

Alfonso Colodrón

QUIÉREME LIBRE, DÉJAME SER

lo masculino, lo femenino y la pareja



DESCLÉE DE BROUWER



Esta obra ha sido publicada con una subvención de la Dirección General del Libro, Archivos y Bibliotecas del Ministerio de Cultura, para su préstamo público en Bibliotecas Públicas, de acuerdo con lo previsto en el artículo 37.2 de la Ley de Propiedad Intelectual.

© Alfonso Colodrón, 2010

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2010

C/ Henao, 6 – 48009 BILBAO

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org)–, si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-330-3574-5

Realización de ePub: produccioneditorial.com

A Elvira, Pablo, Araceli, Montse, Bárbara, Marisa, Pilar, Denyse, Thomas, Dafne, Willy, Elisa, Nalina, Bakti, Uparati, Adya e Isabel, y a todas las mujeres y hombres, consultantes o participantes de mis talleres, de los que he aprendido tanto como hayan podido ellas y ellos aprender de mí.

A Feliciano García, directora de la revista Espacio Humano, en cuyas páginas he podido ir reflexionando durante años y “en voz alta” sobre todas las cuestiones expuestas en este libro.

A Elena Carlota, que ha tenido la paciencia de corregir, coma a coma, todo el manuscrito, reorganizar la bibliografía y animarme a cerrar capítulos y a abrir otros nuevos.

A José María Torres Morenilla, prologuista oficial de todos mis libros, por su originalidad, profundidad y fidelidad.

Prólogo

Los humanos son impredecibles. Recuerdo el primer día que los vi en la dehesa. El más viejo de todos, el Mayoral, era un hombre astuto, como dicen los hombres, curtido por el sol. Su rostro oscuro e hirsuto estaba marcado por unas indelebles líneas llenas de sombras; sus manos, poderosas, cogían con decisión la garrocha y montaba a caballo con soltura, aunque con una ligera inclinación de su cuerpo hacia el lado izquierdo. Resonaban los cueros de su ropaje y su sola presencia nos aterraba, nos paralizaba de miedo a todos: desde el pacífico semental que pastoreaba manso entre las hembras, a mis hermanos de cuna, todavía erales, con apenas dos yerbas, como oíamos decir en aquellos campos.

Aquellos campos... –mi alma me lleva a un país de ensueño—... vastos, enormes, tenían sus montes rubios, salpicados de encinas, más extensos, de manera que la vista se perdía en la planicie... Los llanos que llenaba la primavera de toda clase de confituras vegetales hasta la fronda de un riachuelo donde bajábamos a beber, a jugar en las tardes primaverales a hacer el amor, perdidos entre los matojos, donde nos abroncábamos por un “quítame allá esas pajas” y donde nos recostábamos agazapados y alertas mientras el arroyo canturreaba la suave canción del agua. Eran idílicos, si esa palabra no tuviera un contenido humano más que divino, porque digan lo que digan esos tozudos animales que se llaman hombres, si hay un ser divino es más propiamente el toro. Yo soy un toro. Soy un ser libre y defiendo mi libertad con mi vida, desde la misma cuna, entre mis propios hermanos y ante cualquiera que lo ponga en duda.

No quiero reseñar con argumentos fáciles las perrerías que desde el principio me hicieron los hombreritos; ponerme a fuego los yerros de mi dueño en edad tan corta fue de las primeras cosas que me hizo odiar a los que andan erguidos y el anticipo de la suerte de vida que para mí querían esos señores. Sin embargo, yo me sentí libre también en muchas horas, libre u olvidado, como esos pueblos de hombres que, aunque sean esclavos marcados también a yerro, tienen sus momentos grandes, sus tiempos de olvido, con el regalo que la Naturaleza nos da a todos los seres vivientes. La Naturaleza, el Dios de los hombres, ésta sí que es grande, magnífica, sin límites para nosotros; más aún, en el cielo la pueblan millones y millones de poderosas luminarias, como el Sol, mi amigo de siempre, aunque queme el condenado en la canícula y se alíe con las moscas cojoneras, más importunas que los chistes de mis hermanos. En las noches estrelladas, recostado en la pequeña altura que buscamos los toros para dormir, miro el cielo tan oscuro como mis

ojos, tan inmenso, y un escalofrío me recorre por el lomo... ese monte mío que la pica y las banderillas harán sangrar sin misericordia, para que me “refresque la sangre” dirán los chistosos hombres a los que busco los pies pues nunca me gustaron los chistes malos. Cuando cierro mis ojos, ese universo de fuera está dentro de mí, con los fulgores rojos del horizonte también ya sin sol y me acoge y me hace soñar, mientras la Naturaleza vigila mi vida, afanada en mis entrañas, haciendo latir mi corazón, defendiéndome de los enanos invasores, llevando alimento a mis células, cargando mis testículos del semen que portan mis genes. Igualmente con pesadillas, ya que esta sabiduría natural es incomprensible también para nosotros los animales que vivimos a pelo, como lo es el dolor, otra de las armas que nos defiende y que, para un espíritu puro como el mío, es la señal de alerta para que el gobernante de mi centro vital se ponga en guardia ante el mal: el dolor es un lenguaje entre los dioses.

Estoy aquí en medio de una fiesta. Suena la música, las gentes hablan, gritan, hay un rumor sordo, ensangrentado, mucho sol... y todo es redondo como una mala copla, todo cerrado como un mal tiempo, todo extraño como un pueblo extranjero. ¡Dios mío qué cosa tan abominable es esta! Mujo con un bramido desgarrador. Estoy tan mal que hasta llamo a mis hermanos, esos niñatos de más de cuatro yerbas que tan mal me lo hicieron pasar en ocasiones... Está el Mayoral, apostado en el callejón, tras su burladero; anota algo en su libretita. Ese mugido le puede costar a mi madre ser llevada al matadero, porque le atribuyen signo de mansedumbre. ¡Por Dios! Es el mugido entrañable por la libertad, por mi ser. Es el grito de mi centro vital que busca los campos por donde trotar de verdad, por donde llegar a mi soledad en medio de la vida. Me tienen acorralado, encerrado, se cuentan por millares los espectadores y me producen pánico los guiños del sol en los trajes de colorines de los toreros, que me hablan, que me empujan, que me enseñan unos trapos rojos a los que acometo sabiendo que no están vivos, que no huelen a nada; pero mi irrefrenable instinto los sigue como si fuera el vientre de un enemigo: No me gusta ser tan tonto como para ir en contra de un trapo, pero no puedo dejar de ser un toro, y un toro importunado tiene que acometer, aunque sea a un trapajo, como los humanos políticos han de contestar a sus enemigos y entrar al trapo en cosas que no les van, entre otras la pureza de su madre. Los toreros me provocan llamándome ¡hijo de puta! con sus trapos rojos.

El torero se perfila con su espada de verdad, la que tiene peso. Sé que va a por mí como aquel grandote de mi hermano mayor en una mala tarde de moscas cojoneras. La misma mirada de la muerte. Y sé que ese tío me va a matar, que lo soñé en mis noches veraniegas, cuando despertaba sudoroso y bufaba de miedo. Los terrores nocturnos también son el futuro, y el futuro pocas veces se presenta con las cosas que nos gustan. Pocas hembras monté y si lo hice fue cuando nos agrupaban en los apartados y aprovechábamos el pánico de ellas para subirnos furtivamente a sus lomos. Me moriré sin gozarlas y nadie sabe mejor que un toro la dulzura que emana de los cuartos traseros de una vaca, que largamente aspiran embelesados nuestros afortunados toros viejos de seis o más años. Olor tan vasto como el campo de mi dehesa, como el verde prado lleno de yerbas, para recordar luego, para rumiar pacíficamente los recuerdos amorosos.

La libertad se vive y también se recuerda en libertad. La Libertad es la Alegría y así lo tuvo que decir Schiller en su himno azuzado por la censura. Por tanto, menos Alegría y menos Fiesta, ¡dame la auténtica Libertad, déjame Ser!

José María Torres Morenilla

Introducción

“La vida de todo hombre es un camino hacia sí mismo, la tentativa de un camino, la huella de un sendero”

Hermann Hesse

El título de este libro se lo debo a un grafitero. ¿O era una grafitera? *¡Quiéreme libre, déjame ser!* Dos frases contundentes, escritas bien visibles en una calle céntrica de Madrid. Estaba a punto de estallar la primavera. Una cabeza femenina, pintada en la fachada de una casa como un cómic, “gritaba” a todo pulmón este deseo. Como si ya no aguantara la prisión que podría haberle supuesto el largo y frío invierno que ya terminaba. Tal vez el largo y oscuro invierno de los últimos meses o años de una relación de pareja.

Podría haber sido una cabeza masculina, ya que se atribuye más a los hombres la lucha por conseguir la libertad absoluta, por liberarse de compromisos familiares y de tareas rutinarias. Como si la vida girase alrededor de un ideal inalcanzable: la libertad en lo alto de la cima de una montaña que nunca se acabaría de escalar. Muchos se traicionan en el camino, tal vez porque temen la auténtica libertad. Y los pocos que llegan a la cima se dan cuenta de que la auténtica libertad consiste en elegir con quién compartirla y no en convertirse en misántropos eremitas o misóginos resentidos.

Por otro lado, podrían ser las mujeres las que necesitarían ser ellas mismas, totalmente ellas, por encima del deseo y de las proyecciones de sus respectivos padres y madres. Más allá de las expectativas y necesidades de sus parejas. Ser sin tener que traicionar lo que sienten en el fondo de sí mismas para conseguir ser aceptadas, deseadas y queridas. Un precio demasiado alto por el que acaban pagando una elevada factura.

Pero hoy día las fronteras y los límites entre hombres y mujeres se desdibujan en muchas áreas de la vida, y también en estas dos importantes cuestiones de la libertad y del ser. O del ser en libertad. Ya se sea hombre o mujer, el verdadero amor no se pide, se da. Y la libertad no se mendiga, se ejerce. Quien pide amor está estableciendo en el fondo un contrato de intercambio de necesidades. No está compartiéndose de antemano desde un estado de abundancia. Y el estado de carencia y necesidad es todo lo contrario del estado de amor. Ese estado que se caracteriza por el desbordamiento continuo que rezuma energía, alegría, entusiasmo y armonía por los cuatro costados. Y casi todos

conocemos esos momentos amorosos, que a veces tiene que ver con el enamorarnos de una persona sobre la que proyectamos el conjunto de todas las cualidades y bondades. En otras ocasiones, no es estrictamente un enamoramiento, sino un estado de plenitud amorosa sin objeto definido: la sonrisa de un bebé, una puesta de sol, el gorjeo de los pájaros en un amanecer otoñal...

Por ello, estuve a punto de cambiar el título de este libro. De la tesis inicial, pasé a la antítesis: *Quiéreme libre tal como soy*. Y de la antítesis a la síntesis: *Te quiero libre tal como eres*. Pero ello suponía saltar etapas, llegar a la conclusión antes de exponer la cuestión, cerrar el proceso antes de llevarlo a cabo, llegar a la meta sin haber dado un paso para pasar la línea de salida. Así, que vuelvo al punto de partida, dejando esta petición en forma de grito *¡quíereme libre, déjame ser!* como una posición ante la vida, ante la vida en pareja, pero que podría entenderse como un derecho en cualquier tipo de relación familiar o de cualquier clase.

Personalmente crecí en una familia de ocho hombres y cuatro mujeres: mi padre, seis hermanos y yo; mi madre y tres hermanas. Cuando nací, todas las pautas familiares estaban ya establecidas, pues fui el sexto. El mundo, el universo entero, era coherente dentro de una visión familiar unívoca. En ella quedaban integrados de alguna manera los sistemas familiares de la rama paterna –castellana de pura cepa– y de la rama materna –mezcla de valores chinos, filipinos y aragoneses–. Tal vez, el punto de unión de tan variopintos antecedentes y de tan diferentes ancestros fuera, durante mucho tiempo, la fe y la moral católicas firmemente enraizadas en mis abuelos, tíos y tías y en mis propios padres. Eran otros tiempos y la fe movía montañas. Las montañas psicológicas, económicas y sociales que separan hoy a muchas familias en un mundo globalizado, que ofrece teóricamente la satisfacción de todos los deseos al alcance de todo el mundo. La felicidad total casi instantánea, siempre que se paguen al menos cuatro precios: el mantener una fe inquebrantable en las leyes del mercado de la libre competencia; apostar por la ilusión de que existe realmente la igualdad de oportunidades para cualquiera; perseverar sin descanso en el consumo de bienes fácilmente alcanzables; no desfallecer en el esfuerzo continuado de “producir”: en realidad, vender horas de vida laboral para comprar horas de vida de ocio, mientras aumentan los beneficios de las multinacionales. Y en el centro del sistema, la pareja o la familia como estructuras de cohesión social y unidades de consumo.

Pero de nuevo, la introducción nos devuelve a lo que debía ser conclusión y epílogo. Así es la vida, un deambular, un ir y venir, un subir y bajar dentro de esa inasible ley que llaman del eterno retorno.

El caso es que, siendo mayoría de hombres en mi familia de origen, paradójicamente se estableció muy pronto un auténtico matriarcado. Mi abuela materna marcó su impronta durante la primera generación de hermanos. De hecho, yo fui el primero que nació fuera de su casa. Después, mi madre tuvo que coger el toro por los cuernos y empezar a gestionar una verdadera economía de escasez, dentro de una economía de guerra y posguerra: un marido que trabajaba mañana y tarde, y muchas veces de noche,

como catedrático oficial, profesor de academia privada y escritor. Y como la economía mueve todo el resto, según la concepción marxista del mundo, pues mi madre también estableció las leyes del hogar y de la convivencia: los horarios, las comidas, el reparto de tareas domésticas entre hermanos y hermanas, lo permitido y lo prohibido, las relaciones con otras familias y con los compañeros del colegio. Y al ser sólo tres hijas, la primogénita, la de en medio y la menor, éstas siempre tuvieron una preferencia emocional, aunque no ventajas materiales, por aquello de que se suele apreciar más lo escaso que lo abundante. Así que el complejo de Edipo y el complejo de Electra estaban bien servidos. Seguro que hubiéramos servido como caso de estudio de psicólogos freudianos ortodoxos.

¿Y qué tiene que ver todo esto con el contenido de este libro? Alto y claro: mi interés desde pequeño por desvelar los secretos del alma humana. Sobre todo del alma humana en relación. ¿Cómo es convivir en una pequeña tribu de doce personas día a día? ¿Cómo se establecen las identidades individuales y cómo se forma el carácter? ¿Qué facilita y qué dificulta la convivencia? ¿Qué es ser hombre y qué es ser mujer en una familia socialmente atípica, pero culturalmente integrada y psicológicamente funcional según los cánones oficiales? ¿Cómo es salir del matriarcado sin caer en el viejo patriarcado? Ya con cuatro años me sentía observador de mi alrededor, algo retraído, tímido al extremo y, poco a poco, con aficiones “raras”: prefería recoger piedras e investigar sus tripas en lugar de jugar al fútbol; disfrutaba más haciendo una colección de hojas secas que ir al cine; buscaba los arrebatos místicos en las iglesias o en la montaña en vez de participar en los juegos, travesuras y peleas típicas de la infancia.

Y a propósito de peleas, no me gustaba nada competir con mis hermanos cuando nuestra madre nos ponía a combatir de dos en dos, en plan boxeo, para “hacernos fuertes”. Y si no se sabe, no se puede o no se quiere competir físicamente, pero el entorno le fuerza a uno a hacerlo, se buscan otros medios: sobresalir en estudios, aplicación, obediencia, espíritu de sacrificio o, como se llamaba en aquella época, en “santidad”. Pero el mundo, incluso el opresivo mundo del nacionalcatolicismo de la dictadura franquista, tampoco premiaba realmente todos estos valores, salvo que se eligiera la vía del monasterio o del seminario. Y en estos casos, también se obtenía poder. Quizá uno de los más elevados poderes de la época: el mantenimiento de la moral individual y social. Tampoco elegí esta vía, así que sólo encontré la opción de integrarme aparentemente en el sistema educativo, pero considerándome un marginal. Y una de las ventajas de cualquier marginal, si no se convierte en un rebelde sin causa, es que permite una gran distancia emocional para desentrañar los mitos y las trampas de cualquier sistema, de cualquier estructura, y de todo tipo de relación no basada en la autenticidad. Para desvelar contradicciones, encontrar nuevos recursos a viejos problemas y recorrer caminos no trillados.

En este libro aludo a los movimientos de hombres surgidos de la desorientación masculina ante los rápidos cambios producidos en las últimas décadas. En parte, producido por las investigaciones y los avances del movimiento feminista en su largo

camino hacia la emancipación de la mujer y de su equiparación con los hombres en dignidad y derechos. Y las preguntas surgen inmediatamente: ¿qué es ser hombre hoy día y cómo puede una mujer incorporarse al mundo laboral o de la política sin dejar de ser ella misma? Al ir profundizando, la consecuencia natural es poner en cuestión, entre otras creencias, la de que existe una sola masculinidad y una sola feminidad o la de que las cualidades masculinas son exclusivas de los hombres y las femeninas de las mujeres. Estas atribuciones más bien parecen construcciones sociales a lo largo de la historia, dependiendo de las visiones del mundo de cada civilización y de cada cultura. Ser hombre o ser mujer, más allá del hecho biológico, quizá tenga que ver más con la distribución de roles y la educación para que éstos sean aceptados conforme a ciertos paradigmas, que a algo inmutable. Simplificando: el macho nace y el hombre se hace; la hembra nace y la mujer se hace. Y en un mundo cada vez más interdependiente y acelerado, es normal que se produzcan choques ideológicos y conflictos individuales, pues lo que está en crisis es la relación entre hombres y mujeres basada en los roles tradicionales.

Naturalmente, no es posible hablar de hombres y de mujeres sin que surja inmediatamente el asunto de estar o no estar en pareja y de las dificultades que conlleva. En este libro, invitamos a mujeres y hombres a ir al fondo, a trascender barreras, corporales, emocionales y mentales, para poder adentrarnos en otras regiones del alma a la que rara vez aluden los estudios de género: la mitología, los arquetipos, los ancestros, los sueños colectivos, los dominios transpersonales y la pareja como vía espiritual.

Las mujeres ganarían queriendo a los hombres libres. Los hombres ganaríamos dejando ser a las mujeres. Todos saldríamos beneficiados, porque todos nos permitiríamos SER y ser LIBRES. Y el verdadero Ser sólo se construye en libertad, lo mismo que el amor auténtico sólo puede florecer entre seres libres.

1

El patriarca herido o ¿qué pasa hoy con los hombres?

*“... Y si mientras el otoño avanza y se oscurece,
siento el dolor de las hojas que caen...
debo saber que aún estoy
en manos de un Dios desconocido,
y él me está infringiendo su propio olvido,
para llevarme luego a un nuevo amanecer,
a ser un hombre nuevo”.*

(D.H. Lawrence)[\[1\]](#)

Estos versos, escritos a principios del siglo pasado, por uno de los mejores escritores ingleses de su generación, describen casi proféticamente el desarraigo que sienten hoy día muchos hombres. Hombres que se ven expuestos al desmoronamiento de todos los esquemas en los que fueron educados y que se sienten presionados por fuerzas contradictorias y opuestas. Por otro lado, una minoría vislumbra y trabaja por llegar a ese “nuevo amanecer” y contemplarlo con los ojos de un hombre nuevo. Un hombre nuevo que se haya liberado de los dogmas y de las actitudes de un mundo patriarcal en decadencia.

Sí, el patriarcado ha empezado definitivamente a declinar. En *La agonía del patriarcado*[\[2\]](#), Claudio Naranjo, uno de los más conocidos investigadores de la conciencia, pone el dedo en la llaga al afirmar que el mal de la civilización no es solo el tradicional predominio de los hombres sobre las mujeres, (al menos en la esfera pública, porque el “poder emocional” y “sentimental” en la esfera privada ha sido más de las mujeres), sino fundamentalmente la mente patriarcal. La califica de virus que ha contagiado a hombres mujeres y niños, y que consiste en una pasión por la autoridad, la violencia, la voracidad y el individualismo feroz. Y lo más relevante –y en esto coincido

totalmente— es que no se trata de hombres patriarcales luchando contra mujeres matriarcales o feministas. La batalla está en otro lado: mujeres y hombres que se han percatado de esto luchan contra este virus en su interior, y en las relaciones entre sí y con el mundo. Intentan desterrar un paradigma carcomido por este virus, que destruye paulatinamente lo poco que queda de cooperación, solidaridad y compasión. Sin compasión ni solidaridad es imposible entrar en contacto con la esencia, con una identidad más amplia y profunda. Y este mirar hacia adentro es lo que trata de impedir este mundo moderno manipulado con todas las distracciones a su alcance: publicidad y consumo, nuevos artilugios tecnológicos que aparecen cada día, falsas promesas de felicidad instantánea, discursos políticos basados en el miedo al vecino, al futuro, a la libertad de decidir y actuar sin intermediarios, exceso de informaciones banales que impiden la reflexión. Espectáculo y ruido... mucho ruido que ensordece, para convertirnos en autistas incapaces de escuchar los pocos mensajes válidos que podrían colarse en medio del estruendo. Y parte del estruendo consiste en poner el énfasis en la punta del iceberg: violencia de género, lenguaje políticamente correcto y políticas de igualdad. Es necesario profundizar, y no sólo desde una perspectiva histórica, económica, legislativa y social. Porque los auténticos cambios de paradigma se hacen fundamentalmente desde el interior. Con un cambio de conciencia que genera un cambio en la acción.

