaciones de fondo para sentir la tentación de la infidelidad, también hay factores azarosos imposibles de controlar, y en cualquier caso, la pareja que tenemos a nuestro lado es un ser libre, influido por una ideología, una historia familiar, unos miedos, unos deseos y multitud de variables más que no podemos modificar (ni siquiera puede hacerlo nuestra propia pareja). No obstante, los siguientes consejos son útiles para que la posibilidad de infidelidad se reduzca:

- **Procure tener siempre con su pareja un proyecto común.** Una batalla que libran codo a codo entre ambos estimulará su deseo de conservar la relación, de cuidarla y de centrarse en aquello que a usted le pueda ser provechoso. La batalla puede adoptar muchas formas distintas. Instalar un negocio que llevarán entre los dos, sacar adelante a un hijo con especiales problemas, realizar el viaje que siempre ilusionó a ambos, conseguir poseer una vivienda en propiedad, recuperar la amistad de aquella pareja que hace tiempo no vemos, y un larguísimo etcétera. Evidentemente, y a efectos de conseguir una más estrecha unión de pareja de manera que no pueda entrometerse otra persona, cuanto más vital y emocionante sea la meta común que conseguir, mucho mejor.
- **Procure estar abierta/o a cualquier nueva experiencia sexual que proceda de su cónyuge.** Esto no quiere decir que tenga que admitir todo cuanto él o ella desee, pero sí que no lo rechace de antemano, que procure experimentar y que no califique de degenerado o inadmisibles algo por lo que su pareja demuestra alguna curiosidad. Unas relaciones sexuales gratificantes son una magnífica baza contra la infidelidad.
- **Sería buena costumbre que de manera regular, por ejemplo, con ocasión del aniversario de haberse conocido, o de primeros de años... hicieran un pequeño balance de qué tal va la relación.** Una exposición sincera de qué gusta más y qué gusta menos de la convivencia o simplemente, de las actitudes del otro. Naturalmente, esto hay que hacerlo con ánimo constructivo, nunca como quien ataca o descalifica al otro. «Me sigue encantando cómo te preocupas de mí, pero noto que no admites con naturalidad que me relacione con mis hermanos», por poner un simple ejemplo, debe ser un tipo de frase que se pueda pronunciar y escuchar con naturalidad. Quien tiene la sensación de que su relación de pareja tiene aún posibilidades de mejora, tiene menores tentaciones de infidelidad.
- **No deje de piroppear a su pareja.** Las ocasiones para hacerlo con toda sinceridad pueden ser muchas. Cuando ella estrena esa blusa que sinceramente le sienta tan bien, cuando él adopta esa pose de hombre interesante, cada vez que ella ejerce su profesión... Todos buscamos halagos, inyecciones de autoestima; mejor encontrarlas en casa.
- **Resulta imprescindible interesarse, y de corazón, por las cuestiones que le son importantes a la pareja.** Sus asuntos profesionales, académicos, los relacionados con su familia de origen, etc. No debemos limitarnos a tratar las cuestiones que son de interés directo para ambos; aquello que a él o ella le interesa debe ser, en alguna medida, de interés propio. Una vez más, se trata de darle aquello que, sin duda, necesita.
- **Sorprenda a su pareja.** No se limite a ser generoso y atento en días clave como su cumpleaños o el día del aniversario. Un regalo inesperado, un detalle no habitual... Este comportamiento, además de estimular uno similar hacia usted, facilitará que su atención se centre en lo que ya tiene y no tanto en lo que no.
- **En ningún caso ponga pegas para que su pareja tenga formas de desarrollo personal al margen de usted.** Participar en un equipo deportivo, militar en un

partido político, mantener la costumbre de jugar una partida de dominó con los viejos compañeros de clase... no es algo que facilite la infidelidad, sino al contrario, algo que sirve para la estabilidad personal y para confabular el miedo a estar limitado en y por la pareja.

- **Siempre que ocurra un cambio vital en su vida o en la de su pareja, dedique un tiempo a meditar cómo y en qué medida esto puede cambiar la relación entre ustedes** o simplemente de qué forma puede afectarle a él o ella. No importa que el cambio en cuestión nada tenga que ver con las relaciones entre usted y su cónyuge. Temas como la muerte de uno de sus progenitores (de usted), como su jubilación, el matrimonio de un hijo, la enfermedad de un hermano (de su pareja), etc., son aspectos que parecen no tener nada que ver con las relaciones entre ustedes, pero que a veces, de manera indirecta, pueden alterar cuestiones básicas. La muerte de sus padres, su jubilación o el matrimonio de su hijo, por seguir con los mismos ejemplos, podrían alterar la cantidad de tiempo libre de que usted dispone, o su disposición para salir y divertirse, con las consecuencias en la pareja que esto pueda representar. En una relación de convivencia todo, absolutamente todo, en mayor o menor grado, está relacionado, por lo que es recomendable pararnos a detectar las consecuencias indirectas para quien comparte con nosotros la vida.
- **Nunca olvide que al igual que usted, su pareja no es un ser acabado y estable, al contrario, está en permanente cambio**, por lo que no debe dar por sentado que aquello que le gustó o disgustó de usted en el pasado sea lo que le gusta o disgusta en el presente a su pareja. No olvide esto ni en el terreno sexual, ni en cuanto al ocio se refiere, ni respecto a cualquier otro apartado de la relación entre ustedes. No son infrecuentes los casos de personas que han evolucionado sin que quien está a su lado sea capaz de detectarlo. Si su pareja cambia con el paso del tiempo y usted no se percata de ello, no podrá adaptarse en alguna medida a esos cambios, lo que producirá insatisfacciones que puede querer calmar fuera de la pareja. Así, no es infrecuente encontrar quien ansía conocer gente y ambientes nuevos, por más que en el pasado fuera una persona sin estos impulsos, o quien necesita estímulos intelectuales, aunque anteriormente no tuviera inquietudes a este nivel, etcétera.
- **Aplauda, gratifique, valore a su pareja.** Esta necesidad de aprecio debe estar saciada, naturalmente usted tiene derecho a igual trato por su parte. Ambos tienen aspectos dignos de ser valorados positivamente, crear un círculo vicioso de gratificaciones y contragratiificaciones es, además de muy placentero, una buena medida antinfidelidad.
- **No descuide su físico.** Siempre podrá estar más atractivo/a cuidándose que si no lo hace. Es más, no deje de darle a su pareja información de aquellos piropos, miradas de interés u otros comportamientos semejantes de los demás que pueda recibir. No hay nada más afrodisíaco y que estimule más el deseo de no perder a la pareja que el notar que ésta es deseable para los demás. Naturalmente, esto no quiere decir que vaya provocando malestar y celos en su compañero/a, pero sí que él o ella se den cuenta de que usted es «alguien» deseable para los demás y, por tanto, alguien «a

cuidar».

- **Si sabe que su pareja ha establecido contacto con viejos amigos o amigas, o que ha retornado a viejos ambientes o actividades, redoble su vigilancia.** También si observa que pasa por una etapa de cierta apatía, seguida de una vigorosa ilusión, sin demasiada explicación. Igualmente si considera que por cualquier razón su compañero/a sería incapaz de romper la relación aun sintiendo necesidad de hacerlo. También debe ser motivo de mayor vigilancia el hecho de que frecuentemente haya pensado que su pareja se comporta con usted como un adolescente lo hace hacia sus padres. Mayor vigilancia debería tener, también, si su compañero o compañera pasa por una etapa de crisis personal, tal como la conocida crisis de los cuarenta en el hombre (edad que invita a asumir pérdidas de vigor y, sobre todo, a hacer balance de la parte de la vida ya transcurrida), o la llegada a la menopausia en la mujer, o la jubilación (principalmente para quien depositó en lo profesional su fuente de autoestima), o quien ha perdido a un familiar u otro cambio vital que pueda llevar a un replanteamiento de la forma de vivir. En cualquier caso, no se obsesione; el estar constantemente preocupado por la posibilidad de ser traicionado/a aumenta las probabilidades de que esto ocurra.

Son muchas las cosas que usted puede hacer para minimizar el riesgo de que su pareja le sea infiel, pero no viva obsesionado con esta posibilidad. Si su relación es fundamentalmente buena, si hay importantes puntos de anclaje entre ustedes dos, la probabilidad de infidelidad es menor, pero sobre todo, no se dará de manera mantenida y que ponga en grave riesgo su relación. Si por el contrario, su relación de pareja no es lo bastante sólida, es este el problema fundamental que debe preocuparle.

La obsesión por la fidelidad propia y de la pareja puede contribuir a crear un mal clima emocional, y no son pocas las personas que hartas de tanta sospecha, tanto control y tanta desconfianza, sí inician una relación extramatrimonial que de otra forma no hubieran iniciado.

EL SER HUMANO, POR NATURALEZA, ¿ES FIEL O INFIEL?

