

CARO SARACHO

Mesa para una



#SOY SOLA

AGUILAR

CARO SARACHO

Mesa para una



#SOY SOLA

AGUILAR



CAROL SARACHO

Mesa para una



#SOY SOLA



AGUILAR

SÍGUENOS EN
megustaleer



| Penguin
Random House
Grupo Editorial |

Este libro pertenece a:

Si lo encuentras, por favor, contáctame en:

A MIS PAPÁS (aunque no les vaya a encantar leerlo)...

A MIS AMIGAS (sin las que estas palabras no existirían).

Agradecimientos

¡Hay tantas personas a las que agradecerles por este libro! Gracias a mi mamá que siempre ha sido mi porrista #1, a mi papá que me heredó su amor por las letras, a mi maestra Alejandra...

Gracias a mi lectora 0 por su paciencia y su entusiasmo, y a todas y cada una de mis amigas, las que aparecen en estas páginas de manera evidente y las que no, son mi inspiración y sin ustedes estas historias no existirían.

Gracias a toda la gente de Penguin Random House que creyó en mi proyecto y que ha estado tan emocionada con el tema como yo desde el día uno. Andrea, ha sido un gustazo trabajar contigo, Amalia y Rosana, ¡gracias por hacerlo tan bonito! A David, a César, y al enorme equipo que hay detrás por el gran trabajo que hacen, no pude haber estado en mejores manos. Miriam Baca, gracias por hacerlo posible.

Gracias a mis compañeritos de Actitudfem por sus porras, anécdotas y por las miles de horas que pasamos debatiendo sobre los patanes y el hoyo negro en el que se condensan.

Todo mi agradecimiento para las mujeres que han leído mis artículos y columnas, ustedes le han dado sentido a todo lo que he escrito y se lo dan ahora a este libro.

Gracias a mis amiguitos del género masculino, ésos que me hacen creer que hay mejores versiones por descubrir de las que me he topado. Y gracias también a esas versiones con las que he salido, gracias a ustedes #SoySola, orgullosamente.

Gracias a todos los que me ayudaron con sus comentarios en Facebook, aunque no aparezcan de manera literal, me ayudaron a saber que somos muchos los que buscamos vivir nuestra soltería en paz.

Gracias a todos los que, de una forma u otra, en este momento o desde siempre, han sido parte de lo que hago, lo que digo y lo que escribo. Soy una soltera muy afortunada.

Bienvenida

Llevo varios años estando soltera, algo que le causa mucho más conflicto a otras personas que a mí.

Cuando estoy en una reunión en la que soy la única persona soltera, suelo hacer un chiste al respecto, algo así como burlarme un poco de la situación para aliviar la tensión y hacerle saber a todos los que me rodean que no me lo tomo muy en serio y que pueden quitar sus caras de luto cuando ven que soy la única que llega y se va sola.

Si el tema se alarga (lo que suele ocurrir mucho más cuando estoy rodeada de puras amigas en lugar de parejas), todas suelen tener una opinión al respecto. Por ejemplo, un día, mientras platicaba con mis amigas sobre la posibilidad de adoptar a un hijo en caso de no casarme, todas me miraron con ojos de lástima disimulada mientras de sus bocas brotaba un “pero no digas eso, te va a llegar alguien, vas a ver”.

Sé que para ellas la vida sin pareja resulta inconcebible, como para muchas mujeres. Y está bien. Pero también estamos bien las que podemos concebir la decisión de pasar el resto de nuestra vida sin encontrar al indicado, sin quedarnos con una sola persona hasta hacernos viejitos, sin pasar por el proceso de la boda y los hijos. Existimos mujeres que nacimos sin el gen de necesitar a un esposo para sentirnos plenas y satisfechas; todas las mujeres estamos bien: las casadas, las solteras y las que van de un extremo al otro.

Durante años nos han vendido la idea de que las mujeres necesitamos casarnos y tener hijos para ser felices, que las mujeres solteras estamos, de alguna manera, incompletas. La sociedad nos exige una pareja para considerarnos “normales”.

Pero hay una especie extraña, casi casi mutante, que nació sin ese gen, el de conformarnos con menos de lo que sabemos merecer. Una especie a la que, en el fondo, no nos pesa ser solteras, no nos acompleja llegar solas a una boda ni nos preocupa reservar un *all inclusive* para una sola persona, y que siempre preferiremos estar con nosotras mismas en lugar de estar en una relación que no nos hace felices.

Sin embargo, como la estructura social nos exige pareja, y claro, unos hijos, surge una frustración por no estar en donde la sociedad dicta que estés, por no tener lo que la sociedad espera que tengas. Y de la frustración se deriva una serie de malas decisiones, como aceptar ser “la otra” con tal de sentir que tienes algo, o conformarte con ese tipo que ni te llena ni te hace sentir mariposas allá abajo.

Esas malas decisiones son el resultado de una presión que alguien más impone sobre nosotras, de una expectativa social que no cumplimos. Y las únicas afectadas somos las que estamos aplastadas en el sillón viendo una película de cine francés con un tipo mediocre que no nos satisface. ***Pero acompañadas, que es lo importante.***

Es momento de cambiar esa percepción, de deshacernos de esas ideas que nunca han sido nuestras y que, por el contrario, atentan por completo contra nuestra naturaleza libre, soltera y feliz.

Si aprendemos a ser nuestras heroínas y entendemos que ser soltera es un súper poder, vamos a ser capaces de tomar mejores decisiones, de recordar lo que sabemos que queremos y merecemos y no conformarnos con nada menos, por muy cómodo y tentador que parezca.

Introducción

Tengo 31 años y estoy soltera. No estoy sola, no estoy deprimida, no tengo baja autoestima ni estoy amargada. No estoy enojada con la vida ni le guardo rencor a los hombres. No me siento incompleta ni defectuosa, no me preocupa comer sola en un restaurante ni ir a un concierto sola, ni me siento mal por estar sentada en medio de cuatro parejas que hablan de sus hijos.

No trazo mi camino para encontrarme al amor de mi vida en la próxima esquina ni me preocupa entrar al cine sola. Tampoco es que sea demasiado exigente ni que me dé aires de grandeza o que esté esperando a que el príncipe Harry venga por mí (y qué bueno, porque mientras escribía este libro le dio por comprometerse).

Simplemente estoy soltera. En este momento de mi vida, como en muchos otros, estoy soltera. La cosa es que yo no tengo problema con eso, al contrario, disfruto de mi soltería como en otros momentos he disfrutado de la vida en pareja. Y eso es porque disfruto la vida conmigo, con mis amigas o con alguien que valga lo suficientemente la pena como para compartir mi oxígeno.

Igual de lindo es caminar tomados de la mano hacia el atardecer que caminar contigo y tus pensamientos un domingo por la tarde mientras te comes un helado, y ambos escenarios merecen ser disfrutados y valorados por lo que son, un momento especial que nos toca vivir, solos o acompañados. Siendo sincera, es muy divertido reírte sola de tus chistes que nadie más entendería.

Si escogiste este libro de entre los miles de libros que lo rodeaban (tan buenos como el *Pequeño Cerdo Capitalista*, que todas deberíamos leer si queremos sobrevivir solteras), es porque tú, como yo, naciste sin el gen de conformarte con menos de lo que sabes merecer.

Es así de fácil, algo se torció en tu biología y llegaste a este mundo con la clara convicción de buscar tu felicidad y la de nadie más, decidida a no seguir las pautas que otros pretenden dictarnos. Y es lo mejor que te pudo pasar.

Tú, como yo y muchas más, somos mujeres capaces de encontrar nuestra propia felicidad, de hacernos reír, de consolarnos, de apapacharnos, de darnos orgasmos y abrocharnos el cierre de cualquier vestido. Si has llegado hasta aquí soltera, independientemente de tu edad o tus circunstancias, es porque has sabido usar ese gen faltante a tu favor; has decidido ser tú misma y no conformarte; has querido ser auténtica y seguir luchando contra la marea de miradas de lástima de tus amigas, los comentarios ponzoñosos (aunque bienintencionados) de tus tías y la discriminación de los hoteles que no saben reservar para una sola persona. A las solteras (y solteros, que esta lucha no

tiene género) nos toca navegar en una sociedad que no está diseñada para mujeres independientes, que no sabe cómo manejarnos y que desde los tiempos de Moisés ha intentado meternos en cintura.

Después de muchos años viviendo en soltería me queda claro que son los demás los que tienen un problema con eso, pero somos nosotras las que tenemos que seguir luchando contra el impulso de rendirnos ante lo que la sociedad nos ha hecho creer que debemos ser y hacer.

Tú, como soltera empoderada, has tenido que dejar ir prospectos que, aunque eran perfectos en papel, no te llenaban. Has tenido que ignorar a las cucarachas disfrazadas de mariposas que nacen del aburrimiento emocional para no conformarte con algo que no mereces. Has tenido que despedirte de las historias de oficina que, aunque te hayan entretenido un rato, nunca fueron tu plan de vida y de esos ex novios a los que amaste profundamente, pero que dejaron de ser una pareja real para ti, huyendo de la zona de confort que representan.

Y sin darnos cuenta hemos tenido que luchar contra un esquema social que nos ha hecho creer que debemos ser mamás y esposas a cierta edad y hemos tenido que readaptar nuestros propios sueños porque, claro, cuando teníamos diez años jurábamos que nos íbamos a casar a los veintitantos y ahora nos enfrentamos a la vida real.

Sabes que naciste sin *ese* gen (seguramente leíste la columna de “Nací sin el gen de hacerme la difícil”, publicada originalmente en Actitudfem.com), pero carecer de *ese* gen es mucho más poderoso y va más allá de negarte a ser un ratón escurridizo; conlleva una predisposición genética a no conformarte, a ser auténtica, a buscar tu felicidad fuera de los límites de lo que los otros consideran correcto. Si te identificaste con esa columna, es porque no te funcionan esas convenciones sociales en las que una mujer no puede decir lo que quiere y no estás dispuesta a seguir las reglas de alguien más.

Sin embargo, la tentación de quedarte ahí, de aceptar un medio número más chico y hasta tragarte la idea de que puedes caminar con ese zapato que aprieta, es terrible y ejerce una presión que no siempre nos hace tomar las mejores decisiones, y que incluso puede dejarnos atoradas durante años en historias que no son para nosotras (y que, obvio, no nos hacen felices).

Por eso quise escribir este libro, para que sepas que no eres la única, que tu lucha es la de muchas y que no estamos locas ni somos raras. Somos muchas las que nacimos sin el gen y necesitamos empezar a creernos que nuestra forma de vida, auténtica y libre, es tan válida como cualquiera. Necesitamos empezar a conquistar espacios para la gente soltera, cambiar las políticas de los *all inclusive* y las instituciones sociales que se empeñan en hacernos sentir incompletas y defectuosas. También necesitamos asumir nuestra soltería no como un estado de transición sino como una forma de vida, como algo que se decide ser y no te resignas a ser, porque conformarte con menos de lo que

sabes que mereces no sólo es mediocre, sino que te hará infeliz toda la vida. Y es momento de que todas (y todos) los que vivimos bajo esta filosofía nos sintamos orgullosos de ella.

Si sigues soltera, es porque no te has topado a *la naranja*, la verdadera, la correcta, por la que te vas a querer exprimir todo el jugo. O porque ya te la topaste, ya te exprimiste, y cuando no hubo más que exprimir, la dejaste ir porque, para ti, tu felicidad y tu estabilidad son más importantes que vivir acompañada.

Y poco a poco has desarrollado ese superpoder que es la soltería. Y digo superpoder no por el hecho de que puedas salir de fiesta todo el fin de semana sin darle explicaciones a nadie o porque puedas acostarte con quien quieras o gastar tu dinero en ti y en nadie más, sino porque sobrevivir a la marea de miradas de lástima y citas a ciegas que te organizan tus amigas y hacerte de un departamento con un único crédito es toda una hazaña. De verdad.

Bien lo escribió Helen Betya Rubinstein en su artículo “La discriminación que sufren las personas solteras” (“Is There Something Odd About Being Single?”), publicado en *The New York Times* en octubre de 2017: “[...] Prosperar como soltero no desafía las convenciones del género ni la sexualidad, pero sí rebate la noción de que las relaciones románticas deben tener prioridad por encima de otro tipo de relaciones.”

Prosperar como soltera es un desafío, y lo estás logrando. Pero necesitamos ir un paso más allá. Necesitamos enamorarnos de nuestra soltería y dejar de vivirla como una carga. Es necesario que dejes de sufrir por no haber llegado al punto donde creías que ibas a estar a esta edad (cualquiera que sea la tuya) o donde te dijeron que debías estar. Para que dejes de sentirte incómoda con las miradas de lástima y los comentarios de “ya te va a llegar” y los “aguanta, está a la vuelta de la esquina”, y dejes de obligarte a hacer cosas que realmente no quieres hacer sólo porque crees que tienes que darle una oportunidad a esa persona que es buen partido, pero no te late ni poquito.

Porque una vez que nos empoderemos en este estilo de vida nadie más asumirá que nos sentimos mal por no tener pareja, nadie te querrá presentar al soltero de la oficina ni te dirá que eres demasiado exigente y por eso nadie te pela. Créeme, todos los cambios sociales empiezan con una persona que decide tomar caminos diferentes, y después de leer este libro, vamos a ser muchas las que digamos sonriendo que sí, mesa para una, habitación para una, un boleto Ticketmaster, ¡uno! Porque #SoySola y ése es mi superpoder.

Eres una mujer completa, libre, feliz, auténtica, fuerte y divertida. No estás incompleta ni rota ni a medio construir por estar soltera. Simplemente estás soltera y el mundo debe aceptarlo y adaptarse a la nueva generación que nació sin el gen de conformarse con relaciones a medias con tal de no estar solos.

El primer paso es entender de dónde viene este rechazo a la soltería que, déjame

adelantarte, es un tema social al que llevamos invirtiéndole demasiados años y adjetivos. La idea de “amor en pareja es igual a felicidad” es un constructo social que nos está haciendo mucho, pero mucho daño, porque la sociedad sigue pensando que se trata de una gripa y que nos pueden curar con aspirinas en forma de citas a ciegas.

Esto nos obliga a pasar más tiempo del que deberíamos lidiando con expectativas ajenas, empezando por las de nuestras adoradas madres y siguiendo con las de todas esas mujeres que han elegido la vida en pareja casi desde que nacieron y que no se explican cómo nosotras logramos sonreír (o respirar) sin un marido.

Resulta agotadora esa energía que invertimos en convencer a los demás de que nosotras también estamos bien y que podemos ser felices sin una pareja. Es fácil confundir una mariposa con una cucaracha y darle entrada a historias que, aunque nos dejan un buen aprendizaje, no siempre son las mejores. Hay que aprender a identificar cuándo es una historia que vale la pena vivir y cuándo es una mala decisión que hay que dejar pasar.

Una vez que aprendes la diferencia entre mariposa y cucaracha es muy fácil decidir con qué especie quieres relacionarte, cuándo vale la pena darle unos cuantos besos a ese sapo, aun sabiendo que no se convertirá en príncipe, y cuándo controlar la tentación de casarte con la cucaracha sólo porque ya vas a cumplir 30 años.

Cuando te decidas a no volver a conformarte con zapatos medio número más chicos y estés 100% convencida de que más vale sola que mal acompañada, estarás lista para empezar la mejor relación de tu vida contigo misma.

Convertirte en tu mejor compañía tomará tiempo, esfuerzo y mucha paciencia, pero en el camino te darás cuenta de que disfrutarás pasar tiempo a solas y de los montones de cosas que puedes hacer. El trayecto es complicado, pero completamente satisfactorio, y para ayudarte a llegar al punto en el que verdaderamente disfrutes tu tiempo contigo, te comparto una serie de 10 retos súper prácticos en los que te acompañaré en ese viaje hacia descubrir lo bien que te la pasas estando sola. Tomar las riendas de tu felicidad te hace selectiva y eventualmente te encontrarás eligiendo mucho mejor en qué y con quién invertir tu tiempo. Porque una vez que te conviertes en la mejor versión de ti para ti, aprenderás que ni estás enferma ni necesitas un diagnóstico, y mucho menos una cura.

Al leer este libro espero que como soltera empoderada puedas decir: “No, no quiero esa cita, no quiero tus explicaciones, no quiero tus miradas de lástima, no quiero que me presentes a tu hermano ni que me digas que mi príncipe azul está a la vuelta de la esquina porque no estoy enferma, así que ¡deja de buscarme curas!”.

Ojalá, una a una nos reconciliemos con el concepto de soltería, y ojalá las que ya están ahí nos ayuden a conquistar más y más espacios para dejar de sentirnos incompletas o defectuosas. Basta de sentirnos mal por las decisiones que tomamos, basta de sentirnos mal por no saber jugar al gato y al ratón o por no tener la maternidad como

prioridad.

Cada mujer -ya sea casada, soltera, mamá o presidenta- tiene derecho a vivir con libertad. Si somos fieles a nuestros sentimientos y luchamos por lo que queremos genuinamente, tendremos relaciones mucho más libres y honestas, mucho más sanas y felices, tanto entre nosotras como con nuestras parejas.

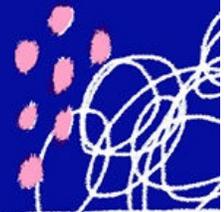
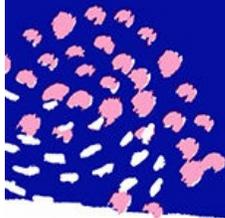
Espero que al terminar de leer este libro puedas decir con mucho orgullo (frente en alto, espalda erguida, pecho de fuera) “#SoySola y soy estúpidamente feliz”.



Capítulo 1

Alto a la discriminación por estatus amoroso

SER SOLTERA EN ESTE MUNDO
NO ES UN PROBLEMA... O NO DEBERÍA SERLO



#SOYSOLA:
movimiento social que lucha por los derechos de
las y los solteros en el mundo.

Hasta hace poco decir #SoySola parecía un chiste entre amigas: “¡No me molesten, #SoySola!”. Y se reían. Y yo también me río, porque soy sola y no pasa nada. Ser soltera en este mundo no debería ser un problema, hasta que te sientes discriminada por serlo.

Hace un par de años fui a la boda de mi amiga de la primaria y, como siempre, fui sola. Bueno, no sola, sin pareja, porque en realidad iba con una de mis mejores amigas y su esposo.

Ahí estaba yo, en una mesa enorme con diez parejas a mi alrededor, platicando sobre la vida y sus misterios sin hacerle daño a nadie, cuando se acercó la novia a saludarnos a los tres: “¡Qué gusto! ¡Qué bueno que vinieron! Fulanito, mil gracias por traerlas”.

¿Mil gracias por traerlas? *What!?*

¿Gracias al marido de mi amiga por traernos? ¿Nos? ¡Yo me pagué mi boleto de avión! Es más, si alguien nos llevó a la boda fui yo, ¡yo manejé! ¿Por qué le estaban dando las gracias al único hombre del trío por llevarnos? Caí en la cuenta: porque él era el único hombre y me estaban haciendo el favor de incluirme, para que no me sintiera sola.

Ésa fue la primera vez que sentí que mi situación de soltera era una condición inferior, como si yo no contara lo suficiente porque no fui con un novio, un marido o un bebé. Ésa fue la primera vez que caí en la cuenta de lo que representaba mi soltería para los demás: un estado de tristeza, frustración y vergüenza que debería ser ocultado y disimulado con comentarios sutiles como “traerlas” (para que yo no me sintiera mal

porque nadie me había llevado).

Ninguno de los comentarios que se hicieron esa noche, o cualquier noche, son malintencionados. Nadie pretendió ofenderme (al contrario, estaban protegiendo mi soltero -y seguramente triste- corazón), pero ahí se me prendió un foco. Ahí supe que la discriminación hacia la soltería es algo tan real como peligroso, como todas las veces que ha habido discriminación hacia una condición humana.

Y este temor a la soltería lleva más de 500 años rondando nuestro planeta.

El mundo, discriminando solteros desde la Edad Media

En la Edad Media, la fea de la casa era la que se quedaba soltera para cuidar a los papás. Más claro ni el agua.

El término *solterona* siempre ha tenido una connotación negativa. Ser soltera es algo de lo que debemos avergonzarnos, es un fracaso, es algo que nos ha sido impuesto por “mala suerte”. Es una condición que la sociedad rechaza, señala y, claro, discrimina.

Dejemos a las pobres hermanas feas en la Edad Media y a las del Renacimiento o cualquier época anterior a 1900, porque aunque esta carga negativa la traemos arrastrando desde el Antiguo Testamento, nuestras frustraciones actuales se derivan más de lo que hemos vivido como género en los últimos cien años.

Cada vez que las mujeres conseguimos un poquito de libertad e independencia, la sociedad se encarga de regresarnos a nuestras casas y recordarnos que nuestro deber es cuidar de los hijos y mantener nuestra casa a la Martha Stewart.

Los ejemplos más claros de este cinturón que nos aprieta colectivamente los encontramos después de las guerras mundiales, cuando los hombres regresaban a casa y se encontraban a sus esposas, mamás y hermanas en sus puestos de trabajo y, claro, se les caían los bóxers al piso, porque desde siempre ha sido impensable que las mujeres puedan llevar las riendas sin ayuda.

Así que, independientemente del estatus amoroso de esas mujeres, los mensajes que se mandaron en los años de las posguerras eran claros: las mujeres a su casa, a sus hijos, y los hombres al trabajo. Y como esta división ya estaba en nuestro subconsciente colectivo, no nos costó trabajo regresarnos a planchar camisas.

Mantuvimos esta idea y, por lo tanto, una mujer sin casa ni hijos estaba transgrediendo las reglas del orden social establecido. Los mensajes que se difundieron en los años posteriores a las guerras mundiales pretendían devolver a la mujer a su lugar de ama de casa; sin embargo, si leemos entre líneas encontramos una discriminación latente hacia la soltería: *Si tu misión en la vida era estar en casa para cuidar de tu*

familia y no tenías familia, tu vida no tenía sentido.

Todos los mensajes se enfocaban en la importancia de la familia. En los años 20 se hablaba de la obligación de las mujeres para ser madres por una predestinación biológica; las mujeres que no querían encontrar marido eran diagnosticadas con frigidez y/o lesbianismo (claro, porque ser lesbiana también es una enfermedad). Mientras los hombres estaban en la guerra, todas las mujeres parecían solteras, pero cuando los maridos regresaban, la soltería ya no era admisible.

En la década de los años 30 la mujer que pretendía ir a la universidad era duramente juzgada (incluso se usaba el término “fábrica de solteronas”), y no se creía que una mujer pudiera ser independiente. Además, pensaban que el trabajo femenino era el origen de todos los males.

Luego, con la Segunda Guerra Mundial, vino una nueva liberación femenina, y nuevamente nos necesitaron en la fuerza laboral, y ahí fuimos a cortarnos el cabello y usar pantalones (porque no se podía trabajar en falda), y nos volvimos a empoderar y a sentir libres, independientes y realizadas. Luego se acabó la guerra, y ya sabemos cómo siguió la historia.

Hacia el final de los años 40, cuando ya habían regresado los hombres a sus casas (aunque en México nunca se salieron y eso es ooootra historia), regresaron los mensajes misóginos que ordenaban la sumisión femenina: la mujer que trabaja es egoísta, la mujer que quiere ser independiente es antinatural, la mujer que no quiere tener hijos es lesbiana.

Y ahí vamos las mujeres de nuevo a nuestras casas. Y otra vez pasamos de ser todas solteras a despreciarlas colectivamente.

En revistas y comerciales se invitaba a las mujeres a olvidarse del trabajo y a concentrarse en que las flores de su jardín se vieran perfectas y las sábanas de su cama estuvieran bien almidonadas para que su esposo regresara feliz y no le fuera a poner el cuerno con una de esas solteronas, cazamaridos, mujerzuelas.

Doly Mallet lo ejemplifica perfecto en el capítulo de la Cenicienta, en su libro *Mordiendo manzanas y besando sapos*: “En el siglo XIX, quedarse soltera era una desventaja social, una tragedia personal (*¡No puedo con esto!*). Pero en los años 50 es una perversión” (David Riesman, *The Lonely Crowd*, 1950).

Me mato.

O lo que dice este texto de *How To Be a Woman* (1954), un libro de economía del hogar: “Excepto por las enfermas, las malnacidas, las deformes, o las que tienen defectos mentales, todas las mujeres deben casarse”.

O sea que si no te casabas (aunque fuera con el tipo más grosero o aburrido del planeta), “eras malnacida, deforme o tenías algún defecto mental”. O eras lesbiana, obvio.

Y como el pasado nos condena y lo traemos bien plantado en nuestro inconsciente colectivo (y en nuestro consciente también), nadie quiere ser soltera.

Nos hemos creído que el amor te salva y que el matrimonio te cura de tu enfermedad de soltera, y que si no te casas y tienes hijos te vas a morir rodeada de gatos y van a encontrar tu cuerpo cinco días después porque, como estás sola, nadie se va a dar cuenta. Ante este panorama tan alentador de la soltería, no es difícil imaginarnos a millones de mujeres infelizmente casadas.