El patriarcado, la mente patriarcal, está simplemente en crisis por no ser ya sostenible; por habernos sencillamente conducido a la actual encrucijada: agotamiento de los recursos por explotación de la naturaleza; guerras permanentes basadas en la codicia; amenaza siempre pendiente sobre nuestras cabezas de una catástrofe nuclear; sucesivas crisis económicas pagadas siempre por los de abajo, mientras Bancos y grandes empresas acaban recuperando sus beneficios con el apoyo incondicional de los Estados y sus respectivos gobiernos. Sin embargo y paradójicamente, los coletazos de esta mente-virus son todavía demasiado visibles en el incremento de la violencia, y no sólo la mal llamada “violencia de género”, que es una de sus manifestaciones más irracionales. Tan irracional al menos, como la explotación infantil, laboral y sexual, o la perpetuación del hambre, a pesar de la cantidad de excedentes alimentarios que se producen a diario, o el progresivo empobrecimiento de enormes sectores de la población mundial. Y todo ello está relacionado.

Pero este no es un capítulo de sociología política ni de historia. Se trata de conectar las causas y las consecuencias globales de nuestras visiones y conductas en relación al género. ¿Cuál es nuestra verdadera antropología cultural respecto a las relaciones de género? ¿Cuáles son nuestros mitos, nuestras creencias no explicitadas, las raíces profundas de nuestra visión al respecto? Todos hemos leído cuentos clásicos de héroes y princesas o hemos visto películas infantiles. Y los que no lo hayan hecho, ¿cómo pueden sustraerse a los valores culturales de su tiempo y su civilización, arraigados en el inconsciente profundo de sus padres y abuelos, y que flotan en el aire como esas minúsculas partículas que sólo se ven si se entornan los ojos?

A pesar de los supuestos avances culturales, no acaban todavía de caer los viejos arquetipos del joven héroe que ha de salvar a la doncella, y del príncipe azul al que ésta espera y que acaba coronado como rey y patriarca. Pero resulta que la heroicidad de llevar un sueldo a casa todos los meses se convierte en algo banal y rutinario, aunque no por ello menos dificultoso en tiempos de crisis, y que los jóvenes príncipes envejecen y su sangre es roja como la del común de los mortales. Y, para colmo, ellas también cazan las perdices –aportan dinero al hogar– y ellos tienen que guisarlas por turnos y fregar los platos. Y los felices amantes de los cuentos de hadas se cansan de comer todos los días perdices y empieza entonces la verdadera vida, la que no se cuenta en ningún cuento clásico. Y también las discusiones y los conflictos. Y después la frustración y muchas veces las separaciones y los procesos judiciales.

Durante mi infancia, sólo conocí a una divorciada. Era para mí una dama joven y hermosa, que convivía con su amante, que a veces me llevaba amablemente en moto si me encontraba por la calle e íbamos en la misma dirección. Sin embargo, los vecinos la saludaban con circunspección, como si padeciera una enfermedad contagiosa, y a él le llamaban “el bicho”, como si fuese poco menos que un réprobo seductor de menores. Hoy día, es difícil no conocer centenares de parejas separadas: familiares, vecinos, políticos y famosos televisivos. Sólo en España, se producen unos 100.000 divorcios al año y 7.000 separaciones. Pero ha sido la última crisis económica la que parece haber hecho descender el número. En el año 2.000, por ejemplo, se habían producido 140.000 y 40.000, respectivamente. Así que la economía parece seguir mandando en algo tan personal y aparentemente tan romántico como la pareja. Y claramente el “patriarca” pierde poder, cuando el sostenimiento económico de la familia se hace a medias. De hecho, como bien afirma Celia Amorós, catedrática de filosofía y abanderada de un nuevo feminismo de la igualdad, *“el trabajo de los varones se ha feminizado sin que el de las mujeres se haya masculinizado, en el sentido de conferir autonomía y todo lo que ella implicaba... Se ha facilitado la incorporación de las mujeres al trabajo remunerado, pero en el contexto de las políticas neoliberales de reducir los costes al mínimo”*.[\[3\]](#)

Volviendo a nuestra metáfora, el rey patriarca ya no concede la mano de nadie, porque afortunadamente las “princesas” de hoy día no piden permiso para casarse y ellos se convierten rápidamente en abuelos prejubilados, con menos poder adquisitivo, cuya única función social parece verse reducida a repartirse con las abuelas-reinas el cuidado de los nietos. Y además, como se prima la energía de la juventud sobre la experiencia de la madurez, la gomina yupy sobre las canas, y los nuevos conocimientos tecnológicos sobre las antiguas “batallitas”, claramente los jóvenes príncipes se encuentran perdidos con tanto falso poder adquirido en tan poco tiempo.

Falso poder, porque los pocos jóvenes que se emancipan antes de los treinta años, se casan y tienen hijos suelen necesitar el sueldo de ellas para mantener el hogar. Y esto se va extendiendo con independencia de la edad. Un hogar en el que normalmente sus parejas decidirán casi todo de acuerdo con lo aprendido en su familia de origen. La vida

adulta empieza entonces y no acaba, como en los cuentos, cuando se casan después de pasar múltiples aventuras modernas: encontrar la mujer de sus sueños y, a su vez, ser seleccionado o elegido por ella; estudiar una carrera o formarse profesionalmente o, lo que es más difícil aún, encontrar un trabajo con una formación básica; independizarse de su familia; afrontar los gastos crecientes del alquiler o de la hipoteca; satisfacer en todo las necesidades, reales y artificiales, de sus hijos... Y es entonces cuando, de repente, pasan de ser hijos a ser adultos de verdad, y aun así muchos seguirán dependiendo emocionalmente de sus madres, sobre todo si quedaron huérfanos de padre a una corta edad, si fueron hijos únicos o, simplemente, si la madre es muy dependiente o no encuentra en su marido el apoyo que necesita, y los convierte en “maridos sustitutos”. Su verdadera mujer se quejará, con mayor o menor razón, de que su “príncipe” está dividido entre ella y la suegra.

Todo lo anterior puede parecer simplificaciones o generalizaciones, pero es parte de lo que encuentro entre las parejas que vienen a la consulta a demostrar que uno de los dos tiene razón, a justificar los motivos de la separación, a desbloquear un proceso de comunicación en el que siempre se llega al mismo punto de repetición, incompreensión y parálisis, o a profundizar en lo que ocurre por debajo de la superficie de las palabras y de los gestos. A veces, incluso a todo esto al mismo tiempo. Y también pueden constatare las mismas dificultades de relación entre familiares, vecinos, amigos, aunque no acudan a ningún profesional, terapeuta o mediador, porque se separan solitos, resuelven sus diferencias provisionalmente, aceptan la repetición del conflicto como parte del contrato de vivir juntos, llegan a pactos en donde uno de los dos pierde más, o simplemente tienen la paciencia y la madurez de resolver los conflictos que conlleva cualquier tipo de relación, y que son amplificados y agravados cuando la relación comporta compromiso emocional, intimidad sexual, convivencia, relaciones con la familia política y, en muchísimos casos, hijos.

Y resulta que los actuales hijos son educados en algunos aspectos básicos como fuimos educados nosotros. Aunque se reconozca en teoría la igualdad de derechos y obligaciones de mujeres y hombres, se sigue poniendo el énfasis de la identidad de género en la diferenciación cultural. A un niño, muchos abuelos, bastantes padres y los compañeros le harán saber que es niño si hace lo contrario de lo que hacen las niñas. Su identidad futura de varón se basará en no vestirse del mismo modo, no hablar como ellas ni de los mismos temas, no interesarse en los mismos juegos y, sobre todo, mantener apariencia y formas “masculinas”, ser duro, no mostrar vulnerabilidad ni forma alguna de “amaneramiento”. Sobre todo a partir de la preadolescencia.

Más adelante, su pareja le exigirá “llevar los pantalones” cara a la sociedad, aunque en el hogar mande ella. Le pedirá que sea fuerte y tierno, que exprese sus emociones. Le exigirá que sepa escuchar sin tener que dar consejos y que pueda conmoverse por alguna pena susurrada, sin que tenga inmediatamente que poner el parche. Y a fuerza de intentar ser un buen amante, un buen marido, una buena pareja, se convierte en lo que Jung reprochó hace ya un siglo a los hombres americanos: se habían convertido en buenos

hijos de sus parejas. Competían laboralmente en el mundo exterior y en ese mundo hacían sus guerras, pero se comportaban como corderitos dentro del hogar.

Muchos de los hijos de esos “corderitos” redoblaron la apuesta al rechazar en los años 60 la guerra del Vietnam. Si ese era el modelo a seguir, preferían no ser varones adultos y se convirtieron en lo que Robert Bly llamó “varones suaves”, más reflexivos y más tiernos, pero menos libres y más dependientes.[\[4\]](#)

Han pasado desde entonces varias décadas y es ahora cuando puede detectarse claramente en España este fenómeno más estudiado desde hace tiempo en países anglosajones. En las sesiones individuales de terapia y en los grupos de hombres, un porcentaje significativo son hombres “buenitos”, pero dependientes. Algunos, dependientes todavía de sus madres y otros de sus parejas; con frecuencia, de ambas, con el lógico reforzamiento del conflicto: la necesidad de contentar a dos mujeres a las que se encuentra unido por un cordón umbilical simbólicamente similar.

A pesar de meritorios intentos de personas y grupos aislados, seguimos con años de retraso en todo lo que concierne a la implantación de movimientos, terapias y vías espirituales respecto a muchos otros países. En España se recuerda como uno de los primeros ensayos sobre la masculinidad “*La alienación del varón*”, de JV Marqués[\[5\]](#), publicado en 1979. En esas mismas fechas, participaba yo en mi primer encuentro para hombres en Nueva Zelanda. Nos reunimos un pequeño grupo, que no nos conocíamos entre nosotros, en una casa de campo durante varios días. Ya me sorprendió el que la propuesta incluyera un ayuno casi total, sólo interrumpido por agua con melaza e infusiones con miel. La energía de hombres encerrados y comunicando sobre lo divino y lo humano iba armonizándose en el transcurso de las horas. La mente ralentizando sus ondas. Ninguna discusión empecinada; escucha respetuosa y atenta; ausencia de juicios y pocos consejos. Toda una revelación en aquella época. Faltaban treinta años para la expansión de la psicología humanista y de los talleres de desarrollo personal que hoy en día son tan frecuentes. Acabamos con una sauna ritual, o *inipi*, en una cabaña construida junto al río. Al amanecer, cuando los primeros rayos de sol tocaron el agua, nos sumergimos en la corriente helada. Experimenté una especie de energetización corporal cercana al éxtasis. La fuerza masculina en todo su vigor, creativa, solidaria y festiva.

A mi regreso a España en 1981, intenté compartir parte de mi experiencia. Sólo conseguí contribuir a extender los *inipis*. Respecto a organizar algún encuentro residencial de hombres, no encontré el clima adecuado. A principios de la década de los 80, cualquier encuentro de hombres era sospechoso de ser un encuentro sólo para gays. Durante los últimos treinta años, han surgido aquí y allá grupos aislados y diversos, de índole terapéutico, académico o político, cuya duración media no ha superado los dos años. También se han organizado jornadas, cursillos, conferencias y se han formado algunas asociaciones, pero generalmente sin contacto entre sí y sin tener en cuenta los trabajos y avances realizados por los demás. Y, por fin, ya pueden leerse ensayos, unos más sensatos que otros, sobre los hombres, la masculinidad, su posición en la sociedad

en función de su género, pero siempre a la zaga de los estudios más o menos feministas sobre las mujeres, que también han sido pioneras en crear asociaciones, círculos de investigación o amistad y multitud de talleres centrados en el desarrollo interior y el objetivo de encontrar dentro de sí la plenitud: su parte femenina y masculina, *anima* y *animus*, *ying* y *yang*.

A pesar de todo, ha transcurrido el tiempo suficiente para poder diferenciar, como en el resto del mundo, diferentes corrientes dentro del movimiento de hombres. El movimiento de objeción de conciencia al servicio militar obligatorio podría considerarse el antecedente de todas ellas. Y no porque los objetores se diesen cuenta de actuar como hombres en una problemática exclusivamente masculina en aquella época, sino porque estaban poniendo en cuestión una de las bases históricas de dominación masculina: los ejércitos y las guerras tradicionales.

Los profeministas se centran, junto a las mujeres feministas, en la igualdad y luchan contra de la violencia de género. Pero una corriente radical asume las tesis más extremistas de algunas de las tendencias del movimiento feminista, que considera al varón como un violador en potencia y sin remedio. Los profeministas “liberales”, se sienten iguales, pero asumen la culpa histórica de la explotación de las sociedades patriarcales a lo largo de los siglos y asumen una asimetría histórica: ahora les tocaría poco a poco la parte peor. Paradójicamente, algunos han acabado en los tribunales acusados de violencia de género.

En el extremo opuesto, han surgido asociaciones en defensa del varón. Algunas quieren defender el *statu quo*, los viejos privilegios, que nada se mueva o, en último caso, que se mueva hacia la recuperación de los poderes perdidos. Otras asociaciones se limitan a protegerse de los abusos de las leyes incompletas y mal aplicadas sobre igualdad de género. Muchos hombres se consideran perjudicados en los derechos de visita a los hijos, o en la partición de bienes, cuando no son acusados en falso por sus ex parejas y pierden la patria potestad, con el grave perjuicio para los hijos que sufren, en muchos casos, el síndrome de alienación parental, sobre el que volveremos más adelante. De aquí las asociaciones de padres separados.

En medio, se encuentran todos los talleres y grupos informales de apoyo mutuo, liberación emocional y desarrollo del propio potencial personal, centrados en desarrollar el “ánima” o parte sensible, intuitiva, artística y nutritiva de todo ser humano.

Pero lo que más dio que hablar durante una época fue el movimiento mítico-poético basado fundamentalmente en redescubrir la parte primitiva, genuinamente masculina, y en inventar nuevos ritos de paso o iniciación para llegar a ser un auténtico hombre adulto mental, emocional y espiritualmente.

Una quinta corriente que se integraría en la cuarta fase de la psicología, la transpersonal, no estaría centrada sólo en el desarrollo individual ni tampoco en el social o el político, sino en los tres al mismo tiempo. En el intento de crear un nuevo arquetipo, tras la muerte del héroe y la caída del patriarca, Allan B. Chinen[6], a través de sus

cuentos para adultos y su interpretación junguiana, propone el Cazador, el Chamán y el Tramposo como nuevos arquetipos que “*personifican una firmeza masculina que evita la guerra, honra lo femenino y reconoce el equilibrio de la naturaleza... El Tramposo acentúa la curación en lugar del heroísmo, la comunicación en lugar de la conquista y la exploración sobre la explotación*”.

El “patriarca” está herido de muerte, aunque su agonía pueda durar todavía unos años. Y su ocaso definitivo, cuando quede sin razones y sin razón, se producirá en el momento en el que se multipliquen los espacios en donde los hombres podamos no competir entre nosotros, encontrar una auténtica fraternidad entre iguales, trabajarnos nuestra sombra y recuperar la parte que podamos proyectar sobre las mujeres, recobrar la auténtica energía masculina perdida y reflexionar sobre las acciones individuales y colectivas que puedan contribuir a la paz y a la justicia entre hombres y mujeres y en el mundo.

[1]. *Last Poems*, 1932, traducción del autor.

[2]. Kairós, Barcelona, 1993.

[3]. AMORÓS, Celia, “El sexo de la crisis”, Babelia, El País, 18-09-2010. Entre sus libros: *Hacia una crítica de la razón patriarcal*, Barcelona, Anthropos, 1985, 1991.

[4]. IRON, John. *La primera respuesta no machista al feminismo*, Plaza y Janés, Barcelona, 1992.

[5]. Revista *El Viejo Topo*, 1979.

[6]. *Más allá del héroe*, Kairós, Barcelona, 1997, p. 20.

2

Lo femenino y lo masculino plural. Aceptar las diferencias para evitar la desigualdad

*“Conocer el principio masculino
y permanecer en la virtud amorosa de lo femenino
es convertirse en el cauce al que todos los ríos confluyen.
Ser corriente de vida del universo significa
caminar por el sendero de la virtud sin desviarse
y regresar a la inocencia original”.*

(Tao Te Ching, capítulo 28)[\[1\]](#)

En la búsqueda de la justicia, del equilibrio, de la igualdad en derechos de hombres y mujeres se olvidan las diferencias biológicas, así como la diferente evolución de la actividad cerebral, debida entre otros factores a milenios de hábitos en el reparto de tareas.

No integran su aspecto masculino las mujeres por el simple hecho de hacerse militares o bomberos. Ni siquiera por ejercer puestos de poder político o económico. Si pensamos en antiguas primeras ministras como Golda Meir, en Israel, que movilizó a todos los reservistas en la Guerra de Yom Kipur contra la coalición de países árabes, o Margaret Thatcher en Gran Bretaña, responsable de la Guerra de las Malvinas contra Argentina, seguramente no nos llega la imagen de mujeres tomando decisiones políticas con un plus de diplomacia, de intuición o de sexto sentido, sino la de halcones de la política, que actuaron como hubiera actuado cualquier ministro-hombre, o incluso con más dureza. Son sólo ejemplos extremos de mujeres que parecen renunciar a sus cualidades femeninas, traicionarse a sí mismas y a todo su género, haciéndose eficaces ejecutivas de la mente patriarcal.

No integran sus cualidades femeninas los hombres por volverse blandos y emotivos, consentidores con los hijos y sumisos hijos de sus parejas. Cuando Jung hablaba de

anima, se refería a otra cosa. Al principio, se refería a los aspectos femeninos inconscientes de cualquier hombre. Igualmente *animus* estaba constituido por los aspectos masculinos inconscientes de toda mujer. Posteriormente, los definió como arquetipos, o conjunto de impresiones producidas por las mujeres a lo largo de los siglos en un hombre (*anima*) y las producidas por los hombres en la mujer (*animus*). Si no se hace consciente, suele proyectarse de forma positiva en la persona amada o de forma negativa, como padre autoritario o madre castradora, por poner dos ejemplos clásicos. El proceso de individuación conduciría a un equilibrio entre actividad dirigida hacia una meta y flexibilidad, racionalidad e intuición, ternura y firmeza, agresividad y acogida, mantenimiento de la tarea y nutrición, tanto en hombres como en mujeres. Pero las cualidades atribuidas tradicionalmente a lo masculino y a lo femenino podrían ser intercambiables: el conocimiento, la acción, la transformación se atribuyen a lo masculino; la receptividad, la persistencia, el silencio se consideran cualidades de lo femenino. ¿Pero acaso el máximo conocimiento, transformación y acción no es el alumbramiento de una nueva vida? ¿No es el parto el acto de creación por excelencia? Por otro lado, ¿no se atribuye hoy día el silencio y la persistencia más a los hombres?

Sin embargo, en la cultura occidental se ha menospreciado tradicionalmente todo lo femenino en los hombres y los aspectos masculinos en la mujer. Y a veces, a lo largo de la historia, con prohibiciones tajantes y castigos rigurosos, sobre todo en todo lo concerniente a la sexualidad o a la simple forma de vestir. Son muchas, por tanto, las expresiones que hay que volver a definir en un tema tan delicado como el de la identidad de género y las relaciones entre mujeres y hombres. Por mucho que un autor o una autora intentemos ser objetivos y situarnos por encima de nuestra condición de hombre o mujer, siempre correremos el riesgo de no poder ponernos completamente en los zapatos del “otro”, de perder algún ángulo de visión. Especialmente cuando tocamos fibras tan sensibles como la propia identidad, las relaciones de intimidad con la pareja, el amor, la sexualidad, los hábitos cotidianos de convivencia en el hogar o la educación de los hijos.

Parte del problema consiste en confundir lo cultural, lo psicológico y lo biológico. Uno nace macho o hembra, pero se hace hombre o mujer a lo largo de un proceso de socialización, educación, asimilación y diferenciación. También de opciones y elecciones personales en cuanto a orientación sexual, elección de roles y procesos de evolución y desarrollo personales. Ya en el siglo pasado, John Money, investigador y sexólogo neozelandés, afincado en Estados Unidos, fue uno de los pioneros en los estudios llamados de género, al trasladar este término de las ciencias del lenguaje a la medicina y la psicología. Así empezó a debatirse la diferencia entre sexo, sexualidad, identificación subjetiva, asignación social, y rol, todas ellas cuestiones sobre las que existen posiciones enconadas, que tienen que ver más con el seguimiento de dogmas de las diferentes escuelas, posiciones ideológicas y tomas de partido políticas que con la observación pura y llana de los hechos. Como afirma la psicoanalista Emilce Dio Bleichmar, *"estamos ante un concepto que se opone a la tenacidad de la concepción dual cuerpo-mente que gobierna las teorías sobre el hombre y la mujer"*, poniendo de manifiesto la sobrecarga ideológica, emocional y política que ha imperado sobre todo lo relacionado con la

sexualidad.[2] Igualmente mete el dedo en la llaga, cuando afirma que la cuestión del género es ineludible cuando se estudia el mundo subjetivo, de las motivaciones y de las relaciones entre sujetos.

El expresivo título del ya clásico *"Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus"*[3], se centra en las marcadas diferencias psicológicas entre hombres y mujeres, que explican muy bien los malentendidos frecuentes en las interacciones cotidianas: la mujer que cuenta un problema, simplemente para desahogarse y el hombre que inmediatamente quiere solucionarlo, en lugar de escuchar. El hombre que se siente minusvalorado por recibir un consejo no pedido y se retira a su cueva; la mujer que se siente abandonada por esta momentánea retirada...

O el clásico malentendido entre dos formas de comunicar: un matrimonio está en el coche a la salida del trabajo un día entre semana:

Ella: –¿Te apetecería ir al cine esta noche?

Él: –¿Qué día es hoy?

Ella: –Miércoles.

Él: Prefiero quedarme en casa.

Cuando llegan a la casa, él enciende el televisor y se pone a leer el periódico, a la espera de la retransmisión del partido de fútbol, mientras ella se agita de un lado a otro, abre y cierra varias puertas ruidosamente, se pone a ordenar la cocina haciéndose notar.

Él: –¿Te pasa algo, cariño?

Ella: –Eres un egoísta. Te pido que me lleves al cine y te pones a ver la televisión.