Esta es una pregunta frecuente y seguramente tan antigua como la capacidad del ser humano para reflexionar sobre sí mismo.

La mayoría de las personas se adscriben a una de estas dos posiciones antagónicas:

Unas piensan que la naturaleza lleva al ser humano a tener cuantas más relaciones sexuales mejor, a poseer tantas parejas como pueda, a quitarle la suya al congénere más próximo y, en definitiva, a no someter a limitaciones de ningún tipo sus deseos de conquista. Sería la cultura, la religión, la moral de las capas sociales dirigentes, quien impondría al ser humano limitaciones que le coartan sus instintos naturales.

Otras opinan que lo natural es la monogamia, la vida en pareja de manera estable, el cuidado intensivo de los hijos y la estabilidad. Para ellos, la infidelidad es una desviación, una anormalidad, una transgresión no ya de lo moral, sino también de lo natural; en definitiva, la infidelidad sería una aberración.

Lo curioso es que en ambos grupos se dan aparentes contradicciones. La mayor parte de las personas que piensan que lo natural es la promiscuidad viven en pareja de manera estable, y sólo parte de ellas, y de manera ocasional, son infieles. Por otra parte, dentro del grupo que opina que lo natural es la fidelidad dentro de una pareja estable, se dan iguales o muy parecidas tasas de infidelidad. Es decir, en la práctica, estos dos grupos no se diferencian, pues mantienen igual comportamiento, una fidelidad imperfecta.

Se han realizado en varios hospitales del mundo, también en España, estudios genéticos para ver la coincidencia de ADN entre padres e hijos, y el resultado es impactante: entre el trece y el dieciocho por ciento de los hijos no son de los padres que supuestamente les engendraron. Esto significa que las madres que los han parido, y claro está, otros tantos hombres, han mantenido relaciones sexuales fuera de la pareja «legítima». Estos datos, junto a los ya presentados en un capítulo anterior, nos dan idea de lo que realmente sucede en la práctica, que la mayor parte de las personas viven en parejas estables, pero que la infidelidad constituye una excepción nada infrecuente.

Pero pasemos de lo que dice el hombre de la calle, a lo que dicen los expertos.

Desmond Morris, en su conocidísima obra *El mono desnudo*, en la que analiza al ser humano con la misma actitud mental, «con los mismos ojos», que si analizara a cualquier otra especie animal, inicia uno de sus capítulos con estas frases: «Sexualmente, el mono desnudo se encuentra hoy en día en una situación un tanto confusa. Como primate, es impulsado en una dirección, como carnívoro por adopción, es impulsado en otra, y como miembro de una complicada comunidad civilizada, lo es incluso en otra».

Morris opina que nuestros antecesores, como primates, debían de tener una tendencia a establecer breves emparejamientos de unas horas o incluso de días de duración, lo cual era ya un cambio importante respecto a otros mamíferos en los que la relación entre macho y hembra sólo suele durar el tiempo del «galanteo» y de la cópula. Pero esta tendencia a una breve relación estable no era suficiente, ni mucho menos, para dar seguridad y viabilidad a unas crías que nacían llamativamente indefensas e incapaces de valerse por sí mismas, al menos en comparación con las crías de otros animales. Se necesitaba, pues, un período de mayor seguridad para los descendientes, con motivo de que llegaran a la madurez.

Cree el citado autor que la prolongada infancia del «mono desnudo» y su larga relación con sus progenitores era ya un factor que, a la vez, facilitaba que de adulto se emparejara de manera más estable que otros mamíferos, ya que necesitaba «llenar» el hueco afectivo creado por sus padres al alejarse de ellos.

También afirma que la fase de galanteo, o cortejo, se habría hecho más prolongada, lo cual facilitaría también unos lazos más fuertes entre la pareja tras la cópula. Pero dado que esto no era suficiente, un paso decisivo pudo darse al extender la gratificación sexual que se daba la pareja, más allá de la fase receptiva habitual en otras especies, es decir, fuera de los períodos en los que la hembra puede quedar embarazada. De otra manera dicho, en nuestra especie no sólo se mantienen relaciones sexuales en los momentos biológicamente útiles para la reproducción, sino en casi cualquier momento del año, e incluso sobrepasada la menopausia, momento en el cual ya no hay probabilidades de que

la hembra traiga más descendencia a este mundo. La gratificación sexual obtenida de manera abundante y casi fija, con independencia de que produzca, o no, la llegada de un nuevo ser, es algo extraordinario en la naturaleza, y parece que puede facilitar el establecimiento de lazos afectivos estables entre macho y hembra. Algunos cambios fisiológicos podrían estar también al servicio de este objetivo, el de darse placer; así algunas partes de nuestro cuerpo, como los labios, los pezones o los lóbulos de las orejas, parecen ser extraordinariamente ricos en terminaciones nerviosas y, por tanto, en capacidad para producir sensaciones, al menos, en comparación con otras especies de primates.

Por otra parte, la intensidad del orgasmo femenino, muy superior al de otras hembras primates, a la par que estimula la quietud de la hembra en los instantes inmediatamente posteriores al coito y asegura así que no pierda el esperma recibido, resulta tan gratificante para ella que mejora las probabilidades de su monogamia. Se trata, pues, de una serie de cambios respecto a nuestros antecesores en la evolución que tienden a reforzar los lazos entre macho y hembra, a crear vínculos, a provocar, en definitiva, una actitud monógama que favorece la crianza eficaz de los hijos. No obstante, aclara este autor que todo esto no suprime la curiosidad sexual en nuestra especie y que seguimos siendo atraídos por multitud de señales que nos indican la disponibilidad sexual de los demás.

Ashley Montagu, en su libro *La revolución del hombre*, parece ir en la misma línea cuando afirma que: «Las hembras caracterizadas por una receptividad sexual de carácter no periódico, que en todo momento eran receptivas respecto del macho, representarían una gran ventaja. De este modo, el interés del macho por ellas no tendría un carácter de dependencia hormonal, sino de control psicológico, cortical. De este cambio se habría seguido una sustitución del interés sexual periódico por un interés permanente y, en consecuencia, por el acercamiento permanente del macho y la hembra.»

Pero Montagu parece ir más allá cuando afirma: «Por lo tanto, la monogamia es, probablemente, tan antigua como el hombre mismo.»

Opina este autor que la peculiar receptividad sexual que se da en nuestra especie, es decir, la pérdida de un período de celo o ciclo estral y su sustitución por una receptividad sexual difusa y permanente, debió de producirse muy pronto en la evolución de la especie.

Juan Luis Arsuaga e Ignacio Martínez, en su obra *La especie elegida*, llegan a afirmar: «Situación la sexualidad humana en el terreno de la procreación no es lo natural (en el sentido de lo biológico), sino todo lo contrario. Entre nosotros, el sexo existe además para mantener unida a la pareja, es decir, está al servicio del amor».

Son de la opinión de que la monogamia «hace que el padre se incorpore a la tarea de sacar adelante a la familia, que funciona como una unidad económica, además de como una unidad reproductora».

En un plano algo distinto, el médico Santiago Lario y el veterinario Luis Santiago Lario, en su ensayo *Condenados a amar*, opinan también que hay una raíz biológica que impone al ser humano el buscar una pareja estable. Según estos autores, la clave

biológica estaría en una sustancia, la feniletilamina, a la que llaman «el elixir del amor», que es un compuesto químico que generaría el ser humano cuando mantiene relaciones satisfactorias con una misma pareja. También aclaran que la existencia de parejas estables no garantiza que sean fieles, y advierten que incluso entre animales monógamos se dan a veces deslealtades.

Como se ve, parece existir bastante consenso entre estos diferentes autores (y otros), en el sentido de que nuestra evolución ha supuesto la adquisición de conductas monógamas, útiles para el éxito de la especie humana. Una de las «herramientas» que habrían servido para esa mayor estabilidad de la pareja sería la capacidad para gratificarse sexualmente de manera estable y prolongada. Tampoco faltan algunas voces contrarias a lo anteriormente expuesto y que opinan que es la cultura lo que impone al hombre la limitación del número de parejas.

Creemos que sí hay un impulso natural que lleva al ser humano a mantenerse en una pareja estable durante largo tiempo; es algo seguramente necesario para sacar adelante a crías tan indefensas como las de nuestra especie.

Pero se olvida algo fundamental: la gran plasticidad del cerebro humano. Somos una especie capaz de colonizar áreas casi polares y al mismo tiempo otras casi desérticas, de vivir en grandes concentraciones de millones de personas y también en grupúsculos aislados unos de otros, de proteger heroicamente a nuestros semejantes y de dar grandes muestras de solidaridad y altruismo, y al mismo tiempo, de protagonizar masacres como las de los campos de concentración nazis y otros muchos ejemplos similares a lo largo de la historia, de tener familias numerosas de diez y doce hijos y de mantener un férreo control de la natalidad en otros casos, de vivir con multitud de costumbres y rituales mágicos y supersticiosos, y a la vez con un desarrollo técnico formidable que nos lleva a la luna o a prolongar la vida muchos años...