Así llegamos a la actualidad.

La discriminación post **Sex & The City**

Después de la revolución sexual, de las pastillas anticonceptivas, de *Cosmopolitan* y de las fans de Carrie Bradshaw, podemos decir que las mujeres hemos avanzado **MUCHÍSIMO** como género. Tristemente, las solteras no tanto.

Aunque para 1999, 40% de las mujeres estaban solteras y sólo 65% de las mujeres entre 25 y 55 años estaban casadas, aún había 34% de mujeres que aceptaban casarse con hombres que no eran sus ideales con tal de no quedarse solas. En los años 90 era más común escuchar a mujeres solteras empoderadas, trabajadoras, incluso madres solteras, pero no sin un dejo de conflicto.

A pesar de lo revolucionaria que fue la serie *Sex & the City*, y de lo increíble que fue que por primera vez se retratara la vida de una mujer soltera como algo “normal”, toda la tensión que vive el personaje Carrie se deriva de su relación con Mr. Big. ¡Toda la serie se la pasa sufriendo porque Mr. Big es un imbécil!

Carrie no era nada feliz soltera. Curiosamente, es considerada como el símbolo de la mujer independiente, que pasa de los 30 años sin estar casada ni tener hijos, y que se las ingenia para sobrevivir en Nueva York. ¡Pero Carrie odiaba su soltería! Y se pasa toda la serie perdonando las estupideces de Mr. Big porque “*He is THE ONE*”. **Bullshit.**

La realidad que vivimos en 2018 es una mezcla del pasado con *Sex & the City*, una discriminación velada, un poco más sutil, pero igual de peligrosa y trascendente, porque no sólo son las miradas de lástima de tus amigas, sino instituciones completas que no están dispuestas a contratarte porque si eres soltera no eres una persona comprometida (sí, es una historia real).

Hoy en día nadie se atrevería a decirnos que no podemos hacer algo por ser solteras o que una mujer soltera está enferma o deforme. A la cara. Sin embargo, seguimos siendo consideradas “anormales” y no disfrutamos de los mismos privilegios que una persona que está en pareja (feliz o no, eso es irrelevante).

Por ejemplo, las solteras no tenemos la opción de decir: “Me tengo que salir de la

fiesta porque mi marido ya llegó a la casa” o “No puedo ir a trabajar en domingo porque tengo que cuidar a mi hijo”. De las solteras se espera eterna colaboración y la disposición total de nuestro tiempo.

Y, por el contrario, cuando le dedicamos más tiempo a ciertas cuestiones se nos descalifica atribuyendo nuestro esfuerzo a la falta de otras áreas en nuestra vida (entiéndase pareja e hijos).

Lucy Lara menciona esto en su libro *Imagen, actitud y poder*: “[...] Pero, ¿qué pasa si no eres casada ni tienes hijos? Además de la incómoda situación en la que te encuentras una y otra vez cuando la gente te pregunta por qué no tienes pareja y te recomiendan, sin haberlo solicitado, que no trabajes tanto porque nadie te invitará a salir en tu escritorio, existe la sensación de que no tienes nada mejor que hacer que estar en la oficina”.

Como no tenemos pareja e hijos, no tenemos vida ni responsabilidades, no nos cansamos y queremos que todo el mundo se quede trabajando con nosotros hasta las 11 de la noche para no tener que llegar a casa solas.

La soltería se percibe como negativa -y, por lo tanto, a una persona soltera como defectuosa-, en casi todas las situaciones sociales actuales. Lo veas por donde lo veas, ser soltera es sinónimo de alguien incompleto, punto.

Un buen día una de mis mejores amigas me habló para anunciarme que estaba comprometida y me pidió un favor: ir a Expo Tu Boda para juntar información sobre bodas en la playa. Ella vive en Ciudad Juárez, por lo que le era imposible venir a la Ciudad de México, así que me di a la tarea de recorrer los pasillos de una expo increíble buscando folletos y cotizaciones para la boda de una de las mujeres más importantes de mi vida.

En los primeros ocho estands que visité dije la verdad: “No es mi boda, se casa mi mejor amiga”, y entonces recibía esa mirada de compasión mezclada con tristeza y asombro, mientras una palmadita en la espalda y un tono condescendiente me hacían sentir una cucaracha, siendo que yo no tengo ningún conflicto al respecto. Para el noveno local ya me había adueñado de la boda con tal de no recibir la mirada de lástima.

Las miradas de lástima, las palabras condescendientes, las ganas de emparejarte con el fulanita soltero de la oficina, las palmadas en la espalda y las frases bienintencionadas son la forma que tiene el mundo de hacernos sentir mal por ser solteras. Es decir, que estamos incompletas, y que obviamente eso se debe a que somos raras, a que hay algo mal en nosotras.

¿Cuántas pláticas con tus amigas has dedicado a encontrar la explicación de la soltería de fulanita o la tuya? ¿Cuántas veces has tenido que justificar tu soltería ante tus propias amigas, ante tu mamá o ante cualquier desconocido que te ofrece un folleto en una expo?

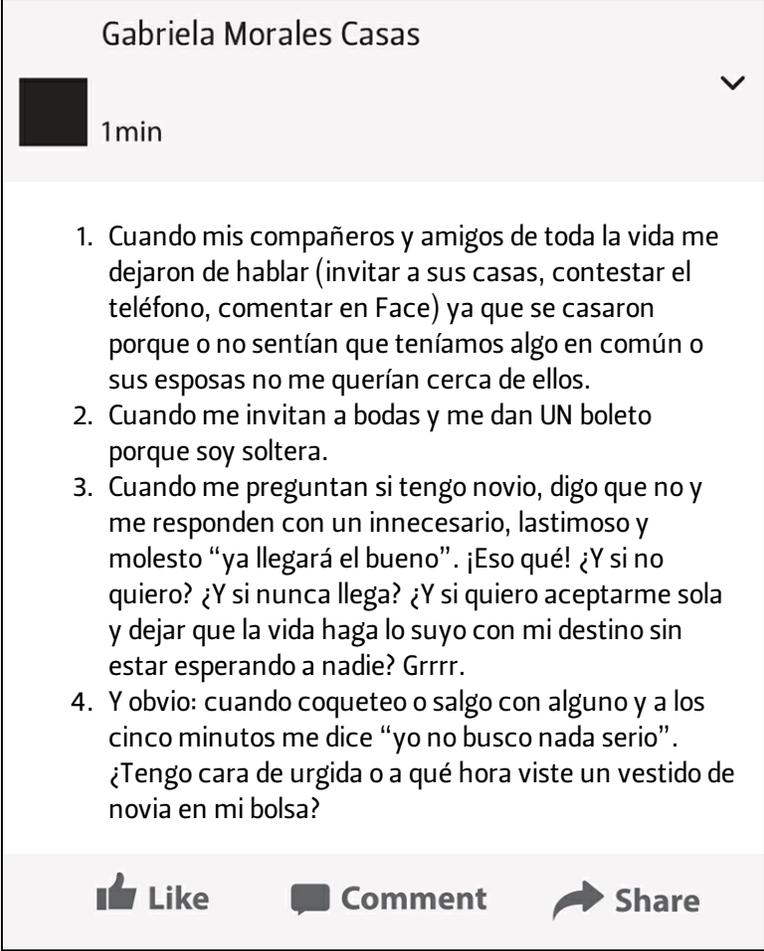
La discriminación hacia la soltería es real, aunque sea de una manera muy sutil y

bienintencionada.

El problema es que esta percepción negativa de la soltería ha permeado tanto nuestro pensamiento colectivo que hay personas que no pueden rentar una casa, solicitar un crédito o conseguir un puesto de trabajo porque son solteras.

La soltería es un estilo de vida NO aceptable en nuestra sociedad, un estado trágico que habla de personas raras, incompletas (tal vez ya no deformes físicamente, pero seguro piensan que tenemos alguna deformidad mental) y, sobre todo, de personas poco confiables, sin sentido de compromiso y un tanto dispensables, porque, como me dijeron en Facebook, como no tienes a nadie a quién mantener, pues es más fácil despedirte sin que se sientan culpables.

Esta discriminación sutil también afecta nuestra vida social:



Gabriela Morales Casas

1min

1. Cuando mis compañeros y amigos de toda la vida me dejaron de hablar (invitar a sus casas, contestar el teléfono, comentar en Face) ya que se casaron porque o no sentían que teníamos algo en común o sus esposas no me querían cerca de ellos.
2. Cuando me invitan a bodas y me dan UN boleto porque soy soltera.
3. Cuando me preguntan si tengo novio, digo que no y me responden con un innecesario, lastimoso y molesto "ya llegará el bueno". ¡Eso qué! ¿Y si no quiero? ¿Y si nunca llega? ¿Y si quiero aceptarme sola y dejar que la vida haga lo suyo con mi destino sin estar esperando a nadie? Grrrr.
4. Y obvio: cuando coqueteo o salgo con alguno y a los cinco minutos me dice "yo no busco nada serio". ¿Tengo cara de urgida o a qué hora viste un vestido de novia en mi bolsa?

Like Comment Share

Gaby, muy amablemente, me hizo pensar en todas las situaciones sociales en las que, de una u otra forma, las solteras salimos perdiendo. Y ustedes me van a dar la razón.

Levante la mano la que ha vivido algo así:

Escenario 1. Navidad con tu hermosa (y emparejada) familia

Reunión en casa de los abuelos, todas tus tías con ojos críticos, pero, sobre todo, todas tus primas (incluida ésa que cuidabas cuando era bebé) con sus hijos. Algunas con más de dos. Hermoso. Y ahí estás tú, con toda tu soltería auestas, preparada para contestar, una vez más, a las típicas preguntas impertinentes que no se cansan de hacerte: “¿Y el novio, para cuándo? ¿Y qué no piensas tener hijos?”.

Escenario 2. Una hermosa boda de cualquier persona en tu vida

Te llaman para pedirte tu nombre completo y dirección. Lo das con la emoción de saber que te van a mandar una invitación hermosa por correo. Llega, la abres, dice: Señorita Carolina Saracho, y sacas un hermoso boleto, para uno.

Escenario 3. Cena con tus mejores amigas

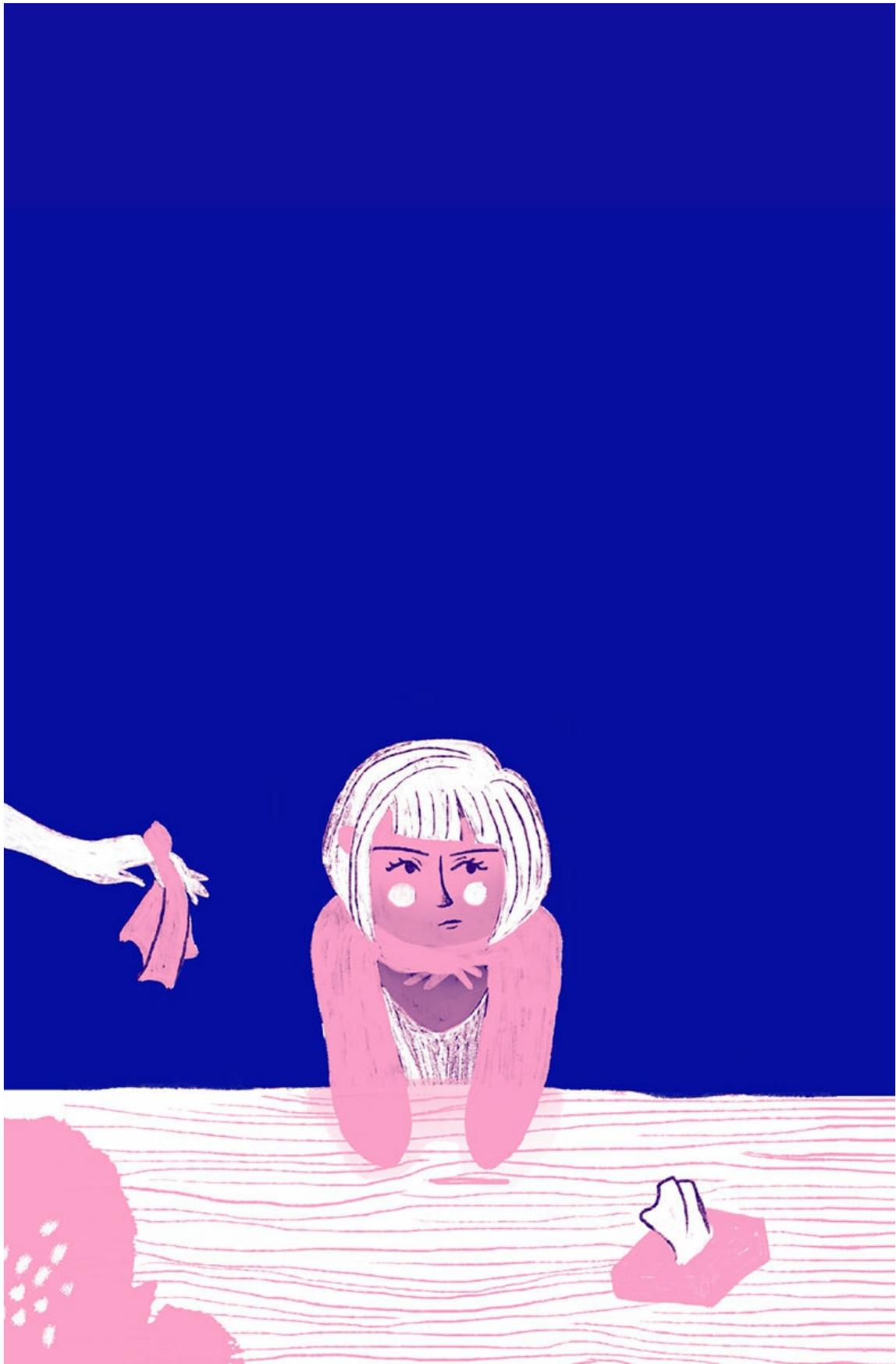
Tus amigas de toda la vida organizan una reunión el sábado, pero como todas están emparejadas, dudan en invitarte. Te enteras de que hay una cena y obviamente te apuntas, ¡son tus amigas de toda la vida! Y encima, sus maridos te caen re bien. Llegas súper contenta por verlas a todas (porque la verdad es que desde que se casaron es difícil que se vean un sábado por la noche), ignoras los ojos de lástima que te avienta la dueña de la casa cuando su marido señala que *otra vez* llegaste sola, para terminar arrinconada tres horas después en un sillón con el fulano (pobre, seguro tampoco lo veía venir) que el marido de tu amiga invitó para presentarte.

No importa por dónde lo veas, llegar soltera a cualquier reunión, fiesta o evento hará que los demás se formen una opinión de ti (sin conocerte) y que en automático asuman que algo está mal contigo.

Como escribió Helen Betya Rubinstein en su artículo publicado por *The New York Times*: “Hay algo extraño en la soltería, en el sentido literal y también en el hecho de que implica una amenaza a las convenciones con las que la mayoría de las personas organiza su vida”.

Estos juicios de valor que se generan alrededor de las pobrecitas solteras se derivan del rechazo generalizado hacia la soltería, de esa noción que lleva años relegándonos al segundo plano porque no tenemos una pareja que nos complete.

La soltería es considerada una enfermedad...



Capítulo 2

El mundo
cree que lo
que tienes
es gripa

CUANDO LOS QUE TE RODEAN
CREEN QUE TU SOLTERÍA ES UNA ENFERMEDAD



SOLTERA:

(según el diccionario mundial) mujer que necesita ayuda para erradicar esa terrible enfermedad que la hace vivir devastada por no haber encontrado a su príncipe azul.

De esa idea que tiene el mundo sobre la soltería se deriva la siguiente necesidad: corregirla. Y asumir que tú, pobrecita soltera en desgracia, necesitas ayuda para lograrlo. Para los que nos rodean es obvio que si tienes 25, 31 o 47 años y estás soltera, es por tu inhabilidad para conseguir pareja, pero ¡suertuda tú!, tienes montones de amigos que están ahí para encontrarla por ti. O por lo menos para ayudarte a entender lo que está mal contigo para que puedas corregirlo y así encontrar pareja. Y por fin vivir feliz.

Por alguna razón extraña los humanos sentimos la necesidad de arreglar la vida ajena cuando es diferente a la nuestra, desde invasiones de Estados Unidos hasta asumir que la soltería es como una enfermedad de la que el soltero en cuestión necesita curarse. Y todos estamos listos y bien dispuestos a ofrecer desde diagnósticos hasta remedios, cual si fuera gripa. No me dejarán mentir: cuando alguien en la oficina dice: “Me estoy resfriando”, *todos* los que estamos a su alrededor ofrecemos un remedio bienintencionado y una explicación (pocas veces pedida) a su enfermedad:

- Es que hoy llegaste con el cabello mojado, tómate un *tecito* para que entres en calor.
- Debe ser que te falta vitamina C, no has comido muy bien últimamente; deberías ir por un juguito de naranja.
- Pídeles que apaguen el aire acondicionado porque te pega directo.

Todos lo hacemos, parece un ritual social obligado. Alguien comenta un síntoma y todos diagnosticamos y recetamos.

Igualito pasa con la soltería ajena. Siempre que sale al tema que fulanita *sigue* soltera o que ya volvió a ser soltera (con especial atención al *sigue* con toda su hermosa connotación negativa), los humanos nos sentimos impulsados a buscar las causas y a hacer sugerencias para arreglarlo, sea cual sea su situación, no importa, el caso es que “ser soltera” es lo mismo que decir “tengo gripa”, una condición que nadie quisiera tener y a la que todos podemos aportar ideas para solucionar.

En mis años de soltería he escuchado todo tipo de explicaciones, algunas más coherentes que otras, unas muy graciosas, otras que me hacen perder la fe en la humanidad, pero todas basadas en la idea de que hay algo mal conmigo (o con la persona de la que estemos hablando, porque luego te encuentras explicando también la soltería ajena) y que, si lo cambiara, podría encontrar a la persona con la cual compartir mi vida, para felicidad de todos los demás.

Algunas explicaciones (no pedidas) a la soltería ajena son:

- Es que eres muy exigente, no te gusta nada.
- Es que no sabes lo que quieres.
- Es que no estás lista para una relación seria.
- Es que le tienes miedo al compromiso.
- Es que te gustan puros patanes.
- Es que eres demasiado independiente.
- Es que proyectas mucha seguridad, los espantas.
- Es que mandas las señales equivocadas.
- Es que eres feminista (les digo, la fe en la humanidad).
- Es que tienes muchísimos amigos, a los hombres no les gusta competir.
- Es que hablas del sexo como si fueras hombre.
- Es que te va bien en el trabajo, los intimidas.
- Es que eres malhablada.
- Es que no eres muy femenina.
- Es que no te das a desear, se las pones fácil.
- Es que eres *workaholic*.
- Es que eres muy inteligente.
- Es que eres muy intensa.
- Es que eres muy mandona.
- Es que tienes una personalidad muy fuerte.
- Es que ya estás muy grande (perdiendo más y más la fe).
- Es que te gusta salir mucho.

- Es que eres muy idealista.
- Es que no convives mucho con la gente.
- Es que eres demasiado perfeccionista.
- Es que tu estilo de vida asusta a los hombres.
- Es que ya te acostumbraste a estar sola.

Y mi favorita, la única que me convence cada que me la dicen:

- Eres soltera porque quieres.

Efectivamente, señoras y señores, somos solteras porque queremos serlo, porque como les dije en la introducción a este bello libro, no nos ha dado la gana cambiar lo que somos para ajustarnos a las expectativas de otros, y con suerte (si consigo que nos unamos todas en esta causa) *nunca* nos darán ganas de hacerlo.

¡Pero la sociedad no nos la pone nada fácil! Cada vez que una soltera escucha una de estas frases, lo que lee entre líneas es: *Es que no eres lo suficientemente buena para que alguien te quiera, y por eso estás sola.*

¡SOLAAAAAAAAA!

Aunque no nos demos cuenta, esto disfraza esa discriminación velada de la que hablábamos al principio. Cada explicación parte de la idea de que somos defectuosas, por lo que no conseguimos ese estado emparejado que nos dejaría de hacer parecer enfermas e incompletas. Lo mismo pasa cuando nos hacen estas preguntas:

¿Por qué no te has casado?

Acompañado con una cara de espanto y cejas de asombro, esto se entiende como: ¿qué está mal contigo que nadie se ha atrevido a formalizar?

¿Y qué vas a hacer cuando seas viejita?

¡Exactamente lo mismo que todos los demás cuando envejezcan! Si por alguna razón la soltería se elige para toda la vida no quiere decir que la persona en cuestión vaya a ser infeliz después de los 40 años o vaya a vivir una vida lúgubre y triste cuando pase los 60. Una persona soltera se las ingeniará para disfrutar la vida a cualquier edad, para tener amigas que la acompañen al médico cuando haga falta o para consentir sobrinos ajenos que la inviten a comer cada domingo. De lunes a sábado disfrutará su soltería tal como lo ha hecho cada día de su vida.

¿Eres lesbiana?

Esta pregunta queda escondida en los ojos de mis tías cada vez que me preguntan si ya

tengo novio. Algunas personas te preguntan con cautela: “¿Sí te gustan los hombres o por qué sigues soltera?”. Y entonces cualquier mujer soltera, heterosexual o lesbiana, se quiere jalar los pelos. Lo escribiré aquí porque creo que muchas personas tienen que leerlo, aunque si compraste este libro lo sabes de sobra: la soltería no tiene *nada* que ver con tu preferencia sexual; y si tus tías no te creen, yo tengo muchas amigas gays que son solteras y para las que también escribí este libro, porque la presión por encontrar pareja nos afecta a todas, bugas o no.

Tus ex novios ya se están casando, ¿qué sientes?

Cuando alguien te hace esta pregunta, lo que en realidad quiere decirte es que tu ex ya triunfó (porque, obvio, el altar es la meta) y tú, pues no.

Pero, ¿qué pasó?

Esta pregunta por lo general llega después de un: “¿Y Juanito?”. A lo que la soltera interrogada responde: “Cortamos hace dos años”. El “pero, ¿qué pasó?” esconde un juicio de *yo ya te hacía casada y con dos hijos*. En apariencia el resto de las personas no entiende el hecho de que las relaciones se terminan, aunque tengas 29, 30 o 35 años; haber tenido una relación de uno, dos o tres años, incluso dos meses, no significa que tuviera que culminar en boda.

Todas estas preguntas, vengan de quien vengan, nos ponen a la defensiva con justa razón, porque la persona (imprudente o genuinamente preocupada) está emitiendo un juicio de valor sobre nuestras decisiones.

No es lo mismo estar en un café con tus amigas y platicar sobre relaciones fallidas, ex novios pendejos y amores futuros, en donde cabrían cuestionamientos como: “¿Y tú quisieras enamorarte otra vez?” “¿Qué se siente tener que lavar los calzones de tu marido?” (Preguntas genuinas que las solteras nos hacemos, no crean, a nosotras también nos impacta su estilo de vida), que tener que vivir a la defensiva, buscando justificar nuestra soltería frente a todo el mundo.

Por lo general, ser soltera es cuestión de elección, de prioridades (algunas veces la carrera sí pesa) y de caminos en la vida. De elección, porque yo apuesto que cualquiera podría tener marido si estuviera dispuesta a conformarse. De prioridades, porque justamente la calidad de vida está por encima de la conformidad. Y de caminos, porque muchas mujeres solteras no hemos encontrado al tipo indicado para compartir nuestras vidas, aún. Espero que todas las mujeres que tienen pareja estén con la persona perfecta para ellas, que la hayan elegido y hayan sido elegidas, y que juntos construyan una vida increíble. Para las solteras eso no ha pasado todavía, o ya pasó y se terminó, o ya pasó y decidimos movernos.

Para nosotras, las solteras, estas decisiones no han sido fáciles. Llevamos toda la vida

intentando desechar la idea de que algo está mal con nosotras. Cada vez que terminamos con un novio nos preguntamos si hemos tomado la decisión correcta o si ése era el último tren y lo perdimos, y cada vez tenemos que recordarnos que conformarse no es opción.

La primera de mis amigas en devolver un anillo fue la que todas jurábamos que se casaría primero. La historia hubiera sido así, si ella hubiera decidido conformarse. Tenía al novio perfecto (en papel) y la historia más romántica con un futuro súper prometedor, pero el tipo pretendía cambiar cada aspecto de su esencia, y aunque ella lo permitió al principio, cuando comprendió que eso era lo que le esperaba para el resto de su vida dijo: “No, muchas gracias, aquí está tu anillo y ahí nos vemos”. Seis años después encontró a un hombre que ama cada aspecto de su esencia y se lo celebra todos los días.

Mi amiga de Ciudad Juárez, por la que fui a Expo tu Boda en aquella ocasión, se casó a los 27, muy segura de que había encontrado al amor de su vida y que pasaría el resto de sus días con él. Tres años después se dio cuenta de que tenían diferencias irreconciliables y decidió terminar su matrimonio antes que ser infeliz para siempre. Y aunque, obvio, le pesaba la idea de ser divorciada a los 30 años, le dolía más imaginarse toda una vida siendo infeliz.