Él: –¿Cuándo me has pedido que te lleve al cine?

Ella: –Hace media hora en el coche...

Fin de la conversación.

Obviamente ella ha hecho una sugerencia no explícita. Él ha respondido literalmente a la pregunta. ¿Lenguaje venusiano y lenguaje marciano? ¿Dos formas de comunicar o dos formas de perpetuar el conflicto por no aprender la lengua emocional del otro?

El escritor Wolfgang Schmidbrauer trata con más detalle las diferencias más profundas de formas de pensar, sentir y expresarse en su obra *¡Tú no me entiendes! La semántica de los sexos*[4]. A pesar de ser psicoanalista, el autor pone en cuestión algunos de los postulados de Freud, que llegó a confesar que no había logrado averiguar finalmente qué desean realmente las mujeres. Ignoro si el “abuelo” de la psicología actual había leído la leyenda medieval sobre el matrimonio de sir Gawain y lady Ragnell o no le convenció la respuesta al enigma planteado por el malvado Gromer al rey Arturo: *"¿Qué es lo que ante todo más desean las mujeres?"*. Sin ayuda de su sobrino y de su futura esposa, protagonistas de la historia, el rey nunca hubiera podido responder: *"Lo que una mujer desea sobre todo es el poder de independencia soberana, el derecho de ejercer su propia y libre voluntad"*. [5] Y esta afirmación trasciende lo que siempre afirmó Lacan de

que las mujeres fundamentalmente querían ser deseadas, por encima de ser conocidas y amadas. Y a pesar de esta afirmación con tintes misóginos, parte del movimiento feminista le eligió como abanderado de su causa, frente al denostado “falicismo” de Freud.

Estudios más recientes apuntan a una lentísima evolución de los hemisferios cerebrales masculino y femenino, que tendría que ver con siglos y siglos de atribución de roles. Hace años, por ejemplo, se pudo comprobar que un mayor porcentaje de los accidentes de coche laterales eran producidos por hombres, mientras que el mismo porcentaje aproximado de accidentes frontales eran producidos por mujeres. Los investigadores llegaron a la conclusión de que la caza y la guerra, las persecuciones y las huidas repetidas durante milenios habían desarrollado una visión frontal, “de túnel”, en los hombres, en detrimento de su capacidad de visión lateral y circular. Las mujeres, por el contrario, habrían desarrollado más una visión circular, pero no frontal, al haberse encargado del mantenimiento del fuego y cuidado de la descendencia, despreocupándose de todo lo que no estuviese a unos metros de distancia.

Es sólo uno de tantos ejemplos de explicaciones más que plausibles para llamar la atención sobre un hecho: gran parte de las dificultades en las relaciones de pareja son debidas al falso supuesto de que, si hay amor, el otro va a responder a nuestras expectativas. Va a reaccionar del mismo modo en que reaccionaríamos nosotros. Va a hablar el mismo lenguaje verbal y corporal al cabo de unos meses. Pero resulta que a medida que van pasando los meses y los años, en lugar de más conocimiento, lo que suele surgir es más extrañeza, incompreensión, frustración y desacuerdos. Si se partiera de la base de que ambos, mujeres y hombres, somos recíprocamente extraterrestres, haríamos el esfuerzo de aprender cuál es la atmósfera de Marte y cuál es la de Venus –o tal vez que se sea capaz de vivir sin atmósfera–; cómo son en esos planetas los amaneceres y las puestas de sol, cómo se comunican los marcianos y las venusianas entre sí. Claro, suponiendo que comuniquen, porque los marcianos comunican poco y mal y, si hay venusianas por medio, entran en una fase ridícula de competencia y competitividad. Y las venusianas suelen tener la tendencia a comunicarse en un mundo telepático en el que todos deberían entenderlas, aunque no manifiesten expresamente sus peticiones, expectativas y deseos.

Cuando se toma conciencia de las diferencias, se puede volver a reconstruir la unidad original. Somos humanos por encima de todo, antes de ser hombre o mujer, rico o pobre, blanco o negro, joven o viejo. Sin embargo, no es posible saltarse las etapas del camino, porque la opresión de mujeres y niños y la violencia de género y sus desigualdades son algo desgraciadamente muy real. Durante todo el siglo XIX y gran parte del XX, se puso el énfasis en la lucha de clases, en las contradicciones del capitalismo y del movimiento obrero, en la oposición Norte contra Sur, el colonialismo y la descolonización, democracias frente a dictaduras, la guerra fría... Pero a finales del siglo XX y transcurrida ya una década del siglo XXI, es imposible negar que todas estas contradicciones y batallas también se dan en el interior de cada persona y que el

patriarcado y la mente patriarcal englobaban todo este conjunto. Pero esto está cambiando, porque la globalización, la extensión de las multinacionales que manejan más presupuestos que los propios Estados, la explosión demográfica, el agotamiento de los recursos y el cambio climático han obligado a poner en su contexto los temas de reflexión y los objetivos políticos.

Siendo hijo de mi tiempo, en 1976 experimenté una de las crisis más profundas de mi vida al constatar, tras años de combate político y exilio por apoyar el restablecimiento de la democracia en España, que el mundo exterior, reflejo de nuestro mundo interno, no cambiaría sólo en la acción, la lucha, las modificaciones legales e institucionales, si no nos enfocábamos al mismo tiempo en una profunda transformación interior. Había sido testigo de las luchas de poder, el rencor, los dogmatismos y la violencia de género que se ejercían dentro del sistema franquista y también en la oposición antifranquista. Necesité tomar distancia temporal y geográfica. Cinco años de vuelta al mundo con una mochila como todo equipaje me aclararon la mente y el corazón. Seguía siendo un hombre raro, pues persistía en mi propósito de contribuir con mi grano de arena al cambio de mi entorno, aportando más sentido común, justicia y solidaridad en el mundo que nos rodea. Y parece una cualidad masculina la tenacidad en la acción, en persecución de una meta. Al mismo tiempo, una excesiva sensibilidad y dolor frente a las miserias humanas me hacían flexibilizar posturas y buscar nuevos caminos constantemente, y todo ello se atribuía más al modo de ser de las mujeres. Mantenía mientras las buenas amistades femeninas y masculinas de la infancia, la juventud y las que había hecho a lo largo del camino, aumentando la gran familia de la amistad fraterna, sustituto de mi familia de origen, donde siempre ha habido solidaridad, pero nula escucha, escasa nutrición y total ausencia de manifestaciones de cariño. Añadido a estas circunstancias, tres lustros sin pareja me incitaron a seguir investigando teórica y prácticamente cómo se relaciona lo masculino y lo femenino dentro de cada persona, con independencia del género, y cómo nos relacionamos hombres y mujeres dentro y fuera de la pareja.

Parte de las convicciones a las que he llegado y de las tesis que presento en este capítulo y en los siguientes forman parte, no sólo de lecturas y formaciones varias, sino sobre todo de mi propia experiencia como terapeuta, facilitador de encuentros de hombres y de talleres mixtos y, sobre todo, de haber vivido en propia carne todas y cada una de las fases de la vida en pareja con sus gozos y sus sombras, primero sin ser padre, y luego como padre de dos hijas.

Como terapeuta, el primer “maltratador” que tuve en consulta era un joven que acudió con un gran complejo de culpa, porque había dado una bofetada a su pareja después de cuatro años de relación. A lo largo de las sesiones resultó ser él también víctima de una mujer algo mayor que él, con más capacidad adquisitiva, mucha más cultura, con un rico mundo de relaciones y propietaria de la casa en que vivían. Él, más inculto, con menos habilidades sociales, de una extracción social más baja, hacía de criado en las fiestas que ella organizaba, mientras ella le descalificaba ante sus amigos. Todo esto no justificaba en absoluto la violencia física, pero ponía en evidencia una

necesidad. Él necesitaba un aprendizaje emocional para establecer límites o romper la relación, sin utilizar lo único que socialmente había aprendido desde pequeño: la violencia física desde la superioridad puramente corporal. Al igual que el protagonista de *La Doncella Rey*[6], su historia no era de heroísmo, sino de fracasos y reparación. Pero le faltaba un largo recorrido interior y, fundamentalmente, poder integrar en su vida los aspectos femeninos, para poder vislumbrar en su pareja el aspecto de éxtasis de lo femenino profundo, sin miedo ni sumisión, con comunicación y sin dominio físico. No se mantuvo mucho tiempo en terapia y desgraciadamente ignoro el final. Intuyo, sin embargo, que su proceso estaba llamado al fracaso con su pareja, si ella al mismo tiempo no miraba su propia sombra y seguía proyectándole su padre, su hermano menor, su historia anterior con otros hombres...

Estos y otros muchos casos son los que me han llevado a la convicción de que la mayoría de los hombres necesitamos un trabajo de introspección, de aprendizaje emocional y de apoyo entre otros hombres, si queremos relacionarnos en plano de igualdad con las mujeres, sin caer en otro tipo de violencia invisible instalada en las parejas, en donde siempre los maltratadores son los demás, los que salen en los periódicos, ni convertirnos en víctimas.

Y este trabajo de desarrollo personal y de implicación social no parte de un sentimiento de culpabilidad ni de una actitud de hostilidad frente a las mujeres, sino de la convicción de que la masculinidad afirma y sostiene la vida. De la experiencia personal y grupal de que los hombres no somos rivales y de que, cuando cooperamos en lugar de competir, somos capaces de co-crear junto a las mujeres, un mundo justo, armonioso y bello. Un mundo amoroso en el que se han integrado lo masculino y lo femenino que yace en la profundidad de cada mujer y cada hombre.

[1]. COLODRÓN, Alfonso. *Tao Te Ching al alcance de todos. El libro del equilibrio*, Edaf, Madrid, 2009, p. 113.

[2] . “Feminidad/masculinidad. Resistencias en el psicoanálisis al concepto de género”, *Género, psicoanálisis, subjetividad*, compilado por BURIN, Mabel y DIO BLEICHMAR. Emilce, Paidós, 1996, p. 136.

[3] . GRAY, John, Random House Mondadori, 1993.

[4] . Herder, 1994

[5]. Recogida por YOUNG-EISENDRATH, Polly en *La mujer y el deseo*, Kairós, Barcelona, 2000, p. 27.

[6]. BLY, Robert y WOODMAN, Marion, Edaf, Madrid, 2000.

3

Me gustan las mujeres, pero ¿soy gay?

He aquí una pregunta que puede parecer contradictoria, paradójica o teórica. Sin embargo, me ha sido formulada en la consulta, en más de una ocasión, por hombres jóvenes y no tan jóvenes. La primera vez que me la plantearon no me quedé perplejo por el contenido mismo de la cuestión, sino por la cantidad de implicaciones emocionales, culturales, biográficas y existenciales que se mezclaban en quien la formulaba con una cierta dosis de angustia. En realidad, se estaba replanteando su identidad sexual, conforme a una mezcla de informaciones incompletas, prejuicios y sentimientos, todos ellos cristalizados en el molde de una educación y de una cultura muy limitadas.

Se trataba de un ejecutivo bien situado que iba a casarse con su novia, con la que convivía hacía ya dos años en Bruselas. Ambos eran cultos y viajaban frecuentemente. Él pasaba todas las semanas por Madrid por obligaciones profesionales. A mis sucesivas preguntas sobre si había tenido alguna experiencia homosexual, si le atraía algún conocido, si había tenido últimamente fallos de erección, si sus dudas se debían a haber tenido algún sueño erótico..., las respuestas eran siempre negativas. Al cabo de cinco o seis sesiones, apareció claramente que se trataba de una angustia genérica producida por la proximidad de un cambio de vida, el estrés que le producían sus continuos viajes, el miedo a no poder hacer feliz a su futura esposa... Se le habían despertado inseguridades de la infancia, que a cualquiera le pueden aflorar en momentos especiales de la vida.

Todo esto, que no dejaría de ser una pura anécdota, se convierte en categoría por escenificar algo que está latente de un modo u otro en la mayoría de los hombres: el miedo a la diferencia, especialmente si la diferencia ya no es de clase social, de raza o de creencias políticas o religiosas, sino que afecta a la propia identidad como hombre, reconocido como tal por los demás hombres y por las mujeres. Es decir, el miedo a ser homosexual o a ser “sospechoso” de serlo. Como si ser hombre supusiera muchas cosas más que haber nacido con un cromosoma Y más un cromosoma X, con el consecuente desarrollo de testículos y pene, en lugar de tener dos cromosomas XX, con el consecuente desarrollo de vagina y clitoris. Es aquí donde podemos plantearnos más

interrogantes que respuestas.

¿Deja de ser hombre alguien que por tendencia o/y por elección decide tener relaciones sexuales sólo con hombres? Si lo asume y lo dice, se clasifica o los demás lo clasifican de “gay fuera del armario”. Si no, “gay que no ha salido del armario”. Pero no por ello menos hombres, tengan o no “pluma” (manifestaciones consideradas amaneradas), sean activos o pasivos, o ambas cosas. He conocido numerosos hombres casados y con hijos que en alguna época de su vida han vivido en pareja con algún hombre o han tenido algún romance o experiencias aisladas.

En Nueva Zelanda, me alojó una pareja con dos hijos. El padre convivía con su amante varón. La madre tenía experiencias lésbicas fuera de la casa. Uno de los hijos era el clásico adolescente “machito”, el otro ya apuntaba sus preferencias por los compañeros de escuela. La sociedad liberal y la “científica” los calificaría de “bisexuales”, la conservadora de “depravados”. Desde mi perspectiva de aquel momento, sólo eran personas de corazón que experimentaban senderos que yo no había ni siquiera intuido que pudieran existir. Desde mi perspectiva actual, son personas de carne y hueso que rompen los moldes de las múltiples hipótesis psicológicas, médicas, sociológicas y legales, por no ajustarse a ninguna de ellas. Son sujetos de investigación, pero sobre todo son seres humanos reales y singulares a los que me une un vínculo de agradecimiento por su generosa y prolongada hospitalidad.

¿Es gay quien ha tenido alguna o varias experiencias con hombres, aunque habitualmente prefiera relaciones sexuales y de intimidad con mujeres? ¿Lo es quien no ha tenido ninguna experiencia, está casado, pero le atraen algunos hombres o incluso tiene sueños eróticos con hombres o fantasea de vez en cuando? Recuerdo a un consultante que se ponía en cuestión, por el hecho de atraer frecuentemente a otros hombres, sin hacer nada para ello. Era muy bien parecido y casi lo llevaba como una carga, en lugar de vivirlo como un regalo de la vida o un azar de la naturaleza. Sin embargo, en playas y discotecas hay hombres “muy machos” que van exhibiendo sin pudor su testosterona y su *sex appeal* ante mujeres y hombres. Puestos a etiquetar, ¿se trataría de bisexuales virtuales, aunque algunos se ganen la vida como *gigolós* de señoras maduras? He conocido unos cuantos probos padres de familia, a los que sólo les ha quitado el sueño estas cuestiones una temporada. Siguen claramente su opción heterosexual sin más preocupaciones... pero... ¿serían gays reprimidos simplemente por seguir su opción libremente escogida?

Hace muchos años –fue ya en el siglo pasado–, conocí en París a un marido y padre de un hijo. A sus sesenta años, se sentía totalmente heterosexual, a pesar de que cada fin de semana, desde hacía más de veinte, se pagaba los servicios de algún “chaperó” joven. Además, seguía una vía de desarrollo personal y espiritual y daba talleres de meditación. La mujer y el hijo nunca supieron dónde pasaba los sábados al atardecer. Él no me lo contaba con culpa ni como problema, aunque tal vez le liberaba el hecho de poder compartir parte de su “jardín secreto” con un profesional en un marco de confidencialidad. Otra incógnita más del alma humana dentro del tema que nos ocupa de

la masculinidad, la identidad de género, los roles, la opción sexual, el deseo, la praxis cotidiana, la permanencia y el cambio.

Existen centenares de investigaciones y de publicaciones que intentan explicar todo este asunto; cada vez que me he adentrado en alguna de ellas, me quedaban fuera personas y situaciones que se resistían a entrar en alguno de los modelos, de las hipótesis de trabajo y de las explicaciones más o menos científicas que, momentáneamente, se han aceptado como verdades definitivas. Dentro de todas ellas, me ha parecido muy novedosa y de sentido común lo que explica Stanislav Grof, uno de los fundadores de la Psicología transpersonal, pionero en la investigación de estados de conciencia con LSD y creador de la respiración holotrópica, método terapéutico dirigido a conectar a las personas con todos los estados y fases que rodean la vida intrauterina y el parto, así como a los dominios transpersonales: *"La preferencia sexual y el comportamiento puede ser influenciado por una predisposición genética y por hormonas, además de por factores culturales, sociales y psicológicos... Mi experiencia clínica con la homosexualidad fue en un principio bastante parcial, dado que se limitaba a un gran número de personas en busca de tratamiento, al considerar que su homosexualidad constituía un conflicto... [para muchos de los homosexuales y lesbianas en sesiones holotrópicas y psicodélicas cuya motivación era formarse en esta vía terapéutica] la homosexualidad era claramente una preferencia y disfrutaban su forma de vivir. Es más, el problema estribaba en la falta de tolerancia social y no en el conflicto o lucha psicológica interior".*^[1] Después de centenares de pacientes y de talleristas homosexuales, que siguieron sesiones holotrópicas o/y psicodélicas, Grof tuvo que reinterpretar totalmente los conceptos freudianos del miedo a la castración y a la vagina dentada. La impotencia o la frigidez, por ejemplo, en lugar de ser expresión de una debilidad sexual o de una frialdad y falta de respuesta erótica, se deberían, según su experiencia, a *"un exceso de energía sexual perinatal"*. En algunos casos, algunos se remontaron a fuentes transpersonales, como la figura arquetípica del *puer aeternus*, o simplemente entendieron su orientación sexual como *"un experimento de la conciencia cósmica, una variación en el diseño universal, reflejo de la curiosidad del principio creativo"*.^[2]

Un ochenta por ciento de otros hombres que no tienen que ver con estos casos relatados parecen tenerlo claro y desde siempre. Son heterosexuales de por vida. ¡Y que nadie lo ponga en cuestión! Pero, ¿por qué ese miedo a tener amigos homosexuales? ¿De dónde esa fobia al contacto físico inocente? ¿Por qué tantas bromas e insultos? ¿Y la curiosidad por saber "cómo se lo montan" y quién hace qué? Estando en la ronda final de uno de los talleres de hombres, me sorprendió la afirmación de alguien que ya había asistido a varios talleres, al señalar cómo una de las experiencias más "fuertes", es decir, difíciles e impactantes para él, había sido un simple masaje de espalda, dado y recibido recíprocamente por parejas formadas voluntariamente en el grupo para la ocasión. Al final, reconocía que prefería la sensualidad femenina, pero que le había venido bien la fuerza aplicada por su pareja-hombre para deshacer ciertos bloqueos y contracturas. ¡Y estamos hablando de la España del siglo XXI! Todavía se confunde simple contacto

corporal con intenciones sexuales. Una excepción socialmente admitida y muy generalizada es el contacto físico entre hombres en el mundo del deporte. Los abrazos, los besos, incluidos los besos en la boca, las palmetadas en el trasero, las piñas masculinas unos sobre otros al final de un partido de fútbol, por ejemplo, las bromas en los vestuarios... desaparecen en cuanto se abandona los límites del estadio. Siempre me fascinó ese cambio brusco de comportamiento entre deportistas en cuanto traspasaban las puertas del deportivo. Es como si la mirada externa, permisiva en ciertos contextos, se volviera severa fuera de ellos. Y parece que esta mirada ejerce tanta presión que conduce a una fuerte autocensura del contacto corporal entre hombres en cualquier otro lugar y circunstancia.

Pero no sólo es el contacto corporal de lo que se huye, para que no haya lugar a equívocos. Tampoco hay que mostrar demasiado afecto ni expresar sentimientos, porque rápidamente se pueden confundir con “sensiblería” y de aquí a “mostrar pluma” se considera que hay muy poca distancia. En 1979, dos psicoterapeutas de Atlanta decidieron dirigir un grupo terapéutico para hombres. Su experiencia duró cinco años. Entre otras cosas, descubrieron que los hombres estaban menos dispuestos a abrirse en un grupo si había mujeres presentes y que, si las había, tendían a representar un papel. También que les costaba continuar en la experiencia más de cuatro meses y que generalmente finalizaban mal las relaciones. Por ello, se comprometían a volver un mínimo de cuatro veces al grupo, después de haberlo abandonado, para darse la oportunidad de conocer la tristeza de las despedidas, resolver algún miedo pendiente y compartir el afecto de otros hombres que les echarían de menos y así lo manifestaban.

Pero lo más importante fue el crecimiento personal que experimentaron en su colaboración los dos terapeutas, que sirvió de modelo para el grupo: podían quererse como amigos, expresar sus desacuerdos y recuperar el contacto a continuación. El grupo les asignaba alternativamente papeles “masculinos” de padre (acción, tomar la palabra, confrontativos), por un lado, y “femeninos”, de madre (sentimientos, escucha y recogida), por otro. Acabaron integrando personalmente ambos aspectos, gracias a su acción terapéutica. Todo ello permitió plantear el aspecto más difícil de explorar en un grupo terapéutico para hombres: los propios miedos respecto a su masculinidad y su sexualidad. Todo ello ligado a expresar sus sentimientos. Comprobaron algo que sigue pasando en los grupos de hombres: se sienten tan incómodos expresando ternura y tristeza como, manifestando odio, rabia o ira.[\[3\]](#)

Hoy día, muchos hombres que quieren salir de la mente patriarcal caen de lleno en la antítesis del machismo, convirtiéndose en varones suaves, aliados sin espíritu crítico de las tesis feministas más clásicas, sintiéndose violadores en potencia, angustiados por la culpabilidad al hacerse co-responsables de los desmanes cometidos históricamente por su propio género. Por otro lado, tienen dificultades en encontrar sus propios términos y no ser parasitarios de los diversos movimientos de liberación gay, a pesar de tener que reconocer la válida aportación de alguno de ellos, en cuanto a profundización en nuevas formas de entender la masculinidad y, sobre todo, en su crítica radical al sistema.