Sin negar que respondemos a nuestra programación biológica, que seguramente nos empuja a mantener lazos estables de pareja (muy posiblemente sin anular totalmente el impulso, también natural, a esparcir cuanto más mejor nuestros genes), somos una especie capaz de adoptar las más variadas formas de comportamiento, de aprender de la experiencia y de no seguir rígidamente los mandatos de nuestros genes, de adaptarnos a circunstancias cambiantes, de buscar formas mixtas y variadas de reaccionar ante el medio ambiente, de crear formas totalmente nuevas de funcionar, etc. Todo esto hace que, más aún que la tendencia natural a la fidelidad, lo que predomina en nuestra especie es la capacidad para innovar, cambiar, variar nuestro comportamiento; de manera que, manteniendo una tendencia a desarrollar parejas estables, sea también natural variar esta tendencia general según como sean las circunstancias concretas en cada momento. Lo más natural sería, pues, adoptar la forma de relación de pareja que en cada momento resulte más conveniente.

Esto es, al fin y al cabo, lo que demuestran los datos: que somos generalmente fieles, pero con gran facilidad para, según vengan las circunstancias, establecer excepciones a esta regla general. Una prueba de lo anterior, más contundente que las presentadas en este libro, son los estudios ya mencionados sobre la discrepancia entre la paternidad

supuesta y la paternidad real de los niños que nacen en los hospitales. Y no debe olvidarse que con los actuales conocimientos genéticos se hacen pruebas prácticamente infalibles para determinar si hay relación padre-hijo entre dos personas.

Una observación sin prejuicios, realista y objetiva, nos lleva a concluir que *en el ser humano hay una tendencia a establecer parejas estables, monógamas, pero que tiene una gran plasticidad y capacidad de adaptación, de manera que incumple con multitud de excepciones esta regla general*. Esto debe constituir pues «lo más natural» en los machos y en las hembras de la especie humana.

De las opiniones de los expertos citados anteriormente, podemos sacar una conclusión más: que **la ausencia prolongada de relaciones sexuales gratificantes en una pareja puede ser un fuerte incentivo para la infidelidad**.

Esto se corresponde efectivamente con las observaciones que el autor ha podido realizar en su consulta psicológica. Cuando por cualquier motivo se da una habitual insatisfacción afectivo-sexual, las posibilidades de que uno o los dos miembros de la pareja sean infieles aumenta considerablemente.

Observe el lector que decimos insatisfacción afectivo-sexual y no simplemente sexual. La razón es que todos, hombres y mujeres (también en los contactos homosexuales), buscamos en cualquier contacto íntimo, tanto el placer que proporciona el acto sexual como la gratificación afectiva de ser acariciado, de acariciar, de sentirse elegido, de poseer a la otra persona en exclusiva aunque sea de manera breve, aunque los hombres, muchas veces, sólo reconozcan ante sí mismos y hacia el exterior que buscan placer, y aunque las mujeres, muchas veces, sólo reconozcan ante sí mismas y hacia el exterior que buscan amor.

La falta de contactos afectivos-sexuales gratificantes se puede dar en una pareja socialmente establecida por muchos motivos, entre ellos algunos de los aquí expuestos en páginas anteriores: miedo a fantasías edípicas, ruptura emocional aunque no se plasme en una ruptura formal dadas las circunstancias objetivas o los miedos subjetivos y las fantasías de uno o de los dos miembros de la pareja, o miedo a que la pareja «me lo dé todo y dependa excesivamente de ella». Y también por otras razones que no han sido objeto de atención en estas páginas, como por disfunciones sexuales más o menos permanentes debido a razones fisiológicas y/o psicológicas, separaciones prolongadas de la pareja por cualquier motivo ajeno a su voluntad, etcétera.

Sin duda alguna, la mejor protección contra la infidelidad propia o de la pareja está en mantener unas relaciones afectivas y sexuales gratificantes. Para ello será imprescindible la capacidad de cada miembro de la pareja de expresar sus deseos, temores, necesidades, etc.; también su capacidad de sacrificio en bien de la pareja, la comprensión de los deseos, temores y necesidades del otro, el asumir nuevos retos y nuevas metas en la relación, evitando el anquilosamiento y la incapacidad para la innovación de algunas parejas.

En este sentido, quisiera dedicar algunas palabras al tan comentado aburrimiento sexual en una pareja estable. Es indiscutible que la nuestra es una especie «curiosa», en el sentido de que es casi una necesidad el descubrir cosas nuevas, tener nuevas

experiencias y desarrollar nuevas habilidades. Quizá también por esto resulta atractiva la idea de una nueva pareja de juego sexual, de participar en una manera diferente de hacer el amor. No cabe duda. Pero también es cierto que la pareja humana tiene multitud de nuevas experiencias en las que embarcarse, no sólo en cuanto a formas diferentes de acariciarse y de obtener placer, sino además, en cuanto a las metas vitales que se marca: tener un hijo, comprar una nueva vivienda, conseguir más contactos sociales, viajar, descubrir el porqué se producen enfados en determinadas circunstancias, progresar en la profesión de uno de los dos sin olvidar las repercusiones que ello conlleva para el otro, adaptarse al paso del tiempo con el envejecimiento y las limitaciones que ello supone, etc., es una fuente inagotable de novedades en la pareja, de retos a asumir y de estímulos suficientes como para no caer en la monotonía, máxime si tenemos en cuenta que mientras que se produzca una lucha conjunta de la pareja para hacer frente a estos constantes retos y cambios existenciales, no se producirá aburrimiento sexual, a poco que ambos sean espontáneos a la hora de estar en la cama, ya que los cambios psicológicos que se van dando a lo largo del ciclo vital y como consecuencia de los retos que se van encajando, crean cambios en la forma de hacer el amor. Dicho de otra manera, **el aburrimiento sexual del que se quejan muchas parejas es, más bien, un aburrimiento vital, existencial, que un aburrimiento erótico.**

Con independencia de qué sea lo que en cuestión de fidelidad conyugal esté escrito en nuestros genes, al ser humano siempre le corresponderá algún grado de responsabilidad en las conductas que desarrolle, o que deje de desarrollar. Puesto que somos una especie capaz de darnos cuenta de aquello que hacemos, capaz de planificar en alguna medida el futuro, de prever algunas veces las consecuencias de nuestras acciones y de admitir o rechazar normas, somos por ello responsables, en alguna medida, de las consecuencias de nuestras acciones. Salvo que asumamos que estamos programados por nuestra herencia biológica, y dirigidos plenamente por las circunstancias que nos rodean, debemos asumir algún grado de responsabilidad por lo que hacemos o dejamos de hacer.

OTROS TIPOS DE INFIDELIDAD

Tal y como se advirtió al inicio del libro, nos hemos limitado a tratar lo que más comúnmente se entiende por infidelidad, es decir, que una persona mantenga relaciones afectivas y/o sexuales con otra que no es la que está socialmente reconocida como su pareja. En estos casos, el interés, la atención, el cuidado, los abrazos, el tiempo... no van dirigidos a la pareja, o no únicamente a ella, sino a una tercera persona. La pareja oficial, en caso de enterarse, suele reaccionar con dolor, tristeza, rabia, sentimientos de traición... Como se ha intentado explicar a lo largo de las páginas precedentes, pueden ser varias las motivaciones de fondo que puede tener una persona para llevar a cabo este comportamiento infiel.

No debe terminar este volumen sin dejar constancia muy clara de que efectivamente una persona puede cometer infidelidad sin que medie una tercera persona, o haberla pero no en el sentido clásico. Es decir, que su interés, su atención, sus cuidados, su energía

física, su tiempo, etc., pueden no ir dirigidos a la persona con la que comparte su vida, sino a otras personas o a otros fines, de manera que en ésta se produzca dolor, tristeza, rabia, sentimientos de traición, etcétera.

Mencionaré varios de estos casos, sin profundizar en ninguno de ellos, ya que el espacio es limitado.

Estas distintas formas de infidelidad pueden ser tanto de igual, como de menor, o incluso de mayor gravedad, que las cometidas de manera clásica debajo de unas sábanas.

Una forma muy habitual, desgraciadamente, es la cometida por muchos hombres con su dedicación al trabajo.

La necesidad de inyectarse dosis de autoestima, el miedo a ser rechazados por una sociedad y a veces por una familia (principalmente la de origen) demasiado pendientes de lo material, el sueño de ser siempre queridos si consiguen grandes logros materiales, el miedo a entrar de lleno en cuestiones afectivas que no entienden, es más, que les confunden, la incapacidad para superar su egocentrismo, seguramente producto de una educación equivocada en su infancia, el convencimiento interno de que nada podrían conseguir si intentaran estar más cerca de la esposa y de los hijos, etc., son algunas de las causas más frecuentes de esta obsesiva dedicación al trabajo que deja a las esposas sin la atención que necesitan, que las hace sentirse solas ante los problemas de los hijos, que las hace tener la sensación de que más que casadas son simplemente madres que mantienen un acuerdo comercial con un señor.