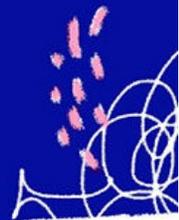
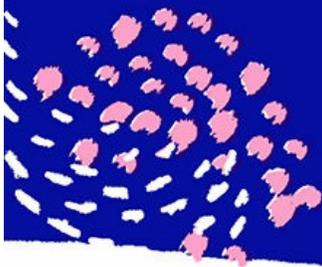
No es fácil, la presión es demasiada, y las preguntas imprudentes y los ojos de lástima no ayudan, pero cada día que pasamos fuera de la zona de confort es una batalla ganada. Si estás leyendo este libro es porque seguramente te sientes orgullosa de ser muy inteligente, independiente, libre y exigente, y estás convencida de que no estarás con alguien que se “espante, asuste e intimide” con estas cualidades. Hasta que la persona que pregunta es tu madre...



Capítulo 3

Lidiando con los "Nunca voy a ser abuela"

LA FRUSTRACIÓN DERIVADA
DE SEGUIR DECEPCIONANDO A TU MADRE



MAMÁ DE UNA SOLTERA:
abuela en potencia que colecciona juguetes y libros
de pintar para cuando su hija por fin siente cabeza y
haga el favor de casarse.

Todas esas preguntas (siempre bienintencionadas) y esas explicaciones (nunca pedidas) a nuestro trágico estado de soltería no se comparan con los ojos expectantes con los que tu familia -y en particular tu mamá- te recibe cuando cruzas la puerta de su casa.

Las que no vivimos con nuestros papás (que espero seamos la mayoría de las que están leyendo esto, sin menospreciar a las que sí, pero es un paso que todas debemos dar si queremos ser solteras que se respetan) les otorgamos días, semanas o meses (según la distancia a la que vivamos de ellos) para hacerse ilusiones respecto a nuestra soltería.

Cada lapso de tiempo que pasa entre una visita y la siguiente es percibida por nuestras madres, abuelas y tías como un período en el que podríamos habernos puesto las pilas para que la próxima vez que llegemos a casa les contemos que sí, que finalmente pasó y que ya conocimos a *The One*, que somos muy felices (asumiendo que antes no lo éramos) y que estamos en la recta final hacia el matrimonio, para que ahora se preocupen por una prima más joven o por el divorcio de otra.

Cada vez que nos abren la puerta y nos miran con ojos llenos de expectación mezclados con decepción porque llegamos solas, a nosotras se nos encoge un pedacito del corazón. Y va de vuelta, no porque queramos cambiar nuestro estatus de Facebook, sino porque nos duele decepcionar a los que amamos. Siempre será así.

Y si nuestras mamás, abuelas y tías perciben la soltería como un fracaso, sentimos que las estamos decepcionando al aparecer sin alguien que nos tome del brazo. Es un sentimiento completamente natural y completamente erróneo, pero, siendo sinceras,

inevitable. Cada vez que tu mamá te cuenta que una prima más ya tiene novio/anillo/bebé es un reflejo de tu fracaso, hay un reclamo velado en cada comentario. Lo bonito de esto es que, salvo contadas excepciones (espero), ninguna mamá quiere hacernos sentir mal. Ninguna mamá es consciente de que la forma en la que nos dicen las cosas nos apachurra el corazón y nos carga con un fracaso que no creemos vivir, más que cuando hablamos con ellas.

Mi mamá se casó con mi papá (en segundas nupcias para él) a los 38 años, así que ella más que nadie sabe lo que es lidiar con el mundo si eres soltera, sobre todo en una época en la que si no estabas casada antes de los 30 definitivamente estabas defectuosa (no había duda, mi mamá creció en los 70). Cuando yo tenía 20 años y ningún prospecto en el aire, ella me decía que el amor llegaría cuando tuviera que llegar, que no había prisa, que me concentrara en lo importante.

Por años fuimos testigos del desfile de personajes con los que salían mis primas; en cierta forma creo que mi madre estaba agradecida de que yo no participara de ese circo. ¡Y miren que tuve cada personaje por novio! Pero como siempre estuve consciente de que no eran historias serias, nunca los llevé a mi casa. Es más, creo que a la fecha (31, ¡yisus!) mis papás nunca han conocido a uno de mis novios. También me ayuda el hecho de vivir lejos, pero, bueno, mi madre parecía aliviada de que yo no saliera con tipos como los que llevaban mis primas. Y jamás insistía en detalles de mi vida amorosa. Me dejó ser hasta los 27.

Luego una de mis primas se embarazó y hubo sobrinos nietos que le ablandaron su abuelo corazón y todo se fue al carajo. De repente, mi madre empezó a soltar indirectas: “Le compraré esto a Ana Paula porque, como yo nunca voy a ser abuela”. ¡Madres!

Yo, que me sentía tan especial por tener una madre que se había casado a los 38 años, una madre que jamás me había presionado por tener o no tener novio, una madre que le apostaba más a mi inteligencia y a mi trabajo que a mi habilidad para hacer hijos, ¡quería ser abuela! Y yo, su única hija, le estaba negando el privilegio. ¡Me lleva!

Así empezaron los cambios en el discurso. Empezó a hacer comentarios como: “Ya te lo ganaron”, “Pues ése ya se te casó”, “Fíjate, ya hasta la hermana chiquita de fulanito se casó”. De repente, todos mis amigos se convertían en maridos potenciales y cada ex novio, que alguna vez mencioné, era el candidato perfecto para la fábrica de nietos.

Para nada la culpo, su corazón de abuela habla por ella. La verdad es que cuando estoy con mis sobrinos entiendo lo que debe sentir cuando ve a su hermana siendo la abuela de verdad y ella queda relegada al papel de tía. Quiere disfrutar a sus propios nietos para consentirlos a su manera y yo soy su única posibilidad, así que inconscientemente (porque sé que cuando lea esto me va a decir que para nada quiere que me case) el discurso ha cambiado.

Me quedó clarísimo cuando, dos años después de no haberle mencionado nada de un

brevísimo ex que tuve, me preguntó: “¿Y el de Querétaro?”. El de Querétaro tenía todo para haber sido el amor de mi vida, todo menos magia. Nos conocimos en un vuelo a Mazatlán, un vuelo por el que peleé con uñas y dientes porque una aerolínea lo había cancelado mientras yo estaba de vacaciones. Cuando regresé, tres días antes de que tuviera que subirme al avión, les monté un mega espectáculo que me tuvieron que subir al único vuelo que encontraron disponible, en otra aerolínea. El caso es que ese sábado tenía que llegar a Mazatlán porque era la boda de una de mis personas favoritas en el mundo. El relajito de su cancelación hizo que me perdiera las fotos y ahora, en su hermosa sala, hay una foto chueca porque falta una dama.

En fin, yo iba en ese vuelo, que no era el mío, y él también. Nuestros asientos estaban juntos, pero él abordó tarde y cuando se iba a sentar yo ya estaba súper desparramada, con la bolsa en otro asiento, el libro en otro y los audífonos puestos, así que muy amable se sentó en la fila de atrás. Platicamos mientras bajábamos del avión, me contó que era ingeniero industrial, que había estudiado en el Tec, que vivía en Querétaro y que trabajaba en una empresa de hidrocarburos. *Check, check, check.*

Obvio, saqué mis plumas del coqueteo y me dio su tarjeta, con su número (listillo, para que yo lo buscara primero). Nos despedimos cuando cada uno encontró su maleta y salimos al calor de Mazatlán. Mientras esperaba mi taxi le mandé un mensaje, ya saben: “Para que tengas mi número”. Nos mensajeamos *todo* el fin de semana. Nos recomendamos restaurantes y bares, nos contamos historias. Todo lo que leía era *check, check, check.*

Bien dicen que debemos tener cuidado con lo que pedimos. El caso es que, de regreso a la Ciudad de México, me detuvieron porque yo traía una navaja suiza en mi bolsa (la cual nadie notó en seguridad del aeropuerto de la CDMX, y que además no me acordaba que traía). El caso es que en mi desesperación le conté ese percance y él, muy amablemente, se ofreció a llevarme la navaja (qué aventado, ni me conocía) cuando regresara. ¿Verdad que parece una historia digna de serie tipo *How I Met Your Mother*? Pues días después nos vimos en el aeropuerto para que me entregara la navaja (que él sí documentó) y me invitó a cenar. Platicamos horas hasta que se fue a Querétaro, nos mandamos mensajes y mensajes, y así empezó la historia de amor más aburrida que he tenido en mi vida.

El tipo era perfecto, en papel. Pero no teníamos nada de química. La plática era excelente, aún la tenemos de vez en cuando, pero éramos cero compatibles. Cuando comencé a salir con él, en esas dos semanas de enamoramiento ilusorio, le conté a mi mamá que había conocido a un chavo de Querétaro, ingeniero, más grande, serio, formal, todo. Dos semanas después yo ya sabía que eso no iba a ninguna parte, y aunque los dos nos aferramos un montón (porque nuestra historia tenía todo para ser infinita), en el fondo sabíamos que no había chispa.

Pero eso mi mamá no lo vivió conmigo. Un buen día le dije que se había terminado, que ya no nos veíamos, lo que le rompió la ilusión de ser abuela en un futuro no muy lejano, digamos, a una edad en la que todavía se puede sentar en el piso a jugar con los nietos.

Después le platicué que no teníamos mucho en común y que básicamente no había química. Pareció entenderlo, pero cuando dos años después me preguntó: “¿Y el de Querétaro?”, me quedé en blanco. “¿Y el de Querétaro?”, pues ya te había contado que es más aburrido que escuchar a Carstens hablar, que no tenemos nada de conexión, que mis amigos no son su tipo de gente, y bueno, esto no se lo dije a mi mamá, pero el sexo era terrible. ¿Por qué estaría con una persona así?

Entendí que, por más progresista que sea mi madre, por más mujer empoderada que se casó a los 38, por más que esté en pro de mi crecimiento profesional, en el fondo, lo que quiere es que encuentre el amor con una persona medianamente normal y tenga hijitos para que sea una abuela feliz mientras todavía pueda doblar las rodillas.

Nadie la culpa, el problema es que tampoco puedo hacer nada por complacerla y esto me genera frustración. Me estresa saber que no debería frustrarme porque no puedo complacerla y este tema se vuelve el cuento de nunca acabar.

De manera racional sé que es mi vida y que tengo que vivirla a mi manera. Que el hecho de que sea su única hija (y su única esperanza de ser abuela) no puede influir en ninguna decisión, y que si mi madre fuera consciente de esto, me diría exactamente lo mismo: vive la vida a tu manera. Pero no puedo reprimir el encogimiento de corazón que experimento cada vez que escucho su esperanza entre líneas, mientras me platica de sus sobrinos nietos. ¡Y eso que mi mamá es súper *light* con este tema!

Conozco a quien su mamá prácticamente la llevó a escoger el vestido de novia antes de siquiera tener anillo. A una amiga su mamá le decía que tenía que casarse antes de los 25 años y cuando cumplió 22 le dijo: “Te quedan tres años”, como sentencia de muerte. La mamá de otra amiga le ponía a san Antonio de cabeza a escondidas entre los perfumes. En realidad, mi mamá es muy tranquila con este asunto, así que me puedo imaginar la frustración y el estrés que otras mamás le causan a sus hijas con esto.

Lidiar con las expectativas ajenas es complicado y no debe ser subestimado. Sería fácil decir que debemos concentrarnos en lo que cada una quiere, en las decisiones que hemos tomado, en nuestro potencial, en lo que queremos de una relación, etcétera, etcétera, etcétera. Pero cada vez que una mamá llega a la casa con un san Antonio “de adorno”, se nos caen todos los principios al suelo.

En el fondo, todas las expectativas puestas en nosotras no son otra cosa más que las ganas intrínsecas de vernos felices. El problema es que para el resto del mundo la felicidad sólo se consigue en pareja. Nadie les planteó a nuestros padres la posibilidad de que sus hijos no se casaran y no tuvieran hijitos, porque desde que tenemos memoria la

vida en pareja es la única forma de acceder a la felicidad.

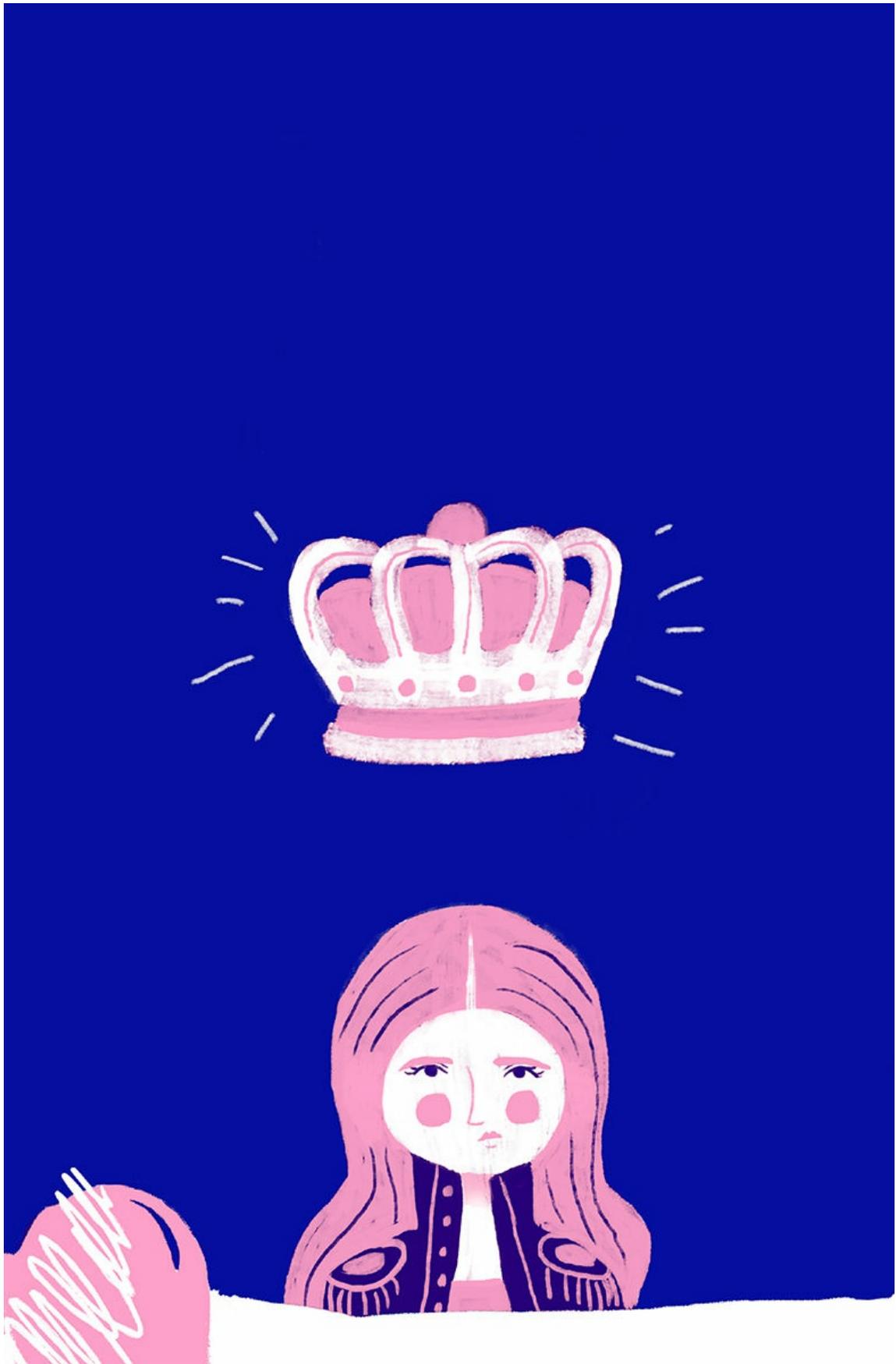
Con suerte, esto cambiará poco a poco. Mientras, no nos queda más que apechugar (diría mi madre). A estas alturas, no vamos a cambiar la forma en la que piensan nuestros papás y menos nuestros abuelos. Lo único que podemos hacer es tratar de que nos vean felices y realizadas, sin importar si estamos solas o acompañadas. Mostrarles nuestra mejor cara y hablar con seguridad de nuestras decisiones, ya sea comprar una casa o terminar con ese novio que no nos hace felices aunque llevemos años juntos.

Lo que ellos quieren es que estemos bien, que encontremos la felicidad, que nos sintamos plenas y satisfechas. Y si perciben que esa es nuestra realidad, tal vez se queden tranquilos en el fondo. Aunque el discurso y la expectativa sigan siendo los mismos, y los ojos de decepción no se puedan esconder, si nos notan felices y en paz sabrán que estamos triunfando en la vida, con o sin marido.

Mi abuelita siempre me preguntaba si ya tenía novio; hacia el final de su vida me dijo que ser soltera es una decisión de valientes. Me lo dijo con orgullo en los ojos, soy la única nieta que no se ha casado (por lo menos una vez en la vida). Me lo dijo a pesar de que ella vivió 50 años aferrada a una historia imposible, decidida a no darle el divorcio a mi abuelo a pesar de que la dejó por otra. Los últimos 50 años de su vida los pasó odiando a “la otra” (que terminó siendo más esposa de mi abuelo que ella) y acumulando rencores porque la dejaron “sola”. Vivió resentida porque nadie le dijo que la vida sola era mucho mejor que la vida compartiendo la cama con un hombre que no la quería.

Ella escuchó cada una de mis historias, escuchó las razones por las que terminé con cada ex novio, por las que no perseguí historias que me quedaron cortas y se sintió orgullosa de esa nieta desbalagada que decidió seguir soltera y no conformarse con amores a medias.

Al final, la decisión de ser felices las hará sentir orgullosas, aunque no sepan cómo demostrarlo. Lo mismo que a nuestras amigas, a pesar de que no compartan la misma visión del mundo. Y hablando de amigas...



Capítulo 4

Las Cenicientas, Auroras y Blancanieves del mundo

SOBREVIVIENDO A LAS EXPECTATIVAS
DE OTRAS MUJERES (Y HOMBRES)



DISNEY:

fábrica de sueños (y estereotipos) que nos hizo creer que los príncipes azules existen y que serían capaces de pasar su vida logrando hazañas hasta encontrarnos para “vivir felices para siempre”.

Casi todas las mujeres que conozco crecieron con las princesas de Disney como telón de fondo. La primera película que vi en el cine fue *La sirenita* y el primer VHS que me regalaron en mi vida fue el de *La Bella y la Bestia* (el segundo, porque mi papá me había comprado *Zapatos viejos* de Gloria Trevi, pero mi mamá lo hizo regresarlo). En aquel entonces a mí me parecía que Ariel era súper valiente por desafiar a su padre con tal de encontrar el amor.

Cuando crecí y comprendí que la mocosa tiene 16 años, que pone en peligro el reinado de su padre y que casi lo mata sólo por perseguir a un príncipe con el que nunca había hablado (por tonta, claro), dije: “Aquí hay algo raro.”

Y más allá del hecho de que las versiones de Disney tengan muy poco que ver con las historias originales de los hermanos Grimm, la realidad es que las princesas toman decisiones poco coherentes, pero como las vimos desde nuestros ojos infantiles y románticos, en su momento nos parecieron realistas y las convertimos, en muchos casos, en modelos a seguir.

Nadie en su sano juicio diría que ha tomado una decisión estúpida sólo porque a Jazmín le funcionó, pero es un hecho que estos estereotipos son parte de nuestro inconsciente colectivo y que cada una de las princesas posee ciertos rasgos que nosotros vemos en las personas con las que convivimos día a día, nuestras hermanas, nuestras amigas, nuestras compañeritas del trabajo.

No quiero culpar a Disney por nuestras expectativas sobre príncipes azules (creo que ya lo hemos hecho los últimos años y, siendo honestas, ya para estas alturas si le quieres creer a la fábrica de sueños que es Hollywood no hay nada que pueda hacer por ti), pero, el simple hecho de estar hablando de príncipes azules ya los pone como referencia en el mapa.

Lo cierto es que estos personajes son el reflejo de las necesidades y expectativas de la sociedad que los creó en el tiempo en el que los creó, lo que significa que en cada una de las princesas hay rasgos de todas las mujeres que hemos caminado en este planeta desde que se lanzó la primera apuesta de Disney, en la década de los 30.

Y hoy en día, ya muy instalado el siglo XXI, estos estereotipos siguen vigentes y generan ilusiones en nuestra vida diaria, expectativas a las que nosotras, las que no nacimos con el gen de barrer y lavar para ser felices, tenemos que sobrevivir.

Doly Mallet analiza a detalle la personalidad de cada una de las princesas en su libro *Mordiendo manzanas y besando sapos*; la autora parte de la premisa de que si encontramos el estereotipo al que pertenecemos, nos será más fácil identificar lo que queremos de la vida y así perseguir el final que le corresponde a nuestro cuento. Su hipótesis es que si naciste Ariel, no te quieras colgar el final de Mulán, porque no vas a ser feliz; en otras palabras, cada una con su propio final y su propio príncipe azul.

Lo curioso es que, desde la introducción, Doly separa a las princesas en dos grupos, las que nacieron para casarse y creen que la pareja es la única forma válida de vida, y las que no. Incluso hace un chiste de lo que significa pertenecer a dos grupos de amigas con esas características, hablando de lo que dicen unas de otras cuando se reúnen:

La guerra de princesas. ¿Quién es mejor y por qué?

En una reunión de Blanca Nieves y Cenicientas, en la que hay varios cubiertos de plata y se toma el té en tacitas de porcelana con manteles de encaje, oigo decir: “Esa tonta de Pocahontas dejó ir al partidazo de John Smith. Él, que era extranjero, rubio, alto, ¡conquistador! ¡Con mucho oro! Qué babosa. Perdió su oportunidad. Ha de ser terrible quedarse soltera.”

O “Mulan me da mucha pena la pobrecita, pues no es muy agraciada y su arreglo no le ayuda. Necesita un fashion emergency ya. Y luego es medio masculina y le interesan más las cosas de hombres, ¿no será del otro lado?”

O “De qué le sirve a Bella tanto estudio, si rechaza a Gastón. ¿Para qué tanto éxito profesional si está sola?”

Pero también he asistido a las reuniones de las Pocahontas y las Mulanes, más sencillas, sentadas entre cojines en el suelo, una pijamada en un departamento con alteros de libros abiertos sin recoger. La situación se voltea: “Pobre Cenicienta. Pensó que se había casado con el Príncipe y dicen que sólo la tiene lavando y

limpiando. Pensó que la trataría como una reina y la usa como sirvienta.”

O “¡Ay, es horrible ir a la fiesta de Blanca Nieves! No tiene tema de conversación. Sólo nos platica de sus siete enanos, sus gorritos y zapatitos, ¡qué flojera!”

Y “Esta Aurora es una floja, no hace nada en todo el día. Se la pasa durmiendo y cantando. Claro, como no tiene una carrera, el príncipe se debe aburrir mucho con alguien así. Estará muy bonita, pero no tiene nada en el cerebro.”

Y Doly termina su idea recordando todos los años de lucha feminista para que terminemos destrozándonos las unas a las otras, cuando todas tenemos el mismo derecho a ser felices con la vida que queramos vivir.

Curiosamente, los momentos en los que más discuto sobre mi soltería es cuando estoy con las Mulanes, las Pocahontas y las Bellas; pero realmente me pesa cuando estoy con las Blanca Nieves, las Cenicientas y las Auroras, que suelen hacer (bienintencionadas, insisto, preguntas como: “¿Y qué pasó con Juanito?”, (el sujeto irrelevante que sólo me acompañó a *una* carne asada) con la esperanza de que, por fin, les conteste que nos enamoramos y nos casaremos pronto, y cuando no reciben la tan esperada respuesta, desvían la conversación como si fuera un tema sensible, no sin antes soltar un “tranquila, ya llegará el bueno”.

Me ha costado muchos años entender que mi soltería les preocupa porque no conciben una vida feliz sin una pareja al lado, y que el hecho de aparecer sola en todos los eventos sociales les parece cuestionable, un tema sensible, una enfermedad, algo de lo que no debemos hablar para no hacer sentir incómoda a la persona que padece esa terrible soltería, mientras le damos una palmadita en la espalda en señal de apoyo.

Ellas, como nuestras mamás y todas las personas con ese mismo sentimiento, quieren lo mejor para nosotras, y aunque muchas nos dirán de dientes para afuera que es mejor estar sola que mal acompañada, la realidad es que esperan que un día de estos (entre más pronto mejor, sobre todo si pasamos de los 30 años) encontremos al príncipe azul.

Una tiene que sobrevivir a esas expectativas y para sumarle a todo esto, por cada Blanca Nieves, Aurora y Cenicienta, hay un príncipe azul que cree que ésa es la forma correcta de hacer las cosas. Y te los vas a topar en el camino, y tal vez sientas la necesidad de agradarles y de salir con ellos para probar. ¡Pero no son tu final feliz! Al contrario, tienen todo el potencial para convertirse en una relación en la que te aprieten los zapatos.