Fundamentalmente al haberse posicionado como seres privados frente a lo público y al poder, elevando a la categoría política la vida privada, la sexualidad, las nuevas posibles formas de relacionarse, de asociarse, de constituir unidades económicas y familiares impensables hace medio siglo.

Daniel Weltzer-Lang, sociólogo francés, investigador de las cuestiones de género, ofrece un marco más amplio en su consideración de las diferentes masculinidades y de la opresión de todas ellas por el heterosexismo dominante: *"De hecho, el doble paradigma naturalista que define la superioridad masculina sobre las mujeres, por un lado, y la norma que impone cómo debe ser la sexualidad masculina, tienen en común el hecho de producir una norma política andro-heterocentrada y homófoba, que nos dice cómo tiene que ser el auténtico hombre, el hombre normal. Ese hombre, el hombre viril en su representación de sí mismo y en sus prácticas, por lo tanto no afeminado, activo, dominante, puede beneficiarse de los privilegios de género. Los demás, los que se distinguen, por una u otra razón, por sus apariencias o sus preferencias sexuales hacia hombres, representan una forma de insumisión al género, a la normativa heterosexual, y se ven simbólicamente excluidos del grupo de hombres, por pertenecer a los 'otros', al grupo de dominados /dominadas, que incluye a las mujeres, a los niños y a cualquier persona que no sea un hombre normal".*[\[4\]](#)

En mi experiencia de talleres residenciales de hombres, han sido excepcionales los participantes abiertamente gays, y siempre acudieron sin su pareja masculina. Concretamente en España son una escasa minoría los que sacan a la luz las cuestiones de género como algo que pueda ser trabajado desde el ámbito de lo psicológico, lo terapéutico, el crecimiento personal o los ámbitos arquetípicos y transpersonales. Y muchos menos los que se asocian con fines políticos, más allá de las reivindicaciones concretas de ser integrados en la actual sociedad, en igualdad de derechos, como ciudadanos normales, pero sin poner en cuestión todo el paradigma patriarcal imperante. Y son igualmente muy pocos los que se dan cuenta de que en el interior del colectivo, del que una gran mayoría se siente totalmente ajeno, se reproducen todos los mecanismos de categorización, exclusión y dominación que imperan en una sociedad regida por los esquemas tradicionales de la mente patriarcal. En ocasiones, incluso se lleva al extremo el consumismo, el cultivo del cuerpo, la idealización de la juventud permanente y un clasismo típicamente gay: dominio de jóvenes sobre maduros, de cuerpos esbeltos y viriles sobre cuerpos fofos y afeminados, de "activos" sobre pasivos, de aquellos que están a la última en tendencias y marcas sobre quienes están desfasados. Y detrás de todo, el falo, el gran falo permeando y presidiendo omnipresente toda la iconografía de cómics, revistas, publicidad y filmes homosexuales masculinos.

La característica general de los hombres que acuden como consultantes y con parejas masculinas es el de personas que tienen exactamente los mismos sueños y las mismas dificultades, las mismas aspiraciones e idénticas problemáticas de convivencia y comunicación que las parejas heterosexuales. Y de los jóvenes que acuden dudando de su orientación sexual sólo me queda la convicción de que el principal conflicto se ha

producido con la familia y su mayor o menor aceptación de este “hecho diferencial”, así como el miedo al juicio de compañeros de estudio o de trabajo, y del entorno en general. Igualmente he constatado que incluso en un ambiente distendido, de confianza y confidencialidad, como el de los encuentros-convivencias de hombres, los que se declaran abiertamente gays tienen una dificultad en abrirse totalmente, si no están acompañados por una minoría significativa dentro del grupo. Y ello no es de extrañar, porque incluso entre hombres conscientes que se cuidan entre sí y una de cuyas pautas es el respeto mutuo, es difícil que no salte en cualquier momento el chiste fácil sobre maricas y afeminados. Sólo puede explicarse, además de la costumbre, por el arraigo generalizado del hábito de tener que dejar siempre claro que se es heterosexual, ... por si las dudas.

Así que, después de tantas preguntas e hipótesis y de tantos hechos tan diversos, sólo se me ocurre recurrir a la conclusión de C.G. Jung cuando afirmaba que el aparente conflicto individual del paciente resulta ser un conflicto universal de su entorno y de su época. Así que la neurosis no sería sino un intento individual y fallido de resolver un problema universal.

[1]. *La psicología del futuro. Lecciones de la investigación moderna de la consciencia*. La Liebre de Marzo, Barcelona, pp. 166 y 167.

[2]. Íd. p. 166.

[3]. “Hombres unidos en un grupo terapéutico”, MCLEOD, Louis W. y PEMBERTON, BRUCE K. , en *Ser hombre*, varios autores, a cargo de Keith Thompson, Kairós, Barcelona, 1993.

[4]. WELZER-LANG, Daniel, “La crisis de las masculinidades: entre cuestionamientos feministas y críticas contra el heterosexismo” (<http://www.poder-judicial.go.cr/violenciadomestica/docs/Bibliograf%C3%ADa%20recomendada/Welzer-lang,%20La%20crisis%20de%20las%20masculinidades%20rtf.rtf>).

4

Te envidio, pero la tengo más grande

El título de este capítulo parece una provocación, pero corresponde a una realidad tácita, aunque bastante omnipresente entre hombres. En realidad, simboliza la competitividad, los mitos, tabúes y sentimientos ocultos del inconsciente masculino. Al pan, pan, y al vino, vino.

Desde que el mundo es mundo, siempre ha existido un doble y contradictorio impulso en hombres y mujeres: la competitividad, por un lado, y la solidaridad por otro. Si nos remontamos a los albores de la humanidad, nos llegan imágenes de hombres cazando y mujeres recolectando. Pequeñas bandas nómadas se desplazaban obligadas por los cambios estacionales y la colaboración entre hombres y mujeres parecía algo natural, tal vez pura supervivencia. Procedentes del Neolítico, 6.000 años a. de C. ya se han descubierto yacimientos que muestran una cierta sofisticación en la organización social en la que todavía no se había producido el dominio de lo masculino sobre lo femenino, ni de los hombres sobre las mujeres. Este período fue realzado y popularizado por la gran difusión en su día de las investigaciones de la antropóloga Riane Eisler en su libro más conocido *El cáliz y la espada: nuestra historia, nuestro futuro*.[\[1\]](#)

Probablemente, los primeros cazadores sólo competían con otras bandas y otras tribus en momentos de escasez. Con el sedentarismo, la agricultura y la posibilidad de acumular excedentes, aparecen por primera vez en la historia de la humanidad las grandes desigualdades sociales y, en tiempos de hambruna, las luchas por otros territorios y campos fértiles ya ocupados. Empiezan las batallas organizadas y la competición a gran escala queda en manos de los hombres-proveedores para apoderarse de grano acumulado, rebaños, alfarería, pieles... Y en la ley de la acción-reacción empiezan a aparecer las primeras ciudades fortificadas. Y en esta brevísima simplificación, surge una división de tareas fundamental entre hombres: los guerreros, por un lado y, los agricultores y artesanos, por otro. Y la consecuente jerarquía de poder, con un jefe, luego rey, a la cabeza, los guerreros a sus órdenes y el resto de la población por debajo. Aparece el arquetipo del guerrero y del héroe como ideal de la masculinidad, la

preferencia de los hijos sobre las hijas, por ser más útiles para la defensa y el ataque; a continuación, la esclavitud y la servidumbre de lo femenino sometido a lo masculino que guerra. La supremacía de dioses sobre diosas.

Pero volvamos de nuevo al presente. Además del miedo y la competitividad frente a lo diferente, existe el impulso contrario de atracción y de relación con lo que es totalmente opuesto y radicalmente distinto. Y la primera diferencia, la más visible, la establece el cuerpo: cuerpo de hombre o cuerpo de mujer; y dentro de cada género, se pertenece a una raza o a otra; se es joven, maduro o viejo; fuerte o débil; ellos y ellas se clasifican según cánones de belleza y fealdad, que varían según las distintas épocas y culturas. Todo esto conforma la pertenencia a sutiles estratos de mayor o menor poder corporal, de mayor o menor capacidad de seducción.

En las mujeres cuentan las tetas. Al menos en el imaginario masculino: *“Más tiran dos tetas que dos carretas”*. En los hombres los testículos y el pene. Se dice que el tamaño no importa. Aunque biólogos y sexólogos puedan demostrarlo una y otra vez en lo que concierne a la satisfacción sexual, la literatura erótica, el cine, los dichos populares recrean una y otra vez el mito: quién los tiene mejor colocados, quién tiene más, quién la tiene más larga... Los anuncios de oferta de sexo masculino insisten siempre en el número de centímetros. De 20 a 25 parecen establecer las cifras mágicas del deseo femenino, masculino gay o masculino vergonzante de lo que parecería asegurar el éxito sexual.

Es curioso que los humanos hagamos lo contrario de lo que nos muestra la naturaleza. En una gran mayoría de animales, suelen ser los machos los que necesitan distintivos especiales para atraer a las hembras: las plumas del pavo real, la papada roja del pelícano, la melena del león, el pico amarillo del mirlo, el colorido de los petirrojos... En algunas culturas, como la melanesia, son los hombres los que se ponen flores en el pelo o llevan sofisticados estuches penianos, que dan la apariencia a sus portadores de estar en una permanente erección. En culturas polinésicas, como la maorí de Nueva Zelanda o la de los samoanos de Samoa, los hombres se tatúan una gran parte del cuerpo. En muchas tribus africanas pueden verse además elaborados peinados masculinos y artísticas máscaras maquilladas en el rostro. Y todo ello sirve, además, para establecer posibles rangos entre hombres. En algunos casos, para distinguirse de otros grupos y mantener las distancias mostrando orgullo de pertenencia y fiereza en eventuales enfrentamientos.

Hace muchos años pasé cuatro meses las Islas Fidji, en mitad del Océano Pacífico y alejadas por igual de las costas americanas como de las asiáticas, condiciones ideales para mantener ciertas estructuras matriarcales (ellas heredan el patrimonio familiar, por ejemplo). Hasta el último día de mi estancia, no dejaba de asombrarme la forma de aproximación entre jóvenes de ambos sexos. Ellos se paseaban agarrados de la mano, mostrando pectorales, con una flor de hibiscus en la oreja, por el centro de la avenida principal de Suva, la capital. Ellas, recostadas sobre la pared, fumando, al estilo de las típicas películas del Oeste americano, en las que los vaqueros dejan pasar las horas

observando el movimiento de la calle, se reían, hacían comentarios sobre quién gustaba a cada una de ellas. De repente, una de ellas, con el andar seguro que le permitía su figura esbelta, sus poderosas caderas, sus pechos proporcionados y su gran peinado afro, se planta en medio de la calzada, le da una palmada en el trasero a uno de ellos y vuelve riendo a integrarse en el grupo de mujeres. El grupo de hombres, todos de metro noventa, se ríe igualmente, el afectado la mira con complicidad y todos siguen su camino. ¡Impensable en cualquier país de cultura occidental! Y lo asombroso no era lo inhabitual de la escena para mis esquemas y mi educación, sino que en ningún momento vi trastocados en absoluto la grácil feminidad de ellas y la segura y flexible masculinidad de ellos.

Entre los animales, la competición y las formas de relacionarse pueden llegar a extremos incluso más sofisticados que entre los humanos. Recientemente, una bióloga alemana, profesora de etología de la Universidad de Gotinga, descubrió que los macacos de Berbería utilizan a las crías para consolidar su influencia social. Al principio, creyó que el hecho de arrebatar las crías de los brazos de sus madres para acercarse a otros machos tranquilizaba a todos; no obstante, al medir sus niveles hormonales, comprobó que el estrés se disparaba, y que todo este fenómeno era una especie de símbolo de batalla, para mostrar a los demás su capacidad para soportar la tensión. Parece ser que los machos que no tenían una cría en brazos rara vez se acercaban a otros machos para relacionarse y mostrar su fortaleza, pues ellos son capaces de desplazarse largas distancias con la cría en brazos, mientras que las madres no pueden hacerlo, agotadas por el período de lactancia y por la frecuencia de embarazos.

Como ya señalamos, entre los samoanos o los maoríes de Nueva Zelanda, que pertenecen a la cultura polinésica, los hombres se tatúan gran parte del cuerpo, para mostrar su valor cuando pasan de la infancia a la adolescencia y como signo distintivo frente a las mujeres, que obviamente no tienen obligación de demostrar que lo son, pues les basta con la posibilidad de ser fecundas y tener hijos, sin tener que dar ninguna muestra de su feminidad.

En Occidente, al contrario de lo que ocurre en otras culturas llamadas primitivas, pero que están más cerca de la naturaleza, nos parece natural hoy día y desde hace siglos que sean las mujeres las que se vistan, se adornen y se maquillen para seducir. Y cuando son los varones los que pagan vestidos o joyas a sus parejas, la competitividad y el poder se agrandan por persona interpuesta. Hace unas décadas, conocí a un político en París, ya en su mediana edad, que llevaba a todas sus reuniones y comidas de trabajo a su esposa, una hermosa modelo que se limitaba a sonreír elegantemente. Él elegía los abrigos de pieles, los vestidos de alta costura y las alhajas que iban a juego. Nadie conocía sus atributos ni sus artes amatorias, pero representaba el éxito social en todas sus dimensiones. A los jóvenes camareros de los restaurantes de lujo a los que iba sólo les quedaría el consuelo de “tenerla más grande”, probablemente de ser más fuertes y quizá de poder aguantar más tiempo en una noche de vino y rosas.

Lo que ocurre es que ya no vivimos en la selva ni en plena naturaleza; no nos

vestimos con pieles. Llevamos muchos milenios acumulando otros símbolos de poder. El cuerpo pasa entonces a un segundo plano, salvo que vaya unido al mundo deportivo o al de los modelos masculinos. Quien no tiene poder económico, cultural ni político, tal vez sólo le quede el consuelo de su propio cuerpo. Claro que el cuerpo declina en cuanto pasa la primera o la segunda juventud, al contrario de lo que ocurre con el estatus profesional o la acumulación de bienes materiales y signos de estatus social, que suelen aumentar con la edad.

No quiero bombardear mi propio género, como si me hubiera “travestido” cerebralmente para acusarlo. De hecho, las mujeres también compiten entre sí, y muchas veces con los hombres, sean hermanos, compañeros de trabajo o pareja. Lo que ocurre es que conozco y comprendo mejor a los hombres, porque me conozco y me comprendo mejor. Y esto me autoriza a seguir en estas reflexiones críticas, para iniciar el camino de salida del callejón cerrado en el que nos estamos metiendo, si es que no estamos ya de lleno en él. Y dicho sea de paso, muchos hombres que abrazan la causa de las mujeres parecen no darse cuenta de que, por muy buenas intenciones que tengan, siguen siendo hombres y ellas tal vez puedan querer aliados y compañeros solidarios en su largo caminar hacia la equivalencia de derechos, pero en ningún caso “infiltrados” que pasan por alto la conciencia del género al que pertenecen. Por ser políticamente correctos o tal vez por su propia profesión, algunos se han quedado en la antítesis, sin lograr pasar a la síntesis. Parecen haberse descubierto defensores a ultranza del otro género, en detrimento de las excepciones y los detalles.

Quedé absolutamente decepcionado tras la lectura de *Los nuevos hombres nuevos. Los miedos de siempre en tiempos de igualdad*,^[2] por su tono combativo, su falta de matices y la negación de la existencia de realidades dolorosas y evidentes como el SAP (Síndrome de Alienación Parental): uno de los progenitores separados –con más frecuencia la mujer, por ser más normal que se le conceda la custodia– influye en los propios hijos para predisponerlos contra el otro. Conozco dos casos muy cercanos: uno de un exmarido, otro de una exesposa. El problema real lo sufren los hijos. Pero algunos jueces jóvenes, según me cuenta un magistrado veterano, se andan con pies de plomo cuando quien acusa es la mujer, sobre todo si son varones, por si son acusados de machistas o de poner trabas a la aplicación de la legislación sobre violencia de género.

Sólo podría explicarme mi decepción con dos reflexiones: En primer lugar, lo mismo que un carpintero ve madera y clavos por todas partes, entiendo que el autor, al ser médico forense y, desde 2009, Delegado del Gobierno para la Violencia de Género, esté muy influido por su experiencia profesional. Me pregunto si un policía o un magistrado de la sala de lo penal tendrán tendencia a ver más delincuentes de los que hay, un psiquiatra a sospechar trastornos de personalidad en personas con alguna alteración de la conducta o un terapeuta a ver el mundo a través de sus consultantes. Pero la inmensa mayoría de las personas no pasan por comisarías, tribunales de justicia, ni consultas psiquiátricas ni terapéuticas. Yo mismo he podido caer en algún período de mi práctica profesional como terapeuta, en esta coloración de la realidad y del mundo. A esto

siempre se le ha llamado “deformación profesional”. Y creo que muchos políticos –habrá que salvar también muchas excepciones– son epítomes de esta deformación. Imagino, sólo imagino, que cuando un profesional, y tal vez, muy buen profesional, se mete en política, ya tiene dos lentes superpuestas para ver la realidad. O, con otra metáfora, quizá la enfoque con un poderoso microscopio, y siempre en el mismo ángulo y sobre la misma muestra.

La segunda reflexión me lleva a una experiencia que tenía olvidada. A principios de los años setenta, me invitaron a la comida final de un fin de semana de un encuentro clandestino –tal vez uno de los primeros que se celebraban en tiempos de la dictadura– de mujeres feministas. No recuerdo bien qué influencias tendría la amiga que me invitó, pero yo era el único hombre entre medio centenar de mujeres. En un momento de la sobremesa, se me ocurrió quejarme de lo difícil que lo teníamos los hombres en aquellos tiempos para relacionarnos con ellas de un modo íntimo, sin tener que pasar por el noviazgo y el matrimonio, en comparación con ellas, las presentes, que si querían, podían elegir. Simplemente estaba reflejando una realidad social: había más hombres disponibles a experimentar relaciones de pareja no convencionales que mujeres. Dos de las jóvenes –la mayoría tendríamos entre 25 y 35 años– que comían frente a mí, saltaron inmediatamente como si hubiera apretado el botón de un viejo y poderoso resorte, llamándome machista. Quedé obviamente dolido y confundido, por mi incapacidad de demostrarles que no iban los tiros por ahí y que, ya en la época, yo me consideraba feminista a ultranza. Gran error. Ellas formaban pareja sentimental –les reconozco el mérito de ser pioneras en una época muy difícil– y, a pesar de mis buenas intenciones yo seguía siendo para ellas un intruso, un hombre, representante de toda la carga patriarcal de la historia y de su historia personal. ¿Por qué no es una mujer la Delegada del Gobierno para la Violencia de Género?

¿Qué ocurriría actualmente con la anécdota del político maduro y los jóvenes camareros? ¿Qué pasa hoy día con la sexualidad masculina? ¿Estaría en retroceso en las generaciones de jóvenes occidentales y urbanos?

El mito se mantiene, pero la realidad lo desmiente. El mito de que los hombres siempre estamos listos para la actividad sexual y competimos entre nosotros por “llevarse al huerto” a la más guapa. Cada vez acuden más hombres jóvenes a mi consulta con un común denominador: los valores que les transmitieron durante la infancia y la adolescencia, lo que se muestra en anuncios y películas, no corresponde a lo que sienten. Son muchos los que se sienten tímidos y sin recursos para acercarse al género femenino. Algunos se sorprenden de que sean ellas las que se acerquen, tomen la iniciativa y tengan claro lo que quieren.

Otros muchos, que no tienen esta dificultad, inician una relación de pareja y, al cabo de uno o dos años, “se aburren”, miran a izquierda y derecha, se culpan de sentirse atraídos por otras mujeres, batallan por tener algo de tiempo libre para los amigos, el deporte, sus aficiones y se quejan de sentirse controlados y sin tiempo para ellos. Un tiempo que no quieren forzosamente compartir. Tal vez quieran dedicarse a navegar por

la red, ver un partido de fútbol en la televisión, leer el periódico, o sencillamente vagar en casa sin hacer nada. “Quiéreme libre, déjame ser” parecería que gritan desde el fondo del alma, sin atreverse a formularlo, por miedo a la ruptura, la soledad, la vuelta a empezar o... simplemente por la comodidad de no tener que esforzarse cuando les pica la testosterona. A fin y al cabo, la institución de la pareja tuvo entre otras finalidades que los machos humanos no tuviesen que estar compitiendo continuamente entre sí, como sus antepasados los primates, por satisfacer el instinto de aparearse y procrear. Y así fue como quedó tiempo libre y energía disponible para otras cosas, unido claro está a otros fenómenos como el descubrimiento del fuego, que redujo el tiempo de digestión y sueño, al poderse cocinar los alimentos, el perfeccionamiento de las técnicas de caza y la aparición de la agricultura...

Parece que hoy día sucede lo contrario. Hay personas que ya pasaron de los cuarenta y cuya libido disminuyó, no porque sea ley de vida, sino porque están completamente absorbidos por el trabajo, la economía familiar, la crisis, el miedo al futuro, los hijos... Y lo normal es que sus respectivas parejas vivan frustradas, y con razón. Porque la sexualidad es una energía mucho más amplia que tener un coito, con o sin orgasmo. Y el orgasmo es algo más que soltar la tensión acumulada. Mantener un alto nivel de energía sexual nos lleva a poner en cuestión la vida actual sedentaria, los trabajos sin sentido, la comida basura, los estímulos artificiales, la pérdida de contacto con la naturaleza, el consumismo como alternativa a la frustración y al vacío existencial.