Pero debe quedar claro que más que la cantidad de tiempo que dediquen al trabajo, lo que produce y constituye realmente la infidelidad es la sensación, imposible de medir objetivamente, de que su verdadero interés, su auténtico placer, su objeto principal de deseo, es la oficina, el comercio, la fábrica o lo que constituya su trabajo, y que esta dedicación la consiguen «a costa» de robar un tiempo precioso a la esposa y a los hijos, a base de no dar a los suyos algo que tienen derecho a recibir.

La esposa, en estos casos siente, como en cualquier infidelidad, dolor, tristeza, rabia y sentimientos de traición.

Pero para ser justo, se debe decir que *algunas* de estas mujeres, a la par que se quejan del comportamiento laboral del esposo, le reclaman más y más bienes económicos, entrando así en contradicción con ellas mismas. Y es que, en algunos casos, más que una traición, «una infidelidad con la oficina», de lo que se trata es de un divorcio emocional en el que él mantiene «relaciones ilícitas» con el trabajo, mientras que ella comete algún otro tipo de infidelidad, o sencillamente se queda con casi la exclusiva del cariño y el poder sobre los hijos.

Los consejos para las esposas que se sienten así engañadas son básicamente los mismos que dimos para la infidelidad clásica, y se pueden resumir en que hay que plantear abierta y directamente los sentimientos que este comportamiento del infiel esposo está produciendo, que hay que averiguar el fondo de esa infidelidad con el trabajo, y que no hay que dejar de abordar el tema hasta que no se haya puesto en cuestión y revisado satisfactoriamente la relación en su conjunto.

Otra forma de infidelidad, también más frecuente en los varones, es la cometida con

los amigos.

Hay personas que anteponen sus obligaciones afectivas para con los amigos, por delante de las que tienen hacia el cónyuge y los hijos. Cuando se concede a las amistades un tiempo, un «espacio mental» o unos bienes materiales, que se sustraen del tiempo, del «espacio mental» o de los bienes materiales que le son imprescindibles a la familia que se ha fundado, se comete claramente infidelidad.

Nada más lejos de mi intención que negar la importancia de la amistad. No hay una buena relación de pareja si no se respeta escrupulosamente el derecho de cada uno a mantener amistades propias, sean o no, compartidas por la pareja. Hay que dar la voz de alarma ante esas esposas que se quejan del más mínimo contacto del hombre con sus amigos, como si estuvieran cometiendo un grave delito, y que, en realidad, tan sólo pretenden obtener un mayor grado de sumisión del esposo, un más alto nivel de dependencia de este con respecto a ellas, y que no tienen ningún reparo moral a la hora de apartarle de una fuente de afecto tan importante como son los amigos.

Pero es indudable que cuando un hombre se siente «parte de un grupo de amigos» como algo básico y fundamental, y coloca la relación de pareja en un segundo plano, de manera que le dedica únicamente el tiempo y la dedicación sobrante, está cometiendo un acto de infidelidad. Algunas veces, la explicación de esta infidelidad está en que en la niñez y en la adolescencia el grupo sustituyó a una familia física o afectivamente inexistente, por lo que se han creado dependencias que es necesario cambiar para poder tener una relación de pareja satisfactoria y a la que se sea fiel.

La mujer que tenga que soportar este tipo de infidelidad por parte de su esposo, debe exigir un cambio de fidelidades, no en el sentido de que el varón deje el contacto con sus amigos, sino en el de que la relación con estos nunca puede anteponerse a la conyugal y a la que se debe a los hijos.

La dedicación y la prioridad que algunas personas, mayoritariamente mujeres, otorgan a la familia de origen, aun a costa de relegar a un segundo plano al cónyuge, es indudablemente una infidelidad.

Se trata de personas que parecen dedicar al cónyuge únicamente el tiempo sobrante, la energía y la capacidad aún no agotadas, tras ocuparse de mil asuntos de padres y hermanos. De esas personas que hacen sentir al compañero o compañera sentimental que es un segundón en sus preferencias afectivas.

Esto es aún más evidente cuando en una situación en la que los padres y hermanos se portan claramente mal con el cónyuge, la esposa (o el esposo) aun viendo este mal comportamiento, se queda al lado de su familia de origen sin defender a su pareja, y peor aún, si se suma al frente establecido contra él. Algunas mujeres casadas parecen no haber salido todavía del nido familiar y seguir jugando el papel de hermana de, y de hija de, aun a costa de no dar a su esposo el tiempo, la atención, el «espacio mental», etc., que este necesita y que necesitan ambos, la pareja, para desarrollarse como una unidad independiente.

Una persona no tiene que dejar de lado a su familia de origen cuando se empareja, esto sería una aberración. Incluso cuando la enfermedad o cualquier tipo de desgracia

parece cebarse con padres y hermanos, es legítimo que estos pasen temporalmente a constituir el primer asunto de interés. Los diferentes afectos no tienen porqué ser incompatibles, y siempre es signo de una hermosa armonía conyugal el que cada uno mantenga unas estrechas relaciones con sus padres y hermanos, pero dejar de lado al compañero sentimental para dedicar tiempo y energía a la familia de origen o para apoyar los desmanes de éstos sobre aquél, es claramente una infidelidad.

Los hombres que sufran este tipo de infidelidad por parte de sus compañeras, deben exigir un cambio y no albergar sentimientos de que «tal vez no valgo lo suficiente como para que me quiera tanto como a ellos», lo cual desgraciadamente, es una idea medio inconsciente muy habitual en los varones. Se trata de otra forma de infidelidad y como tal hay que intentar entenderla y combatirla. Para entenderla no podremos olvidar que este comportamiento de la esposa (a veces del esposo) está, seguramente, potenciado por la propia familia de origen y, además, que el cónyuge en cuestión saca algún tipo de «ventaja» afectiva en su familia de origen. Para combatirla nunca se ha de pretender la ruptura del lazo afectivo que une al cónyuge y a su familia. Esto último sería injusto, innecesario y, además, si se intentase seguramente provocaría el efecto contrario al buscado.

Cualquier grado de participación del hombre o de la mujer en un ataque organizado por terceros de cara a herir al cónyuge, e incluso aunque este haya dado algún motivo para ello, es indudablemente una infidelidad.

Apoyar a amigos propios que ridiculizan al esposo, contribuir al descrédito laboral de la esposa para quedar bien con el jefe y otras situaciones similares, son deslealtades conyugales.

La pareja, esté o no formalizada socialmente la relación, es compartir, formar una unidad superior a cualquiera de sus componentes, apoyo mutuo, defensa de los intereses de uno que deben ser los intereses del otro... y cuando uno de los dos se une a terceros para causar daño a la pareja, es un acto quizá más grave que el que constituye un momento de apasionamiento sexual con otro hombre o con otra mujer. ¿Contribuiríamos con terceras personas en un ataque sobre uno de nuestros hijos? Evidentemente no. Ni aun en el caso de que el comportamiento de ese hijo fuera claramente rechazable.

Es llamativo cómo una infidelidad de este tipo no suele provocar tanta vergüenza social en quien la comete como cuando es sorprendido en una relación erótica ilícita. La sanción pública es mucho menor y hasta, a veces, la protesta de la persona ofendida es menor aunque no sea menor su dolor. Seguimos dándole a lo sexual un valor añadido y una trascendencia que quizá deberíamos revisar.

Un comportamiento de este tipo sólo debería dar lugar a una actitud por parte de la persona ofendida: la exigencia inmediata de disculpas y de dar marcha atrás en ese comportamiento, si aún se esta a tiempo. En caso contrario, debería sopesarse seriamente la posibilidad de separación.

También supone una infidelidad, cometida por hombres y mujeres, pero quizá más por los primeros, el no prestar a la pareja atención, apoyo físico y moral, tiempo y cuantos recursos económicos se pueda, en ocasión de una enfermedad, accidente o de

simple preocupación, fundada o no, sobre la salud.

Únicamente el egoísmo, es decir, la incapacidad para interesarse por otro ser humano, puede explicar este triste comportamiento. El cien por cien de nuestra capacidad, energía, dinero, etc., debe estar puesto a disposición de la persona con la que compartimos la vida, cuando esta atraviesa una situación de emergencia.

También es infidelidad el trabajo constante, aunque callado a veces, que muchas personas, tanto hombres como mujeres, realizan para conseguir que su pareja pierda autoestima, para que se sienta infravalorada, para crearle una pesada carga de culpas, en definitiva, para que se sienta inferior.