Vayamos por partes. Para sobrevivir a las expectativas ajenas y mantener a nuestras hermosas amistades a un lado, necesitamos entender lo que mueve a cada princesa para comprobar que no somos ni Blanca Nieves, ni Aurora, ni mucho menos Cenicienta, pero que podemos ser sus mejores amigas, aunque estas mujeres contribuyan a la repetición

de patrones y estereotipos que a nosotras, las que elegimos un modo de vida diferente, nos cuesta trabajo asimilar.

Al leer la descripción de estas tres princesas (breve, pero si quieren ahondar más en el tema les recomiendo el libro de Doly Mallet), van a ver reflejadas las historias de muchas de las mujeres de su vida, mujeres que nacieron para tener hijos y para las que el matrimonio y la vida en pareja es la única forma válida de existencia.

Entenderlas nos da las armas para amarlas más, para saber por qué toman las decisiones que toman, pero, sobre todo, para reforzar nuestras propias decisiones: la de esperarte, la de dejarlo, la de seguir buscando, la de terminar lo que no te hace feliz, la de no conformarte con menos de lo que mereces. Porque *sus* finales felices no son *tu* final feliz, y todas estamos bien, las solteras, las casadas y las que vamos de uno a otro sin mayor preocupación.

Blanca Nieves y sus siete hijos

Blanca Nieves es el modelo ideal de una mujer de los años 30: hacendosa y ordenada. Nació para ser ama de casa y lo disfruta; es la típica amiga que hornea cuatro tipos de pasteles diferentes para un café de martes por la tarde y que su casa parece sacada de un catálogo de Zara Home. Amante de Pinterest, buena para la cocina y maravillosa para las manualidades, es capaz de convertir un pedazo de tela en la cortina más hermosa que hayas visto en tu vida. Esa amiga que parece haber nacido para llevar una casa y que desde siempre soñó con una boda perfecta y unos hijos a los que cuidar mientras su marido sale a trabajar para que ella atienda la casa.

Lo voy a decir con todas sus letras, pero sin juicio alguno: la mujer que nació para que la mantengan y es feliz siendo el ama de casa perfecta. Lo triste es tener que aclarar el hecho de que esto no lleva una connotación negativa, porque en pleno 2018 es mucho peor decir que quieres ser mantenida que solterona (y eso merece un libro aparte). Tomar la decisión de dedicarse al hogar no es fácil y su trabajo es tan valioso como el de cualquier abogada, contadora o piloto (a menos que el ama de casa en cuestión piense que equivocó el camino). Saber que ésa es tu vocación y a lo que quieres dedicar tu vida es válido, aunque no vaya con los estándares de mujer empoderada que todas tenemos en mente.

Yo tengo varias amigas que nacieron siendo Blanca Nieves; las que lo tenían claro desde el principio son las más felices, que es justo el punto de Doly Mallet: perseguir tu propio final feliz, aunque no comulgue con el de las demás.

Por ejemplo, una de mis amigas de la universidad siempre dijo que su sueño era casarse con el novio que tenía desde los 18 años. Ella quería casarse y tener hijos con él,

ése era su objetivo y la razón de su existencia. Se casó a los 24 años y ahora tiene dos hijos hermosos. A la fecha, ella es la única de toda la generación que ha realizado sus sueños. Se ve muy feliz (quiero creer que lo es).

Mientras todos nos poníamos metas no imposibles, pero sí surreales (estudié comunicación, así que imagínate la cantidad de directores, guionistas, actores y conductores frustrados que podemos contar), ella sabía muy bien lo que quería en la vida y trabajó para conseguirlo. Ella, literal, hizo realidad su sueño. La admiro por haberlo logrado y porque todos los días mantiene vivo su sueño para seguir siendo feliz con la vida que eligió.

Es una niña increíblemente inteligente que sabía lo que quería y no se dejó amedrentar por la bola de esnobs con los que estudiaba. Se mantuvo fiel a sí misma y a sus ideales, e hizo lo necesario para alcanzar sus sueños.

Ella es una Blanca Nieves nata, y sí, su marido es apuesto y gentil. Ella es la reina de su casa y su esposo no podría pasar un solo día sin ella. Eso la hace sentir plena, satisfecha y realizada. Qué bonito, ¿no?

Para las Blanca Nieves el amor es mucho más práctico que para el resto, y el nombre del marido (la personalidad, el carácter y esas cosas en las que nos fijamos demasiado) es más bien un extra al que le tomarán cariño con los años. Lo verdaderamente importante es que compartan las ganas de formar una familia y de jugar los roles tradicionales de ama de casa y proveedor, en el que desempeñarán un papel fundamental para el desarrollo de su familia, ya que en ellas recae el peso de la educación de los hijos y la imagen con la que su marido sale al mundo (que no es algo menor).

Son el soporte anímico y emocional de la familia, son las encargadas de mantener la estabilidad para que todos los que salgan por las puertas de su casa sean personas íntegras y hagan algo bueno en el mundo.

Así, pues, un gran porcentaje de mujeres con las que nos toparemos en la vida encaja en este perfil. Una Blanca Nieves debe emparejarse con un príncipe apuesto y gentil, dispuesto a ser proveedor, emocionado por encontrar sus camisas almidonadas y a sus hijos ya bañados y listos para decirles buenas noches cuando regrese a casa.

El problema (que tampoco es problema, una vez que entendamos cómo mirarlo) es que el estereotipo de Blanca Nieves ha funcionado durante demasiados años en la sociedad y ahora a muchos hombres les cuesta pensar en las mujeres desempeñando otros roles, sobre todo porque la mayoría de nuestras mamás perteneció, en mayor o menor medida, a este personaje.

Aquí podríamos discutir sobre machismo y sobre cómo las mujeres somos responsables de repetir estos patrones, pero este libro no trata ese tema, sino de cómo las que no somos Blanca Nieves también tenemos que lidiar con caballeros apuestos y gentiles que esperan que les sirvamos la cena y recojamos sus calzones del piso, sólo

porque somos mujeres.

Independientemente de la equidad de género y todo por lo que seguimos luchando hoy en día, la cuestión aquí es que sí hay mujeres a las que les gusta servir la cena y levantar calzones, almidonar camisas y repasar catálogos de Tupperware, y si eso lo hacen por convicción propia, no por imposición o porque “son mujeres”, entonces es tan válido como cualquier otra actividad.

Los hombres que nacieron para ser príncipes gentiles y apuestos, proveedores y dependientes de sus mujeres para comer, necesitan encontrar a su Blanca Nieves, pero para que esto funcione los deseos de ambos deben ser genuinos. Si no, ese príncipe acabará aburrido de su esposa y entretenido con su secretaria, mientras que su Blanca Nieves sentirá la vida del hogar como una carga que dejará de disfrutar.

El trabajo de una Blanca Nieves es fundamental dentro de su hogar, y aunque nunca se ve remunerado en lo económico, seguro lo es emocionalmente. Y si ésta es tu vocación y eso es lo que quieres hacer, entonces sal al mundo y consigue un marido, conquístalo por el estómago y serán felices para siempre.

Ojalá más mujeres fueran tan honestas con sus deseos como lo fue mi amiga de la universidad, así los hombres que buscan sabrían a dónde dirigirse y no se pasarían tantos años presionando a las que no somos Blanca Nieves para que les hagamos la cena; y nosotras pasaríamos menos años cocinando para darle una oportunidad a esa historia en la que se espera que juguemos un papel que no queremos representar.

Cenicienta y su sufrimiento

Las Cenicientas son una especie un poco más peligrosa para el género femenino, porque su esencia se basa en la espera de que alguien las rescate para ser felices. Eso significa que agarrarán casi cualquier cosa con tal de salir de la situación de “infelicidad” en la que viven. Esto puede confundirnos muchísimo a las que nos toca convivir con ellas.

Cenicienta vive esperando su recompensa, sueña con un príncipe que la rescate de su realidad, reforzando esta terrible idea de que “el amor rescata” (cura, compone o endereza). Cenicienta incluso acepta malos tratos porque es su “deber”; cree que lo que le toca vivir es su destino y se siente incapaz de tomar mejores decisiones porque “es lo que le tocó”.

Estas mujeres son las que inventaron la frase “es lo que hay”; las que viven día a día la realidad de haberse enamorado de lo que pudieron y no de lo que quisieron; las que se sienten condenadas a caminar con unos zapatos que les aprietan porque confían más en el príncipe (en el hada madrina y hasta en los ratones) que en ellas mismas.

Cenicienta es un personaje que confunde y enoja, y para el cual este libro debería ser

una biblia -no obstante, difícilmente lo será porque en su inconsciente está arraigada la idea de que casarse las salvará de todo lo malo-. Estas mujeres buscan un hombre que las proteja y suelen terminar con sobreprotectores, celosos y medio deschavetados, porque eligen a partir de la razón incorrecta: se casan porque su realidad no les gusta y esperan que un hombre las rescate.

Gracias a ellas existe la frase de “se casó esperando que cambiara” y los millones de artículos que encuentras en *Cosmopolitan* sobre cómo retener a tu marido. La historia de Cenicienta es súper triste, no sólo porque su madrastra era bien maldita, sino porque la pobre se la pasa enojada por su situación, pero no hace nada para cambiarla (de entrada, coincido con Doly en que es medio lenta: la chava era la heredera legítima de los millones de su papá pero dejó que le quitaran todo). Y para rematar, se enamora del príncipe porque es guapo y sabe bailar. ¡Las mejores cualidades para elegir marido!

Si vemos a nuestro alrededor nos vamos a topar con muchas Cenicientas, incluso puede que nosotras mismas nos hayamos comportado así en algún momento. Una de mis amigas de la prepa odiaba vivir en casa de sus papás, le urgía mudarse, así que se convenció de que el patán que tenía por novio a los 18 años era lo mejor que le iba a pasar en la vida y se embarazó.

Sobra decirles que su matrimonio fue un horror. Cuando por fin se decidió a dejarlo, las cosas empezaron a cambiar para ella. La ascendieron en el trabajo, mejoró la relación con sus padres, y sus hijos (ah, claro, porque tuvo el segundo en un intento de que él no la dejara) tienen mejores calificaciones en la escuela. Él no la salvó de nada, se salvó ella sola. Su amor propio y el amor a sus hijos la rescataron de una vida que no tenía por qué haber vivido, pero que eligió muy consciente, ya que a los 18 años su realidad no le gustaba.

Finalmente logró terminar esa historia y cambiar su cuento. Espero que para elegir a su próxima pareja se fije en algo más que su guapura y su habilidad para bailar. Ahora bien, no todas las Cenicientas tienen la fuerza para reescribir sus finales. Así nos topamos con mujeres que pueden pasarse la vida entera en relaciones aburridas e infelices, violentas en el peor de los casos, sintiéndose miserables pero incapaces de tomar una decisión que las haga levantar la cabeza y buscar algo mejor.

Cenicienta es un personaje peligroso porque proyecta a los hombres el mensaje de que no importa cómo nos traten, qué hagan o qué digan, mientras estén dispuestos a mandar al duque a buscarnos por todo el reino, es suficiente. Las Cenicientas suelen atraer patanes, pero también tienden a confundir a los que no lo son por su inhabilidad para marcar límites y su disposición a hacer lo que sea con tal de que no las dejen (les digo, creo que todas hemos sido Cenicienta en algún momento de nuestras vidas).

Pero una cosa es sentirte vulnerable e insegura alguna vez y tomar malas decisiones, y otra es que siempre seas así y decidas conformarte con lo que sea, con tal de que te

rescaten de una realidad que no te gusta, en lugar de cambiarla tú misma.

Cenicienta atrae patanes constantemente, el problema es que luego los deja por ahí sueltos con la idea de que así es como se deben tratar las mujeres y esperando de nuestra parte amor, aplausos y mucho sexo oral. Un cuento de terror, tal como lo habían planteado los hermanos Grimm, con todo y el pie cortado de la hermanastra. Porque así es como van a terminar todas las historias de Cenicienta: con mucho dolor, porque ella busca el amor para completarse y entonces ser feliz, dándole a sus relaciones un peso que no deberían tener.

También hay Cenicientas a las que les salen bien las cosas y encuentran príncipes que, además de guapos y bailadores, son buenos y trabajadores, y están dispuestos a soportar dramas internos e inseguridades, y las aman toda la vida, pero creo que serán las menos. Cenicienta es la amiga que se embarca en una aventura con un hombre casado, creyéndole la historia de que va a dejar a su mujer y que puede pasarse cuatro años de su vida esperando a que le cumpla las promesas que le hizo cuando empezaron. Un romanticismo que francamente es necesidad.

Ser amiga de una Cenicienta, además, requiere de mucho esfuerzo, porque parecen hoyos negros que drenan nuestra energía. Nos da coraje que chicas tan inteligentes y con tantas cualidades se conformen con tan poco. Que no sean capaces de verse a sí mismas como nosotras las vemos. Es horrible escucharlas una y otra vez contar la misma historia con diferente nombre. Y las mismas excusas, los mismos pretextos, la misma falta de confianza en ellas y la misma confianza excesiva en sus patanes.

Se vale ser Cenicienta alguna vez y caer con un patán para entender que eso no es lo que queremos de la vida, pero confiar en que él nos va a cumplir, después de no haberlo hecho las diez veces anteriores, es necesidad.

Aurora y su técnica para ligar

Por último, están las Auroras, mujeres hacendosas pero sin exagerar (la pobre entra al sueño eterno porque se pinchó el dedo en un telar), que han vivido un poco sobreprotegidas y medio aisladas de la realidad, con un toque coqueto y muy femenino que las hace parecer frágiles (aunque no lo sean) y tienen cara de necesitar que alguien las rescate (aunque no lo necesiten).

Aurora es soñadora, de carácter tranquilo y alegre, está convencida de que el destino ya está escrito y que en él viene incluido el amor de su vida, no le cabe la menor duda. Aurora no existe sin el amor, vive con la esperanza de encontrarlo y casi siempre lo hace. Es esa amiga soñadora y romántica que siempre tiene novio, aunque pocas veces te acuerdas del nombre del sujeto.

El detalle con las Auroras es que esto de hacerse las difíciles les viene de nacimiento. De hecho, es la primera princesa que “se da a desear”, que se la pone difícil a Felipe a pesar de que se muere de ganas de irse con él (Blanca Nieves ni se la piensa cuando llega el príncipe, se sube al caballo y sin preguntarle ni el nombre se va con él -claro, una vez que el beso de amor la revive-, y Cenicienta sale corriendo porque se le acaba el hechizo y quiere ocultar su realidad al príncipe, que si el Hada Madrina le hubiera dejado su magia hasta las 3:00 a.m., hubiera seguido bailando muy cómoda.)

Aurora es la que instituye este estira y afloja que tanto me cuesta entender. Estas ganas de hacer las cosas pero nunca ejecutarlas para que él no piense que en realidad quiero hacerlas y entonces siga insistiendo hasta que le diga que sí (¡por Dios! Díganle que sí desde el principio).

Gracias a las Auroras del mundo que mágicamente nacieron con este gen de hacerse las difíciles (del que ya saben que yo carezco y muchas de ustedes también) existen revistas enteras dedicadas a cómo vestir, ser y pensar para que el Felipe en cuestión no se aburra, no se canse y no se vaya. Gracias a las Auroras existe todo un manual de cómo ser una cabrona, en el que se nos enseña a, básicamente, no ser nosotras mismas para conseguir un buen partido (*¿Por qué los hombres aman a las cabronas?* de Sherry Argov) y existen millones de artículos sobre no tener sexo en la primera cita y jamás, nunca de los nuncas, mostrar interés porque eso los espanta.

Todas tenemos amigas así, maestras de la técnica para mantenerlos enamorados y queriendo más, que se basa prácticamente en no ser ellas mismas. Esconder sus sueños, sus inquietudes, sus intereses, sus ganas y sus miedos, y mostrar la cara que ellos esperan ver. ¡Una chulada!

Sin embargo, hay Auroras para las que esto juega a su favor y logran relaciones verdaderamente felices, aunque para muchas de nosotras sea inexplicable el hecho de que sus parejas no las conozcan ni poquito.

Aquí entramos en el terreno de personalidades y sueños de cada persona. La cosa es, tal como afirmó Doly Mallet, que cada una de nosotras elija cómo quiere que acabe su cuento.

He conocido Auroras que nacieron con ese gen tan implantado que jamás les funcionaría hacerlo de otra manera. Mujeres para las que el amor es el fin último y la pareja es un medio reemplazable, por lo que no les afecta en absoluto poner hoy una cara con un novio y mañana otra.

No es que sean manipuladoras, sino que desde niñas aprendieron a jugar el juego de la cacería y les ha funcionado toda su vida para tener lo más importante para ellas: amor. Éstas son las Auroras que van a ser felices independientemente del tipo con el que estén, mientras permanezcan acompañadas y vean realizado su sueño de estar enamoradas.

Y bajo esta ilusión de enamorarse han caído una y otra vez en el juego de la cacería,

viéndose orilladas a ser ratones escurridizos cuando el tipo en cuestión es de esos a los que les gusta cazar. Estas Auroras no están pretendiendo ser algo que no son, sino que se vieron envueltas en el estira y afloja conforme lo necesitaban en la vida, y en el camino han dejado sembrada en muchísimos hombres la idea de que a las mujeres nos gusta que nos cacen.

Lo único que hace Aurora es exagerar un estereotipo que ha pertenecido al género femenino desde siempre. Si revisáramos los consejos que aparecen en las revistas femeninas nos topáramos una y otra vez con el tema de “darte a desear”: no estés disponible todo el tiempo, no lo beses sin un compromiso, no le digas todo lo que piensas, no te muestres tan interesada. Es decir, sé tú, pero no tanto.

Por ejemplo, el libro *Cómo conquistar marido: 35 reglas de oro para conseguir al hombre de tus sueños*, de Ellen Fein y Sherrie Schneider (el título de por sí ya me da depresión, y peor saber que ha vendido millones de copias), se puede resumir en que debemos comportarnos como si no estuviéramos interesadas en él. Lo peor es que funciona.* ¿Me explico?

Por cada Aurora hay un Felipe (a veces pareciera que son diez) que espera cazarla, que no quiere que se la pongan “fácil” y que odia que una chica le llame por teléfono o lo invite a salir. Quiero creer que esto es un tema de personalidad y que poco a poco algunos hombres perderán el interés por la cacería, conforme nos acerquemos a ser todos un poquito más auténticos y honestos con lo que esperamos del otro.

Aurora y Felipe representan un estereotipo machista que sigue rigiendo muchas de nuestras relaciones, sobre todo cuando no somos conscientes de que esto pasa. Por fortuna somos muchas las que nos estamos dando cuenta de que nacimos sin ese gen de la cacería y que buscamos relaciones más auténticas. El problema de esto es querer ser una Aurora cuando no lo eres o, triste pero cierto, enamorarte de un pendejo Felipe que vive cazando ratones.

Supongo que así como muchas mujeres hubieran hecho las cosas diferentes si se los hubieran permitido, habrá muchos hombres que prefieran a una mujer que habla claro y dice lo que piensa. Conforme nos quitemos las telarañas que se han tejido en los últimos 200 años alrededor de cómo deben ser las relaciones, podemos acercarnos los unos a los otros sin máscaras y con más libertad. Entonces quedarán las Auroras para los Felipes y todos los demás podremos tener sexo en la primera cita si así lo deseamos.

* Por mero interés científico, aquí les dejo las 35 reglas (traducidas por el sitio www.yolo-seducion.com) que las autoras juran que funcionan:

1. Dedicar atención a tu apariencia.
2. Nunca seas la primera en hablar con un hombre o invitarlo a bailar.
3. No mires a los hombres, habla poco.

4. No facilites su trabajo.
5. No le llames, o raramente.
6. Al teléfono, cuelga primero.
7. Niégate a verlo el sábado si te invita después del miércoles (What?! Esto tengo que probarlo).
8. Distráete antes de la cita.
9. No uses la palabra matrimonio en la primera cita.
10. No hables mucho de ti hasta la cuarta cita.
11. Termina la cita antes de que él lo haga (incluso recomiendan un máximo de dos horas si es en un bar y cuatro horas si es en un restaurante).
12. Agradece sólo los regalos románticos, no los prácticos.
13. No lo veas más de dos veces por semana.
14. La primera noche sólo le puedes dar un beso.
15. Espera el mayor tiempo posible antes de acostarte con él.
16. No marques su conducta.
17. Deja que sea él quien dirija (que él hable primero de sus sentimientos, incluso dice que él debe ser un libro abierto y tú... un misterio).
18. No trates de cambiarlo.
19. No te abras demasiado rápido.
20. Sé franca pero enigmática.
21. Ten clara la clase de hombre que buscas.
22. Si no viven juntos, no dejes cosas en su casa y que él no deje cosas en la tuya.
23. No salgas con un hombre casado.
24. No integres a tus hijos demasiado pronto a la familia del otro.
25. Aplica todas las reglas una y otra vez.
26. Incluso cuando estés casada.
27. Sigue estas reglas aunque los demás piensen que son tontas (¡me sentí en un culto!).
28. De la 28 a la 30 son reglas sobre cómo comportarte en diferentes etapas de la vida como la adolescencia, la universidad y cuando cortas con alguien.
29. No hables de las reglas con tu psiquiatra.
30. No violes las reglas.
31. Sigue las reglas y serás feliz para siempre.
32. Fíjate en un hombre que sea digno de tu amor (ésta es buena).
33. Sé agradable.

Saquen sus conclusiones.

La cosa es que las princesas de Disney responden a la ideología de la época en la que fueron creadas y sus personajes se pensaron (consciente o inconscientemente) para reforzar los valores predominantes de su tiempo. Todas nacieron de un contexto social específico, pero a nosotras nos tocó crecer con el legado de todas.

Heredamos su conjunto de valores, desde la idea de que un ama de casa debe ser hacendosa y cocinar rico, hasta la noción de que al final de la historia llegará un príncipe azul. Y lo peor de todo es el hecho de creer que un beso de amor verdadero lo resolverá todo. ¡Ja!

Mientras pensaba en ejemplos de cada una de las princesas, me di cuenta de que

muchas de mis amigas podrían entrar en varias descripciones, y que incluso fluctuaron entre una y otra en diferentes momentos. Las que lograron recordar la razón por la que estaban buscando el amor lo han encontrado satisfactoriamente. Es decir, las que fueron auténticas Blanca Nieves y decidieron que su objetivo era casarse lo han hecho con maridos guapos y gentiles.

Las que son Auroras por naturaleza ya encontraron a su Felipe; algunas lo perdieron, algunas se disfrazan de ratón todos los días para mantenerlo “interesado”, pero les funciona y son felices. Y las Cenicientas que han logrado cambiar su realidad por ellas mismas también serán felices a su manera y de seguro encontrarán el amor en otra etapa de sus vidas, o no, y entonces podrán leer este libro y decir: “Más vale vestir santos que desvestir borrachos”.

Lo importante es ser fieles a nosotras mismas y darnos cuenta de que todas estamos bien, tanto las que quieren casarse y tener siete hijos (¡por favor no, Blanca Nieves, ya somos muchos!) hasta las que decidimos dejar de buscar al príncipe azul, verde o rojo, y nos sentimos felices solas en una playa leyendo un buen libro.

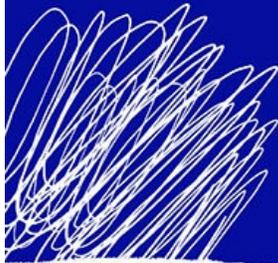
Ahora, el hecho de saber que no naciste Blanca Nieves o que no tienes el gen de hacerte la difícil como Aurora no quiere decir que no pensemos en el amor o en la familia. Es más, muchas veces la soltería cansa y pesa, por lo que tendemos a relacionarnos con...



Capítulo 5

Cucarachas disfrazadas de mariposas

LA VORÁGINE DE LAS MALAS DECISIONES
Y EL SÍNDROME DEL PEOR ES NADA



ABURRIMIENTO EMOCIONAL:

estado de ánimo que se deriva de la falta de distractores, generalmente relacionado con la falta de pareja y los sentimientos de soledad que, sumado a las expectativas sociales, suele derivar en que una confunda cucarachas con mariposas.

Como bien dijo mi abuela, ser soltera es de valientes. Porque no sólo se trata de recordarte a ti misma, día a tras día, decisión tras decisión, que estás haciendo lo correcto y que no debes conformarte con menos de lo que mereces, sino que además vives justificando tu soltería ante el mundo, lo cual francamente es agotador.

Nadie puede ser valiente cien por ciento del tiempo. Es fácil dejar que alguien nos diagnostique gripa y que terminemos aceptando esa cita a ciegas con el compañerito de la oficina de quién sabe quién. Es fácil (y sumamente humano) caer en la tentación de las malas decisiones, esa serie de citas / relaciones / situaciones súper pendejas que te dejan con el corazón apachurrado y cinco kilos de más.

Después de varios años en el ruedo todas hemos vivido un montón de historias, ya sea propias o en cabeza ajena (de las que aunque no se aprenda sí que se observa) y tenemos una idea más o menos clara de lo que queremos en la vida y lo que no.