Ya en 1936, Wilhelm Reich, que había sido uno de los primeros colaboradores de Freud y que llegó a ser uno de los pensadores más lúcidos de su época, expuso con gran brillantez la relación entre sexualidad y dominación política en *La Revolución sexual*, que sólo fue traducida al español en 1970 por la Editorial Ruedo Ibérico, prohibida en España y que tenía su sede en París. Así que el libro circuló clandestinamente, 35 años después de haber sido escrito y sólo ha vuelto a publicarse de nuevo en 1993.^[3] Naturalmente, el autor fue expulsado de la Sociedad psicoanalítica por ser “demasiado marxista”, lo cual no le impidió ser encarcelado en EEUU muchos años después, y también haber sido expulsado del Partido comunista años antes, acusado de “contrarrevolucionario”, a pesar de haber escrito una de las primeras denuncias del régimen nazi en 1932 (*Psicología de masas del fascismo*). Sus teorías sobre la influencia del sistema político y económico en la sexualidad y viceversa hallaron una base sólida en los primeros descubrimientos de Malinowski, al que conoció en Londres, sobre las llamadas “culturas primitivas”. Las terapias reichianas, en las que se tiene muy en cuenta el cuerpo, la coraza muscular, los bloqueos corporales asociados al bloqueo de expresión de emociones y la libre circulación de la energía, gozan hoy de buena salud y han tenido múltiples desarrollos, entre ellos las escuelas de terapia bioenergética.

En la actualidad, Dennis Altman, profesor de Ciencias políticas australiano y activista de los derechos civiles de los homosexuales, podría muy bien considerarse como continuador de Reich en esta línea de conectar la sexualidad con el sistema. Para él, la globalización ha cambiado el cómo se entiende hoy día la sexualidad, cómo se regula e

incluso cómo se practica. Pero, la mayor homogeneidad de los productos de consumo en todo el mundo y la forma de utilizarlos crea una nueva identidad que obliga a redefinir las clases sociales y desdibuja las diferencias identitarias y culturales, pues las ejecutivas que tienen la misma marca de teléfono móvil, por ejemplo, en Kuala Lumpur, Sao Paulo, Shanghai, Berlín o Nueva York tienen más en común entre sí que cualquier conciudadana pobre de su propia ciudad. La sexualidad, la publicidad, las películas, el turismo, las modas... han conducido a una mayor permisividad sexual, al mismo tiempo que a una mayor desigualdad, explotación y extensión del SIDA. Así que, según él, la globalización no contribuye a la abolición de las diferencias sino a su extensión y redistribución.[\[4\]](#)

Pero si no se quiere sublimar, y si uno se rebela contra las imposiciones del sistema, la energía sexual requiere retroalimentación, riego, originalidad. Todo lo contrario de la rutina. Si se está en pareja, se necesita comunicación, conciencia, poner palabra a sentimientos y necesidades, a problemas y soluciones. No se puede sustituir la relación sexual por la verbal, ni viceversa. Hay parejas que arreglan una discusión monumental con un polvo. Y hay quienes no mantienen relaciones hace años y discuten sin parar – otra forma de descargar energía–.

Es cierto que los hombres en todas las épocas históricas han competido y que la Historia podría simplificarse afirmando que se reduce a una sucesión interminable de guerras, conquistas y colonizaciones diversas. Pero esta es la historia que nos han contado. Nunca nos hablaron de la Historia hecha de cotidianidad y de vidas individuales que intentaban sobrevivir física, emocional, mental y espiritualmente, y existen muy pocas investigaciones publicadas al respecto. Una historia en la que el ser humano no avanzaba sólo hacia más técnica y conocimiento, hacia más cultura y civilización, sino hacia más conciencia individual y colectiva, hacia más armonía y felicidad.

Lo que podría estar ocurriendo actualmente, entre otros muchísimos fenómenos interconectados, es que parte de la energía sexual no empleada ha sido redirigida por el sistema hacia la producción y el consumo. Y para producir eficazmente, sobre todo beneficios económicos, es muy eficaz inculcar desde niños que para sobrevivir es necesario competir ferozmente. Competir en el trabajo y competir por obtener todos los bienes de consumo que otorgan identidad y estatus: casa, coche, aparatos electrodomésticos, vacaciones... Y en el camino, se acentúa el narcisismo, porque los espejos en los que los hombres se contemplan son ellos mismos clonados. No está de más recordar que el joven Narciso se ahogó, enamorado de su propia imagen reflejada en las aguas de un estanque.

Y de este narcisismo generalizado tampoco se libran muchos de las personas que se dedican a profesiones de ayuda, como médicos, psicólogos, psicoterapeutas, psiquiatras, que se encastillan en sus técnicas y jergas profesionales, en sus respectivas escuelas a las que siguen con exclusión de las demás y en los cánones de lo que es salud y lo que no. Ni los políticos –salvando siempre las muy honrosas excepciones–, que teóricamente deberían dedicarse a ser servidores de lo público, de los intereses generales, pero se

apartan de la realidad en cuanto son elegidos y sólo miran los años que les quedan para la reelección. Ni muchos jueces —no todos— más centrados en sus intereses corporativos que en una auténtica y ágil administración de justicia. Y podríamos seguir la lista con los sindicalistas que defienden sólo a una parte de los trabajadores, aquellos con más capacidad de presión social y con derechos adquiridos de mayor antigüedad. Por último, aunque dejo la lista incompleta para que cada lector pueda completarla a su gusto, tampoco se han librado del narcisismo, como uno de los coletazos en su agonía de la mente patriarcal, muchas almas cándidas, buscadores espirituales de otras vidas y otros cielos y consumidores sin discriminación de toda clase de cursos de desarrollo personal. Y sólo me refiero a los que no mantienen un contacto con la realidad cotidiana y que no se comprometen con el mundo que nos rodea. Pues cualquier transformación interna que sea auténtica y real debe producir ineludiblemente efectos en el entorno inmediato.

Llegados a este punto, otra vuelta de tuerca. En muchas de las civilizaciones que nos han precedido y en algunas culturas actuales que han sabido mantener sus tradiciones, ser anciano es acumular sabiduría y poder; transmitir experiencia; adquirir el estatus de guía moral. En la sociedad de consumo actual, prima la imagen y el envoltorio sobre la esencia y el contenido. Se revaloriza la juventud y se desvaloriza la senectud. Se valora el poder adquisitivo que puede ir aumentando hasta la jubilación y se margina a quien sólo puede vivir de una pensión.

Y todos estos fenómenos que pueden parecer algo inevitable van conformando nuestra visión del mundo y nuestras actitudes. En los talleres de hombres se trata de profundizar en lo obvio, pero que se ha vuelto inconsciente por su propia obviedad, para cambiar el fondo y no la forma. No se trata de excluir a las mujeres, criticarlas ni rivalizar con ellas. Todo lo contrario. Si no hay mujeres presentes en una reunión de hombres, ya no se actúa para llevarse el gato al agua, o para ser el gallo del gallinero. Se reduce uno de los motivos por los que los hombres competimos entre nosotros.

Pero no es posible llegar al fondo del asunto sin separar el sexo biológico de los conceptos “masculino” y “femenino”, pues en el mundo metafórico, no existe guerra de sexos; el lado femenino de una mujer puede o no encontrarse a sus anchas y puede o no ser ajena a su energía masculina. Igualmente muchos hombres son incapaces de pasar a una forma receptiva de masculinidad; desconocen así la profunda fiereza que yace en lo femenino auténtico. Es necesario efectuar un “matrimonio” interior en cada hombre y en cada mujer, para llegar a una auténtica relación armoniosa. Y para ello el paso previo es retirar las proyecciones que los hombres hacemos sobre las mujeres y viceversa. Nadie tiene que ser para el otro el héroe o la princesa, el dios o la diosa. Supone una enorme carga tener que salvar otra vida o tener que estar siempre a la altura para ser adorado o adorada. Y mucho menos compitiendo con los congéneres.

Cuando los hombres nos encontramos sin tener que competir, porque podemos mostrarnos transparentes sin temor a ser heridos, a perder lo ganado o a dejar de ganar lo anhelado, podemos hacer nuestra la afirmación: *"Nuestra historia... no trata tanto de bravuconadas como de aprender la cortesía; no es tanto de acciones como de escucha;*

trata mucho más de descendentes que de ascendentes. En definitiva, tiene que ver con la forja de una nueva relación entre hombres y mujeres".^[5] Y hay que añadir: y una nueva relación de los hombres entre sí para ser compañeros en lugar de rivales.

Y este paso es previo e imprescindible para llegar al deseo expresado por Miguel d'Escoto, presidente de la Asamblea General de las Naciones Unidas, en la Conferencia Internacional sobre la Crisis Económica: *"¿Hacia dónde vamos? Me permito creer y esperar que vamos todos a asistir a la lenta pero irrefrenable irrupción de la noosfera. Los seres humanos y los pueblos van a descubrirse y aceptarse como hermanos y hermanas, como familia y como una especie única, capaz de amar, de ser solidaria, compasiva, no violenta, justa, fraterna, pacífica y espiritual".*^[6]

[1]. Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 1987.

[2]. LORENTE ACOSTA, Miguel, Destino, Barcelona, 2009.

[3]. Planeta Agostini, Barcelona, 1993.

[4]. *Global Sex*, The University of Chicago Press, Chicago, 2001.

[5]. WOODMAN, Marion y BLY, Robert: *La doncella Rey. La reunión de la Masculino y lo Femenino*, Edaf, Madrid, 2001, p. 18, obra citada en el capítulo 2, nota 6.

[6]. Nueva York, 26 de Junio de 2009.

5

Ser hombre también es duro. Machismo y clases sociales

“Las ideas se tienen, mientras que en las creencias se está”.

J. Ortega y Gasset

Ser hombre nos remite siempre a la identidad de género. R.W Connell^[1], uno de los más relevantes investigadores en el campo de las masculinidades, distingue cuatro categorías de enfoques diferentes de definirla:

Esencialistas: se toma un rasgo distintivo como núcleo esencial y, a partir de ahí se le van agregando características. El problema es que no todos los esencialistas se refieren al mismo rasgo. El mismo Freud dio marcha atrás a su primera distinción entre el núcleo “activo” masculino y el “pasivo” femenino. Para el sociobiólogo Lionel Tiger, sería el compromiso y la guerra, porque la hombría se pondría de manifiesto en los momentos difíciles. Tal vez los seguidores del rock duro estarían de acuerdo.

Positivistas: con una mirada “científica” se intentaría estudiar el diferente comportamiento de hombres y mujeres y definirlos estadísticamente. Pero resulta que esto varía de una cultura a otra y cambia según los períodos históricos. Además excluirían los comportamientos de las mujeres “masculinas” y los de los hombres “femeninos”.

Normativas: reconociendo que existen diferencias de los hombres entre sí y también de las mujeres, establece pautas de cómo debería ser un hombre. Pero resulta que nadie se ajustaría totalmente a la norma ideal y, además, no diferencian estos enfoques rol de identidad o, dicho de otro modo, basarían la identidad de ser hombre simplemente en la asunción de ciertos roles. En este capítulo nos centraremos más en las contradicciones que implican estos enfoques, por ser mayoritaria e inconscientemente admitidos por el conjunto de la sociedad, y la opresión que conlleva el no adaptarse a la norma.

Semióticas: tratan de definir simbólicamente masculinidad como no feminidad, abandonando las perspectivas psicológicas de la personalidad. Estos enfoques han sido el punto de partida de los estudios de género posestructuralistas, feministas, psicoanalistas y lacanianos. Sin embargo, dejan de lado otras cuestiones fundamentales: ¿cómo afecta el género en el sistema de producción y en el modo de consumir, en las instituciones políticas o en las luchas sociales?

“La masculinidad, si se puede definir brevemente, es al mismo tiempo la posición en las relaciones de género, las prácticas por las cuales los hombres y mujeres se comprometen con esa posición de género, y los efectos de estas prácticas en la experiencia corporal, en la personalidad y en la cultura”. [2] Esta definición me parece más completa para el tema de este capítulo. Sin caer en posiciones extremistas, más bien lo masculino y lo femenino parecen construcciones sociales, es decir, subjetivas; pero al ser asumidas por grandes colectividades y perpetuarse durante siglos, llegan a considerarse e imponerse como realidades objetivas. Se convierten en norma. Quien no se adapta a ella corre el riesgo de ser marginado por a-normal.

La “masculinidad” se ha convertido en la mayoría de las civilizaciones y épocas históricas conocidas en un aprendizaje obtenido a través de un largo proceso de socialización que empieza antes del nacimiento. Y a pesar de los muchos cambios producidos en Occidente en las últimas décadas, siguen subsistiendo las bases seculares que perpetúan el patriarcado. En muchas culturas –la china o la india, por ejemplo– el deseo principal de los padres no es el de tener descendencia en general, sino el de tener un varón. Y aquí empieza ya una primacía del valor atribuido al hombre sobre la mujer, que impregna también otras culturas. Hoy día, en cualquier país medianamente desarrollado, las madres y los padres ya empiezan a hacer planes sobre el futuro de la hija o del hijo varios meses antes del parto, porque pueden conocer de antemano el sexo del feto. Se harán ilusiones y planes diferentes, comprarán ropa de distinto color y pensarán en nombres diferenciados.

A partir del nombre y a lo largo de toda la vida continuará el proceso de construir la subjetividad masculina, reduciendo las diferencias que pueda tener con otros hombres y aumentando las que “debe” tener frente a las mujeres. He aquí algunos puntos tradicionales y significativos de la educación “masculina”, con algunos comentarios añadidos entre paréntesis y en cursiva de un testimonio que ilustra con precisión lo que sienten muchos hombres adultos cuando reflexionan sobre el duro ejercicio de “hacerse hombre”.

1) Ser hombre es importante, hay que cumplir una misión y ser autónomo. En la vida siempre hay objetivos externos que conseguir (en la infancia y la adolescencia era *“una carrera exigente y extenuante, cuya meta parecía alejarse cada vez más”*).

2) Los problemas se los resuelve uno solo, incomunicado y aislado (*“las exigencias eran claras: ser duro, no dudar, pero a veces no podía saber con claridad cuándo, cómo, dónde”*).

3) Para llegar hay que competir y, por lo tanto, callar. Decir es perder poder. (*“Estaban los amigos, pero para las cosas internas y las dudas, que llegaban de noche, había que estar solo, ¡y cuánto pesaba, cuánto dolía!”*).

4) Se presupone que se es valiente y es imprescindible demostrarlo en cualquier ocasión que se presente. (*“Cualquier debilidad era castigada, enmudecida”*).

5) Los sentimientos tiernos se expresan a través de la rudeza: fuertes apretones de mano, palmadas en el hombro o en la espalda, bromas, etc. Se controlan las lágrimas, pues “los hombres no lloran”. (*Y llegó el momento del encuentro afectivo y corporal con las mujeres... un campo en donde todo estaba por aprender, pero no se podía poner en evidencia*).

Su reflexión final: *“Todos son momentos de ese proceso de hacerse hombre y hoy puedo estar confundido por el sinsentido del trabajo, y mañana estar centrado en la pregunta de mi ser político... y pasado mañana por hacerla sentir que verdaderamente la quiero... No es fácil la tarea de ser, de hacerse hombre”*).^[3]

Aprender a ser hombre en nuestra cultura y todavía en estos tiempos consistiría fundamentalmente en diferenciarse al máximo de las mujeres y parecerse a otros hombres. En la familia y en la enseñanza, a pesar de los meritorios esfuerzos por educar en valores de igualdad, el niño aprenderá ciertos rasgos para llegar a ser un “hombre de verdad” que podrían resumirse en unas cuantas polaridades: Actividad frente a pasividad, fuerza/debilidad, dureza/sensibilidad, empuje/contención, arrojo/receptividad, invulnerabilidad/fragilidad, pensamiento/sentimiento, racionalidad/emoción, castigo/recompensa, exigencia/protección, provisión/cuidado, impulso/reposo, audacia/prudencia, tarea/nutrición, ira/compreensión, exterioridad/interioridad, público/privado, ordenar/convencer, reflexión/intuición, exigir/pedir.

“Lo vengo meditando desde hace mucho tiempo, desde que era niño. Tuve la oportunidad, rodeado de niñas, de entender lo que era la diferencia entre ser varón y ser hembra. Y me di cuenta que las mujeres ganaban: ganaban seguridad, libertad, porque su educación no era tan rígida como la de los varones. Las mujeres podían cogerse de la mano entre ellas, besarse, mostrar afectividad sin que ello supusiera quebrantar su papel femenino ni ser catalogadas como homosexuales. En los bailes, a falta de galanes, mujeres de todas las edades se marcaban un baile con otra mujer. Nada sospechoso, al contrario, estaba bien. Luego, las mujeres empezaron por llevar pantalones, por fumar en público, por entrar en bares solas, por hacer lo que hasta entonces era del mundo varonil. El porqué la mujer ha conquistado lo calificado de varonil antes que el hombre lo calificado de femenino tal vez sea debido en parte a que su educación fue más flexible en este aspecto, porque ‘no había que ser mujer’, mientras que el hombre parecía no estar hecho del todo viril por nacimiento, y tenía que proponérselo. Es más, viril y que le gustaran las mujeres: los muchachitos, estando entre ellos, debían volver la cara ante las buenas mozas que les mostraban sus amigos, so pena de ser tomados por maricas, aunque no les atrajeran en ese momento. Que para todo hay un tiempo”. (Carta privada de mi prologuista, José María Torres

Morenilla, 2010).

Y curiosamente, el hombre que tanto quiere diferenciarse de la mujer y distanciarse de ella en la preadolescencia, centrará después una gran parte de su energía en la mujer: fantasearla, desearla, conquistarla, conservarla, protegerla y recuperarla en caso de pérdida... ¡Qué realista y desgarradora suena la canción de Joaquín Sabina *19 días y 500 noches*!: “... de pronto me vi, como un perro de nadie, ladrando a las puertas del cielo... Yo quería quererla querer y ella no. Así que se fue, me dejó el corazón en los huesos y yo de rodillas. Y regresé a la maldición del cajón sin su ropa, a la perdición de los bares de copas... [y] tardé en aprender a olvidarla diecinueve días y quinientas noches”.

¿Y qué pasa con las diferencias en la orientación sexual? La mayoría de madres y padres intentarán evitar una eventual homosexualidad de sus vástagos, diferenciando el trato entre hijos e hijas, sobre todo en cuanto a abrazos, besos y caricias. E incluso entre los que se consideran abiertos, persiste en general una doble moral: “Yo no tengo nada contra los homosexuales, conozco a varios y me caen muy bien, pero mi hijo será más feliz si se casa, tiene hijos y es *‘como todo el mundo’*”. Alguna consultante quedó decepcionada tras enviar a su hijo universitario a terapia, para ver si dejaba sus “veleidades” homófilas, al comprobar que no resultó ser una veleidad pasajera, sino una opción libremente asumida tras un período de profunda reflexión y elaboración de los sentimientos de vergüenza y culpa.

En una entrevista a José Ángel Lozoya, pionero español de políticas de género para hombres y cofundador de Hombres por la Igualdad, la entrevistadora le pregunta si los hombres, a partir de su propio cuestionamiento, se plantean la cuestión de la heterosexualidad, como ha pasado en el movimiento feminista, y si en los grupos de hombres hay mayoría de homosexuales. Y la respuesta no tiene pelos en la lengua: *“En sexología se dice que la orientación del deseo no es blanca ni negra, sino que se sitúa provisionalmente en algún lugar de la gama infinita de grises. Estoy convencido de que en la medida en que ser hombre no equivalga a no ser mujer ni maricón, todos ganaremos en libertad y florecerá la diversidad... La inmensa mayoría de los que participan en grupos de hombres se definen heterosexuales... Las relaciones con los grupos gays no suelen estar formalizadas; tampoco éstos tienen clara la necesidad del análisis de género”*. [4]

Muchos colectivos de mujeres receptoras de actividades y cursos promovidos por Institutos y Concejalías de la Mujer se lamentaban hace unos años de que no existieran actividades similares para los hombres. Cuando volvían a casa se encontraban con su pareja, un chico majo, pero al que le costaba cambiar por la ausencia de un discurso alternativo para los hombres y la inexistencia de modelos no tradicionales con los que identificarse. Una década después sigue pasando lo mismo. Con toda seguridad se está olvidando algo fundamental en lo que viene insistiendo la filósofa francesa, Luce Irigaray, que desde hace tres décadas se ha especializado en las investigaciones de género: la identidad relacional, que es la que puede hacer el puente entre las diferencias biológicas y

los estereotipos adquiridos por la cultura. *“El hombre privilegia la relación con el objeto; cuando existe una relación entre sujetos es del tipo ‘del uno entre muchos’ (un hombre en el grupo, un ciudadano en el pueblo, un jugador en el equipo) y la relación queda generalmente sólo entre ellos mismos. Por su parte, la mujer prefiere la relación entre sujetos... En lugar de ser educados los y las jóvenes para ser ciudadanos competitivos y eficientes, debieran ser educados para hacer de la vida relacional un objetivo cultural importante [a partir de la aceptación de lo diferente y específico de cada género]”.*[\[5\]](#)

Sería menos duro ser hombre si la sociedad en su conjunto, hombres y mujeres, siguiera cuestionando las identidades de género, aunque socave el actual paradigma patriarcal, y buscara la equivalencia de derechos y obligaciones y no la igualdad absoluta; equivalencia y no igualdad indiferenciada, porque ésta se convierte a la larga en competitividad, nuevas injusticias y sufrimiento. Un ejemplo claro es el del reciente permiso de paternidad. Cuando se trata de una opción libremente elegida en la pareja, sobre cuánto tiempo toma cada uno tras el parto para cuidar al bebé, parece un avance. Pero cuando un hombre se apoya en la ley para exigir su permiso por paternidad, no está considerando que él no estuvo nueve meses embarazado ni puede sustituir los meses de lactancia. El máximo ideal de justicia e igualdad puede convertirse así en la máxima injusticia y desigualdad. Y lo mismo ocurre en las separaciones y divorcios, cuando el juez o la jueza cumplen la ley imponiendo una pensión alimentaria a los padres, que tienen que salir de la casa común, donde se quedan la “ex” y los hijos. Tienen en cuenta sus ingresos en función de su declaración de la renta, pero no tienen tiempo, sensibilidad o simplemente no entra en la estricta aplicación de las leyes, considerar la imposibilidad de muchos de ellos de afrontar esa pensión junto con, tal vez, una hipoteca que deben seguir pagando, un nuevo alquiler y, quizá, otras antiguas deudas. Y así, leyes dictadas con toda buena intención para proteger a los hijos y a madres sin recursos se convierten en condenas a la miseria de otros muchos. Y mientras no salgan a la luz estudios sociológicos imparciales sobre los efectos de muchas leyes, éstas no cambiarán, ni tampoco su aplicación. Justos y pecadores se hallarán entonces en el mismo saco tal vez por décadas, mientras los mismos hijos, a los que supuestamente se quiere proteger, crecen con una figura masculina tal vez deprimida, resentida, ausente de sus vidas la mayor parte del mes. La legislación, la justicia y la política que las engloba, van muy a la zaga de las realidades sociales vertiginosamente cambiantes.