Esto se realiza con el secreto deseo de sentir cierta superioridad, y en algunos casos, alcanza niveles de auténtica perversión moral, de manera que se hace un trabajo sistemático de hundimiento anímico del cónyuge. Las formas de lograrlo pueden ser muchas: insistir obsesivamente en algún pequeño defecto que tenga, actuar de manera que se enfrente a su propia familia de origen o que pierda sus amistades, subrayar una y otra vez un defecto físico o sensorial, crear dudas sobre su capacidad como madre o padre o trabajador, y un larguísimo etcétera. Quizá sea esta una de las formas más graves de infidelidad, ya que no sólo busca el «placer» de quien lo hace sino, además, la destrucción del cónyuge, mientras que en la infidelidad clásica, debajo de unas sábanas, sólo se suele buscar el bienestar propio.

Es altamente recomendable el libro de una colega francesa : *El acoso moral*, de Marie-France Hirigoyen, y con el interesantísimo subtítulo de «El maltrato psicológico en la vida cotidiana».

En parejas de edad ya avanzada puede observarse algo que puede constituir otro tipo de infidelidad: la obsesiva y excluyente dedicación de algunas mujeres al cuidado y protección de los hijos.

Naturalmente que a los hijos hay que cuidarles y protegerles, y deben hacerlo tanto la madre como el padre; pero algunas mujeres llegan a considerar a los hijos como «parte de sí mismas», y además hacen de su cuidado su única fuente de autoestima, dedicándoles la totalidad de su tiempo, su esfuerzo y su «espacio mental». Así las cosas, es fácil encontrar hombres que se sienten abandonados, olvidados, traicionados.

Cualquier intento de protestar por esta situación chocará con un «contraataque» de la esposa, en forma de frases que estimularán los sentimientos de culpa del varón ya que le acusará de egoísmo y de intentar robar atención materna a los hijos.

Cuando los hijos son ya mayores, los nietos ocupan su lugar, y si no los hay, la madre sigue aún prodigando cuidados compulsivos a hijos que tan sólo (y no es poco) necesitan de su ternura y apoyo moral. Considerar al esposo como un mero instrumento para la consecución de un fin, ser madre, puede constituir también infidelidad. También lo es el considerar a la esposa como un mero instrumento para el cuidado del hogar.

Queda invitado el lector a imaginar otros tipos de infidelidad, otras maneras de traicionar la confianza depositada en una pareja, otras formas de cuidar los intereses egoístas de uno, olvidando que una pareja es compartir, formar una unidad superior a cada uno de sus componentes y hacer propias las ilusiones, los miedos, las expectativas,

los sufrimientos, las necesidades y los recursos del otro.

También puede quedar para la reflexión individual, si continuar en un matrimonio que ya no resulta satisfactorio, habiendo perdido el interés por el cónyuge, y sin esperanzas de recuperar la ilusión, constituye infidelidad cuando estos sentimientos se ocultan a la pareja, cuando no se es franco con ella y se continúa la convivencia por simple interés práctico. Tampoco en este caso hay una tercera persona, pero quizá constituya alguna forma de deslealtad.

No queremos acabar sin llamar la atención sobre un fenómeno tan habitual que casi constituye la regla general, más que la excepción: este tipo de infidelidades, las no sexuales, muy frecuentemente se dan al unísono, es decir, se cometen por parte de ambos miembros de la pareja. Mientras que uno es infiel de determinada forma, por ejemplo, haciendo del trabajo su gran amor, hasta el punto de abandonar la atención mínima que requiere la pareja; el otro también es infiel de otra forma, por ejemplo, con una dedicación obsesiva dirigida a los padres y hermanos, de manera que se posterga la vida de pareja y la atención al cónyuge y se incumplen obligaciones mínimas conyugales. Otra combinación es la de ser uno infiel al desatender la pareja por dar prioridad afectiva a los amigos, mientras que la otra parte es infiel de manera sexual.

En estos casos, tan frecuentes, cada parte justificará el inicio de su infidelidad por el comportamiento efectivamente criticable del otro, siendo sumamente difícil distinguir qué comportamiento es causa y cuál efecto. En muchos de estos casos, la explicación real de estos comportamientos infieles hay que buscarla en el momento de la formación de la pareja. En innumerables ocasiones, cada uno de los protagonistas, sin saberlo, eligió al otro con esa tendencia a concentrarse en otros intereses distintos a la pareja, para así poder asegurarse la posibilidad de seguir con un comportamiento que no desean cambiar.

Siguiendo los ejemplos expuestos líneas más arriba, un hombre quizá puede haber valorado en una mujer su alta dedicación a la familia de origen y su no intromisión en sus asuntos laborales, mientras que ella puede haber valorado, también sin ser consciente de ello, las muchas horas que el novio dedicaba al trabajo, porque esto le permitía dedicar mucho tiempo a la familia de origen y así seguir ganando puntos delante de sus padres en la competencia afectiva establecida con sus hermanos. Así las cosas, y en la medida en que el tiempo suele exagerar muchas veces nuestros comportamientos, él se quejará de que ella le deja en un segundo plano respecto de su familia, de que no le importa tenerle un tanto abandonado para satisfacer los deseos de sus suegros (padres de ella), mientras que ella se quejará de que la obsesiva dedicación al trabajo de él la deja como mujer olvidada y engañada por una amante llamada oficina, despacho, taller, comercio... Ambos pueden ver con facilidad la actitud del otro, pero no la propia. En el segundo de los ejemplos, un hombre y una mujer pueden haberse elegido, además de por otras cosas, porque cada uno ha percibido en el otro que no es capaz de volcarse al cien por cien en la relación, y eso puede haber calmado en cada uno el miedo a depender totalmente de una persona. Eso sí, con los años, a la hora de juzgar lo que pasa en su vida matrimonial, cada uno verá la infidelidad del otro como la causa de todos los males,

y la suya propia tenderá a relativizarla y a presentarla como consecuencia de la actitud intolerable del otro. En ambos ejemplos, sería incorrecto intentar descubrir cuál de las infidelidades es la que dio origen a la otra, pues fue en la elección de pareja, que siempre es por factores fundamentalmente inconscientes, donde está la explicación del origen de estas peculiares relaciones de pareja.

Naturalmente, hay que analizar cada caso en concreto y nunca dar por sentado que en una determinada pareja se dé esta o aquella explicación; cada pareja y cada persona es, como suele decirse, un mundo.

ANÉCDOTAS DE INFIELES

Con motivo de la preparación de este libro, el autor ha recordado y ha pedido a sus colegas y colaboradores que cuenten, algunas anécdotas que el tema de la infidelidad ha ido provocando. Quisiéramos trasladar algunas al lector. En parte, por ser historias más o menos divertidas, y por otro lado, porque facilitarán la oportunidad de añadir algún comentario para subrayar la importancia de algunos aspectos. Algunas de estas anécdotas han sido vividas por el autor directamente; cuáles en concreto es algo que sólo él y quien participó en ellas saben. Todas, pues, serán presentadas como pertenecientes a otros.

- Ese aparato técnico al que tanto estamos acostumbrados hoy en día, el teléfono móvil, jugó en sus primeros años de existencia alguna mala pasada a algún infiel. Fue el caso de aquel hombre que se deleitó en crear un mensaje cariñoso, muy cariñoso y erótico, con intención de mandarlo al móvil de su amante. Nada que seguramente no hayan hecho otras muchas personas. Pero el infiel en cuestión cometió un ligero error: mandó el mensaje al número de móvil de su esposa.

A veces, una simple equivocación puede suponer el inicio de un conflicto de pareja. Equivocaciones, casualidades, encuentros fortuitos, chivatazos, detalles no disimulados... antes o después, si se trata de una relación clandestina duradera, termina conociéndose la infidelidad, salvo que la persona engañada, como ocurre tantas veces, no quiera ver lo que sucede.

- Un caballero remitió varias cartas más o menos insinuantes a la enfermera que cuidaba a un hermano enfermo. En aquella enfermera veía a una persona atenta, cariñosa, con gran facilidad para la comunicación. La mujer pretendida contestó a una de sus cartas con una nota en la que rechazaba sus pretensiones. El desilusionado amante guardó la nota en el bolsillo de su pantalón y lo dejó en el lugar en el que habitualmente acumulaban en su hogar la ropa pendiente de plancha. Pero no era él quien se encargaba de esa tarea doméstica. Pueden imaginarse el resto.

Algunos «fallos» como este no son simples descuidos, son maniobras inconscientes de la «cabeza» de sus protagonistas, que buscan determinados efectos. Algunos de estos efectos buscados pueden ser: llamar la atención de la pareja cuando esta parece demasiado ensimismada en sus asuntos, evitar que la infidelidad vaya a más y termine

ocasionando consecuencias graves, herir a la pareja, etcétera.