Es como el jitomate. No podemos saber que no nos gusta el jitomate a menos que lo probemos. No podemos saber que tal vez algo nos gusta más crudo que cocido, si no lo intentamos comer de ambas formas. No podemos saber que odiamos la combinación de jitomate con aceite de oliva, si no nos encontramos dándole una mordida a algo que lo tenga. Es bueno experimentar las cosas para saber que no nos van a gustar, o que nos

van a gustar demasiado, o que nos van a gustar de cierta forma. Todas tenemos una amiga que odia el jitomate en todas sus formas, pero ama la pizza. Así de raros somos los humanos.

Los primeros años de nuestra vida amorosa son un camino de decisiones que no necesariamente son malas, sino experiencias que nos dejan un aprendizaje; pero después de los 28 años, salvo contadas excepciones, ya sabemos si nos gusta crudo, cocido o en pizza. E insistir en seguirlo comiendo crudo cuando lo prefieres cocido es, bueno, es algo que no harías si fuera jitomate. Es más, después de los 30 jamás te comerías el jitomate crudo si no te gusta. Comértelo es la definición de una mala decisión (y básicamente de locura, según Einstein).

Hace tres años conocimos a un grupo de chavos muy simpáticos. Desde el primer día que salimos con ellos una de mis amigas quedó fascinada con uno de ellos y la cosa se dio rápido y sin complicaciones. Cayó redondita porque el tipo parecía ser todo lo que quería, pero unas semanas más tarde nos enteramos de que él estaba comprometido con su novia de Monterrey. Depresión total, un patán más.

Claro que es más fácil decirlo que hacerlo y la historia siguió algunos meses, hasta que él decidió que era tiempo de regresar a Monterrey a casarse con su novia (qué amable). Mi amiga le lloró meses, lo extrañó como a nadie y durante varios años lo recordó como el que pudo haber sido el gran amor de su vida.

Tres años después el sujeto apareció en nuestras vidas, con una novia nueva (afortunadamente para la ex, no se casó con ella), pero súper interesado en mi amiga. De nuevo. Y otra vez, ella cayó redondita. Me queda claro que ella lo quiere y que sigue pensando que podría ser el gran amor de su vida, pero, obvio, él nunca la va a considerar para que sea su novia. Digo, si ya dejó a una casi en el altar y no la buscó, y ahora tiene a otra metida en su casa, ¿cuándo va a querer algo serio con mi amiga? Nunca. Esperar lo contrario sería, bueno, una locura. Salir con él y esperar que las cosas sean diferentes es la definición de una mala decisión (insisto que es más fácil decirlo que hacerlo). Ella es una de esas amigas que odia el jitomate, pero come pizza.

Solemos tomar estas malas decisiones cuando atravesamos un período de aburrimiento emocional, sobre todo si somos medio adictas al drama (me declaro culpable), pero todas somos propensas a pasar por estos baches en los que la soltería se hace pesada, momentos en los que sin querer te rodeas de parejas besándose (por ponerlo gráficamente) y empiezas a cuestionarte si no deberías darle una oportunidad a Juanito, ése que te lleva flores y es súper lindo, aunque no te hace sentir *nada*.

Cuando paso algún tiempo en relativa calma emocional me desespero y tomo malas decisiones, busco a las personas equivocadas (entiéndase mi ex), le coqueteo al vecino, acepto una invitación de alguien con quién sé que no hay futuro, etcétera. En el fondo, sé que no quiero eso para mí, pero en la vida ser valiente cuesta y una busca con qué

entretenerse. La cosa es que lo que empieza como un juego puede convertirse en una relación desastrosa de la que te cueste muchísimo salir y te puedes encontrar convencida de que estás verdaderamente enamorada de la piedra.

Cada una tiene un pecado diferente. Para algunas es un ex, para otras es el tipo que siempre ha querido contigo, tu mejor amigo o el *wey* que te gusta, pero está casado. O simplemente un tipo con el que no tienes química, pero te *aferras* porque tomar la decisión correcta *todo* el tiempo es cansado, complicado y, siendo honesta, imposible.

Todo empieza con las ganas de compañía y nos convencemos de que ahí hay mariposas. ¿Pero qué creen? Cuando te estás conformando con algo que no mereces, ¡no son mariposas! Son cucarachas disfrazadas que te harán invertir tiempo (pensando en el menor de tus problemas) en alguien que no vale la pena, y no porque el tipo en cuestión sea malo, sino porque definitivamente no te dará la relación que en realidad quieres y que sabes que mereces.

Después de haber tomado muchas malas decisiones en mi vida (y muchas otras muy buenas), he logrado identificar las señales que me indican que estoy a punto de comprar el disfraz de mariposa.

Señales de que vas a tomar una mala decisión porque “te sientes sola”

Te convences de que fulanito es más “interesante” de lo que en realidad es

Cuando te cachas poniendo demasiada atención a la plática aburridísima de un tipo que no está tan mal, o que si lo *pimpeas* en exceso pudiera ser guapo, estás por tomar una mala decisión. La falta de entretenimiento emocional nos lleva a considerar como prospectos personas que no lo son. No es prospecto tu compañerito semiguapo, con el que no tienes nada en común; ni es prospecto el primo de tu amigo que medio le va bien en la vida; ni es prospecto tu ex que dice que ya cambió.

Eso lo sabemos racionalmente, pero si estamos pasando por un tiempo en el que la soltería nos pesa, tendemos a reconsiderar nuestras decisiones que tan firmes se habían mantenido. Si no lo habías considerado como prospecto en un momento estable de tu vida, menos lo será cuando estás en las arenas movedizas del aburrimiento.

Ahora, esto no significa que nos cerremos a las posibilidades. Conocer gente diferente y darte la oportunidad de salir con alguien con quien no hubieras salido no tiene nada de malo, siempre y cuando lo hagas por los motivos correctos y no por estar aburrida (que suele confundirse con la muy vacía expresión de “sentirte sola”). Se vale experimentar con quien quieras, pero hazle caso a tu intuición: si desde la primera cita no hubo química, difícilmente la habrá después.

Aceptas citas que sabes que vas a odiar

Siempre hay un tipo que te invita a salir, pero con el que no tienes nada en común, así que la plática se hunde en un pantano de aburrimiento. Si estás considerando volver a salir con él para darte “una oportunidad”, entonces estás aburrida emocionalmente.

Él no es, no lo será nunca; no se hará súper interesante de la noche a la mañana. Puedes perder tu tiempo, si no tienes nada mejor que hacer, pero por ningún motivo cambies planes para salir con él ni organices tu vida a su alrededor con tal de verlo. Esto es aburrimiento emocional.

Le das entrada a tu intimidad a quien no debes

Puede ser el mismo chico de las citas aburridas o cualquier otro con quien ya sabes que no hay futuro, un ex novio o una persona del trabajo con quien no deberías involucrarte. Pero lo haces, porque estás aburrida. A todas nos pasa.

El problema es cuando le das entrada a espacios de tu vida que sólo compartes con una pareja, como tus amistades, tu familia, tu cama y tu cuerpo. Ahora bien, una pareja no necesariamente tiene que ser una relación seria, estable y saludable, puede tratarse de un *free* y no ser una mala decisión, sino una decisión consciente de que eso es lo que necesitas en tu vida.

Pero si eliges a una persona por aburrimiento (que desde el principio sabes que no deberías elegir ni para *free*) y la integras a tu intimidad, le das carta abierta para que se convierta en una historia negra más. O, en el peor de los casos, te encariñas tanto con él que luego no sabes cómo dejarlo, porque ya creaste un vínculo complicado de romper y de repente te encuentras escuchando historias de su infancia o te preocupas por su nuevo trabajo o por la salud de su mamá.

En el fondo, sabemos que estamos a punto de quemarnos en una relación inútil. Aun así, la tentación es difícil de combatir. Todas sabemos que es una pésima decisión meterte con un hombre casado o con novia, o volverte a acostar con tu ex si todavía lo quieres, o darle alas al pobre chavo que ha babeado por ti años enteros. Pero, como con todo vicio, decir que *no* requiere de muchos huevos, y no siempre traemos la cartera llena. Pero, como todo en esta vida, las malas decisiones se encuentran en una escala de grises que convierte muchas de ellas en un buen aprendizaje.

Malas decisiones necesarias para tomar mejores decisiones (a futuro)

No todas las decisiones tomadas bajo los síntomas de las mariposas disfrazadas son tan terribles, de hecho, muchas de ellas son necesarias para descubrir el engaño de las

cucarachas, siempre y cuando nos sirvan para tomar mejores decisiones en el futuro y nos ayuden a definir mejor nuestros límites y nuestra esencia.

Es más, hay malas decisiones que contribuyen a construirte como una mujer libre que sabe lo que quiere para sí misma. Es necesario que tengas todas esas relaciones estúpidas y apasionadas para conocerte, saber tus límites y entender lo que quieres de una relación:

- Debemos tener al que nos deje sin explicación para vivir cómo se siente un corazón roto.
- Debemos tener al que tiene limitaciones económicas para saber hasta dónde estamos dispuestas a sacrificar nuestro estilo de vida “por amor”.
- Debemos tener al que nos habla cuando quiere, nos planta cuando le pega la gana y nos enamora con una sola mirada para conocer los riesgos de relacionarnos con un patán.
- Debemos tener al patán para entender la importancia del buen sexo.
- Debemos tener al que tiene todo lo que buscamos, menos la química para valorar la afinidad.
- Debemos tener al hombre perfecto que no nos quiere para saber que necesitamos a un hombre que nos quiera.
- Debemos tener una aventura peligrosa para entender la diferencia entre aventura y rutina.
- Debemos tener al platónico que nos mantenga viva la esperanza para elevar nuestros estándares.
- Debemos tener al que nos ame y nos dé una relación estable y saludable para saber lo que merecemos, aunque se acabe.

Una vez que tengamos alguna versión de estas relaciones y decidamos dejarlas después del tiempo que deban durar, quedémonos con el aprendizaje: no quiero a un patán, no quiero a un hombre compartido, no quiero a un hombre mediocre, no quiero a un hombre que no me quiera, no quiero a un hombre que no me dé orgasmos ni quiero a un hombre que no desee estar conmigo.

Lo importante es saber que, una vez que te diste cuenta de que eso no es lo que quieres para ti y no es lo que mereces, necesitas seguir adelante y no volver a aceptar una relación así porque eso sería una muy mala decisión. Sería como decir “sí, sírvame un montón de jitomate crudo aunque me dé asco”.

Una buena relación es la que te hace sentir segura y estable, independientemente de qué tan guapo esté o cuánto sexo tengan; es la que te hace sentir cómoda en tu propia piel, que te empuja a ser mejor persona. En la vida real, eso significa tener a alguien que quiera ver series contigo un domingo o quiera hacer el super juntos.

Entonces, una vez que logras identificar lo que se conoce como una mala decisión,

tienes que saber que si fuerzas las cosas buscando la química o el amor o la felicidad, terminarás involucrada emocionalmente con alguien con quien no deberías. Es decir, te convencerás de que te enamoraste de la piedra.

El síndrome del peor es nada
(cuando te conformas porque estás
aburrida)

Lo grave de tomar una mala decisión es que te quedes atorada y de repente te des cuenta de que llevas tres años en una relación en la que no deberías estar; o que abras los ojos para encontrarte diciendo “sí acepto”, cuando no sabes ni qué estás aceptando.

A todo se acostumbra uno, y si te obligas a comer jitomate crudo, aunque lo odies, eventualmente le perderás el asco y te lo comerás sin arcadas, aunque sin emoción. Y ésa no es forma de vivir.

Tengo un amigo muy inteligente (o muy pesimista) que dice que todas las personas nos enamoramos de quien podemos, no de quien queremos (a la Cenicienta). Durante muchos años le di la razón. A todas partes adonde volteaba, encontraba historias de parejas que me confirmaban su hipótesis, amigas que terminaron con hombres que jamás me imaginé para ellas y que, sin embargo, se veían contentas.

Una de mis amigas, a la que conozco desde que éramos niñas, es una de las personas más amable, generosa y buena. Además tiene una personalidad súper alivianada, todo se le resbala y se lleva bien con el mundo entero. Tiene la sonrisa más fácil y sincera que he visto. Un buen día conoció al hombre más mamón de su empresa, él llegó hablando en portugués a una fiesta, abrazado de una rubia despampanante. Tenía un carácter bastante difícil de tragar. Y se enamoraron. Los primeros meses de relación no me explicaba qué carajos estaba haciendo con un tipo así. Cuando se fueron a vivir juntos, nos invitaron a varios amigos a conocer su nuevo depa. Yo adoro a esa mujer, así que aunque al principio me costaba trabajo tragar a su novio, fui con mi mejor cara. Al llegar él me abrió la puerta mientras ella estaba sentada en el piso con una copa de vino en la mano, conviviendo con alguien.

Entré, él fue a guardar mi abrigo y regresó con una cerveza para mí: “Sé que te gustan éstas”, me dijo. En ese momento entendí que eso era justo lo que los hacía una excelente pareja, ese equilibrio entre personalidades, un balance casi perfecto entre cualidades y defectos de cada uno. Ella odia ser ama de casa, a él le encanta atender a sus invitados. En un gesto tan sencillo quedó de manifiesto que él era el partido perfecto para ella. Ahora están casados y tienen dos hijos, y aunque su matrimonio les ha presentado obstáculos que jamás hubiéramos imaginado, su amor se ha mantenido fuerte

y siguen viéndose como se veían el día que se casaron. Hoy, esa persona a la que sentía insufrible, es uno de mis cuñados favoritos. Es parte de mi familia.

Formar una relación con alguien diferente no está mal, mientras no te conformes con caminar con unos zapatos más chicos, porque es lo que hay. No es lo mismo darnos la oportunidad de salir con gente diametralmente diferente a conformarnos con algo que no nos hace felices.

Hace varios años conocimos a un grupo de chavos en un bar. Uno de ellos se enamoró perdidamente de una de mis amigas y por tres años la persiguió día y noche. Durante ese tiempo forjaron una amistad linda, hasta que un buen día ella decidió darse la oportunidad de tratarlo en un plano más romántico.

Todas pensamos que la historia sería perfecta. Digo, después de perseguirla era lógico pensar que haría todo lo posible por hacerla feliz. Y ella lo creyó también, sólo que no fue así. Al tenerla segura, cambió por completo y dejó de dedicarle el tiempo que ella merecía. Tras hacer el intento unos meses, lo dejó porque sabía que esa historia no era para ella, y si encima él ya no estaba dispuesto a echarle ganas, ella tampoco estaba dispuesta a invertirle más tiempo, porque entre más te aferras, más difícil es diferenciar las mariposas de las cucarachas.

El problema es que la convivencia es cabrona y si en algún momento de debilidad le diste entrada a una historia (yo suelo tomar estas decisiones en las bodas o cuando le dan anillo a alguna amiga; ya saben, cuando te sientes vulnerable y te preguntas si en serio no naciste para amar y nadie nació para ti), puedes conformarte con alguien que sabes que no es para ti, pero sigues porque no tienes nada mejor que hacer.

Una de las historias más devastadoras de mi vida empezó justo así, con un hombre con el que sabía que no debía relacionarme, pero al que dejé entrar porque estaba aburrida. Un par de besos, varias salidas. Cortó a la novia, todo iba excelente. Salvo que el tipo era un megapatán, bastante más grande que yo, con un historial de estupideces comprobadas y una tendencia al alcoholismo que no me auguraba nada bueno.

Sufrí (y disfruté, como buena adicta al drama) esa situación más de un año. Obviamente, me dejó cicatrices que, aún ahora, siete años después, siguen sorprendiéndome en los momentos menos esperados. Él me llevó al límite de mis fuerzas, destrozó mi autoestima como nadie (para darles una idea, me dijo que sería su mujer perfecta si pesara 20 kilos menos), me dejó con un arsenal de cosas que perdonarme y con mi dignidad más pisoteada que la plancha del Zócalo. Básicamente me sentía la mujer más estúpida del mundo.

Te digo que quedarte con esa historia “para siempre” sería conformarte, sería como obligarte a caminar con unos zapatos más chicos, porque es lo que hay.

Después de haber pasado por un par de relaciones así, pero sobre todo de observar a muchas personas atoradas en relaciones así, les puedo compartir algunos síntomas.

Éstas son las diferencias entre enamorarse de lo inesperado y conformarse:

- Constantemente te preguntas cómo acabaste metida en esa situación cuando están haciendo algo que sólo a él le parece divertidísimo.
- Cuando haces esfuerzos **MONUMENTALES** para seguir la plática de sus amigos y sentirte integrada en su grupo.
- Poco a poco dejaste de invitarlo a hacer las cosas que a ti te gustan porque sabes que no las disfruta.
- Prefieres pasarte una tarde limpiando el piso que acompañarlo a ver una película más de zombies (o cine francés o cualquier actividad que le parezca fascinante y a ti te den ganas de aventarte de un quinto piso).
- Después de algunos meses, empezaste a cabecear después de 45 minutos de plática sobre un tema que le parece apasionante, pero a ti no te mueve la más mínima fibra.
- En los mejores recuerdos que tienen juntos están ebrios. Por consiguiente, propones tomar más veces de las que tu hígado debería aguantar.
- Se la pasan mejor solos que cuando tienen que convivir con los círculos sociales de cada uno, lo que ha ido reduciendo considerablemente las salidas con tus amigos.
- Te empieza a costar trabajo hacer planes a futuro con él.
- Tienes ganas de irte de viaje con tus amigas más veces de las que tienes ganas de irte con él.
- Ya no pelean. Te dejó de parecer relevante arreglar las cosas y decidiste dejar que todo fluya, tus enojos, tus sentimientos, tu tiempo.
- Aunque al principio el sexo debe haber sido bueno, ahora se ve limitado a las mismas tres posiciones que antes les parecían divertidísimas. Las mismas tres, ¡siempre!
- Hace años que no ven una película que quieras ver o que no hacen algo que quieras hacer. Te has acostumbrado a hacerlo sola porque sabes que a él no le gusta. Y él debe pensar exactamente lo mismo.

A pesar de que todas estas cosas pasan en muchas relaciones en las que hay más amor que costumbre, si lees los puntos y te identificas de una forma “negativa”, es muy probable que te estés conformando con unos zapatos medio número más chicos, porque es lo que hay. Te duelen, te aprietan, te incomodan, pero ahí están. Y ésa no es forma de vivir.

La única razón para meterte en unos tacones más chicos es porque son los tacones más hermosos que has visto en tu vida y están en oferta. Si no, no vale la pena el daño que le harás a tus pies.

Si decides estar con alguien con quien sabes que no deberías estar, adelante. Mientras estés consciente de tu decisión y tengas la cabeza lo suficientemente fría para terminar la historia antes de que tenga consecuencias graves, adelante. Pero quedarte ahí porque crees que no hay nada mejor te vuelve conformista y no te hará feliz a largo plazo (ni a corto, siendo honestas).

Prueba a quitarte esos zapatos. Te sorprenderá lo bien que se anda descalza, mucho mejor que con unos zapatos que aprietan, más, si no son los tacones más hermosos que has visto en tu vida. Sobre todo si estás llegando a los 30...



Capítulo 6

No dejes que me case a los 30

¡CON QUE TENGA DIENTES!

0000.....

0000.....



CUMPLEAÑOS #30:
el día más temido en el calendario de las mujeres,
por el que se pueden tomar decisiones de lo más
pendejas con tal de no llegar soltera.

A los 27 años, mi *roomie* y yo teníamos largas conversaciones sobre el amor y las relaciones de pareja, nosotras, muy *cool*, sentadas en nuestra sala con nuestra copa de vino en la mano, discutíamos sobre los porqués de nuestra soltería y la serie de individuos de dudosa calidad que habían circulado por nuestras vidas.

Mientras hablábamos de las relaciones a nuestro alrededor y emitíamos (muy soberbias nosotras) juicios sobre las parejas de nuestras amigas, volteó a verme muy seria y me dijo: “Pase lo que pase, no dejes que me case a los 30”.

En ese momento nos dimos cuenta de que muchas de las decisiones que estaban tomando las mujeres en nuestra vida respondían a un caos emocional derivado de acercarse peligrosamente a los 30, una situación que las ponía como gallinitas locas con el dedo estirado para ver en qué anillo se atoraban.

Dos años después, ella con un bonito novio y acercándose peligrosamente a los 30 años, me volvió a decir: “No dejes que me case a los 30”. Sin anillo en el dedo, no era mi responsabilidad evitar su boda, pero mientras discutíamos las cualidades y los defectos de su novio, entendí que la llegada de los 30 aumentaba la presión sobre esta decisión, y ella, una mujer muy relajada respecto al tema, de repente era esa gallinita loca que se pintaba las uñas y se emocionaba cada vez que el novio se agachaba a abrocharse las agujetas, aunque en ese momento no sabíamos si él iba a ser el bueno.

Haber dicho que sí (si se lo hubieran pedido) hubiera sido la respuesta al frenesí que entra de los 28 a los 30 años, una mezcla de miedo a envejecer y miedo a llevar la

etiqueta de treintona y soltera, porque aunque el personaje de Bridget Jones es increíble y todas lo amamos, en realidad a nadie le gustaría ser ella (aunque si a mí me dieran la oportunidad de salir con Hugh Grant y de tener un bebé de Patrick Dempsey, igual lo pensaba —bueno, cuando Hugh Grant era políticamente aceptado—).

Para muchas mujeres ser soltera es difícil, para muchas envejecer es difícil, pero la combinación entre vieja y soltera puede resultar letal, volviéndonos más propensas a padecer el “síndrome del peor es nada” entre los 28 y 30 años.

¡Hasta hay una película que le hace honor a este drama! Si no vieron *Treintona, soltera y fantástica* (2016), con Bárbara Mori (que a sus 38 años pudo interpretar un papel de 29), es tiempo de verla, porque nos pone en evidencia a todas y además el final me fascina porque es coherente con mi discurso (no se los voy a arruinar, tranquilas, pero las que ya la vieron saben a lo que me refiero).

La presión de no llegar solteras a los 30 es tan real, que casi todas las películas o series que tratan el tema tienen personajes que pasan de esa edad para que aplique la etiqueta de “solterones”. Por ejemplo, en la primera película de Bridget Jones ella tiene 32 años; Ted, de *How I Met Your Mother*, conoce a la mamá de sus hijos hasta los 34, y Carrie Bradshaw al inicio de la serie tiene 32. Bueno, hasta Rachel de *Friends* corta al guapísimo Tag (Eddie Cahill) porque la ataca la crisis de los 30.

Y aunque estos personajes no son mi ejemplo de soltería bien llevada (porque se la pasan muy mal siendo solteros), sí reflejan la crisis de los 30. Cada uno a su manera plantea que entre más grande te hagas, peor se vive la soltería. En mi experiencia, es todo lo contrario.

La frase de mi *roomie* se me quedó grabada. Y aunque su anillo llegó a los 32, me ha dado para reflexionar todos estos años sobre si tomamos mejores decisiones una vez cumplidos los temidos 30, porque aunque todo lo demás se empieza a descomponer (literal, al día siguiente de tu cumpleaños se caen pedazos de tu ser y te enfermas hasta por respirar), al parecer nuestro juicio se pone guapo.

Después de los 30, ¡con que tenga
dientes!

Cruzando los 30, como por arte de magia se quita la presión de casarte antes de esa edad (obvio), y entonces te concentras en lo importante: desde la relación contigo misma hasta darte la oportunidad de salir con personas diferentes a las que habías considerado antes.

Al quitarnos el antifaz del “me tengo que casar antes de los 30”, empezamos a buscar cualidades más realistas en las personas con las que nos relacionamos, incluso en el plano de las amistades.

Cuando llegué a los aterradores 30, les decía a mis amigas: “A estas alturas, con que tenga dientes”, y todas nos reíamos, porque sonaba un poco a “me voy a conformar con lo que sea”. Pero en realidad es una declaración realista. Si parto del hecho de que los tipos con los que he salido -o con los que voy a salir en el futuro- tienen dientes, todo cambia de color después de los 30.

No sólo lo he visto en mí, muchas amigas solteras, al quitarse la presión de conseguir al marido perfecto antes de los 30, se han dado la oportunidad de salir con personas completamente diferentes a lo que estaban buscando y han encontrado relaciones mucho más sanas y estables de las que conocieron en sus veintes.

Una amiga conoció a su ex marido a los 18. Es de esas historias que parecen haberse escrito en las estrellas, todo amor y romance hasta que llegaron al altar. Se casaron, tuvieron un hijo y se divorciaron, todo en el primer año. Cada uno siguió con su vida hasta que, 10 años después de la separación, se reencontraron y ahora, desde su ser adulto en sus 30 y tantos, volvieron a estar juntos. Su amor no cambió, lo que cambió fueron las expectativas que cada uno tenía sobre el otro y la relación.

A los 20 años todas soñábamos que llegaría un príncipe azul con el que viviríamos esa mágica historia de amor que terminaría en “felices para siempre”. Mi príncipe era guapo, barbón, alto, romántico, lector empedernido, inteligente y, obvio, millonario.