Una de las realidades más desconcertantes para sociólogos, politólogos y militantes de los partidos políticos es la redefinición de las clases sociales y de las bases electorales de los partidos políticos. Tradicionalmente, las clases sociales se definían por el trabajo. Todo era más simple en tiempos de Marx: los capitalistas tenían los medios de producción y los trabajadores sólo poseían su fuerza de trabajo. Hoy día el capital es fundamentalmente multinacional, muchos son trabajadores autónomos y funcionarios. Entre los trabajadores existen nuevas “clases”: los que tienen contrato fijo y los que no; los consolidados con casa, coche y un cierto nivel de consumo y los parados; los que tienen permiso de trabajo y los “sin papeles”; los trabajadores de los países desarrollados

y los del Tercer Mundo... ¿Y dentro de este panorama, cómo funciona el género?

En el metro o en el tren de cercanías de cualquier ciudad europea pueden coincidir a la hora de entrar al trabajo, un obrero de la construcción, un empleado de Banca o un ejecutivo que prefiere utilizar el transporte público. Son tres personas aparentemente ajenas..., pero se sienta frente a ellos una joven y guapa secretaria con minifalda. Las miradas cómplices les unen momentáneamente en un “nosotros” frente a ella. Y esta situación trivial puede repetirse en otros múltiples contextos sociales y laborales. Sigamos profundizando.

Muchas personas, hombres y mujeres, sienten que el trabajo es parte de su identidad. Para los hombres jóvenes es, además, una especie de moderno rito de iniciación, a través del cual se incorporan plenamente al mundo público y productivo. Pueden, si forman una familia, seguir siendo proveedores, aunque apoyados por el sueldo de la mujer. No es raro así que alguien desempleado pueda vivir como si hubiera fallado en algún aspecto de su masculinidad, en lugar de ser simplemente víctima de la crisis económica o de la voracidad de beneficios de muchas empresas.

La mayoría de los trabajos no son gratificantes y, en muchos casos, suponen una subordinación constante a normas, jefes, horarios... que producen frustración. Entonces se organizan los clásicos rituales de solidaridad entre hombres con el alcohol, las bromas machistas... una especie de alianza interclasista frente a las mujeres, que no pone en cuestión la organización misma del trabajo, pero lo hace más tolerable. Y se compensa esta autoanulación, ejerciendo en el hogar el poder del que carece en el mundo laboral: una especie de machismo que es menos sutil y más agresivo en los escalones inferiores de la sociedad.

Los varones de clase media tienden a ser más individualistas y menos solidarios, pero igualmente competitivos y misóginos. Pero una cosa son las actitudes de alianza y otra que se comparta el poder. Las jerarquías masculinas están claramente definidas en lo político, lo económico y lo laboral y esto es algo que los movimientos de hombres no han puesto generalmente en cuestión. En los talleres que he facilitado pueden contarse con los dedos de una mano, por un lado, los que participan en política y, por otro, los que no pertenecen a clases medias o no tienen ninguna profesión definida.

Y aquí aflora otra contradicción en las relaciones que tienen los hombres entre sí. Durante la infancia se les enseña a colaborar y trabajar en equipo. A partir de la adolescencia empieza la competición por la pareja. Se premia el esfuerzo individual enfocado en prepararse para obtener un buen puesto de trabajo. Posteriormente, se acentuará el aislamiento y la competitividad en el mundo laboral. Salir de este túnel colectivo transformará el tipo de relación fragmentada que establecen los hombres con las mujeres, los niños, los jubilados y, sobre todo, consigo mismos.

El problema de inicio es que una gran mayoría cree no tener problema alguno a este respecto. Muchos hombres viven aislados, encerrados en su pareja o en su familia y creen tener amigos, pero sólo tienen relaciones profesionales, de vecindad, de bares,

deportes, viajes o recuerdos de infancia o juventud... Muchos tienen a lo sumo uno o dos buenos amigos, pero a veces viven lejos o no están disponibles en momentos de necesidad. Y cada vez me llegan más hombres a la consulta, solteros, casados, divorciados, jóvenes y menos jóvenes, que se han dado cuenta de que no pueden manifestarse con nadie tal como son, compartir dudas y problemas. Cada uno tiene los suyos y casi todos huyen de cargarse con algo ajeno. Se ha desaprendido a escuchar, contener y apoyar.

Tal vez este desaprendizaje tenga que ver con el malestar interno que experimentan en el período de la pubertad los adolescentes, tironeados por la homofobia, por un lado, y la idealización de la virilidad mal entendida, por otro. *"La homofobia es una gran fuerza socializadora en la vida de un muchacho: cuanto menos blandengue y femenino sea, mejor será aceptado por el grupo de iguales. También la misoginia es un elemento de cohesión: en esa edad se desprecia a las chicas, se ridiculizan sus actitudes y comportamientos... [...] Homofobia y misoginia (seguramente las dos caras de la misma moneda) generan una ruptura interior de proporciones considerables, ya que el chico aprende a rechazar el femenino en sí y en la mujer, con los daños emocionales que ya sabemos"*.^[6] Este culto a la "virilidad" se perpetuaba antes en el servicio militar y ahora en las películas de marines duros y aguerridos, pero sin cerebro propio, en los gestos de victoria de los deportistas, sus caras adustas, su complicidad y camaradería en los vestuarios. Se continúa esa masculinidad sólo formal en los bares, con las bromas hirientes, los chistes picantes, el lenguaje salpicado de tacos... Sin embargo, la camaradería no siempre evita la rivalidad de fondo: por la chica más guapa, el empleo mejor pagado, el liderazgo del grupo, aunque sea momentáneo... ¡Bravo! Educados para competir, luchar y rivalizar.

Y entramos de lleno en el tema del poder. En primer lugar, el cuerpo. ¿Se es o no se es macho alfa? (en lenguaje masculino, "quién se las lleva de calle"). Ser o no ser joven, alto o bajo, tener cuerpo de deportista o fofo y con michelines. Y de esto no se habla, pero inconscientemente los hombres nos situamos y somos situados por los demás. Entramos en categorías y jerarquías. Además del cuerpo, está la palabra y la cultura, el conocimiento, la información, los datos, la mente. La profesión, el sueldo, el estatus social y sus signos externos, como el coche, la casa, la ropa... también entran en el cómputo del poder personal. Y así en la tribu masculina se establecen clases, pero siempre quedan los márgenes, los terrenos fronterizos en donde se puede seguir compitiendo. Y si no se puede competir en algo, hemos aprendido a compensarlo y rivalizar en los terrenos en los que nos sentimos más fuertes.

Sin embargo, por encima de las jerarquías y de las luchas internas, persiste la conciencia de ser un hombre, una cierta complicidad igualitaria cuando se trata de criticar algo de las mujeres o de hacer bromas a su costa. Falsa camaradería y mal pegamento, para mantener un cierto tipo de compañerismo y solidaridad entre mineros, pescadores, obreros de la construcción, bomberos, policías, por poner sólo unos ejemplos.

Se pasa aquí de la libertad de "sálvese quien pueda" y cada cual a conseguir sus

metas individuales, a la solidaridad de género, en donde los hombres se aprovechan de una situación histórica de superioridad patriarcal: pobre o rico, feo o guapo, joven o viejo, pero hombre a fin y al cabo. Una especie de caricatura de los dos primeros objetivos de la Revolución francesa: Libertad e Igualdad. ¿Y para cuándo la verdadera fraternidad?

Y ésta es otra: ¿por qué muchos hombres no pueden tener amigas de verdad? Si están en pareja, se sentirán culpables. Si no lo están, seguramente él o ella pensará en la posibilidad de mantener una relación sexual y/o emocional. Personalmente debo ser un bicho raro o miembro de una minoría muy privilegiada. Conservo amistades femeninas y masculinas de todas las épocas de mi vida. A las amigas siempre las vi como iguales y no como objeto de deseo o de conquista. Con mis ex parejas he logrado (¿o han logrado ellas o más posiblemente ambos?) transformar la relación para llegar a una amistad profunda. A los amigos, siempre les reconocí su valía y no competí en los terrenos en que fueron o siguen siendo mejores que yo.

Sin embargo, siempre eché de menos una auténtica fraternidad entre todos. La mayoría no se conocen entre sí. Demasiadas diferencias de intereses familiares, profesionales, políticos, culturales y espirituales. Insalvables distancias generacionales y geográficas. Pero no desisto de mi empeño. Me basta ahora encontrarme periódicamente con hombres deseosos de continuar el trabajo interior que conduce de la rivalidad a la fraternidad. Una fraternidad para contagiar cada uno en su mundo el espíritu que expone el místico y escritor Khalil Gibran: *“Cuando vuestro amigo manifiesta su pensamiento, no teméis el ‘no’ de vuestra propia opinión, ni ocultáis el ‘si’... Si él debe conocer el flujo de vuestra marea, que conozca también su reflujo.*

Pues, ¿qué será de vuestro amigo si sólo le buscáis para matar el tiempo?

Buscadle siempre para las horas vivas, ya que el papel del amigo es el de henchir vuestras necesidades, y no vuestro vacío.

Él es el campo que sembráis con cariño y cosecháis con agradecimiento.

Y que no haya otra finalidad en la amistad que no sea la maduración del espíritu”.

[7]

[1]. CONELL, R. W., *Masculinities*, Polito Press, Cambridge, 2005.

[2]. CONELL, R. W. “La organización social de la masculinidad” www.cholonautas.edu.pe / Biblioteca Virtual de Ciencias Sociales.

[3]. El testimonio entre cursivas corresponde a Jorge Enrique Guzmán, profesional colombiano, publicado como prólogo en *“La identidad masculina: un mundo de inclusiones y exclusiones”*, ensayo escrito significativamente por dos mujeres: María Cristina Palacio y Ana J. Valencia, Universidad de Caldas, Colombia, 2001.

[4]. Entrevista de Elo Mayo, para la revista “Hika”, 2001.

[5]. “Triple Jornada” n° 12, puede consultarse en www.anthroposmoderno.com.

[6]. “Padre-hijo. El anhelo de una relación hurtada”, PEÑARRUBIA, Paco, *Boletín de Graduados de la Escuela Madrileña de Terapia Gestalt*, n° 7. Enric Carbó, actual profesor de filosofía, comprueba que en su Instituto la

homofobia no sería una gran fuerza socializadora hoy día, y que más que exceso de “mala masculinidad” lo que habría es falta de “buena masculinidad”, que algunos sí encuentran en el deporte. Por otro lado, son más bien las chicas las que se ríen de ellos, ya que llevan alguna ventaja en su maduración y suelen salir con chicos más mayores. Tal vez las cosas estén cambiando más aceleradamente de lo que pensamos. O tal vez una cierta misoandria esté compensando la tradicional misoginia.

[7]. GIBRAN KHALIL GIBRAN, El Profeta, Edaf, Madrid, 2001.

6

El hombre nuevo frente al machismo sutil

A casi ningún hombre le gusta que le llamen machista. Los machistas siempre son los otros. Los maltratadores también. Parece que sólo son los que aparecen en los periódicos, por las comisarías esposados o por los tribunales de justicia. Pero ni están todos los que son, ni son todos los que están. En el fuero interno, sin embargo, a pocos les molesta que les consideren “muy machos”. Y aquí empiezan las contradicciones.

Como se ha visto a lo largo de los anteriores capítulos, la masculinidad y las relaciones entre hombres y mujeres no son temas abstractos. Son realidades cercanas, que tocan fibras muy sensibles. Y todo lo que está a flor de piel, lo que puede doler, suele producir reacciones subjetivas, muy cercanas a actitudes defensivas u ofensivas. Lo más fácil es caer en generalizaciones o adoptar posiciones extremas, sin reflexión ni matizaciones. Y lo que es más importante, sin darnos cuenta de que detrás de cada afirmación o negación contundente suele haber algún interés que proteger, alguna actitud que mantener, algún miedo que ocultar. Abrirse a algo nuevo, distinto, dejarse penetrar por “el otro”, abrir rendijas y poros puede poner en riesgo nuestra zona de seguridad, nuestra visión del mundo y nuestra forma de actuar cotidiana.

Es difícil resumir y hacer comprensibles asuntos complejos en un libro, porque la crisis actual no es sólo económica, sino fundamentalmente de paradigmas y valores. Y no sabemos si antes fue el huevo o la gallina, pero la crisis pone de relieve –al tiempo que también es agravada por– asuntos tan candentes como el replanteamiento de la identidad, los roles, la sexualidad, el reparto de poder, las diferentes formas de ver el mundo y de vivirlo de hombres y mujeres, las estructuras patriarcales que se resisten a ser sustituidas, la violencia llamada de género y las incipientes “políticas de igualdad”. Pero, a grandes retos, nuevos recursos: me atreveré a saltar de lo general a lo particular, y viceversa, aun a riesgo de resultar polémico por no poder ofrecer todos los datos ni expresar todos los matices.

Llamaremos “hombre viejo” a algo que ya ha sido señalado de pasada. Los últimos estudios de antropología sobre los hombres como género subrayan la importancia de las

relaciones masculino-femenino en la construcción que los hombres hacen de su propia identidad: la masculinidad es cualquier cosa que no sean las mujeres. Y esto es extensivo a muchas culturas y a muchas épocas históricas. *“Los varones aprenden antes lo que no deben hacer o ser para lograr la masculinidad, que lo que deben hacer o ser. Hacer valer la identidad masculina es, ante todo, convencerse y convencer a los demás de tres cosas: que no se es bebé, que no se es homosexual y, principalmente, que no se es mujer; algo que no ocurre del mismo modo en el caso de las mujeres. Y ello se hace patente, por ejemplo, en las investigaciones antropológicas realizadas en sociedades preindustriales sobre los ritos de iniciación a la masculinidad, como ocurre, por ejemplo, con la efectuada por Gilbert Herdt sobre los sambia de Nueva Guinea”*.^[1]

Otra característica importante y bastante generalizada a lo largo de la historia y a través de muy diversas culturas y civilizaciones es la creación de vínculos masculinos y de lugares y ocasiones en que quedan excluidas las mujeres. Se ha pretendido vincular esta necesidad a la necesidad de protección y solidaridad durante los muchos milenios en que el hombre fue cazador y guerrero. De este modo, algunos pretenden explicar las tendencias a la agresión, la competitividad, el poder político, la jerarquía y la promiscuidad como algo innato de los hombres, heredado a través de los genes masculinos. De aquí a justificar por qué la relación sexual para el hombre ha sido generalmente un acto de posesión y dominación en todas las culturas y en todos los tiempos sólo hay un paso. Y así, muchos estudiosos, fundamentalmente hombres, apelan a la biología y a la historia para llenar el vacío que dejó la religión para defender sutilmente la supremacía del patriarcado.

Volvamos brevemente a este asunto. El patriarcado es una forma de organización política, económica, religiosa y social basada en la idea de autoridad y liderazgo del varón, en la que se da el predominio de los hombres sobre las mujeres, el marido sobre la esposa, del padre sobre la madre y los hijos e hijas, y de la línea de descendencia paterna sobre la materna. La aparición histórica de las grandes religiones monoteístas –judaísmo, cristianismo e Islam– coincide con la desaparición de algunas características del matriarcado primitivo que se habían mantenido en los inicios de la Historia. El feudalismo en Europa contribuyó a asentar el patriarcado durante toda la Edad Media. Los señores feudales y la Iglesia controlaban una gran parte de la vida privada y familiar. Y el Renacimiento y la Ilustración beneficiaron fundamentalmente a los varones. Un ejemplo: durante la Revolución francesa, Olympia de Gouges fue decapitada por reclamar los mismos derechos de ciudadanía para las mujeres, a las que se impedía el acceso a la Universidad y el ejercicio de profesiones como la medicina, que en la Edad Media al menos, habían ejercido como curanderas.

En el siglo XIX, en los inicios de la revolución industrial, la burguesía triunfante adjudicó a la mujer el papel de madre y esposa, mantenedora del hogar. O se era eso, o monja o prostituta. En cualquiera de los tres casos, siempre había varones por encima: el esposo, los confesores y obispos, y los proxenetas. Y de aquellos polvos, estos lodos. En pleno siglo XXI, a pesar del acceso de la mujer a casi todas las profesiones y trabajos

(hablamos de Occidente, porque no es así para al menos tres quintas partes de las mujeres del mundo), en el inconsciente colectivo quedan grabados siglos de historia: el concepto, por ejemplo, de virilidad sigue muy unido al del honor y el linaje, frente al de “virginidad” en la mujer. Y la violencia y los crímenes ejercidos en aras de estos principios en países como la India, Turquía, Paquistán, o incluso en Sicilia[2], son sólo la punta del iceberg de una violencia simbólica y estructural transmitida como “inadvertido cultural” a través de la filosofía, los mitos, las religiones, e incluso la ciencia.

Por debajo del iceberg emergido, está toda esa masa sumergida bajo el agua de las emociones que no se ve. Existe un dominio sutil, tal vez una especie de violencia, a veces expresada en una actitud de agresión pasiva, que podría encuadrarse en lo que el psicoterapeuta Luis Bonino, especializado en relaciones de género, llama “micromachismos”, actos y actitudes de machismo sutil[3]. Creo que no son exclusivos de los hombres, aunque sí más frecuentes y generalizados. Pueden ir desde el insulto, la amenaza y la intimidación, hasta el hacerse el incompetente y evitar toda intimidad con el pretexto de falta de tiempo, pasando por el silencio hostil, la pasividad en cualquier tarea doméstica y la falta de reconocimiento a cualquier cosa que haga la pareja. ¿Quién puede poner la mano en el fuego y negar haberlos ejercido en alguna ocasión?

Ante este panorama, existen hombres acá y allá, que nos reunimos para reflexionar de una forma autodirigida, con ciertos métodos y estructuras de acogida, para romper el aislamiento afectivo, para superar problemas de pareja, con los padres o con los hijos. El objetivo de algunos es el de provocar un cambio social a partir de transformaciones personales reales, o al revés, que viene a ser lo mismo. Y esto, porque nos hemos dado paulatinamente cuenta de que muchos de nuestros problemas e inquietudes tienen el mismo origen que las que acucian a las mujeres: el actual paradigma sexista. Y es sólo desde esta posición, la de caminar sobre el filo de la navaja discriminando en cada momento y ante cada situación, como podemos acercarnos a la verdad. No a una verdad ideológica previa, sino a una verdad destruida y reconstruida día a día, con datos reales, con una actitud de imparcialidad y honestidad. La meta final no sería sólo crear una sociedad en la que no quepa ninguna violencia de género, sino una sociedad de mutua comprensión, aceptación, colaboración y amor entre mujeres y hombres. Uno de los movimientos más extendidos en Quebec y en los países francófonos europeos son las redes creadas por el psicoanalista canadiense Guy Corneau.

Y para ello hay que ser políticamente incorrectos: proteger a la parte más débil, la que mayoritariamente es víctima de la violencia física, las mujeres, no debería significar desproteger al inocente, como al hombre de Sevilla, que pasó once meses en prisión por una falsa acusación de malos tratos, o a un amigo que pasó la noche en comisaría, porque su ex le acusó de haber pegado a los hijos, sabiendo que ellos se habían pegado entre sí. La ex perdió el juicio al año siguiente. Pero, ¿y los meses transcurridos bajo sospecha, las continuas citaciones judiciales, la paralización del régimen de visitas... la angustia de la duda ante qué tipo de sensibilidad tendrá el juez de turno y a quién podría creer?

Y cuando no nos dejamos llevar por la indignación, por la pasión, ni por nuestros propios intereses, invito a que todos los hombres, incluso los hombres heridos o que fueron acusados injustamente, podamos escribir algo tan hermoso, en homenaje a las mujeres, como ha publicado la escritora y periodista Maruja Torres, en homenaje a los hombres.^[4] *"Aproveché el Día Internacional contra la Violencia de Género para reflexionar acerca de los hombres de mi vida que ni son ni han sido más ni menos que yo, y que me han ayudado a ser y a estar. [...] Al hombre que me enseñó a leer y escribir, meciéndome en sus rodillas. [...] Al hombre que me acompañó durante diez años, mientras los dos crecíamos sin hacernos más daño que el de los estiramientos rápidos. Al hombre que me dio trabajo diciéndome que yo valía. [...] Al hombre que vino a mi casa la noche después de aquella en que fui violada, y me hizo el amor con toda la ternura necesaria para que no repercutiera en mí ese involuntario contacto con uno que era menos que cero. [...] De estos hombres muchos están muertos y otros me sobrevivirán. Pero en este corazón tienen su sitio, y ninguno ha dejado de entibiarme la vida durante un solo día. Va por ellos. Va por vosotros.*

Es un cambio de actitud radical el que se necesita. No sólo adentrarse en estudios y debates teóricos. Recuerdo con tristeza algunos foros bien intencionados sobre la masculinidad con nutrida participación de hombres y mujeres, en los que cada cual exponía su opinión que caía como una piedra en un pozo vacío. Parecía más bien un monólogo con personas que asentían o disentían, pero mayoritariamente callaban o, cuando tomaban la palabra saltaban a otro tema. Después de bastantes horas, que se hacían interminables, cada uno a su casa tal como había llegado. Ningún acuerdo, ninguna propuesta de acción. Y lo más penoso: nadie hablaba de absolutamente nada personal. Sólo opiniones, datos, resúmenes de lecturas...