- Contó un colega al autor la siguiente anécdota: atendía en su despacho a un matrimonio que acudía por tercera vez para resolver problemas de convivencia. Cada uno de los días, la esposa acusaba a su pareja de intentar ligar y de llegar tarde al domicilio conyugal, con la disculpa de tener que acudir a alguna cena de trabajo. El esposo negaba una y otra vez que nunca hubiera estado con mujer alguna, y afirmaba que las cenas siempre se habían celebrado con sus jefes y por motivos laborales. La palabra de uno contra las sospechas del otro. Pero ese tercer día, en la sala de espera que compartían varios profesionales, una atractiva joven esperaba a ser atendida por un abogado, y al ver al esposo y sin percatarse de que a pocos metros estaban el psicólogo y la esposa que continuaban charlando, se abalanzó sobre él, muy, pero que muy cariñosa, y dándole un beso le dijo: «cómo es que no me has llamado esta semana para salir a cenar». Dejó de ser la palabra de uno contra la del otro.

A veces, la verdad se hace evidente de manera contundente. Las grandes ciudades ofrecen la posibilidad de mantener relaciones con varias personas sin que estas tengan contacto entre sí y ni siquiera se conozcan, pero las casualidades se producen y pueden dejar al descubierto la verdad. Por cierto, que en un caso así puede hacer más daño la mentira, además reiterada, que la infidelidad que suponga el flirteo con una tercera persona.

- Alguien llama a un consultorio de ayuda psicológica a través del teléfono. Es un preocupado caballero, joven a juzgar por la voz, que expone una duda: «¿Hay alguna posibilidad de que mi mujer me sea infiel?» «¿Existe algún motivo que le pueda hacer sospechar esa posibilidad?», le pregunta el profesional con voz cálida y comprensiva, «seguramente no, quizá es que yo soy un poco aprensivo, ¡como paso tantos días seguidos fuera de casa por motivo de mi trabajo!», contestó, «¿entonces no hay ningún detalle concreto que le haga sospechar de su mujer?», preguntó el psicólogo, a lo que con una cándida e inocente voz le responde: «no, porque dice mi mujer que el calzoncillo que he encontrado en nuestra habitación y que no es mío, no sabe de dónde ha salido».

La candidez y la inocencia que demuestran algunas personas, principalmente hombres, es increíble. La necesidad de sentir que la rama femenina de la familia, tanto de origen como propia, es firme y segura, en definitiva que no cae en la infidelidad, es tan fuerte que a veces se mantiene aun en contra de las evidencias más contundentes. Claro que no todos llegan a tener una miopía tan evidente como la del caballero de este caso.

- Un hombre soltero, ya no demasiado joven, muy poco, por no decir nada, experimentado en cuestiones amorosas, inició una relación ilícita con una mujer casada. Sus primeros encuentros sexuales no fueron muy afortunados, pues su fisiología parecía traicionarle. Decidió acudir a un médico en busca de una explicación para el comportamiento de su pene. Fue franco con su doctor: «Algunos ratos no sube y si sube baja», preguntó abiertamente: «¿Será alergia?».

La falta de formación sobre cuestiones sexuales que demuestran algunas personas es sencillamente impactante.

- Tras un matrimonio de veinte años de duración, una mujer decide iniciar los trámites de divorcio. Su marido es informado de que en los últimos meses su hasta ahora esposa se ha estado viendo con un compañero de trabajo. «¡Esa es la razón de su abandono y no que yo esté obsesionado con mi trabajo desde que me ascendieron en la empresa, como ella dice!», mantiene una y otra vez; tanto insiste ante familiares, amigos y conocidos, en que esta es la verdadera causa de separación, que la ya exmujer, harta de una afirmación que la parece superficial y falta de autocrítica, pasa al compungido exmarido una carta, nada divertida para él, donde le hace una relación de todos los amantes, seis, que tuvo en los últimos quince años. Al final de la carta una sentencia: «La razón de nuestra separación es tu obsesiva dedicación al trabajo en los últimos tres años, no mi habitual infidelidad».

Es fácil achacar a las relaciones extramatrimoniales la responsabilidad de todo lo que marcha mal en una relación. No intento negar su trascendencia, pero su gravedad no debe menguar la profundidad del análisis de la convivencia en su conjunto.

- Un colega me contó que a él le habían contado que otro colega, casado, mantenía relaciones con una mujer también casada, y que ambos conocían al otro por un nombre ficticio, no por el real. Así las cosas, nuestro común compañero recibía aquella tarde a unos pacientes nuevos, una pareja que le había solicitado una cita. Su sorpresa fue mayúscula cuando, al abrir la puerta de su despacho, se encontró con su amante y con el marido de esta. La sorpresa para ella fue igualmente inmensa. Pero el psicólogo decidió, ¡qué remedio le quedaba!, atender a aquella pareja como si nada pasase, y comportarse y actuar como si de cualquier otra pareja se tratase. La mujer aún permanecía sin ser capaz de pronunciar palabra, el marido inició la exposición de los motivos por los que consultaban: «... sé que es buena madre y que nunca me engañaría con otro, lo que me molesta es...».

Son infinitas las películas y obras de teatro que se han realizado sobre el tema de la infidelidad buscando la diversión del público asistente. Enredos, casualidades, confusiones, pueden crear las más divertidas situaciones. Pero la realidad, ya se sabe, supera a la ficción, y cuando es así se producen situaciones nada divertidas para sus protagonistas, aunque sí para quienes pueden conocerlas sin que les afecten.

Por otra parte, esta anécdota deja otra vez al descubierto la incapacidad masculina para observar, o al menos para sospechar, algo que se supone que casi no existe, la infidelidad femenina.

- Un hombre casado chateaba en su ordenador con una mujer, también casada, y ambos parecían estar cómodos con la conversación que se iba plasmando en las respectivas pantallas. Ninguno de los dos mencionó en ningún momento la palabra infidelidad, tampoco nada relativo a relaciones sexuales, pero el «tono» y la forma como planeaban su primer encuentro no dejaban lugar a dudas, estaban a punto de iniciar una relación clandestina. Llegó el momento de darse el número de teléfono, móvil, por supuesto. Primero fue ella quien lo tecleó, era el..., a quien me contaba la

anécdota le resultó conocido el teléfono y fue prudente, miró su agenda para comprobar si era de alguien de su entorno, lo era, se trataba del de su hermana. Cerró el ordenador.

Las modernas tecnologías abren nuevas vías de contactos infieles, pero conllevan nuevos riesgos. También están haciendo posible que algunos tipos de contacto, antes infrecuentes, sean cada vez más habituales, por ejemplo, experiencias tales como: formación de tríos eróticos, compra-venta de objetos para uso sexual, contacto con personas que desean ejercer de mirones en las relaciones sexuales de los demás, adquisición de un sinfín de productos tan llamativos como falsos para, supuestamente, mejorar el rendimiento sexual, etcétera.

- Aquella mujer le contaba a su psicólogo que había sido infiel a su esposo y que odiaba a su amante por haberla llevado a ese comportamiento, máxime cuando su marido era una bella persona. «Él tiene la culpa», insistía una y otra vez refiriéndose al amante, «él me lió», decía con la insistencia de quien quiere convencerse de algo. Cuando la sesión ya había acabado, y mientras se ponía el abrigo con un movimiento exagerado que provocaba que se resaltaran sus llamativas curvas y su mirada se clavaba insinuante en el profesional masculino que tenía delante, le dice a este: «Podríamos hacer la siguiente sesión en mi casa, estaríamos más cómodos».

Las mujeres, con excepciones, por supuesto, también participan de la creencia popular de que ellas no son infieles, y pueden llegar al extremo de delegar toda la responsabilidad de su propia infidelidad en el hombre, lo cual es muy cómodo, naturalmente, pero es evidente que en una relación clandestina (si no media violencia ni coacción alguna, claro) ambos contraen responsabilidad por sus actos.

- Una mujer divorciada y un hombre casado que se trataban desde hacía varias semanas a través del ordenador, establecieron una cita en un pequeño y encantador hotel. Tras un rato de agradable conversación iniciaron una muy satisfactoria relación sexual. Lástima que un inoportuno problema muscular, sin duda relacionado con la «alta tensión» que reinaba en la habitación en pleno acto sexual, paralizara al infiel varón. No hubo más remedio que pedir ayuda médica. No hubiera sido ningún problema de no ser porque la esposa del infiel era médico y le tocaba turno de guardia. Al final, lo de menos fue el tema muscular.

No es demasiado infrecuente que las condiciones de clandestinidad y de tensión emocional que puede suponer una infidelidad jueguen una mala pasada a sus protagonistas. A veces, estas condiciones de tensión tienen su expresión a nivel orgánico. Lo que no es tan frecuente es que la persona encargada de aliviar el malestar sea la propia engañada.