Ahora, lo único que pido es que tenga dientes. Piénsenlo, aunque las cualidades que buscamos en una pareja (una profesión estable, sueños y ambiciones, sentido del humor y una serie de valores que más o menos empaten con los nuestros) sigan siendo importantes a la hora de relacionarnos con alguien, todas se van diluyendo conforme salimos con chicos que tienen todo eso y ninguno resulta ser ni el príncipe azul, ni el morado, ni el amor de tu vida.

Las últimas relaciones que he tenido y las citas fallidas que se han acumulado en el historial no han funcionado por una simple razón: necesito a alguien que esté ahí, alguien a quien no tenga que perseguir, alguien con quien no tenga que jugar al gato y al ratón, alguien que conteste los mensajes cuando los lea y quiera acompañarme a la fiesta de mi amiga por el simple gusto de pasar tiempo conmigo.

Pedir que tenga dientes significa que será alguien que tenga ganas de caminar a mi lado, que sea feliz solo pero lo quiera ser conmigo también, porque una vez que nos deshacemos de la terrible carga de evitar a toda costa la soltería, nuestras expectativas del hombre perfecto cambian y se alejan del príncipe azul para acercarse más a una persona que nos haga profundamente felices, sin más rollo, así sea ingeniero o paseador de perros.

Cuando iba en la universidad, una de mis amigas tenía una relación larga y agradable. Juraba que siempre estarían juntos porque su novio reunía muchas de las características que buscaba en un hombre, empezando porque era uno de los tipos más inteligentes que

habíamos conocido en nuestra corta vida y porque tenían muchos intereses en común. Pero no fue así.

En cambio, cuando empezó a salir con su actual marido, le conflictuaba demasiado que no tuviera ninguna de las características de su ex. De hecho, lo único que tienen en común es que tienen dientes. A cinco años de haberlo conocido, no me imagino mejor pareja para ella que este hombre aventurero que la motiva a levantarse de su sillón para ir a conocer una cascada nueva cada fin de semana.

Aunque su novio de la universidad era perfecto en ese momento (y en papel), nunca hubiera sido tan feliz como con su marido medio deschavetado que la ama con locura y que no deja de sorprenderse de lo inteligente y divertida que es. Porque las expectativas de los 20 no nos harán felices a los 30.

Así que si sobrevivimos a la desesperación del cambio de década y no caímos en la boda con el peor es nada, viviremos los próximos años con un sentido mucho más libre de las relaciones. Aunque este libro hable sobre cómo amar tu soltería, no estoy en contra de la vida en pareja si se elige con libertad y amor propio.

Y ahora, sin la presión de conseguir pareja sólo porque vas a llegar a los 30 o porque es lo que tu mamá o tus amigas esperan (o quieren) para ti, podemos aplicar algunos de los criterios de los que hablan Greg Behrendt y Liz Tuccillo en su libro *A él no le gustas tanto* (*He's Just Not That into You*, que oooooobviamente vieron en el formato película, porque todas las que hemos pasado por serias etapas de soltería la tenemos como referencia).

Aquí les dejo algunos que creo que todas deberíamos aplicar antes de salir con alguien:

- No saldré con un hombre que no esté seguro de querer ser mi pareja.
- No saldré con un hombre que me haga sentir no deseable sexualmente.
- No saldré con un hombre que beba o consuma drogas hasta el punto de hacerme sentir incómoda.
- No mantendré una relación sentimental con un hombre al que le asuste hablar sobre el futuro.
- No mantendré una relación sentimental con un hombre que no sea buena persona.
- No saldré con un hombre casado.

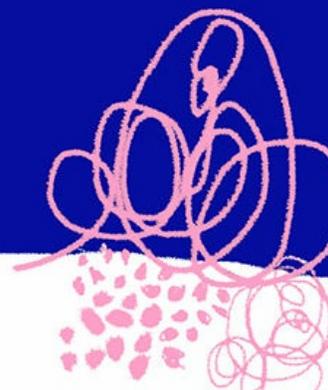
Ahora, déjenme decirles una cosa: después de varios años solteras (y de haber sobrevivido a las bodas de todas sus amigas sin haberse acostado con el cuñado feo de alguna), la soltería se vuelve adictiva...



Capítulo 7

La soltería se vuelve adictiva

CUANDO DECIDES NUNCA MÁS
VOLVER A COMPRARTE UNOS TACONES
MEDIO NÚMERO MÁS CHICO



AMOR DE TU VIDA:
tú misma, y será la mejor relación que te toque
vivir.

Toma tiempo sentirte verdaderamente plena, satisfecha y feliz siendo soltera. Cuesta hacerte a la idea de que, probablemente, no te toque vivir una historia de amor para siempre. Es difícil dejar de buscar al príncipe azul y dejar de esperar que el amor esté “a la vuelta de la esquina”. Sobre todo, toma tiempo reajustar tus propias expectativas, y adaptarte a una realidad en la que eres tú y sólo tú.

En el camino, verás que muchas de tus amigas viven no una sino muchas historias de amor, y serás testigo de cómo una de esas historias terminará en boda. Te emocionarás con cada llamada o foto que te manden cuando les den el anillo. Las acompañarás a probarse vestidos de novia y llorarás al ver sus caras cuando encuentren el vestido perfecto, mientras te preguntas si alguna vez tú vivirás tu propio cuento de hadas.

Finalmente, serás parte de cada una de sus bodas, tendrás diez vestidos de dama colgados en el clóset, cada uno con una increíble historia que contar. Habrá 28 recuerditos, 19 invitaciones en tu cajón y fotos en las que verás lo felices que son mientras hacen ese primer baile con el gran amor de su vida.

Llorarás de nuevo cuando te llamen para decirte que vas a ser tía, te sorprenderá el amor incondicional que le puedes tener a un humanito la primera vez que cargues a cada uno de tus sobrinos, de sangre o de amistad, y te preguntarás si alguna vez tendrás esa sonrisa de haber hecho algo tan perfecto.

No será fácil vivirlo todo, tomarás muchas malas decisiones en el camino. Tampoco será fácil despedirte de ese noviecito que medio te hace sonreír pero no te llena, ni de ese amante que te da los mejores orgasmos pero nada más, ni de ese ex al que siempre

vuelves por costumbre. Será complicado no conformarte con las historias a medias que seguirás teniendo porque son parte de la vida y porque son divertidas, pero no son para estacionarte en ellas.

Tomará tiempo hacerte a la idea de que tal vez no te toque ni vestirse de blanco, ni ser mamá de la manera tradicional, ni encontrar al príncipe azul para hacer feliz a tu mamá. Es un proceso largo y doloroso, pero una vez que llegas a ese punto, una vez que decides no volver a caminar con unos zapatos que te aprietan sólo porque te sientes sola o porque los demás opinan que deberías tener una pareja, encontrarás una libertad que jamás creíste posible: la de pensar y planear únicamente para ti.

La revelación llega cuando menos te lo esperas (como todas las revelaciones importantes). Yo me di cuenta de que éste sería mi estilo de vida permanente después del último pendejo que me prometió la Luna y las estrellas (igual no fue el último, pero sí fue el último al que le creí).

Tuvimos una de esas historias de película en las que todo parece destinado a suceder. Coqueteo por aquí y por allá; primera cita, mariposas incluidas; primer beso, mariposas explotadas; yo en las nubes, él parecía que también. Todo fluía, hasta mi mamá dijo que qué bueno que era diez años mayor, que yo necesitaba uno así. Todo felicidad, “te voy a llevar a conocer a mi mamá”, “yo también amo esa película”, “nadie me entiende como tú”, “nunca había conocido a una chica así”, todas las frases que, insisto, de haber seguido juntos hubieran sido las más románticas y perfectas que se pueden decir, y luego... *Ghosting*.

Me dejó plantada y en visto. No volvió a aparecer en mi vida, y eso que en teoría antes que pareja habíamos sido amigos. Me dolió en el alma porque me había tragado todo el cuento y me había visualizado cual adolescente enamorada. La verdad es que el tipo era perfecto en su momento, sólo le faltó quererme.

Al desaparecer también se llevó la ilusión de que el amor de mi vida estaba a la vuelta de la esquina y empezó a materializarse la idea de que tal vez, taaaal vez, ese concepto no era para todos y que, tal vez, el gran amor de mi vida sería yo misma, para siempre.

A esas alturas tenía muy claro que necesitaba querer a alguien que me quisiera de vuelta (después de muchos trancazos sentimentales), así que tampoco es que le llorara tanto, porque me prometí que yo sería la mejor compañía y que jamás me traicionaría ni me defraudaría. Tenía que construirme una vida maravillosa, digna de ser vivida por mí y compartida sólo conmigo. Tenía que esforzarme todos los días por ser la mejor versión de Carolina que pudiera existir y me haría reír a mí misma todos los días de mi vida, tuviera o no pareja.

El propósito de este libro es ayudarte a llegar a ese punto con un poquito menos de drama (y de dolor de corazón), así que si sigues soltera en este momento de tu vida, cualquiera que sea, es porque has decidido no conformarte con menos de lo que quieres

y mereces, y sin darte cuenta has desarrollado un superpoder que te ha permitido sobrevivir sin conformarte.

Ahora es tiempo de que capitalices ese superpoder y lo pongas a trabajar para ti. Es como darte cuenta de que tienes un ahorro más grande del que creías tener y decides meterlo a un fondo de inversión (¡Gracias *Pequeño Cerdo Capitalista!* ¿Ven? Hay que leerlo para ser una soltera que se respeta). Ponlo a producir, inviértelo para que vivas los próximos años mucho más plena y satisfecha con tus decisiones.

Aprendiendo a disfrutar tu tiempo contigo

Dependerá mucho de la personalidad de cada una, pero el problema que tenemos muchas mujeres (y una de las razones por las que nos emparejamos sin pensarlo mucho) es que no sabemos pasar tiempo solas.

Así que el primer paso para empoderarte como soltera, una vez que decidas que no estás dispuesta a volver a conformarte con una relación a medias, es desarrollar la mejor relación posible contigo.

Esto no quiere decir que vas a estar sola, de hecho, tus amigas son una base incondicional sobre la cual recargarte si sientes que estás por tomar una mala decisión (aunque sea Blanca Nieves y esté rodeada de sus siete enanos, digo, hijos). La soltería no es igual a soledad, eso debe quedar claro todo el tiempo, aunque suene a cliché o a eslogan de revista *Singular*. Soltera no es igual a sola, aunque en español se use la misma palabra.

Estar soltera no quiere decir que debas sentirte sola. La soledad es la que nos da pie a hacer estupideces. ¿Ya lo dije suficientes veces?

El chiste de hacer los 10 retos que te propongo más adelante es justamente que no te sientas sola, que te sientas acompañada por ti en todo momento, aunque estés rodeada de gente.

Por ejemplo, una amiga y yo fuimos a la playa a pasar Año Nuevo. Estábamos muy felices en un antro, cada una con una bebida en la mano, muy divertidas, riéndonos, cuando de repente un mirrey se nos acercó con la intención de hacerse el interesante: “¿Y qué hacen dos niñas tan guapas solas en Año Nuevo?”. Pobre, para su muy mala suerte se topó conmigo; mi respuesta de soltera empoderada fue: “Igual no estás viendo bien, pero somos dos personas, venimos una con la otra, no venimos ‘solas’”, y usé comillas con los dedos y todo, para remarcar su desatinado comentario.

Entiendo perfectamente que su pregunta iba hacia la falta de compañía masculina, y que quería hacer plática, pero todos esos comentarios inofensivos son los que me

recuerdan que los solteros aún tenemos mucho por qué luchar. Según la Real Academia Española (RAE), la soledad es la carencia voluntaria o involuntaria de compañía, y si hay dos personas juntas, entonces, perdóneme mirrey pero no estábamos solas.

Ahora, la RAE también define la palabra soledad como pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguien o algo. Y justo ése es el sentimiento que necesitamos mantener a raya siendo nuestra mejor compañía. Lograrlo de una manera o de otra dependerá mucho de tu personalidad, pero todas tenemos el potencial de pasárnosla increíble con nosotras mismas, estemos solas o no.

Yo soy hija única, así que me las he arreglado sola prácticamente desde que nací (digo, gracias a que mis papás cubrían las necesidades básicas de alimentación y afecto), pero los que no tenemos hermanos ni tuvimos que compartir nuestros juguetes más que con primos ocasionales tenemos una ventaja en este tema de la soledad (y una desventaja, según mi madre, que jura que nunca aprendí a compartir nada; un día la invitaré a ver cómo comparto mi tolerancia con mi *roomie* cuando deja las cáscaras de naranja en la mesa de la sala).

Los hijos únicos tenemos algunas mañas que responden a la falta de compañía. Pero de niños no entendemos de esas cosas, y los que tuvimos la fortuna de tener el cariño de nuestros papás no nos sentíamos solos (al menos, ése fue mi caso). Sin embargo, he notado que los que crecimos sin hermanos somos más propensos a inventarnos mundos alternos y la mayor parte del tiempo hablamos solos; yo, incluso, hablo a un volumen de voz normal cuando voy en bicicleta y siento que nadie me escucha.

Con base en mi formación de hija única y mis muchos años soltera, les comparto una serie de retos que las ayudarán a sentirse más cómodas con su soltería y a encontrar en ustedes mismas la mejor compañía. Aunque también toca fibras de autoestima y seguridad en ti misma, se trata de una guía para disfrutar el tiempo en tu compañía y decir #SoySola con toda la seguridad y la confianza de saber que es la mejor forma de estar en este momento de tu vida.



Reto #1:

Camina a algún lugar
al que normalmente hubieras ido en auto

- **Condiciones:** no vayas acompañada, no saques el celular de tu bolsa ni te pongas audífonos (eso será después).
- **Objetivo:** empezar a escucharte.

Esto será más o menos difícil dependiendo de dónde vivas, pero trata de hacerlo tres días seguidos, aunque vayas a la tiendita de la esquina. Es muy importante que lo hagas sola, aun si tu hermana te quiere acompañar o si te encuentras a tu mejor amiga en el camino. Si no logras hacerlo sola, deberás intentarlo de nuevo al día siguiente.

¿Por qué te mando a caminar? Porque al caminar, sin proponérselo, dejamos nuestros pensamientos correr sin interrupciones; por eso también es importante que no lleves el celular en la mano, para que no te distraiga un mensajito de WhatsApp, no te entre la tentación de entrar a Facebook, y no lleves música, porque a pesar de ser excelente compañía, es importante que te hagas compañía tú sola. Con tus pensamientos.

Así que déjalos fluir mientras observas tu camino. No importa en qué pienses, no es una meditación ni una reflexión sobre tus decisiones de vida, se trata de que utilices esos 10 o 20 minutos en pensar. Hazlo caminando, porque así tienes un lugar adonde llegar, es decir, tienes un propósito para andar navegando entre las calles y los pensamientos.

Si te pidiera que lo hicieras sentada en el sillón, dándote 10 minutos para pensar, sentirías que estás perdiendo tu tiempo en algo que ya sabes hacer: pensar. La realidad es que nos damos muy poco tiempo para estar con nosotras mismas (independientemente de tu estatus amoroso, esto nos pasa a todos y más ahora con los celulares, siempre conectados). Por ello necesito que vayas caminando hacia un lugar al que tengas que ir y que lo hagas sola, así sentirás que aprovechaste el tiempo.

Te sorprenderás de lo chistosa que eres, de lo ocurrente, de lo creativa y de lo divertida que es tu cabeza si le pones atención.



Reto #2:

Apaga la música cuando estés sola
durante una semana

- **Condiciones:** puedes dejar música instrumental si te ayuda a concentrarte o a dormir.
- **Objetivo:** platicar contigo.

La música es uno de los mejores regalos del universo, y sin duda una gran técnica para sentirnos acompañadas, pero también es ruido que escuchamos por encima de nuestros pensamientos. Para que disfrutes como nunca el tiempo contigo, lo más importante es que te conozcas, si no, ¿cómo te vas a caer bien?

Pensemos en este reto como en una serie de citas. Si sólo tuvieras 30 minutos al día para conocer al próximo amor de tu vida, ¿te gustaría que hubiera música interrumpiendo su conversación?

Nuestra rutina diaria suele estar llena de conversaciones con otras personas, desde que saludamos al portero hasta que nos despedimos de nuestros compañeros de trabajo. En realidad, el tiempo que estamos solas, sin tener que hablar con nadie más, es mínimo, y si encima lo aderezamos con música, jamás nos enteraremos de lo que dice nuestra mente.

Así que aprovecha la regadera o el camino al trabajo, o la rutina de ejercicio,

cualquier momento en el que normalmente pones música, para escuchar tu pensamiento y tener un diálogo interno. No te pido que hables sola (a menos que te nazca, pero, según investigué, los hijos únicos lo hacemos para escuchar ruido, así que no tiene mucho caso), pero sí que le pongas atención a lo que dicen tus pensamientos, al lugar donde divaga tu mente cuando la dejas irse sin limitantes y sin reguetón.

¡Sólo una semana! Es el tiempo suficiente para saber qué tan bien te caes, qué cosas de ti no te gustan (que puedes decidir arreglar o no, al final, el amor aprende a vivir con defectos), y si estás dispuesta a tener una relación seria contigo. Digo, después de una semana de salir con alguien más ya tenemos eso muy claro, ¿no? Aunque luego haya millones de sorpresas en el camino.



Reto #3:

Haz una lista de tus intereses

- **Condiciones:** sé honesta.
- **Objetivo:** saber en lo que vas a invertir tu tiempo.

Después de salir durante una semana con alguien, ya sabes a grandes rasgos lo que le gusta. La ventaja que tenemos es que te conoces de toda la vida, así que en teoría no deberías necesitar mucho tiempo para describir tus intereses, aunque muchas veces suelen olvidársenos en el camino.

Entonces, pensando en que estuvieras en una cita con el futuro amor de tu vida y él (o ella, porque esto aplica para todos los géneros y preferencias sexuales) te preguntara qué te gusta hacer, cuáles son tus intereses, ¿qué le dirías?

Anótalos aquí (o en una hoja aparte):

Ahora, vuelve a leerlos y tacha todos los que no te importan realmente pero dices que sí porque, pues, hay que vernos interesantes. Esta lista es para ti y sólo para ti, nadie más va a verla, así que si siempre te han interesado muchísimo los aliens y te mueres por ver más documentales de Jaime Maussan, ¡ponlo! Entiendo que muchas veces no le decimos esas cosas a otra persona en las primeras citas, pero la ventaja de estar en una relación contigo es que no tienes a nadie a quien impresionar, y bajo el compromiso de serte fiel a

ti y sólo a ti, ¡vamos por esos aliens! (sí, me proyecté; si vieran cómo va mi lista de Netflix).



Reto #4:

Crea tu agenda de entretenimiento personal

- **Condiciones:** deben ser cosas que hagas tú sola (luego vendrá el tiempo de invitar amigos/hermanas/primos) y deben estar encaminadas a los intereses en el reto #3.
- **Objetivo:** encontrar algo que te guste hacer más sola que acompañada.

Tomando como base lo que escribiste arriba, ármate un plan de entretenimiento, es decir, una serie simple de actividades que vas a hacer sola. Esto te ayudará a crear tus propias rutinas en las que no necesites la compañía de nadie más (aunque después puedas hacerlas con otras personas) y te dará algo en qué entretenerte cuando sientas que no tienes nada que hacer con tu tiempo.

Aquí aplican perfecto los clichés de los manuales de autoayuda en los que te sugieren que leas, hagas ejercicio, te vayas de viaje, etcétera. Recuerda que los clichés existen porque ¡funcionan! Así que vamos con uno que está probado y al que nadie podrá resistirse:

Escribe aquí cinco series de Netflix que vas a ver sola:

1.	_____
2.	_____
3.	_____
4.	_____
5.	_____

Te recomiendo que elijas una que sea muy larga y fácil de ver, tipo *Friends*, para que te dure mucho tiempo y no te exija demasiada atención, y otra que sea súper densa y te

tenga picadísima, aunque dure tres episodios.

También puedes googlear listas que hacen montones de medios por temáticas, por ejemplo, si te obsesiona la monarquía inglesa, hay como diez series que puedes ver; si te obsesionan los aliens o los zombis o la Edad Media, hay montones de cosas que te pueden interesar. Ver series es un ejemplo práctico que ayuda, lo ideal es hacer cosas que respondan a tus intereses, como ir al cine o aprender a tocar la guitarra. Empieza con esas cinco series y velas sola. Es justo lo que harías con una pareja, ¿cierto? Lo que nos lleva al siguiente reto.



Reto #5:

En tu agenda anota una cita para hacer estas cinco cosas que normalmente harías con una pareja.

- **Condiciones:** tienes que ponerte una fecha y un horario, tal como si hubieras quedado de hacerlo con otra persona. Y cumplirlo. Es una cita contigo.
- **Objetivo:** disfrutar sola de las cosas que también disfrutas con otras personas (y darte cuenta de que puedes hacerlas sin compañía).

Hace unos años me topé con un artículo de *Cosmopolitan* que se titulaba: “Diez cosas que las mujeres solteras no podemos hacer”. Era una lista en la que básicamente nos decían inútiles a las solteras, pero también inseguras. Aquí había desde que no podíamos cargar un garrafón ni cerrarnos el cierre de un vestido hasta que no podíamos ir a un concierto de nuestro artista favorito porque no teníamos con quién. La cosa más estúpida.

Sin embargo, preguntando por ahí, me enteré de que muchas mujeres no hacen algunas de estas cosas cuando no tienen pareja o no hay una amiga que las acompañe,

así que me parece fundamental que aprendamos a hacer solas lo mismo que haríamos si tuviéramos un novio dispuesto a acompañarnos.

Aquí te va uno de los retos más complicados (creo) pero de los más liberadores: en tu agenda de entretenimiento personal (y en la real también, porque esto es una cita tan importante como si fueras a tenerla con otra persona) anota:

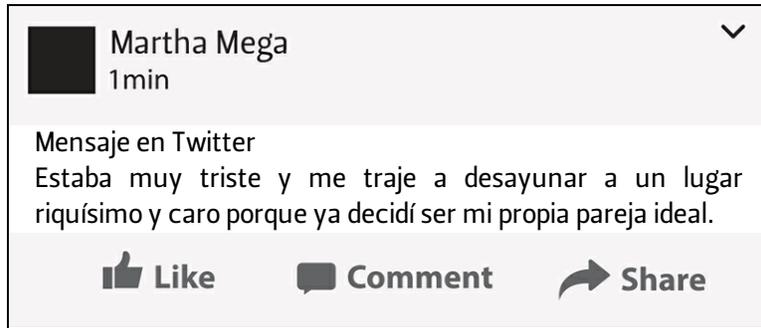
1. Una película que quieras ver en el cine: _____
2. Un concierto: _____
3. Un restaurante que quieras probar: _____
4. Un café en el que nunca hayas entrado: _____
5. Una obra de teatro: _____

Ahora investiga horarios, revisa qué día te acomoda mejor y ve dentro del próximo mes. No dejes pasar más tiempo (si no hay un concierto que te fascine en tu ciudad el próximo mes, puedes dejarlo pendiente, pero sólo el concierto) y ve sola.

La experiencia del concierto puede esperar porque es algo a lo que vas a invertirle más dinero y no se trata de ponernos derrochadoras, sino de que veas que te la vas a pasar igual de bien sola que acompañada. Ahora, no todos los conciertos se prestan para ir sola. Por ejemplo, cada año voy sola al concierto de Joaquín Sabina y en este punto de mi vida no me imagino yendo acompañada (es más, creo que hasta he rechazado la compañía) porque es mi momento, es mi concierto y es mi relación personal con sus canciones, pero tampoco me imagino yendo sola al concierto de Maluma, ¿no? Así que elige un concierto en el que te vayas a sentir cómoda estando sola, uno en el que no te vayas a sentir tía pervertida viendo a los adolescentes bailar.

No dejes de hacerlo. De verdad, ir a un concierto sola es una de las experiencias más liberadoras que vas a vivir en este viaje hacia convertirte en el gran amor de tu vida. No será fácil, de hecho, ninguna de las anteriores es fácil. En el cine te verán súper raro si compras los boletos en taquilla y te preguntarán “¿uno?” con cara de espantados (o de apestada tú), pero hazlo, una vez entrando a la sala nadie se fijará en ti y nadie te hará sentir extraña por ir sola. Una vez que lo hagas, no habrá límites, jamás te volverás a perder una película porque no haya nadie que quiera acompañarte.

Lo mismo en un restaurante. ¿Pueden creer que hay gente que nunca ha ido a comer sola? Así como lo puso Martha Mega (@ViboradelaMar) en Twitter:



Aplausos.

Ahora hagámoslo nosotras también.



Reto #6:

La limpieza de la felicidad

- **Condiciones:** sigue el orden indicado para la limpieza. Se vale saltarse pasos, pero no adelantarse.
- **Objetivo:** deshacerte de todo lo que te estorba para estar bien contigo.