Y no sólo actitud, sino acción. Y acción hacia el interior y hacia el exterior. Se ha criticado mucho, y no sin razón, que muchos grupos de hombres se centran demasiado en ellos mismos o exclusivamente en su crecimiento personal. No es de extrañar que los encuentros en la naturaleza de los que siguen la corriente mítico-poética, para encontrar la verdadera fuerza masculina con fuego, tambores, ritos de iniciación... despierten en muchas mujeres una cierta prevención, rechazo y miedo atávico... Los guerreros preparándose para un nuevo asalto. Sin embargo, no es esta la cuestión, sino un cierto autismo respecto a los movimientos de mujeres, porque los encuentros se cierran por sí mismos, una vez recuperada esa "fuerza primitiva", aparente o realmente perdida, a lo largo de una educación deficitaria en valores masculinos y, a veces, por años de convivencia sumisa con una pareja más fuerte.

Otros tipos de encuentro, más generalizados hoy día, están muy centrados en lo terapéutico –restañar heridas, sanar resentimientos, recuperar tanto fuerza como sensibilidad, recuperar al padre– y, en muchas ocasiones, aplicar todo lo reintegrado al dominio de lo consciente, en las relaciones de pareja y/o familiares.

Sin embargo, lo más visible socialmente son las jornadas y los foros de tipo social y político, apoyados por instituciones como algunos Ayuntamientos, o que se organizan en

barrios y colectivos independientes. Y existe un abismo de incompreensión y de contacto entre quienes se centran en la transformación interior y quienes sólo se enfocan en los cambios externos. Si no producimos una conexión entre ambas corrientes, la auténtica transformación social tardará años, que ya no tenemos por delante ni individual ni colectivamente; o tal vez nunca se produzca, si nos condenamos nosotros mismos a dar vueltas en círculos y repetir una y otra vez nuestra propia historia.

Y salir de nuestra historia comporta una pequeña paradoja. Nadie pone en duda que la educación de los niños y jóvenes de hoy afectará de forma esencial a su forma de actuar en el mundo. Pero, ¿cómo ayudarlos a construir un nuevo paradigma si nosotros mismos no acabamos de salir de él? Es exactamente la misma paradoja en que se encuentran hoy día en España los jóvenes licenciados en paro, a veces con varias carreras, idiomas y experiencias en el extranjero a sus espaldas. Se les dijo que cuanto más se formasen más posibilidades tendrían de “acceder al mercado de trabajo”. Y muchos se ven obligados a rebajar su currículum, porque la mayoría de las empresas españolas no se reciclaron a sí mismas y no están requiriendo ese tipo de especialización. Así que los rechazan por “excesiva cualificación” (*overqualified*).

Y parte de la misma paradoja es el ejemplo que la sociedad adulta (por llamarla de alguna manera, porque ser adulto significaría más madurez que la que muestra) está dando a las jóvenes generaciones: fumar y beber perjudica la salud, pero en sobremesas, bodas y banquetes, fiestas de todo tipo, anuncios, cine, televisión... los adultos fuman como parte de su libertad. Y muchos preadolescentes y adolescentes empiezan a fumar y beber, como forma imaginaria de entrar en el mundo “adulto”, de ejercer su libertad, a veces a escondidas, a veces con la complicidad de la “autoridad” familiar o escolar, que mira hacia otro lado. Y de ahí a los estupefacientes... He sido testigo de cómo circula la cocaína entre muchos ejecutivos, hombres de negocios, gente de la televisión y otros medios profesionales respetables que no menciono para evitar demandas judiciales... Y todo bañado en valores individuales de seguridad, contrato fijo de trabajo y expectativas seguras de jubilación –“si no tenemos piso en propiedad, aunque sea con hipoteca, no nos casamos”–, estatus, consumo como sustituto de felicidad real, desvalorización de lo público –“los políticos son todos iguales” y “más vale no declarar a Hacienda a que malgasten mi dinero”–... Afortunadamente, sólo es una parte de los jóvenes, pues hay decenas de miles colaborando en ONGs, intentando encontrar otras formas de vivir, y algunos las encuentran en formas alternativas de trabajo o de oposición al sistema, formando colectivos de todo tipo...

Cuando se revisan los recursos educativos más frecuentes para la educación en valores de igualdad de ambos sexos, se encuentra generalmente textos y talleres centrados en la igualdad de oportunidades para niños y niñas, evitar la violencia y, en general, una serie de meritorios esfuerzos por eliminar las manifestaciones sexistas más obvias. Pero se encuentran muy pocos centrados en un cambio radical de visión de hábitos que incidan en el comportamiento posterior. Claro que es difícil que profesores y profesoras que sólo tengan el barniz ideológico de lo políticamente correcto hoy día

puedan dar ejemplos muy claros y opuestos a lo que después viven los alumnos en las familias y contemplan al su alrededor.

Acabo de comprar el libro de Educación para la Ciudadanía de 2º de la ESO, para mi hija mayor. Miro el índice: ni una sola referencia a las relaciones de género. Me introduzco en los contenidos de las relaciones con los compañeros. Un párrafo se refiere a la amistad. Como si no hubiera niños y niñas, como si los y las adolescentes fueran una masa indiferenciada que deberán aprender todo entre ellos y ellas (de momento a la edad de 13 y 14 años van casi siempre por separado). Sin embargo, el hecho de que ya sea tema de debate fuera del ámbito educativo y de que sea tema de alguna publicación deja algún resquicio para la esperanza.[\[5\]](#)

Como bien resume el presidente de la Academia de Psicología Peruana, *"Los nuevos modelos de masculinidad no se configuran a base de símbolos viriles idealizados, sino con atributos temperamentales concretos. Estos modelos incluyen la preocupación genuina por la supervivencia de la especie y la vinculación al proceso diario de sustentación de la vida. Otro componente es la escala de valores que favorece la igualdad y resta valor a las jerarquías, y que sitúa el bienestar tangible de los compañeros y compañeras de vida por encima de ideologías y conceptos abstractos. Estos nuevos modelos de masculinidad alimentan la antipatía por la violencia y ensalzan la negociación y el consenso como métodos predilectos para resolver conflictos. Son modelos que se nutren de una buena dosis de empatía, esa capacidad que nos permite ponernos de verdad en la realidad ajena, y de flexibilidad para captar las fuerzas que continuamente transforman nuestro ser y el medio que nos rodea. En definitiva, los nuevos modelos de masculinidad se configuran de las cualidades vitalistas y humanizantes de la persona"*.[\[6\]](#)

Los hombres que han abandonado los viejos esquemas, que han mudado no sólo de piel sino también de esqueleto, o que se encuentran en el proceso de hacerlo, han de sufrir no una simple transformación (cambio de forma para que todo siga igual), sino una auténtica metamorfosis (en biología, sería el proceso por el cual un animal se desarrolla desde su nacimiento hasta la madurez por medio de grandes y abruptos cambios estructurales y fisiológicos, acompañados normalmente de cambios de hábitat y comportamiento).

Son hombres que asumen su responsabilidad con este planeta y con la naturaleza, no como entes separados, sino como parte integrante de ambos.

Respetan profundamente, sin dependencia, resentimiento, ni rebeldía a sus progenitores y predecesores: padre, madre, abuelos y ancestros, a los que honran y, sin forzosamente tener que seguir todas sus huellas.

Entonces pueden amar a su pareja sin imponer la lealtad a su propia familia de origen, ni proyectar los miedos y carencias de su infancia, asumiendo su papel en un plano de igualdad en obligaciones y derechos, pero sin fusión ni confusión de roles.

Respetan a sus hijos como seres individuales, de los que se responsabilizan hasta su

mayoría de edad, nutriéndoles no sólo en lo material, sino también en lo afectivo, sin querer que lleguen a donde ellos no llegaron, ni que hagan lo que ellos no pudieron hacer, poniéndoles los límites necesarios para no convertirlos en futuros tiranos, por miedo al conflicto o a la pérdida de su cariño.

Abandonan la persecución del dinero, el poder, el estatus, en la certeza de que no aportan genuina felicidad y constituyen las metas sobre las que se funda la mente y las estructuras patriarcales.

Han atravesado las etapas centradas en el yo y posteriormente en el otro, para llegar al nosotros, integrando la comunión, la relación y el respeto, y disminuyendo el énfasis tradicionalmente puesto en la individualidad, el derecho y la justicia.[7]

Y siguen practicando lo que David Deida, investigador pluridisciplinar, escritor y uno de los líderes contemporáneos del crecimiento personal en el ámbito de las relaciones de género, llama “el camino del hombre superior”,[8] *"un hombre nuevo que está en evolución, que es declaradamente masculino –lleno de confianza y de propósitos, vive la vida que ha elegido vivir con profunda integridad y humor–, sensible, espontáneo y espiritualmente vivo, con un corazón comprometido a descubrir y a vivir su verdad más profunda... se siente totalmente atraído por lo femenino... ha abrazado tanto su masculinidad como su feminidad internas... vive desde su núcleo más profundo... completamente comprometido con la expansión del amor"*.

Todo un programa al que añado: y caminan día a día hacia adentro y hacia afuera. En el silencio y la reflexión. En la acción, la creación y la transformación. Pues cada cambio profundo conduce a una acción en el mundo y ningún cambio real y duradero proviene únicamente del debate, la discusión, el ruido y la furia.

[1]. JOCILES, María Isabel, “Estudio sobre las masculinidades”, *Gaceta de Antropología*, nº 17, 2001

[2]. “Crímenes de género, con honor o sin él”, <http://elveiga.blogspot.com>, 2.09.2006.

[3]. “Los micromachismos”, Revista *La Cibeles*, nº 2, Ayuntamiento de Madrid, noviembre de 2004.

[4]. “De todos los hombres que hay en mi vida, ninguno será más que yo”, *El País*, 26,11.2009.

[5]. ROSS, Carol y ASKEW, Sue, *Los chicos no lloran. El sexismo en educación*, Paidós, 1991.

[6]. LAMAS ROJAS, Héctor, “Acerca de la masculinidad”, <http://www.academiaperuanadepsicologia.org>.

[7]. Quien esté interesado en profundizar en las etapas de evolución psicológica y espiritual de hombres y mujeres, puede consultar la obra *Diario* de WILBER, Ken, Kairós, Barcelona, 1999 pp. 244-245, que le remitirán, a *Un dios sociable*, Kairós, Barcelona, 1988.

[8]. *El camino del hombre superior*, Gaia, Madrid, 2005, pp. 13 y 14.

¿Por qué no tengo pareja? ¿Qué hacer para conservarla?

Llegados a este punto, me pregunto a quién le sería más difícil hoy día encontrar pareja. ¿A un hombre “nuevo” o a un hombre “patriarcal”? ¿A una mujer consciente e integrada en su parte femenina y masculina o a una mujer tradicional? Si aplicamos la ley de los porcentajes, parecería lógico que fuese más difícil a las pequeñas minorías que se han salido o intentan salir de las estructuras mentales, emocionales, sociales, políticas y económicas dominantes. Sin embargo, puede que no sea así por la ley de la atracción.

Siempre me parece detectar un cierto sufrimiento, una insatisfacción latente, un dar vueltas ciegamente alrededor de un enigma existencial, en las personas que se preguntan por qué no tienen pareja. Es un cuestionamiento recurrente en algunos talleres mixtos y en no pocas sesiones de terapia. En realidad, existen pocos corazones auténticamente solitarios. Al menos, por naturaleza, por convicción o por decisión meditada. Lo natural es vivir en compañía, centrarse en una persona a la que querer de un modo especial y que a su vez nos corresponda. Tal vez querer cumplir el viejo sueño de no envejecer solo o sola, sino con alguien con quien se hayan compartido experiencias y sueños. En muchos casos con quien perpetuarse de algún modo a través de los hijos.

Sin embargo, personas solas hay muchas. Unas, porque no saben dónde encontrar y cómo abordar una primera relación; otras, porque ya se acostumbraron a ello después de fracasar en múltiples intentos; las más numerosas por miedo a sufrir negativas o decepciones; hay también quienes por fidelidad a una antigua pareja, o simplemente porque enviudaron siendo ya muy mayores, no creen que pueda haber otra oportunidad.

Algunos jóvenes no entienden sus sucesivos “fracasos” de pareja. Se sumergen en un mar de dudas. Pierden a veces la autoestima. Se mueven de un extremo al otro. Del “ya no quiero sufrir más y me lo monto muy bien sola o solo” a “no puedo seguir así”. Muchas personas maduras llegan a pensar que algo hacen mal por el hecho de que el paso de los años no les “traiga” la “pareja adecuada”, a pesar de su claro deseo o de sus

repetidos intentos. Creen que han cometido “errores”. Se preguntan cuáles son o por qué tropiezan siempre en la misma piedra. Otras tiran simplemente la toalla y se resignan, pero no por ello desaparece la necesidad ni el legítimo deseo. El paso de los meses y de los años suele amortiguar una y otro hasta el punto de engañarse a sí mismas creyendo haber encontrado una zona de feliz seguridad en la soledad. Una especie de refugio para no sufrir más negativas, rechazos ni desengaños. Pero hay noches en que la ausencia de caricias se hace insoportable y empiezan a temerse los fines de semana que se vuelven grises y monótonos.

Paradójicamente, la sociedad actual no favorece el contacto íntimo a pesar de la multiplicación de canales de comunicación. Hace varias décadas que la televisión dejó de ser un polo de atracción para reunir a la familia o a los amigos. En general, contribuye más a aislarnos que a relacionarnos. Por otra parte, la mayoría de las actividades culturales o deportivas están enfocadas a que el individuo consuma un producto, aisladamente o en masa, pero casi nunca a aumentar la relación interpersonal. Y en esto que llega el ordenador. La mayoría de los internautas suelen limitarse a navegar por la red, bajarse músicas, ver películas, vídeos o presentaciones *power point*, actividades todas ellas realizadas en soledad. Y las redes como *facebook*, *tuenti* o la comunicación por *messenger* y otros foros virtuales sirven más para llenar la ausencia de auténticas relaciones que para crearlas. Cuando recibo invitaciones de conocidos y desconocidos para incluirme entre sus “amigos” en su página personal, que nunca acepto, compruebo que algunos tienen más de cien por todo el mundo. Pero sólo intercambian fotos, noticias y opiniones. Mi reflexión: es un buen escaparate para mostrarse y una forma de conectar con personas muy diferentes. ¿Pero qué tiene que ver esto con la auténtica amistad o con la posibilidad de encontrar pareja para aquellos que la buscan? Más bien parece un pobre sucedáneo.

Y ésta es otra comprobación interesante. Muchos singles (solteros y solteras, separados y separadas) que acuden a charlas, conferencias, tertulias, seminarios y talleres de desarrollo personal albergan la secreta esperanza de encontrar su “media naranja”. Es un pequeño paso, ya que la pareja “ideal” estará normalmente en un entorno geográfico, cultural y de valores cercanos. Lo más probable es que no se encuentre en la Patagonia, en las Antípodas, ni en un círculo alejado de nuestros intereses vitales. Sin embargo, no basta, porque se parte de dos dificultades básicas: la primera consiste en que la búsqueda no es explícita y generalmente se mantiene vergonzantemente en secreto, porque parecería mal visto ir directamente a ligar a conferencias culturales o a las clases o talleres de yoga, taichi, salud integral, meditación, desarrollo personal y espiritual... Con lo fácil que sería poner sobre la mesa la necesidad primordial y las necesidades secundarias, el deseo principal y el resto.

En segundo lugar, el concepto mismo de “media naranja” implica sentirse incompleto, creer que otra persona puede completar algo que se cree que falta, que uno puede “salvar” y ser “salvado” de la inseguridad, la sensación de soledad, de no haber encontrado aún un sentido a la propia vida o incluso del miedo a la transitoriedad de

todo, al hecho de saber que algún día nos vamos a morir. Esta concepción romántica e idealizada del amor y de la pareja se refleja continuamente en las letras de muchas canciones actuales. Para muestra, estos tres botones elegidos al azar:

"...Por ti, por ti, por ti, he dejado todo sin mirar atrás, aposté la vida y me dejé ganar..." ("Te extraño, te olvido, te amo", Ricky Martin).

"... Encadenada a ti, atada con un nudo fuerte al corazón, fundida con tu voz, encarcelada entre tus brazos" ("Atada a ti", Chenoa)

"Porque nunca habrá nadie que pueda llenar el vacío que dejaste en mí" ("Un siglo sin ti", Chayane).

Las refuerzan los temas de las teleres series, las fotos de las revistas del corazón y las noticias que se cuelan incluso en los telediarios sobre la vida sentimental de algunos políticos, escritores, estrellas de cine y ases del deporte. Lo grave es que, aunque no escuchemos canciones, veamos la televisión, ni leamos revistas de peluquería, todo esto no hace sino reflejar la educación transmitida por los cuentos populares y por padres y abuelos: se "sienta cabeza" cuando se encuentra la pareja formal con la que pasar toda la vida y darles nietos o bisnietos. "Se casaron, fueron felices y comieron perdices".

Es tal la expectativa de felicidad para siempre, "hasta que la muerte nos separe", la presión puesta en la necesidad de satisfacer "correctamente" ese deseo, que muchas personas –hombres y mujeres– dudan durante mucho tiempo de iniciar o no una relación de pareja o más comprometida con una persona por la que se ha sentido una fuerte atracción. Y a otros les surge la duda, después de un tiempo de relación de intimidad, de si acertaron o se equivocaron. En muchas ocasiones, incluso después de haber contraído matrimonio y de haber tenido uno o varios hijos. Entonces la interrogante se hace más candente. Tal vez la obsesión por otra persona o, simplemente la aparición de la rutina, el cansancio, la crisis... hace que muchos se planteen si están con la "persona adecuada", si su pareja es su "verdadera pareja", su "alma gemela", la pareja que les estaba "destinada" y para la que él o ella estaban "predestinados". Todos estos conceptos se convierten en creencias que funcionan como jaulas que impiden encontrar justamente lo que se busca de fondo.

Lo cierto es que no existen los fracasos ni los errores. "Fracaso" es simplemente la etiqueta puesta a una vivencia que no resultó conforme a nuestras expectativas y a nuestros objetivos. "Error" es sólo el juicio que emitimos sobre un hecho del pasado basándonos en informaciones y datos del presente. En el pasado, cuando hicimos o dejamos de hacer, nos enamoramos o dejamos pasar una oportunidad, dijimos sí a una propuesta o tuvimos miedo y el tren pasó de largo, lo hicimos conforme a lo que sabíamos en ese momento, a las vivencias que habíamos tenido, a los sentimientos que habíamos o no aprendido a detectar y a expresar. Transcurrido un período de tiempo, somos los mismos, pero hemos cambiado. Tenemos otras cicatrices, otros gozos y otras nostalgias. Hemos aprendido y tenemos recursos nuevos. O a veces no, y repetimos la lección, el examen y la nota: "suspense", "insuficiente". Menos mal que son notas de

exámenes parciales y no del examen final. Salvo que nos alcance la muerte mientras vamos aplazando día tras día el vivir plenamente con o sin pareja, con la pareja que tenemos o con la deseada o la fantaseada.

Preguntarse siempre lo mismo sin hallar respuesta nos convierte en eternos buscadores. Y la costumbre de buscar sin encontrar se convierte en un hábito, casi en una identidad. Propongo cambiar de tercio y convertirse en “encontradores”. Encontradores de respuestas y de soluciones. Encontradores de pareja, si es eso lo que realmente se busca. Cualquier problema bien planteado tiene siempre una solución si se siguen paso a paso ciertas operaciones. Las preguntas cambian entonces: ¿pero realmente buscas pareja? ¿Estás abierta o abierto a dar y a recibir, en disposición de arriesgarte, salir de lo viejo y entrar en lo nuevo? ¿Quieres abrirte al misterio de un “otro”, entregarte totalmente a esa otredad que pone en cuestión tu propia identidad? ¿Te gustaría iniciar una vía de desarrollo personal y de autorrealización tan difícil como la vida en común y la construcción de ese espacio-tiempo que llamamos “pareja”?

Hay quien quiere sexo y lo llama amor. Hay quien quiere caricias y mantiene relaciones sexuales sin auténtico deseo. Hay quien huye de la soledad y traiciona su libertad. Hay quien quiere pasión permanente y la mata enredándose en una convivencia asfixiante. Si no se trata sólo esto, o no principalmente, ¿qué se entiende por pareja?: ¿el alma gemela?; ¿el compañero o compañera para toda la vida?; ¿alguien que nos acepte incondicionalmente y para siempre?; ¿el padre o la madre de nuestros futuros hijos?; ¿el caballero o la princesa que nos complemente, que nos anime, que nos haga felices? En las fórmulas de boda siempre se promete “apoyarse en la salud y en la enfermedad, en la pobreza y en la riqueza hasta que la muerte os separe”. Si se supone desde hace sólo uno o dos siglos que los matrimonios deben contraerse por amor, ¿no debería añadirse “hasta que la muerte del amor os separe”? El enamoramiento, el amor romántico y la pasión suelen languidecer con la convivencia, las rutinas y las obligaciones, la repetición de gestos y actos, de silencios y de palabras. Con la propia maduración cuando las vías se separan o los ritmos se descompasan.