- Una pareja de infieles se relacionaban entre ellos de manera satisfactoria, pero llegado un momento y sin dar ninguna explicación, él quiso dejar la relación clandestina. Ella montó en cólera, «todos sois iguales», «engañas a tu mujer y seguro que también me engañas a mí», decía entre otras cosas que demostraban un fuerte enfado. Tan grande era su malestar que decidió hacer indagaciones para, de

forma anónima, vengarse de su cómplice de aventuras contando lo sucedido a su mujer. Su sorpresa fue mayúscula, el hombre con el que se relacionaba era viudo hacía ya años. Tan sólo ella era realmente infiel.

No son infrecuentes los casos de personas libres, solteras, viudas, separadas, que se hacen pasar por casadas para, de esta manera, tener una relación que saben de antemano que no progresará, que les dará algún grado de compañía, de placer sexual, de comunicación, pero sin que la relación progrese hasta alcanzar un nivel de compromiso que, por alguna razón, temen.

- Un joven de veinte años acudió angustiado y cabizbajo a la consulta del psicólogo. Su desazón estaba provocada porque se consideraba un infiel, un impresentable que había engañado a su chica. «¿En qué ha consistido exactamente tu infidelidad?» preguntó el profesional; «le he dicho que me gusta a la chica que conocí anteayer en la fiesta de la universidad», contestó; «¿cuánto tiempo llevas saliendo con tu pareja?» fue esta vez la pregunta «tres semanas», contestó aguantándose las lágrimas.

Este es un ejemplo de una excesiva autoexigencia en cuestiones de infidelidad. Un cierto coqueteo, el sentirse observado y deseado, el cuidar el aspecto para sentir la admiración de los demás, forma parte de la naturaleza «normal» de las relaciones humanas. Nunca debemos juzgar con tanta severidad nuestro comportamiento.

- Una mujer mantenía relaciones clandestinas con un político muy conocido y de alta responsabilidad en uno de los grandes partidos políticos de este país. Nada se descubrió de aquella relación clandestina, pero el sofoco de la mujer era considerable cuando su marido alababa la honradez y el buen hacer de aquel político cada vez que aparecía en televisión.

Como mencionamos en un capítulo anterior, la infidelidad no es patrimonio de ninguna ideología, ni de ningún nivel social.

Lástima que nadie haya inventado hasta ahora, al menos que sepamos, un sistema (quizá informático) para recopilar de manera anónima las miles y miles de anécdotas que, sin duda, han ocurrido, ocurren y seguirán ocurriendo en torno al tema de las relaciones ilícitas. Sería sumamente divertido e ilustrativo de la verdadera dimensión que tiene el fenómeno humano que nos ocupa.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

Una de las actividades profesionales del autor es la de profesor de psicólogos recién licenciados o a punto de serlo. Con ellos intenta hacer lo que en su día hicieron con él quienes le precedían en el ejercicio de la psicología: traspasarles experiencia. De ellos recibe, como producto de la frescura de su juventud, sus originales puntos de vista y sus sagaces preguntas. Quiero trasladar aquí algunas de esas preguntas, no para contestarlas (excepto la última), sino simplemente para que el lector también se las plantee.

- Cada vez son más conocidos y numerosos los locales de intercambio de parejas; en ellos, cada miembro de la pareja se relaciona con otra persona con el conocimiento

- del otro. ¿Deberíamos considerar que existen dos infidelidades, o quizá ninguna?
 ¿A qué necesidad psicológica obedece este tipo de comportamientos compartidos?
- Hay personas emparejadas que en condiciones normales nunca tendrían una relación con una tercera persona, pero que sí tienen esta experiencia cuando están embriagadas. ¿Puede considerarse como infidelidad una relación sexual extramatrimonial, puntual, en un estado de embriaguez, o bajo los fuertes efectos de otro tipo de droga?
 - En los casos en los que la pareja está al corriente de la relación extra-matrimonial y la consiente sin presiones, ¿deberíamos seguir hablando de infidelidad?
 - El papel de la mujer en la sociedad ha cambiado mucho en los últimos años. La incorporación masiva de las mujeres al mundo del trabajo, el poder controlar el número y el momento de tener hijos, la asunción por parte de la mujer de puestos relevantes a nivel económico, político, etc., la igualdad ante la ley... ¿qué cambios pueden producir a medio y largo plazo en la consideración de la infidelidad en general y más en concreto, en las formas de proceder de las mujeres en este tema? ¿Seguirá existiendo la necesidad social de considerar que sólo los hombres son infieles?
 - Dada la gran divulgación que están alcanzando los métodos anticonceptivos y la despenalización del aborto en algunos supuestos en bastantes países, y dado que ello posibilita que las relaciones extraconyugales no tengan, o tengan cada vez menos consecuencias en cuanto a la existencia de hijos ilegítimos, ¿llegará un día en que la infidelidad sexual tenga la misma consideración y se vea con la misma gravedad que otros tipos de infidelidad? (por ejemplo, la cometida con el trabajo o la familia de origen, a la que ya nos hemos referido anteriormente).
 - Las personas que son enérgicas, capaces de tomar decisiones, emprendedoras, con iniciativa, ¿son por ello más infieles que aquellas que no poseen estas características?
 - Durante el noviazgo, un amplio margen de libertad en la pareja podría tener consecuencias positivas, porque sólo cuando te sientes plenamente libre de estar con otra persona tiene sentido y mérito el estar sólo con una persona. ¿No dice la experiencia que aquellas parejas que se dan un amplio margen de libertad son a largo plazo más estables, y curiosamente, en ellas se da finalmente mayor grado de fidelidad?
 - ¿La relación de una persona casada con otra del mismo sexo, es decir, una relación homosexual extramatrimonial, es vivida con igual grado de dolor por parte de la persona engañada? En caso de que así sea, ¿por qué, si supone menor grado de riesgo para la estabilidad de la pareja? (en esta relación homosexual, masculina o femenina, no hay riesgo de que existan hijos fuera de la pareja oficial, ni de formalización de la pareja homo a nivel legal...)
 - ¿Cuál es el motivo de que, en general, las mujeres vivan la relación homosexual de su compañero de manera más traumática que los hombres la relación homosexual de sus compañeras?

- Dados los inmensos avances de la genética, ¿podrá llegar un día en el que se detecte un gen, o un grupo de genes, que determinen que una persona tiene especiales dificultades para mantenerse fiel a su pareja? O lo que es lo mismo, ¿se encontrará algún gen o grupo de genes que ponga especialmente fácil a una persona ser fiel a su pareja? Incluso más, si pudieran predecirse los niveles de dificultad para mantenerse fiel, ¿podrían llegarse a formar parejas que tuvieran similares dificultades en este aspecto de la convivencia? ¿Esto último sería positivo para la convivencia?
- Aun no variando mucho en los aspectos tratados, ¿qué diferente consideración y qué matices adopta la infidelidad, según las distintas religiones, clases sociales e ideologías políticas?
- Dado que el orden de nacimiento en una familia (ser el mayor, el segundo, el pequeño, la única chica...) ejerce una fuerte influencia en el desarrollo de la personalidad humana, que afecta a la capacidad de compartir, que supone una distinta experiencia en cuanto a la atención que se recibe de los mayores, etc., ¿cómo influye el orden de nacimiento a la hora de ser más o menos fiel a la pareja en la edad adulta?
- ¿Qué características de la familia de origen, o lo que es muy parecido, qué formas de educación de los hijos favorecen una mayor probabilidad de que la persona sea infiel en su futura vida de pareja?

Hemos dejado deliberadamente esta pregunta para el final. Creemos que es la de mayor interés para un estudioso de la conducta humana, y no nos resistimos a arriesgar alguna hipótesis al respecto.

No creo que podamos decir que tal o cual forma de educar a los hijos produzca infidelidad llegada la etapa adulta. Las relaciones extramatrimoniales se deben a varias causas que actúan al unísono, como ocurre en cualquier comportamiento humano complejo. Pero sí que podemos imaginar actitudes de los padres, o ambientes familiares que, en igualdad de otras variables, faciliten un comportamiento de infidelidad, una vez que la persona llega a la etapa adulta y se empareja.

Posiblemente, hay dos comportamientos extremos que aumentan el comportamiento infiel.

Por un lado, no fomentar el valor de la lealtad, del compromiso y de la fidelidad (en sentido amplio) con los niños. Esto ocurre, por ejemplo, cuando no se critica que el niño no cumpla su palabra para con un compañero de clase; cada vez que se vive con indiferencia que no salga en defensa de su hermano menor atacado en el patio del colegio, o cuando se elude, sin regañarlo, que el adolescente esté «pasando» de una situación familiar difícil y que literalmente vaya «a lo suyo». En definitiva, cuando no se le da valor a ser fiel a aquello a lo que uno pertenece, la amistad, la familia, principalmente. Por supuesto, también cuando los padres no dan ejemplo de fidelidad, ya sea en sentido afectivo-sexual o en el sentido más amplio de fidelidad: a su familia de origen, a la profesión, a sus normas morales, etcétera.