Hace algunos meses, mi *roomie* empezó a sacar cosas de su clóset, siguiendo algunos de los típicos métodos de: si no lo has usado en 6 meses no lo necesitas, si compras una cosa tienes que deshacerte de otra... y así, siguió sacando y sacando cosas de las que uno acumula con los años. Pero entre más cosas sacaba, menos espacio sentía que tenía. Este acto que pretendía ser de orden y limpieza la agobiaba cada vez más porque aunque desechaba cosas, su clóset le seguía pareciendo abrumador.

Así fue como dimos con el método de Marie Kondo, autora japonesa del libro *La magia del orden* y nos volvimos parte del culto.

Y es que su tesis, aunque sumamente compleja en la ejecución, es muy simple: debemos rodearnos única y exclusivamente de objetos (y personas) que nos hagan felices. Con esa idea en mente desarrolló un increíble método para despejar tu espacio (y tu vida) de cosas que obstruyan esa felicidad.

Lo primero que aprendimos del método KonMarie es que estábamos haciendo todo mal. No se trata de ir sacando 2 o 3 cositas una vez al mes, sino de agarrar TODO tu clóset, ponerlo en la sala y luego seleccionar las prendas que sí quieres conservar. Esto cambia por completo la perspectiva de la limpieza, porque el foco no está en lo que quieres tirar, sino en lo que quieres conservar.

Según el método KonMarie tener todas tus cosas expuestas en un ambiente diferente al habitual (del clóset o la recámara a la sala o el comedor) te permite dimensionar lo que posees y desde ahí comenzar con el cambio.

Cuando saques todas las blusas que tienes te preguntarán por qué no encuentras nada que ponerte en las mañanas. Una vez que tienes todo afuera, empieza la limpieza de la felicidad. Tienes que levantar cada prenda y pensar no en si te gusta, te queda, te la has puesto en los últimos 6 meses o nunca, sino en lo que te hace sentir. Si esa prenda te da felicidad, se queda, si no... se va. Si tienes una playera que usaste en la prepa y te sigue haciendo feliz, ¡quédatala! Si tu pijama súper fea te hace feliz, ¡quédatala! O esos tacones hermosísimos por los que pagaste una millonada y nunca te pones, pero te hacen feliz, ¡quédatalos!

Lo que pasará es que te desharás de un montón de cosas que no te has puesto nunca... Esas cosas que cada vez que te pruebas por la mañana terminas quitándotelas y siguen en el clóset, con 20 probadas y 0 puestas. Cuando las analices bajo esta lupa te darás cuenta de que hay algo en esa prenda que no te hace feliz, y esa es la razón por la que nunca la usas. Puede ser que una falda no te haga feliz porque te recuerde un momento en que eras más delgada, o en el que trabajabas en cierto lugar, o que la compraste con cierta persona... No analices el tema de la talla, el peso, la moda, el estilo, nada de eso importa. Lo relevante es si te hace feliz o no.

Impresionante, ¿cierto? Cómo algo tan simple puede reflejar muchas situaciones en nuestra vida...

Marie Kondo propone un orden específico para hacer la limpieza de la felicidad, empezando por la ropa, los zapatos, los accesorios, y así, poco a poco, cada espacio de tu casa, pasando por los cajones de cables, los de blancos, la despensa, los libros, todo.

Para este reto no tienes que voltear toda tu casa (aunque si lees el libro estoy segura que se te antojará), pero sí puedes iniciar el proceso con tu clóset y los cajones de tu cuarto.

Un punto muy importante, y por el cual hago hincapié en seguir el orden, es que Marie Kondo deja la limpieza emocional hasta el final.

Una vez que aprendas a deshacerte de todas las cosas que obstruyen la felicidad en tu casa estarás preparada para deshacerte de los apegos emocionales en forma de cartas, fotos, recuerditos, entradas al cine y demás cositas que acumulamos en la caja de los recuerdos.

No importa si vas a limpiar tu casa entera o si sólo harás tu cuarto, lo importante es que empieces por las cosas materiales y termines con las emocionales. Si sigues este orden, cuando abras tu caja de recuerdos te será mucho más fácil saber con qué quedarte y con qué no.

Y lo mismo aplicará a los apegos emocionales en tu vida...

El método de Marie Kondo te ayuda a priorizar tu felicidad sobre todas las cosas, y te encontrarás deshaciéndote de pensamientos, creencias y situaciones que se interpongan en el camino de tu felicidad.

Hay gente que, después de limpiar su vida con este método, termina cambiándose de trabajo, bajando de peso, hasta mudándose de ciudad... Porque aprenden a valorar lo que las hace felices por encima de todo lo demás. Y eso es un mega regalo.

Para fines prácticos de este reto, aplica el método KonMarie para tu ropa, zapatos, accesorios, bolsas, cosas para el pelo y maquillaje. Luego sigue con todos tus cajones dejando el de los recuerdos para el final. Recuerda, el chiste es que todo lo que decidas conservar (que no es lo mismo a lo que decidas tirar, ¿te fijas?) tiene que hacerte feliz. Cuando termines, sin importar el lugar de tu cuarto al que voltees, verás cosas que realmente te gustan y realmente te hacen sonreír. Eso es felicidad pura y abrirá el camino para que mejores cosas fluyan, desde ideas y pensamientos, hasta amistades y parejas.

Además, una vez que termines con esa limpieza, te será mucho más fácil seguir con el siguiente reto.



Reto #7:

Píntate las uñas

- **Condiciones:** elige un color que te haga sonreír.
- **Objetivo:** consentirte.

El concepto general de este reto es que te cuides tú tanto como cuidas a tus parejas, pero empecemos por lo más fácil: pintarse las uñas. Hace algunos años me tocó estar en el evento de lanzamiento en México de una línea de esmaltes. Su creadora, Essie Weingarten, vino a presentarla y a compartírnos un poco de su experiencia creando todos esos tonos que llevamos en nuestras manitas (que además tienen unos nombres súper coquetos), y nos dijo algo muy cierto, que el esmalte es el único maquillaje que disfruta la persona que lo trae puesto. Y sí, es el único cosmético que nosotras podemos ver durante el día sin la necesidad de un espejo, así que empieza por ahí y asegúrate de elegir un color que te haga sonreír cada vez que lo veas.

Cuando estamos con alguien nos arreglamos para esa persona; ahora arréglate todos los días para ti (y no para las otras mujeres, dejémonos de pelear con esa idea). Cuando vamos a tener una cita o vamos a cenar con alguien, nos ponemos guapas, nos rizamos el cabello, nos pintamos los labios. Así que haz ese pequeño gesto para ti misma: píntate las uñas y disfruta de tu esmalte todo el día.

Ya si te quieres dejar llevar por la gozadera, regálate un día de *spa*, córtate el pelo, cambia de *look*, cómprate un *lipstick* nuevo, lo que quieras.



Reto #8:

Cómprate un regalo

- **Condiciones:** que sea algo que quieras, no que necesites.
- **Objetivo:** gastar en ti lo mismo que gastas en otras personas.

Este reto lo vas a disfrutar muchísimo y espero que se convierta en uno de tus hábitos a futuro. Piensa en cuánto te hubieras gastado en el regalo de cumpleaños de tu último ex.

Anótalo aquí: \$ _____

Ahora ahorra ese dinero (no importa lo poco o mucho que sea) y ve a comprarte algo lindo. Te lo mereces.

Yo me regalo algo cada cumpleaños y cada Navidad, tenga o no pareja. Es una pequeña inversión que hago en mí. Elijo algo que quiera, no algo que necesite. Es decir, pienso en un regalo que me haga feliz y me haga sonreír, y no sólo en algo práctico; puede ser desde un libro hasta un viaje, pero no dejo pasar esos momentos en los que me recuerdo que no estoy sola (de soledad), sino que me tengo a mí y a mi tarjeta de crédito, sí señor (antes de meterle con ganas a sus regalos, échense un ojo al *Pequeño Cerdo Capitalista*, insisto).



Reto #9:

Cocínate una cena gourmet

- **Condiciones:** inviértele por lo menos dos horas a tu cena.
- **Objetivo:** hacer por ti lo mismo que harías por tu pareja.

Piensa en todas las cosas que hacías por tu ex y las cosas que te gustaría que alguien más hiciera por ti, desde cocinarte hasta llevarte de viaje.

Anótalas aquí:

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

De todo eso, elige tres opciones: una que puedas hacer mañana mismo en la noche, una que puedas hacer a mediano plazo y otra que puedas programar para hacer en un plazo no mayor a un año. Y hazlas.

Conviértete en tu propia pareja ideal, ésa que va un paso más allá para hacerte feliz, ésa que te sorprende con detalles y que es extremadamente considerada contigo.

¿Cuántas veces te complicaste en extremo la vida por hacerle su cena favorita a uno de tus novios, mientras tú te das de cenar una lata de atún? Yo no sabía lo acomodada que era con mis parejas hasta que el novio de mi *roomie* le dijo un día enfrente de mí que por qué ella no era tan linda como yo y bajaba a ponerle dinero al parquímetro de su

camioneta.

Me quedé helada. Digo, ella ya me había dicho muuuuuchas veces que yo era demasiado atenta con mis novios, pero cuando él hizo el comentario, entendí que a veces iba un paso más allá por ellos y que no siempre hacía lo mismo por mí.

Me puse a contar cuántas veces le hice la cena a mi ex, contaba las calorías y pesaba las pechugas de pollo, según los gramos que debía comer en su dieta; cuántas veces me esforcé para que le supieran ricos sus pimientos verdes que le mandó el nutriólogo, al que yo lo llevé porque cuida su salud. ¿Y cuántas yo cené una Maruchan? Eso es ser muy incoherente.

Una vez que caí en la cuenta me dije: “No más, los mismos recursos que empleé en otra persona los voy a emplear en mí, el mismo cuidado que le ponga a las cosas de otras personas se lo voy a poner a mis cosas, y con el mismo amor con que haga sonreír a los demás me voy a hacer sonreír ”.

Así que saca el recetario de la abuela (o busca una receta en YouTube, con el paso a paso súper detallado para que te quede si no deliciosa, comible), ve al súper, tómate tu tiempo, cómprate una botella de vino, un quesito de botana, y prepárate una cena *gourmet* para uno.



Reto #10:

Arregla tu relajito financiero (y emocional)

- **Condiciones:** sin condiciones, mientras lo hagas.
- **Objetivo:** no depender de nadie más.

Uno de los peores lastres es depender económicamente de alguien, una situación que nos puede atar a una persona por mucho más tiempo del que debería. Espero que ése no sea tu caso, pero para ser una soltera que se respeta necesitas tener libertad financiera.

El dinero crea lazos que no siempre son positivos. De entrada, depender económicamente de alguien no es opción, y si no tienes forma de obtener el dinero que necesitas para cubrir tus gastos, es mejor que dependas de tu papá o que le debas al banco que a un ex.

El escenario ideal es que logres una estabilidad de vida que te permita generar los ingresos que necesitas para vivir como a ti te gusta (sean cuales sean tus necesidades; igual si necesitas unos diamantes como los de Paris Hilton, pues habrá que plantearse estrategias más agresivas), pero la vida nunca es un escenario ideal y el dinero es tema sensible, así que el último reto en esta guía para decir #SoySola con orgullo es que organices tus finanzas de modo que, de aquí a seis meses, no le debas nada a nadie (y si le tienes que deber a alguien que no sea a un ex).

Van a decir que Sofía Macías y yo tenemos un acuerdo para aumentar sus ventas, pero la verdad es que el éxito del *Pequeño Cerdo Capitalista* radica en la forma tan clara y sencilla que tiene para explicarte cómo salir del hoyo financiero en el que casi todos vivimos metidos. Y lo necesitas para no depender de nadie más. Así que léelo (me ofrezco a prestar el mío con “v de vuelta”, si no estás en posibilidades de comprarlo), ve sus videos en YouTube, pide que te regalen su agenda en el intercambio de Navidad,

¡pero arregla tu relajito financiero! Porque una vez que cortes ese cordón con otras personas, tendrás entera libertad para decidir en qué inviertes tu tiempo y tus recursos, no le deberás explicación (ni dinero) a nadie, y eso te permitirá respirar en paz.

Luego, ya que estés en el mejor escenario financiero posible, podrás hacer muchas más cosas, disfrutando del tiempo que ahora tienes para ir al cine a ver las películas que te gustan, para ir a comer a ese restaurante al que nadie te quiere acompañar, o para escaparte manejando con la música a todo volumen un fin de semana.

Al principio de este reto hablé también de arreglar tu relajito emocional, y los dejé al final porque estas dos formas de dependencia no se pueden romper en una semana o un mes, sino que llevan mucho trabajo, tanto administrativo como de reflexión e introspección.

Cada una de ustedes deberá encontrar el camino para no depender emocionalmente de nadie. Para esto no hay fórmulas (aunque hay muchos psicólogos) ni hay listas genéricas que puedan servirnos a todas. Lo único que hay es la certeza de que nadie es responsable de tu felicidad más que tú misma.

Nadie puede hacerte feliz si tú no eres feliz, nadie puede hacerte sonreír si tú no quieres sonreír, ni puede iluminarte la vida si tú decides verla oscura. Y poner esa responsabilidad en alguien más es como culpar a tus papás de no haber nacido Hilton.

Así que mientras arreglas las finanzas date un tiempo para entender tus dependencias emocionales y hacerte cargo (algo que también es mucho más fácil decir que hacer). Es un proceso largo, lleno de instantes de iluminación y de envidia y enojo, pero así es la vida: momentos que se suceden uno a otro y en los que podemos elegir, tal vez no cómo sentirnos, pero sí qué hacer al respecto.

Y para los momentos en los que la soledad ataca

Una vez que cumplas los 10 retos te sentirás mucho más cómoda estando sola, eso te lo garantizo. Independientemente de tu personalidad y de qué tan segura te sientas en tu piel, es un hecho que una vez rota la barrera del “yo nunca he ido al cine sola” te habrás quedado sin pretextos y poco a poco te sentirás más a gusto haciendo las cosas contigo y tus pensamientos.

Ahora sí, la música no será un distractor sino una compañía, y hasta el ruido de la tele te parecerá irrelevante cuando necesites escucharte. Eso no quiere decir que no haya momentos en los que te sientas sola (del término soledad), sobre todo entre más edad y menos amigas con las que salir el sábado tengamos.

Después de la temporada de bodas en las que se te casa todo mundo, como soltera es complicado tener planes, y no porque tus amigos casados no te quieran incluir en sus compromisos, sino porque habrá ocasiones en las que no se te antoje convivir con parejas y ocasiones en las que te cancelen cinco minutos antes porque al bebé le dio fiebre.

Y ahí es cuando la soledad se hace presente, se cuele como la humedad por tus huequitos y te puede empujar a mandar ese mensaje que sabes que no debes mandar. Pero antes de tirarte al drama y abrir Bumble (algo que debes hacer no cuando te sientas sola, sino cuando te sientas poderosa), intenta alguno de estos trucos:

- Maneja un rato con la música a todo volumen.
- Si no puedes manejar, pon la música a todo volumen en tu casa mientras cocinas.
- Ve al super y compra algo sencillo para prepararte una cena (la pasta siempre es buena opción).
- Si no puedes poner música a todo volumen en tu casa, ponla en tus audífonos y canta.
- Prende la tele de fondo.
- Llámale por teléfono a una amiga con la que hace mucho no hablas.
- Si no hay nadie con quien hablar, mándale un mensaje de audio largo a una de tus amigas contándole cualquier cosa que te hayas olvidado de contar.
- Lee un libro.
- Si no te gusta leer, hojea una revista y toma nota (literal, escribe en un cuaderno) de cosas que te llamen la atención.
- Busca un show de *standup comedy* en Netflix.
- Llámale a tu mamá.

Si te fijas, todos estos trucos involucran algo de ruido, ya sea de fondo o a todo volumen, y puede ser tanto artificial como real (la voz de alguien). El ruido es reconfortante y nos hace sentir acompañados si no estamos físicamente con alguien más.

Estas técnicas te ayudarán a distraerte de la melancolía y ocuparán tu mente en algo trivial que deje pasar ese sentimiento. A menos que quieras explorarlo, que también se vale, y te dé por echarte un clavado al baúl de los recuerdos como catarsis. Cada quien.

Ahora, hay tres clichés que encuentras en todos los artículos, libros y revistas que hablen de cómo manejar la soledad; son clichés porque funcionan, así que también podrías tomarlos en cuenta para construirte como soltera.

Encuentra un **hobby**

No sé tú, pero a mí me parecen irresistibles los hombres que tienen un *hobby*, entre más excéntrico mejor (independientemente de si se dedican a eso o no, porque luego los músicos son como un género aparte).

Una persona que tiene intereses más allá de su trabajo y de salir de fiesta con sus amigos es una persona interesante y suele tener más tema de conversación, mejores anécdotas, etcétera. Entonces, ¿qué esperas para ser tú la que tenga un *hobby* divertido, diferente, curioso, exótico?

A eso hay que sumarle que la gente que está comprometida con un pasatiempo suele sentirse menos sola, porque siempre tiene algo que hacer. Es más, sufre si no tiene tiempo de hacerlo. Por eso el reto de encontrar algo que te guste hacer más sola que acompañada, que puede ir desde ver una serie que nadie más quiere ver contigo, hasta lanzarte a tomar clases de buceo o de paracaidismo.

Haz ejercicio

Ahora que si tienes la suerte de encontrar un ejercicio que te apasione tanto como para convertirlo en tu *hobby*, además de invertir muy bien tu tiempo, te garantizarás un cuerpazo para morir de envidia.

El *hobby* de la esposa de uno de mis mejores amigos es correr. No les puedo explicar lo bien que se ve esa mujer. Una de mis mejores amigas también disfruta muchísimo hacer ejercicio, tanto que si tiene insomnio, se levanta a hacer *Insanity*. Pero si a ti no te apasiona tanto este asunto, no pasa nada. Con que te propongas caminar, hacer pilates o cualquier ejercicio es más que suficiente para mantenerte sana y ocupada.

Ten una mascota

Éste es el mejor remedio para los sentimientos negativos de soledad. Aunque no es para cualquiera. Si tienes oportunidad de adoptar un animalito mientras estás en el proceso de establecer una relación contigo, te asegurarás un mundo de amor a manos llenas.

En serio, no sé qué hicimos los humanos para merecer el amor de los animales. Pero antes de adoptar, cerciórate de que tengas suficiente tiempo para cuidarlo y de que tengas la paciencia necesaria para educarlo. Si tienes eso, tendrás junto a ti la compañía más leal del mundo.

Cuando decides no volver a conformarte con menos de lo que mereces y asumes que probablemente pasarás algunos meses/años sin una pareja estable, te sentirás libre y en paz, porque ahora tu soltería es una decisión consciente y bien planeada. Es el resultado de darte cuenta de que te quedan chicas las historias a medias y de que tú eres la prioridad después de haber puesto a muchas otras personas antes que a ti.

Pero eso, queridas amigas solteras, se vuelve adictivo.

Cuando te enamoras de tu soltería

Convertirte en tu prioridad es un proceso complejo porque involucra poner atención a detalles que antes no veías y luego ir contra tus impulsos de hacer lo contrario para cambiar tus hábitos por unos que te acomodan mucho mejor porque, claro, ahora tú eres lo más importante. Pero, una vez que lo logras, no hay vuelta atrás.

Cuando iba a cumplir 27 años me regalé de cumpleaños un viaje a Mérida. Fue la primera vez que puse en práctica esto de hacerme un regalo grande y emocionante, y también fue la primera vez que viajé completamente sola.

No conozco a nadie en Mérida, no fui a visitar a ningún familiar ni me hospedé en casa del amigo de alguien. ¡Ni siquiera me llevé a mi perro! Me fui sola, con un libro en la maleta y un puente de septiembre por delante.

Ha sido de los mejores regalos que me he hecho, y no sólo porque Mérida es una ciudad hermosa que amé conocer, sino porque me di cuenta no sólo de que PUEDO viajar sola, sino de que me gusta. Bueno, no me gusta, ¡me encanta!

Te hospedas donde tu presupuesto (y sólo tomando en cuenta tu presupuesto) te alcance, te levantas a la hora que quieras sin darle explicaciones a nadie, comes a la hora que quieras en el lugar que quieras sin tener en cuenta el hambre de nadie más. Entrás (o no) a los museos que se te da la gana, sin que importen los gustos de nadie más y sin

tener que demostrarle a nadie lo mucho o poco que te importan los museos. ¡Eres cien por ciento libre de hacer lo que te venga en gana!

Y no quiere decir que dejes de disfrutar los viajes acompañada. De hecho, un año después volví a Mérida con dos amigas y fue un viaje completamente diferente, súper divertido en el que nos reímos desde que nos subimos al avión. Pero saborear la libertad de viajar sola fue delicioso y adictivo. Desde entonces, intento hacerlo una vez al año, aunque sea de un fin de semana.

Así, cada espacio que vas conquistando sola va teniendo su propia magia. Mi *roomie* y yo estamos unidas por la televisión. Siempre tenemos una serie que ver juntas, es parte de nuestra convivencia. Si llegamos al domingo sin tener nada que ver, ponemos *Friends* mientras googleamos qué serie podría gustarle a la otra. Pero (ella felizmente comprometida con su bonito novio y yo #SoySola) tenemos series que cada una ve por separado y a las que les hacemos espacio en la semana porque son nuestra cita con nosotras mismas.

Si ella no está un domingo por la noche, hago mi plan para ver *mi* serie y pedir comida, o voy al super a comprar algo rico que prepararme. Y si a Susanita se le ocurre cancelar sus planes y regresar a la casa, ¡me arruina mi plan dominical! Porque realmente ¡quiero estar sola! (La perdono si me trae alguna sorpresa en forma de comida).

Cada vez que voy al cine sola me río con las preguntas impertinentes de los chavitos que me venden *un* boleto (ahora empecé a comprarlos por internet, una maravilla, aunque sigo siendo *old school* y de repente me gusta interactuar con otros humanos), ¡me gusta ir al cine sola! Empecé haciéndolo porque nadie quería acompañarme a ver las películas mexicanas que yo quería ver. Luego vino *Nosotros los Nobles* y ahora resulta que a todo mundo le gusta el cine mexicano, y aunque ahora ya tengo compañía cuando quiero ir a ver el estreno mexicano del mes, la verdad es que me sigue gustando ir sola.

Nadie te habla, no tengo la tentación de comerme las palomitas de nadie, nadie me ve llorar, nadie me pregunta por qué no me dio risa tal escena. ¡Es delicioso! Como también lo es el plan de ir el domingo con mis amigas al cine, o que un *date* te lleve a ver una película de terror.

La cuestión es que conforme empiezas a hacer cosas sola y vences el miedo de entrar a un restaurante y pedir mesa para una, le vas agarrando el gusto. Finalmente, como todo en la vida, se va convirtiendo en un hábito difícil de romper.

En realidad, esto es maravilloso porque tu nivel de tolerancia se adapta a ti y a tus gustos. La próxima vez que le des entrada a alguien a tu intimidad te lo vas a pensar mejor. Una vez que disfrutas hacer cosas sola te vuelves mucho más selectiva para compartir tu oxígeno.

Cuando la compañía es opcional y no necesaria, eliges mejor, y esto aplica para todo, desde amigas nocivas y tóxicas de las que te tenías que haber deshecho hace mucho,

hasta novios potenciales o amantes de ocasión.

Y tu compañía se vuelve más valiosa para quien sepa apreciarla, porque no *necesitas* estar con alguien sino que *eliges* estar ahí. Eso se volverá la medida de las cosas. Antes de salir de casa un sábado por la noche vas a pensar “¿me la voy a pasar mejor yendo a donde sea que me hayan invitado que sentada en mi sillón viendo *mi* serie o leyendo *mi* libro?” Si la respuesta es sí, entonces ¡ve al mundo! Si vas a ser más feliz sentada en tu sillón con tu copa de vino, ve por el sacacorchos y disfruta tu tiempo. Te sorprenderá la cantidad de veces que vas a preferir tu copa de vino.

Esto no quiere decir que te alejarás de tus amigas o que no volverás a ir a bailar un sábado, sino que elegirás mejor la compañía y los planes. Si quitas de la ecuación la incapacidad de estar sola, también habrás eliminado todas las cosas que no disfrutas hacer pero que hacías por no estar sola. Elegirás ir, ver y hacer lo que realmente quieres, lo que sabes de corazón que vas a disfrutar más que tu sillón.

En ese viaje de ser sola te encontrarás a ti misma, te alejarás sin gran drama de las relaciones que no construyen para nada. Poco a poco te parecerá menos atractivo marcarle a tu ex, o coquetearle al vecino, o seguirle la conversación al chavito que no te mueve nada, porque tendrás mejores cosas que hacer, como ir al cine sola o aventarte de un paracaídas, si ése es tu nuevo *hobby*.

Verás que también cambia el tipo de hombres que se te acercan, porque una mujer que sabe estar con ella misma proyecta una seguridad que espanta a muchos. Pero tú no quieres relacionarte con esos hombres. Para entonces ya sabrás que no necesitas a nadie que te complete, sino a un hombre tan completo como tú con quien compartir todo lo bueno que tienes, incluida tu capacidad para estar sola. El hombre que sepa apreciar eso valdrá la pena y el que se espante porque vas a conciertos sola no será para ti. Así de fácil.