Por otro, cuando se condiciona el dar cariño y protección a los niños a cambio de que

estos sean «fieles». Fieles a las normas imperantes, fieles a preferir a mamá sobre papá, fieles a dar la razón al padre, fieles a pensar, sentir, opinar... como la autoridad familiar, normalmente uno o ambos padres, disponen e imponen. Ha de entenderse que, en este caso, el cariño, la valoración, la atención, se da sólo, únicamente, a condición de que se sea, y se demuestre, la fidelidad a unas normas, es decir, no se da cariño incondicional. Si las normas o condiciones que hay que cumplir son, además, arbitrarias y evidentemente injustas, el caso es aún más grave. Los niños y adolescentes así educados, fácilmente desarrollarán una especie de aversión a la fidelidad, o al menos, la verán como un valor que hay que mirar con desconfianza. Dicho de otro modo, será un valor que hay que saltarse.

La fidelidad en sentido amplio, dada como ejemplo personal, valorada, pero no presentada como condición indispensable para ser querido, sería, pues, el mejor aprendizaje para en el futuro no sentir especiales tentaciones de saltársela.

La revisión de los archivos del autor parece confirmar esta idea. De cada siete personas infieles, cuatro han sentido en sus familias de origen la sensación de que debían ser «fieles» a personas e ideas para poder ser admitidas, queridas y valoradas, o lo que es lo mismo, debían adoptar una actitud no crítica hacia sus familias para no correr un serio riesgo de abandono afectivo. Dos de esas siete personas pertenecen al grupo de aquellas que han tenido que sufrir evidentes «infidelidades» de sus padres hacia ellas, los hijos, o de los padres entre ellos, amén de no haber cultivado el valor de la fidelidad en el sentido amplio, explicado anteriormente. Esto no desdice lo más mínimo la validez de todas las causas de infidelidad expuestas a lo largo de este libro. La depresión, el miedo a depender demasiado de la pareja, la añoranza por lo vivido en etapas anteriores, los deseos de venganza y agresión, etc., pueden darse en multitud de personas, pero mientras unas eligen el camino de la infidelidad para dar satisfacción a sus necesidades, eliminar sus miedos, compensar sus frustraciones, desarrollar sus impulsos, etc., otras, que han recibido ejemplo de fidelidad en sentido amplio y que no han sentido especiales impulsos de saltársela, eligen otros caminos diferentes a la infidelidad. Dicho de otra forma, dos de las muchas variables implicadas en la conducta de infidelidad son: «la fuerza interna que busca una satisfacción (por ejemplo, el deseo de agredir, o el miedo a caer en depresión), y la experiencia familiar previa que indica cuál puede ser el camino para lograrlo».

Una vez más, vemos la complejidad del tema abordado. Como siempre pasa en el comportamiento humano, son muchas las variables que determinan nuestra conducta.

Epílogo

Desde niño, el autor tiene la sensación de que el ser humano es enormemente indulgente a la hora de analizarse a sí mismo; de que, con frecuencia, entiende el comportamiento propio y ajeno como una cuestión demasiado simple, una cuestión de acierto o desacierto, de buenos o malos, de moralidad o inmoralidad, de cuestiones simples que provocan comportamientos supuestamente también simples.

Esto le sorprendía y le sigue sorprendiendo aún más, dado que somos una especie muy capacitada intelectualmente, capaz de observar con detenimiento el mundo natural que nos rodea y llegar a conclusiones verdaderamente complejas en lo que se refiere al análisis del Universo, del medio ambiente, del mundo microscópico, del funcionamiento de nuestro propio cuerpo, de la química o la física de los cuerpos que nos rodean, etcétera.

Sin duda, nos cuesta especialmente analizarnos a nosotros mismos, no en lo que compartimos con el mundo natural que nos rodea, la materia, sino en lo más esencialmente humano, en nuestra conducta.

Hemos pretendido aportar un grano de arena al entendimiento de esta parcela de la conducta humana que es la relación, sexual y/o afectiva, entre dos personas, cuando una de ellas, o las dos, tienen relaciones oficiales de pareja con otra persona. No pretendemos, ni muchísimo menos, haber agotado el tema. Decir que una persona es infiel tan sólo por huir de una depresión, o por escapar de la posibilidad de depender excesivamente de su pareja, sería todavía una simplificación. Aun cuando pudiéramos utilizar varias de las causas expuestas aquí para explicar determinada infidelidad (por ejemplo, una persona que lo fuera por vivir lo no vivido, y ante la sensación de estar al borde de la depresión y de paso, agredir a su pareja) seguiríamos sin conocer el caso concreto con detalle, aunque indudablemente habríamos mejorado en la comprensión de ese caso.

Al menos, espero haber podido abrir el ángulo de visión de algunos de mis lectores.

El autor es firme partidario de la igualdad hombre-mujer, y bastante consecuente con esta postura. Precisamente por ello no contribuye a mantener los estereotipos sobre uno y otro sexo y analiza con pretensión de equidad el comportamiento de hombres y mujeres. Esto puede que no sea bien entendido entre algunas lectoras, ya que en el tema de la infidelidad, el género femenino se ve a nivel popular protegido por prejuicios a su favor. Mi convencimiento de que la mujer no es superior al hombre, arranca del muy firme convencimiento de que el hombre no es superior a la mujer.

Por detrás de la formalidad con la que nos comportamos delante de los demás, de los convencionalismos con los que nos movemos, de la seguridad que aparentamos, de la

más o menos mecánica aceptación de normas que hacemos, se encuentra tras cada uno de nosotros un niño asustado, un ser vivo que desea expandirse, un organismo vital que ansía escapar a las limitaciones que se le imponen, un primate que no puede eludir totalmente las leyes biológicas que le sustentan, un ser social que necesita sentirse inmerso en un colectivo que le admita, en definitiva, un ser complejo que intenta compaginar necesidades y que para ello, con frecuencia recurre a comportamientos que, como el de la infidelidad, le sirven para mantener el equilibrio entre tan variadas tendencias.

En el día en que el autor está redactando las últimas líneas de este libro que el lector tiene entre sus manos, a punto de entregar el original a la editorial ha atendido en su consulta a seis personas, cuatro de ellas han abordado, entre otros, el tema de las relaciones extramatrimoniales. Una de ellas, una persona habitualmente infiel, ha contado que ha decidido dejar de serlo y plantear a su cónyuge que, o bien reorganizan su matrimonio por completo, o se separará de él. Otra, una persona que hasta ahora nunca había tenido relaciones fuera del matrimonio, ha relatado que mantuvo, la semana anterior, una relación con alguien que había conocido por Internet, y que para nada se arrepentía de ello ni deseaba renunciar a hacerlo ocasionalmente. Una tercera persona contaba que ha sido infiel a su pareja mediante el contacto sexual con otra de su mismo sexo, que le ha resultado muy agradable y que no le preocupaba. Una cuarta persona solicitaba ayuda para no ser infiel, algo que le tentaba fuertemente.

En ningún momento se promociona la consulta como especializada en relaciones extramatrimoniales; sin embargo, hoy ha sido un día normal de trabajo.

Si pudiéramos levantar la capa de hipocresía, de disimulo, de apariencias, de convencionalismo, con la que los seres humanos solemos tapar nuestras más profundas necesidades, encontraríamos una sociedad mucho más pendiente e interesada de lo que aparenta por la cuestión aquí tratada, la infidelidad.

Índice

Título	4
Ficha Técnica	6
Referencias	7
Índice	9
Introducción	10
Cuestiones preliminares	11
Parte I. Motivos Generalmente Inconscientes	15
Ser infiel para escapar de fantasías edípicas	16
Ser infiel para eludir la depresión	22
Ser infiel para evitar obtener de la pareja todo cuanto se necesita	27
Parte II. Motivos De Distinto Grado De Conciencia	31
Ser infiel para buscar lo que no tiene mi pareja, ni creo que lo tenga nunca	32
Ser infiel como forma de venganza o agresión	35
Estar con un infiel para no correr el riesgo de emparejarse. (¿Por qué la relación entre personas con y sin pareja?)	38
La infidelidad como paso previo a la separación	44
Parte III. Motivos Generalmente Conscientes	49
Ser infiel ante la imposibilidad de romper el matrimonio	50
Ser infiel por simple placer de disfrutar de la aventura	54
Ser infiel para vivir lo no vivido	57
Me enamoré de nuevo	63
Parte IV.	67
Hombres o mujeres ¿quién es más infiel?	68
¿Cómo es posible que algunas personas mantengan su infidelidad durante años, sin que el cónyuge lo sospeche?	78
Qué debe hacer si no quiere que su pareja sepa que es infiel	83
Repercusiones de la infidelidad en la pareja. Qué hacer si descubre que su pareja le es infiel	90
De qué manera minimizar el riesgo de que la pareja sea infiel	103
El ser humano, por naturaleza, ¿es fiel o infiel?	106
Otros tipos de infidelidad	111
Anécdotas de infieles	117

Preguntas para reflexionar
Epílogo

121
125