Tu recién descubierta capacidad para no necesitar compañía te servirá de filtro para alejar a hombres mediocres, patanes, sin ganas de compromiso o comprometidos con otra, etcétera. Una vez que pasen ese filtro, evaluarás tus opciones con nuevos ojos, con la misma ilusión de encontrar a alguien que te tome de la mano y comparta tu camino, pero sin la necesidad de hacerlo.

Y te será más fácil terminar una relación que ya no te haga feliz, porque sabes que volverás a ti misma, a tu espacio, a tus rutinas y a ser tu mejor relación, porque la soledad ya no es negativa, es plena. Si no tenemos miedo a estar solas, generamos menos dependencia afectiva hacia una pareja, lo que hace mucho más sencillo el proceso de terminar algo si ya no funciona. No quiere decir que la ruptura no dolerá o que no vas a necesitar tu proceso de duelo y tus botes de nieve de chocolate, sino que será más fácil tomar la decisión correcta en el momento justo, porque seguirás siendo tu prioridad, aunque hayas encontrado nuevamente el amor.

Enamorarte desde esta perspectiva le dará a tu relación más calidad, porque lo estarás eligiendo por los motivos correctos y no por sentirte sola o por ser incapaz de crear rutinas para uno. Sabrás que las relaciones duran lo que tengan que durar, toda la vida, semanas, años o meses, pero día a día la estarás eligiendo. Y esa libertad es insuperable.

Nota final a los hombres

SI NO LA QUIERE, JOVEN,
¡NO LA ENAMORE!

Un pequeño paréntesis necesario

Este libro está pensado para chicas, porque aunque los hombres también tienen sus problemas con la soltería, en general suelen ser mucho más prácticos y le dan menos vueltas al asunto que nosotras.

El problema es que todas las mujeres solteras y heterosexuales estamos condenadas a lidiar con ellos. Nos relacionamos con ellos, nos acostamos con ellos, nos gusta verles la espalda y hasta nos enamoramos (tal vez, más veces de las que deberíamos).

Así que haré este pequeño paréntesis, antes de terminar el libro, para hacerles un atento llamado a todos los hombres heterosexuales que hay allá afuera: si no la quiere, joven, ¡no la enamore!

Éste es el título de una columna publicada originalmente en ActitudFem, en la que les cuento de mi historia fallida con el hombre que se llevó mis ilusiones de princesa Disney (el que aplicó el *ghosting* después de decirme que me llevaría a conocer a su mamá). Y aunque en ese momento la petición a los hombres surgió por esa situación en concreto, años después me siguen llegando tuits y comentarios de mujeres a las que les ha pasado lo mismo: el tipo les promete un futuro y luego desaparece (deben estar todos juntos en el mismo hoyo negro). Lo que significa que hay millones de hombres a los que les parece normal, y puede que hasta divertido, ir por la vida endulzándonos la oreja aun cuando saben que no van a quedarse.

Esto no es cuestión de que una se crea, o no, una mentira. Es decir, si estás saliendo con un hombre casado y éste te dice que va a dejar a su esposa, ¡sabes que está mintiendo! La probabilidad de que seas la excepción a la regla es mínima, y decidir creerle es tu responsabilidad, no hay nadie más a quien culpar más que a ti misma (obvio, a él también, pero tú eres más inteligente que esa mentira).

Pero cuando estás saliendo con un chico normal, soltero, sin antecedentes (aparentes) de patanería ni problemas (conscientes) con el compromiso, no tendrías por qué dudar si te dice que te quiere presentar a su mamá. Crértelo no te hace tonta, te hace humana. El problema es que muchos hombres piensan que es buena idea decir cosas que proyectan un futuro juntos cuando o no están seguros o ya saben que no se van a quedar.

En *Friends* hay un episodio (20, temporada 3) en el que Chandler sale con la jefa de Rachel y al terminar la cita le dice “Luego te llamo”. Al día siguiente esta mujer llega a trabajar emocionadísima porque la cita fue perfecta y él le dijo que la llamaría. Por la tarde Rachel se entera de que para Chandler no fue una cita ni remotamente buena, sino que, por el contrario, la mujer le parece súper aburrida y odia que se le formen grumos con el rímel. Rachel, sacadísima de onda, lo cuestiona: “Y entonces, ¿por qué le dijiste que la llamarías?” Y Chandler, como si fuera lo más normal del mundo, le contesta que porque es lo que se dice después de una cita.

Éste es un pequeño ejemplo de cómo para ellos decir esas cosas es como decir “buenas noches”. Cualquier mujer sabe que después de una primera cita, aunque te diga que te va a marcar, si no lo hace, es porque no quiso volver a verte; pero si llevas varias citas e incluso semanas saliendo con esa persona y te dice que te va a llamar, ¡le crees!

¡¡¡¡¡¿¿¿¿¿Por qué dicen cosas que no sienten????!!!!

Porque aunque la mentira en sí misma está mal, la sensación de incomodidad que nos dejan cuando desaparecen es horrible. ¡Nos la pudiéramos haber ahorrado completa! De verdad, porque por más soltera empoderada que seas, cuando conoces a alguien con quien te parece buena idea compartir tu oxígeno, le das entrada. ¡Y te ilusionas! Y te proyectas. Y hasta la más fría y seca se visualiza caminando tomados de la mano en la playa, si el tipo le dice que le encantaría llevarla a conocer a su familia en Puerto Vallarta. ¿Por qué hacen eso si saben que no lo van a cumplir?

Así que, jóvenes del mundo: si no tienen planes de quedarse, ¡no nos prometan un viaje a la luna! No importa si en ese momento lo sienten y creen en el fondo de su ser que sí lo van a hacer, si ya se conocen y saben que no somos la indicada para ir con ustedes en su camino, ¡no nos lo digan!

Ni nos golpeen el ego con frases como: “Nunca había conocido a nadie como tú” o “nadie me entiende mejor que tú”, si ya saben que no van a quedarse, porque al irse nos dejan una sensación incómoda, extraña y francamente molesta. ¿Quién, en su sano juicio, dejaría ir a la única persona que lo entiende? Creo que es peor cuando te dicen: “Eres la mujer más interesante que he conocido”, y al día siguiente desaparecen. ¿Quién, quién dejaría de ver a la persona más interesante que ha conocido?

Tengo la teoría de que todas esas frases / promesas / planes responden a la necesidad de decirnos lo que creen que nosotras queremos oír. Es una versión macabra del juego del gato y el ratón. ¿Y si cortamos esos rollos y sólo nos decimos lo que realmente queremos decir? ¿Y si nos decimos las cosas de frente y a la cara, tanto las buenas como las malas?

Cuando Chandler le dice a la jefa de Rachel que no la llamará porque no está listo para tener una relación, ¡ella entiende perfectamente! Y hasta le da las gracias por su honestidad. ¡Si no estamos locas!

Cualquiera entiende que alguien pueda cambiar de opinión o que se dé cuenta de que no es lo que necesita o quiere. Nosotras podemos entender que ayer haya visto a la ex y decidido darle otra oportunidad a la historia, incluso podemos entender que no le gustemos tanto. Lo que definitivamente no entendemos es que desaparezcan después de atacarnos las orejas con frases del tipo “eres la más” y promesas falsas.

Así que, jóvenes ilustres del mundo, la invitación es muy simple. Si no la quiere o no planea quererla, no la enamore. Así de fácil, porque las palabras vacías dificultan nuestro camino hacia la soltería feliz. Por muy cómodas que estemos en nuestra piel y en nuestro sillón, si ya le diste la oportunidad a alguien, es porque te interesó y te visualizaste con él, y luego salir de ese bache y retomar tu comodidad lleva tiempo, un tiempo que nos pudimos haber ahorrado, ¿todas de acuerdo?

Y nosotras también podemos comprometernos a hacer lo mismo. Si naciste sin el gen de hacerte la difícil, y no tienes ganas de estar en el estira y afloja, comprométete a:

- Decir lo que piensas, aunque no sea lo que el otro quiera escuchar.
- No hacer nada que no quieras hacer.
- No prometer algo de lo que no estés segura.
- No comprometerte con algo en lo que no creas.
- Respetar tus límites.
- Ser te fiel.
- Darte la oportunidad de probar cosas nuevas.
- Contestar con la verdad, aunque duela.
- Estar dispuesta a escuchar la verdad, aunque duela.
- No ser alguien que no eres.

El punto de todo esto, para hombres y mujeres, es que seamos más honestos, más auténticos y más libres con nuestra personalidad, nuestros deseos y nuestras expectativas, así será mucho más fácil relacionarnos desde el respeto mutuo hacia la libertad del otro.

Entonces, todos los que hasta ahora hemos venido sobreviviendo a la soledad y aprendiendo a disfrutar la soltería, podremos decir: “#SoySola y aunque usted no lo crea, soy feliz.”

Conclusión

NO ESTOY ENFERMA,
NO ME BUSQUES CURAS

SOLTERA:

(según el nuevo diccionario femenino) mujer completa, estable y feliz, capaz de tomar las mejores decisiones para su vida, teniéndose a ella y su felicidad como prioridad, sin ganas de conformarse con menos de lo que sabe merecer.

Después de llevar varios años soltera, de haber recibido 27 pases para una en invitaciones de boda, de haber pagado millones a los *all inclusive* (porque si ahí se casan tus amigos, pues qué haces), de llegar sola a todos los eventos sociales y de haber dominado el arte de ir a conciertos sola, puedo decir que he logrado sobrevivir a las preguntas bienintencionadas, a las miradas, a las palmaditas en la espalda, a los cambios de conversación cuando entras a un lugar, a los comentarios poco atinados y a la estructura social que privilegia la vida en pareja.

Pero la supervivencia es una lucha continua. Sé que tarde o temprano alguien preguntará si no he conocido a alguien o saldrá el tema del reloj biológico y la maternidad después de los 35 y se ofrecerán explicaciones (pedidas o no) a mi situación. Poco a poco nos vamos haciendo inmunes a estas preguntas y sabemos que quien las hace suele tener las mejores intenciones y nuestra felicidad como principal preocupación, y que estas preguntas y estos juicios se derivan de su estilo de vida en el que la soltería es un estado infeliz. Nosotras, solteras por convicción, también nos preguntamos si algún día llegará el bueno, si nos tocará comprar un vestido de novia o si tendremos una pareja cuando estemos viejitas, y también nos hemos tenido que replantear muchas veces nuestros objetivos en la vida porque créanos, sí sabemos que hay una edad “más conveniente” para tener hijos, sólo que esto no nos ha limitado y no nos limitará en un futuro. Nos lo cuestionamos, lo analizamos, reflexionamos y tomamos nuestras propias decisiones porque nuestra soltería no busca una explicación.

Soy soltera porque soy soltera, y punto. No he conocido a alguien en los últimos años con quien quisiera compartir mi vida, mi espacio y mi tiempo, y que quisiera compartirlos conmigo. Sé lo que quiero, pero hasta ahorita no ha aparecido. No soy demasiado exigente, sino que no tengo miedo a estar sola, y por eso no me conformo.

Exijo lo que ofrezco, exijo lo que sé que merezco y lo que sé me hará feliz.

No quiero a un hombre que se intimide por mi seguridad o mi autoestima, no quiero a

un hombre que se asuste por mi forma de hablar o por mis creencias. Si un hombre no sabe aceptar que tengo amigos y que me gusta la cerveza oscura y que disfruto del sexo tanto como él, no debería estar conmigo. No soy para él, prefiero que no perdamos el tiempo.

No quiero a un hombre que se aburra porque le contesto los mensajes cuando me escribe o que piense que soy “fácil” porque nos acostamos en la primera cita. Necesito a alguien que respete mi tiempo tanto como yo respetaré el suyo, y que no quiera jugar a ser cazador conmigo, porque no sé hacerme la difícil.

No quiero al que le dé miedo estar con una mujer que no necesita de él, ni que se sienta menos por mi independencia emocional o económica. Quiero a un hombre que quiera hacer equipo conmigo, que no le preocupe si gano más o menos que él, sino que se emocione porque los dos estemos haciendo lo que nos apasiona.

No quiero a un hombre que se asuste por mi forma de hablar o porque sepa más que él de whisky o de vinos o de cualquier cosa que no se considere femenina, porque yo no quiero encajar en ninguno de los roles tradicionales ni creo en convencionalismos, ni me interesa hacer cosas que no me nacen sólo porque es lo que se espera de mí.

No quiero a un hombre que critique mi trabajo, mi cuerpo, mis amistades o mis gustos, ni el tiempo que decido invertirle a cada uno de ellos. De hecho, necesito a un hombre apasionado por lo que hace y que pueda hacerlo sin mí, pero que elija hacerlo conmigo.

No quiero a un hombre al que le preocupe lo que pensarán los otros si su mujer es más o menos inteligente que él, sino a un hombre que vea en mí cualidades que nos llevarán a ambos a ser mejores personas cada día, aunque tengamos personalidades opuestas o parecidas. Necesito a un hombre al que no le moleste mi carácter fuerte o mis manías, sino que me aprecie con todo lo que me hace ser yo misma.

No quiero a un hombre que me diga intensa o sentimental o fría, porque cualquier adjetivo que aplique a mi persona me hace ser quien soy. Tengo todo el derecho de decir lo que pienso cuando lo pienso y como lo pienso, y si no está dispuesto a vivir con eso, entonces no merece todo lo bueno que tengo para ofrecer.

Definitivamente, no quiero a un hombre que no quiera estar conmigo. No quiero a un hombre compartido, ni quiero a un hombre al que le dé miedo el compromiso o que sienta que puede controlar sus sentimientos. Porque el amor pasa y se vive y se hace crecer o se mata, pero no se controla.

Porque sí, ya me acostumbré a estar sola, pero porque me convertí en la mejor compañía para mí misma, y desde esta posición de vida puedo decir que no estoy dispuesta a compartir mi oxígeno con menos de lo que merezco.

Si un hombre se siente intimidado por mi trabajo, mis gustos, mis *hobbies*, mis amigos, mis habilidades con un taladro o mi historial de sexo casual, entonces no tiene

nada que hacer tocando a mi puerta. Ni a la de ninguna de ustedes, sea cual sea su personalidad, carácter, sueños, ideales y estilo de vida.

A muchos hombres les da conflicto toparse con una mujer a la que no le importe debatirle sus ideas o decirle que piensa completamente lo contrario a lo que él acaba de decir; o con una mujer que haga comentarios feministas, que haga lo que le plazca sin sentirse culpable o que no tenga problemas pagando la cuenta o invitándolo a su casa.

Tampoco saben muy bien qué hacer con mujeres que no los chantajejan o no los hacen sentir culpables o que no se ríen de sus chistes; ni con mujeres para las que su trabajo y sus pasatiempos sean igual de importantes que para él. Ni qué decir de una mujer que viaje sola, vaya al cine sola, y para la que el matrimonio y los hijos no sean una prioridad, sino algo que puede, o no, pasar.

¿Saben qué? Ninguna de nosotras debería salir con esos hombres. Ya los conocemos, ya los sufrimos, ya los sobrevivimos, y definitivamente no son para nosotras. No podemos seguir compartiendo nuestro tiempo con alguien que no respete nuestra esencia y que pretenda cortarnos las alas que nos da el hecho de saber estar solas y no necesitar de una pareja para validarnos.

Hemos encontrado el equilibrio, hemos sobrevivido la tentación de quedarnos con el peor es nada y de volver a comer jitomate crudo y de obligarnos a caminar con unos zapatos medio número más chicos. Ahora sabemos que podemos estar solteras sin sentirnos solas, y que cuando acecha la melancolía o la soledad, siempre hay una serie que ver, una canción nueva que escuchar y una amiga al otro lado del teléfono.

A pesar de lo mucho que nos ha costado, hemos llegado hasta aquí navegando por los cientos de miradas de lástima, los cientos de comentarios bienintencionados y los cientos de estructuras sociales que no aceptan nuestro estilo de vida, soltero y libre.

Aún nos queda mucho por hacer. Ojalá que de aquí a algunos años reservar un *all Inclusive* para una sola persona sea algo tan normal como abrir Bumble, y nuestro estatus amoroso deje de ser relevante a la hora de buscar trabajo.

Hoy estamos dando el primer paso, el de deshacernos de las telarañas de la presión social y de las estructuras limitantes. Asumimos nuestro superpoder como solteras, frente en alto, pecho de fuera, mirada de comerse al mundo, aunque no tengamos ni puta idea a dónde vamos.

Ser soltera es ser una mujer completa, en pleno uso de sus facultades mentales, perfectamente bien plantada en la vida y con sus objetivos y metas completamente claros. A una mujer soltera no le falta nada. Así que, por el amor de Dios, ¡dejen de buscarnos cura! No estamos enfermas (ni histéricas ni incompletas). Es más, nunca habíamos estado más cuerdas. Y felices.

Nota final a las mujeres de mi vida

A mi mamá: sé que me dirás que no te preocupa en lo más mínimo mi soltería y que no tienes prisa por ser abuela. Sé que lo dirás de corazón. Sé que no te va a gustar saber muchas de las cosas que leíste de mí... pero sé que entenderás que son parte de lo que soy (y que me ayudarás a apapachar a papá cuando esté leyéndolas).

A mis amigas: algunas de ustedes se van a encontrar muy fácilmente en estas páginas... algunas historias aparecen tal cual las vivimos. Otras no tanto y tendrán que disculparme las exageraciones o el poquito de fantasía que le metí a nuestras vidas para hacer más claros mis puntos. Todas ustedes son parte fundamental de mi vida, son mi inspiración, mi fuente inagotable de amor, mis ganas de ser mejor todos los días. Las admiro muchísimo, independientemente del camino que hayan elegido. Espero que ninguna se sienta excluida de esto porque estoy estúpidamente orgullosa de lo que hemos logrado en esta vida que nos tocó compartir. Gracias por su amistad incondicional, por los muchos años de anécdotas y risas, por los consejos que nunca seguimos, por seguir juntas a pesar de la distancia... Aparezcan sus historias o no en este libro, sus vidas están en la mía y todo lo que hago está inspirado por ustedes. Todas, desde Canadá hasta mi sillón, desde la primaria hasta la Ciudad de México.

Mayo 2018

Un libro lleno de humor sobre lo que significa estar soltera, feliz y realizada en el mundo moderno.



Una confesión escrita con anécdotas divertidas, retos que empoderan y situaciones donde los encuentros y desencuentros amorosos son básicos para construir una actitud a prueba de decepciones.

Descubre de la mano de Caro Saracho cómo ser tu propia heroína y aprovechar el superpoder que es la soltería para tomar mejores decisiones, recordar lo que quieres y mereces y no conformarte, por muy cómodo y tentador que parezca.

“Olvídate del estigma que califica a la mujer que no tiene novio o marido como amargada y poco deseada. Ser soltera es un estado voluntario y lleno de gozo, que no sólo te brinda libertad y energía, sino también poder. ¡Gracias, Caro Saracho, por ser la voz de todas las que no necesitamos medias naranjas, porque ya nos sentimos completas!”

—LUCYLARA, periodista, conferencista y autora del bestseller *Imagen, actitud y poder*

“Nunca antes se ha explicado tan bien aquello de ‘mejor sola que mal acompañada’. Caro Saracho te ayuda con mucho humor a superar los obstáculos y traumas propios y de extraños para disfrutar tu soltería plenamente.”

—SOFÍA MACÍAS, emprendedora y autora del bestseller *Pequeño Cerdo Capitalista*

“Caro Saracho nos recuerda que siempre tenemos mejores opciones que ese hombre que no nos llena... El libro que puedes regalarle a tu amiga que sigue aferrada a su cucaracha (disfrazada de mariposa) o que puedes prestarle a la tía que siempre te pregunta si ya tienes novio.”

—SUSANA MIYAR, directora editorial

de Actitudfem (y roomie de Caro)



CARO SARACHO (1986). Comunicóloga. Norteña. Soltera. En ese orden. Editora desde 2010 y consejera del corazón desde la primaria; inició su carrera en Actitudfem y desde entonces ha colaborado en diferentes medios tratando de ayudar a las mujeres a deshacerse de los patanes y a abrazar su soltería. Su columna “Nací sin el gen de hacerme la difícil” ha sido leída por más de un millón de mujeres que se han ido sumando al movimiento #NacíSinElGen, del que se deriva este libro.



@Caro_Saracho



@Caro_Saracho



@lavidanoesrosaoficial

www.carosaracho.com

Mesa para una
#SoySola

Primera edición: julio, 2018

D. R. © 2018, Carolina Saracho

D. R. © 2018, derechos de edición mundiales en lengua castellana:
Penguin Random House Grupo Editorial, S.A. de C.V.
Blvd. Miguel de Cervantes Saavedra núm. 301, 1er piso,
colonia Granada, delegación Miguel Hidalgo, C.P. 11520,
Ciudad de México

www.megustaleer.mx

D. R. © Amalia Ángeles, por el diseño e ilustración de cubierta

D. R. © Amalia Ángeles, por el diseño de interiores

D. R. © Rosana Segura, por las ilustraciones de interiores

D. R. © Masaki Kaizawa Albarrán (Instagram: @masakimx), por la fotografía de la autora

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*. El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del Derecho de Autor y *copyright*. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores.

Queda prohibido bajo las sanciones establecidas por las leyes escanear, reproducir total o parcialmente esta obra por cualquier medio o procedimiento así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público sin previa autorización. Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase a CemPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <https://www.cempro.com.mx>).

ISBN: 978-607-317-101-4

Penguin
Random House
Grupo Editorial



[/megustaleermexico](https://www.facebook.com/megustaleermexico)



[@megustaleermex](https://twitter.com/megustaleermex)

Conversión eBook:

Mutãre, Procesos Editoriales y de Comunicación

Índice

Mesa para una

AGRADECIMIENTOS

BIENVENIDA

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO 1

ALTO A LA DISCRIMINACIÓN POR ESTATUS AMOROSO

Ser soltera en este mundo no es un problema... o no debería serlo

CAPÍTULO 2

EL MUNDO CREE QUE LO QUE TIENES ES GRIPA

Cuando los que te rodean creen que tu soltería es una enfermedad

CAPÍTULO 3

LIDIANDO CON LOS “NUNCA VOY A SER ABUELA”

La frustración derivada de seguir decepcionando a tu madre

CAPÍTULO 4

LAS CENICIENTAS, AURORAS Y BLANCANIEVES DEL MUNDO

Sobreviviendo a las expectativas de otras mujeres (y hombres)

CAPÍTULO 5

CUCARACHAS DISFRAZADAS DE MARIPOSAS

La vorágine de las malas decisiones y el síndrome del peor es nada

CAPÍTULO 6

NO DEJES QUE ME CASE A LOS 30

¡Con que tenga dientes!

CAPÍTULO 7

LA SOLTERÍA SE VUELVE ADICTIVA

Cuando decides nunca más volver a comprarte unos tacones medio número más chicos

NOTA FINAL A LOS HOMBRES

SI NO LA QUIERE, JOVEN, ¡NO LA ENAMORE!

Un pequeño paréntesis necesario

CONCLUSIÓN

NO ESTOY ENFERMA, NO ME BUSQUES CURAS

NOTA FINAL A LAS MUJERES DE MI VIDA

Sobre este libro

Sobre la autora

Índice

Mesa para una	4
AGRADECIMIENTOS	9
BIENVENIDA	11
INTRODUCCIÓN	14
CAPÍTULO 1	22
ALTO A LA DISCRIMINACIÓN POR ESTATUS AMOROSO	22
Ser soltera en este mundo no es un problema... o no debería serlo	22
CAPÍTULO 2	33
EL MUNDO CREE QUE LO QUE TIENES ES GRIPA	33
Cuando los que te rodean creen que tu soltería es una enfermedad	33
CAPÍTULO 3	42
LIDIANDO CON LOS “NUNCA VOY A SER ABUELA”	42
La frustración derivada de seguir decepcionando a tu madre	42
CAPÍTULO 4	51
LAS CENICIENTAS, AURORAS Y BLANCANIEVES DEL MUNDO	51
Sobreviviendo a las expectativas de otras mujeres (y hombres)	51
CAPÍTULO 5	67
CUCARACHAS DISFRAZADAS DE MARIPOSAS	67
La vorágine de las malas decisiones y el síndrome del peor es nada	67
CAPÍTULO 6	80
NO DEJES QUE ME CASE A LOS 30	80
¡Con que tenga dientes!	80
CAPÍTULO 7	88
LA SOLTERÍA SE VUELVE ADICTIVA	88
Cuando decides nunca más volver a comprarte unos tacones medio número más chicos	88
NOTA FINAL A LOS HOMBRES	120

SI NO LA QUIERE, JOVEN, ¡NO LA ENAMORE!	121
Un pequeño paréntesis necesario	121
CONCLUSIÓN	124
NO ESTOY ENFERMA, NO ME BUSQUES CURAS	125
NOTA FINAL A LAS MUJERES DE MI VIDA	129
Sobre este libro	131
Sobre la autora	134