El cantautor de la libertad, Georges Moustaki, confesaba en una entrevista que, a sus 75 años, no había encontrado todavía la fórmula para combinar pasión y convivencia, mantenimiento de la libertad personal y compromiso leal con la pareja. Amor permanente con la misma persona. Y eso, a pesar de su experiencia con grandes amores, entre otros con Edith Piaf o con Ángela Molina. En los años 80 cantaba a dúo con esta actriz “Muertos de amor”, en el disco “Con las defensas rotas”. ¿Será que enamorarse consistiría no sólo en bajar las defensas, sino en romperlas? ¿Será que no se concibe el amor, que es puro desbordamiento de vida, sin sufrimiento y expresiones de muerte?: *“Yo que por vivir no sé vivir; si tú no estás pegado a mí. ¿Qué puedo hacer sin ti? Es como un salto en el vacío entre tus ojos y los míos. Muerto de amor, muerta de amor. Muertos de amor”*. Más bien parece que cuentos de infancia, películas y canciones condicionan nuestro imaginario colectivo y conforman subconscientemente ese deseo arraigado de que alguien nos quiera incondicionalmente hasta la muerte y en quien poner todas

nuestras ilusiones, esperanzas y anhelos. Alguien que nos vea el alma y que nos deje ver la suya. Pero rara vez nos damos cuenta de que el alma queda velada por momentos, de que la ceguera del primer instante en que sólo se veía lo bueno se convierte en ceguera, provisional o definitiva, pero no para los aspectos más negativos o indeseados de la pareja y de uno mismo. Es difícil sostener las subidas y las bajadas de la energía, del deseo, del ánimo, del movimiento, cuando se caminan muchos kilómetros juntos sin permitirse distancias creativas de vez en cuando, las inevitables asincronías de los ritmos y de los descansos.

Ya tenemos la primera respuesta. No se puede encontrar pareja si lo que se tiene en mente es un ideal inalcanzable, una quimera, una utopía –aquello que no está en ningún lugar–. Por mucho que se mire alrededor o en lontananza, ninguna persona de carne y hueso corresponderá entonces a nuestras exigencias. En la fase del enamoramiento, la conciencia se expande, pero curiosamente también se ciega. Todo es bello y perfecto. Fealdades e imperfecciones aparecen cuando se vuelven a abrir los ojos y a recobrar parte de la autonomía perdida en esos primeros momentos de fusión. Pero la existencia se alimenta de novedad y renovación, no de rutina y estancamiento.

Hay quien se cierra entonces, porque “nunca nada será como el primer amor”. Moustaki confesaba en esa misma entrevista que realmente sólo tuvo un gran amor: Edith Piaf, que le llevaba veinte años cuando él abrió su corazón por primera vez. En las experiencias posteriores, declaraba con lucidez, tenían que combinarse dos vidas maduras, casi hechas, con experiencias y obligaciones, con vínculos imposibles de romper, como el de la maternidad y la paternidad. Inconscientemente muchas personas comparan continuamente las buenas y malas experiencias anteriores. Sus nuevas parejas nunca parten de cero en su vivencia. Tendrán que demostrar que son mejores o que no les harán sufrir tanto. La experiencia es una gran maestra, pero no lo es cuando se convierte en un lastre por exceso de nostalgia, miedo o culpa.

Para complicar el panorama, pocas personas profundizan en la relación que tuvieron sus padres entre sí y en cómo ésta continúa influyéndoles: por querer reconstruir el mismo tipo de pareja o justamente por lo contrario: por querer evitar a toda costa reproducirla y pretender construir todo de nuevo, como si no hubiéramos tenido infancia ni historia familiar. Pero los vínculos sistémicos inconscientes son muy fuertes y muchas veces se repite, sin que seamos conscientes de ello, esquemas, patrones y roles que vienen del pasado familiar. La sabiduría popular afirma que uno no se empareja con una persona sino con una familia. Y esto es en alguna medida cierto, aunque uno o ambos miembros de la pareja no tengan familiares vivos o hayan roto toda relación con ellos. La fuerza del inconsciente es como la de las corrientes marinas que arrastran un iceberg, cuya masa está en tres tercios sumergida bajo la superficie del mar. Se casa uno y las propias lealtades con otro que tiene las suyas respecto a su familia de origen.[\[1\]](#)

Al final, tal vez facilite la respuesta a las dos preguntas que encabezan este capítulo el plantearse otras cuestiones como: ¿Quiero realmente “pagar el precio” de salir de mi espacio de seguridad para arriesgarme a lo nuevo? ¿Qué hago realmente para encontrar

lo que busco y dónde busco? ¿Deseo sólo intercambiar necesidades o realmente tengo un sobrante que quiero compartir con alguien? Y al final, ¿qué voy a hacer al respecto para salir de una etapa de mi vida que tal vez se esté agotando y me está empujando a iniciar la próxima etapa? En esto consistiría salir de la pasividad inconsciente y entrar en la toma de conciencia en acción.

Sin embargo, la relación privilegiada y única que supone una relación de amor especial, de intimidad emocional y corporal, de máximo deseo y de más intensa convivencia, de esa relación que llamamos “pareja”, es algo absolutamente subjetivo y personal, singular e intransferible, por mucho que queramos asimilarla a nuestro entorno personal: el de nuestros padres, nuestra familia más extensa, amigos y conocidos y la sociedad que nos rodea.

Vistas desde afuera, las parejas pueden presentar parámetros psicológicos, sociales y económicos asimilables que pueden cuantificarse en porcentajes. Pero en estos casos sólo se están tomando en cuenta factores más o menos visibles y objetivos. Sin embargo, cada pareja es única. Aunque pueda tener puntos de referencias, modelos, aspiraciones y sueños compartidos con otros contemporáneos pertenecientes a la misma cultura y época histórica, el misterio que hace que dos personas se unan y decidan compartir su vida de un modo especial es cada vez nuevo e irrepetible. Existe siempre una especie de “mito fundador” de una pareja, que es absolutamente exclusivo. Dos personas deciden compartir sus vidas o un período de las mismas por múltiples razones, gran parte de ellas inconscientes, y establecen “contratos” que muchas veces no son explícitos. Y de lo que se trata es de hacer conscientes, de sacar a la luz los mitos fundacionales y los contratos. De responsabilizarse y admitir de una vez por todas que es un acto voluntario. El ejercicio de elegir, la capacidad de apostar y asumir riesgos, la decisión de querer entregarse a otra persona y de ser capaz de aceptarla y acogerla por completo es lo que inicia eso que llamamos “pareja”.

Si aceptamos este simple hecho, dejamos de preguntarnos si “debemos” o no estar con una persona. La pregunta adecuada es si queremos o no y si la contraparte quiere o no y si asumimos las consecuencias. Cuando alguien se hace o nos hace la pregunta de si una persona que le atrae podría ser su pareja, si es “el príncipe” o “la princesa” de sus sueños, implícitamente lo que se está preguntando es si va a durar toda la vida, si él o ella no le va a abandonar, si le hará feliz, si uno de los dos no se cansará, si no va a encontrar después el alma gemela que le estaba esperando y pueda caer entonces el velo del primer enamoramiento. Y el miedo oculto es que él se convierta en sapo y ella en bruja.

Todas éstas son falsas preguntas, pero temores sensatos. Una pareja “adecuada” no es forzosamente aquella con la que permaneceremos toda la vida, sino aquella que le hace a uno crecer y viceversa. Dando una vuelta más de tuerca, cualquiera puede ser una pareja para toda la vida, porque es un acto de voluntad recíproco el que hace que alguien pueda crecer en cada problema surgido, en cada dificultad superada, en cada crisis atravesada. Es curioso escuchar a veces, tras una ruptura de pareja, la justificación de que “una persona maravillosa se atravesó en mi camino”. Pero personas maravillosas se

nos están continuamente atravesando en el camino. Es nuestra decisión, mirar y agradecer este regalo del cielo y dejar pasar de largo. Se pueden establecer muchos niveles de relación y de amistad y se puede decidir seguir o no con la pareja con la que se está. Cuando alguien cuenta eso es que su atención no está centrada en su pareja hace tiempo y es por lo que se fijó en una de las personas “que se atravesaron en su camino”. Tal vez en un momento de hastío, de incomunicación, de hostilidad o de simple distanciamiento emocional y sexual.

Es cierto que unas personas son más compatibles que otras. Por ello, a veces familiares y amigos se permiten decir que una pareja es o no adecuada: se refieren al físico, a la edad, al carácter, al nivel socioeconómico y cultural, a sus gustos y hábitos. Y todo ello según sus propias intuiciones, experiencias y proyecciones. Y claro que todo esto cuenta, pero, por encima de todo esto, se halla la fuerza misteriosa que atrae a dos personas. A no ser que hayan establecido la relación por miedo –a la soledad, por ejemplo–, por comodidad –la primera persona que apareció y manifestó su cariño–, por interés –uno de los dos tiene casa, o un trabajo estable o una posición desahogada..., o por pura pasión y necesidad sexual –factor a tener en cuenta, pero que no es por sí mismo un elemento suficiente ni duradero para establecer una relación a largo plazo–.

La idoneidad depende a veces de factores tan sencillos como el lugar en el que se vaya a vivir. Durante mi estancia en Japón, conocí varias parejas mixtas de españoles con japonesas y viceversa. Los primeros parecían felices, pues para ellos la esposa japonesa les parecía el colmo de la delicadeza y la feminidad. Ellas estaban fascinadas con cualquier gesto de colaboración y de trato de igual a igual, porque no están acostumbradas a recibirlo de sus maridos japoneses. Sin embargo, ellas lo pasaban realmente mal, porque no podían adaptarse a la presión laboral de sus maridos, que asistían a reuniones de trabajo continuas, se emborrachaban con sus jefes y compañeros de trabajo muchos viernes por la tarde y, en definitiva, las trataban con la distancia y frialdad japonesas, machistas para nuestras formas de pensar y actuar.

Sólo recientemente podemos suscitar esta cuestión de la idoneidad. Si nos remontamos a la prehistoria, la formación de parejas fue un hallazgo de la evolución para la supervivencia de la especie. Permitió que los machos más aptos pudieran cooperar entre sí, en lugar de tener que competir continuamente por las mismas mujeres.^[2] Claro que “enamorarse” no tenía nada que ver con el concepto actual, que apenas tiene dos siglos de existencia, de “contigo pan y cebolla” o “en la enfermedad y en la salud hasta que la muerte nos separe”. Pero el amor muere muchas veces antes que las personas, porque no se alimenta o simplemente porque lo que muere fue un falso concepto de amor. La creencia de que no debe haber conflictos, de que no se debería poder tener –y mantener– opiniones, actitudes y gustos diferentes y a veces opuestos. De que si hay conflictos y dificultades no hay amor. Como si la pareja no fuese un proceso de construcción continuo, sino una cima conquistada o un refugio en propiedad y sin hipotecas.

“Siempre supe que es mejor, cuando hay que hablar de dos, empezar por uno

mismo". Este final de una antigua canción de Shakira, "*Inevitable*" sólo expresa una sencilla verdad. Para encontrar una pareja, lo mejor es empezar a poner conciencia sobre uno mismo: Quién soy, cuáles son mis cualidades y mis limitaciones, sin exceso ni falta de autoestima. Qué deseo de verdad. Qué estoy dispuesto a dar y en qué medida estoy abierto a recibir. Y lo mejor es no fingir, ni exagerar, porque pronto se descubre el pastel. Todo el mundo quiere todo al principio: enamoramiento, pasión, una relación sexual con "mariposas en el estómago", comunicación fluida, intereses compartidos, convivencia armoniosa, proyectos comunes de futuro..., pero el tiempo demuestra que es muy difícil mantener la intensidad de cada uno de los objetivos... y empiezan las frustraciones, los cálculos sobre satisfacción e insatisfacción, tal vez las quejas, las broncas, los silencios, las ausencias o las infidelidades...

Existen multitud de libros dedicados a las relaciones de pareja. La mayoría se centran en cómo superar las dificultades de comunicación y los obstáculos de la convivencia una vez formada, pero son rarísimos los que abordan la fase previa de cómo elegimos entre los posibles candidatos y candidatas "elegibles" y los realmente "disponibles".[3] Cuando uno se completa, cuando encuentra su pareja interior, es más fácil encontrar una naranja entera con quien llenar un vaso completo de naranjada para los hijos, los demás, el mundo en general. Porque al final de los finales, como afirma Bert Hellinger, creador de las Constelaciones familiares, como método terapéutico sistémico y transpersonal[4], "*la relación de pareja es una empresa en contra de la muerte... y la plenitud llega después de la relación de pareja, en el desprendimiento definitivo*". Para encontrar una posible "alma gemela" es necesario comenzar por desprenderse de falsas creencias, expectativas imposibles y viejas actitudes. Aceptarse totalmente para poder aceptar la totalidad de la persona con la que se pretende compartir la vida.

-
- [1]. Quien desee ampliar todo este tema, puede leer *Lograr el amor en la pareja. El trabajo terapéutico de Bert Hellinger con parejas*, de NEUHAUSER, Johannes (ed.), Herder, Barcelona, 2001 y *Las raíces del amor: Constelaciones familiares. Cómo entender el amor para descubrir el camino de la libertad*, de LIEBERMEISTER, Svagito R., Gulaab, Madrid, 2007, y COLODRÓN, María: *Muñecos, metáforas y soluciones. Constelaciones familiares en sesión individual y otros usos terapéuticos*, Desclee De Brouwer, Bilbao, 2009.
- [2]. MORRIS, Desmond, *El mono desnudo*, Editorial Planeta, Barcelona, 2003, publicado en inglés en 1967.
- [3]. A pesar de dedicar sólo un tercio de sus capítulos a esta fase, por su claridad y sentido práctico rescato uno que no ha perdido actualidad: *Vivir en pareja*, de GAJA, Raimon, Edaf, Madrid, 1994.
- [4] . En *Lograr el amor en pareja*, véase nota 38, p. 329.

Cuando mujeres y hombres se descubren o ¿qué hacemos cuando nos encontramos?

En las películas del Oeste, al encontrarse indios de diferentes tribus levantaban la mano con la palma abierta. Mostraban así que su intención era pacífica. Con la mano desarmada, decían “Jau”, que literalmente significa “te escucho”, es decir, estoy receptivo y abierto a lo que tengas que decirme. En algunos pueblos de Papúa Nueva Guinea, los jefes de tribus opuestas se tocan los genitales respectivamente para poner en evidencia sus buenas intenciones, al mostrarse totalmente vulnerables. ¿Y qué hacemos en Occidente? Normalmente dar la mano. Pero ya perdió su significado de mostrar que se está desarmado. Eso podría valer para las épocas en que los hombres llevaban espadas. Hoy día, se ha convertido en un contacto bastante despersonalizado. Basta con observar a muchos políticos dándose la mano sin mirarse, pero posando para las cámaras.

Las mujeres entre sí suelen besarse. Y los hombres nos permitimos besarlas según la familiaridad, la edad o la confianza que tenemos con la persona que nos las presenta. Hombres entre sí, salvo en Rusia y algunos otros países, se besan menos. En realidad, todo contacto corporal que no sea aséptico o rudo suele ser malinterpretado. Excepción notable y muy localizada la constituyen los deportistas en terrenos de juego o en los vestuarios como ya quedó expuesto en el capítulo 3.

Estas generalizaciones serían puras anécdotas culturales, si no fuesen las puntas del iceberg de lo que hay bajo la superficie. En el primer encuentro que tenemos con una persona se haya subyacente la cuestión del sexo biológico al que se pertenece, antes que la edad, la raza, la nacionalidad o la clase social. Y está tan profundamente inserta nuestra identidad de género en nuestra forma de relacionarnos día a día, que no le damos importancia, salvo cuando tenemos realmente intenciones de establecer una relación más íntima. O, cuando sin intención alguna, existe la ambigüedad en el aire. Y la ambigüedad puede ser algo tan sencillo como la hora del encuentro ¿Qué pasa si dos compañeras de

trabajo se citan para ir al cine de noche o para cenar, o dos amigos para tomar unas cervezas? Absolutamente nada que no sea evidente. ¿Y si quedan una compañera y un compañero de trabajo a partir del atardecer? En el primer caso, incluso puede acabarse la velada tomando un café o una copa en casa de cualquiera de los dos. En el segundo caso, se levantan todas las alarmas sobre las intenciones del anfitrión o anfitriona y de la invitada o invitado.

Y es que cualquier contacto corporal que no sea muy convencional lo acompañamos en Occidente de una connotación sexual. De igual modo, el sexo está en la cabeza en cualquier tipo de actividad entre mujeres y hombres que pudiera propiciar, aunque sea remotamente, una relación de intimidad sexual. ¿Por qué no podrían un amigo y una amiga contemplar juntos una puesta de sol en el coche de uno de los dos, sin que haya más que la pura contemplación y tal vez acabar así una tarde agradable?

Puede haber respuestas para todos los gustos y muchas personas podrían contar experiencias singulares. Sin embargo, es casi seguro que una gran mayoría pensaría que “se la están pegando a la pareja” o que hay intenciones de hacerlo. En cualquier caso, muy pocas personas lo admitirían, a pesar de que, en ese mismo momento pudieran estar tranquilamente en el fútbol o viendo una buena serie en la televisión y no les guste para nada la puesta de sol, ni a la pareja estar en casa ante una pantalla plana.

En una sociedad cada vez más des-sexualizada y des-erotizada en la realidad del cuerpo, aunque no del mundo de la imagen y de la publicidad, es sorprendente que incluso no nos atrevamos a mirarnos cara a cara en la calle, en el autobús, en el metro, en una cafetería... Si una mujer mira a un hombre o viceversa cuando él o ella no se dan cuenta, al cruzarse las miradas y verse sorprendidos, inmediatamente las bajarán o mirarán a otro lado. Si sostuviésemos la mirada, inmediatamente se pensaría que hay un interés teñido de deseo sexual o de “ligar”. Y así nos encontramos rodeados de personas que hacen como que no nos ven y, a su vez, nosotros hacemos como que no vemos. ¡Qué difícil parece mirar limpiamente, simplemente porque la energía, el rostro o la mirada de alguien reflejan vida, belleza o transparencia! Así, sin más.

¿Y qué ocurre cuando se encuentran hombres sin presencia de mujeres? En el trabajo, se respetan las jerarquías. Quién habla primero. Quién emplea más tiempo. Quién calla. Quién asiente y quién y cómo puede disentir. Fuera del trabajo, se buscan complicidades en aficiones deportivas u otras, sin profundizar en nada que nos pueda hacer vulnerables. Sin dar demasiada información personal ni pedirla. Pero si llegan mujeres, consciente o inconscientemente, sabemos nuestra posición y hacemos una valoración. Y esto que puede parecer “machista” a ojos de de las mujeres, es igualmente realizado en una reunión de mujeres en la que aparecen de repente unos cuantos hombres. Inconscientemente cada cual valora quién es “interesante” y quién no –según los propios valores, gustos y experiencias del pasado–. Sin que pase por el pensamiento consciente, hay medio foco –y a media luz del subconsciente– valorando quién es elegible y quién pudiera estar disponible. Y esto, aunque se esté en pareja y no se esté buscando nada. Es algo que ocurre, aunque la mayoría de las personas –hombres y

mujeres— puedan negarlo, porque son “movimientos” inconscientes (neuronas que se activan y hacen conexiones, latidos del corazón que pueden acelerarse imperceptiblemente, ritmos respiratorios que cambian, pequeños y sutiles movimientos corporales de cierre o apertura...).

Además de la edad, la situación emocional y familiar de cada cual, su estado civil y sus experiencias y expectativas, hay algo más profundo que influye en la forma en que tenemos de relacionarnos hombres y mujeres: los arquetipos anclados en la profundidad de nuestro psiquismo y que tienen que ver con papeles que hemos ido adoptando desde la infancia: príncipe salvador, doncella rescatada, Cenicienta, eterno Peter Pan, madrastra, ogro, rey destronado... Pero éstos y otros arquetipos de dioses y diosas de la mitología griega serán abordados en los capítulos siguientes.

Los arquetipos y los roles no pertenecen al ámbito de lo biológico. De hecho, pueden fácilmente ser intercambiables: un hombre podría haber asumido el complejo de Cenicienta y una mujer el de “príncipe salvador”. Pero, ¿qué hay de las diferencias biológicas? Tras sesudos análisis, en las últimas décadas han surgido teorías contradictorias y posicionamientos enfrentados al respecto. Hay quienes priman las diferencias biológicas, como algo irreductible, y quienes ponen el énfasis en la cultura, el desarrollo histórico y la influencia social del entorno. ¿Las identidades femenina y masculina se deben a los genes o a la cultura? Y si fuesen culturales, ¿habría puntos en común en todas las culturas o, por el contrario, no existiría ni una sola característica que pudiera considerarse universal en cualquier lugar y en cualquier época histórica? La antropología social, a partir del estudio de tribus “primitivas”, ha desvelado claves que deshacían una tras otra las teorías anteriores sobre el reparto de poder y de tareas, y la misma concepción de cómo se identifican hombres y mujeres como opuestos y complementarios. Y según las respuestas que se dan a esas preguntas que parecen teóricas, se adoptan posiciones muy diversas en ámbitos tan importantes como la educación, la política de empleo, la legislación y, lo más importante, las actitudes cotidianas en las relaciones de género. Y esto ocurre aunque se desconozcan investigaciones y debates, porque hoy día cualquier nueva hipótesis o descubrimiento tienen rápidamente una amplia divulgación y repercusión mediática. Y desgraciadamente también ocurre con cualquier idea, por peregrina que sea, si es novedosa, escandalosa o conviene a los intereses del momento.

Pero sigamos con la cuestión del descubrimiento recíproco. En su origen, la palabra *descubrir* significó “destapar algo que se había tapado previamente o que había permanecido oculto”, ya que el término latino *discoperire*, era lo contrario de *cooperire* (tapar, cubrir algo por completo). En todas las lenguas románicas, las derivadas del latín, sustituyó en muchas ocasiones al vocablo *denudare*, quitarse la ropa, desvestirse. Pero lo mismo que “desvelarse” no es sólo quitarse los velos, sino revelar algo de la esencia, “descubrir” es también maravillarse ante el fondo antes ignorado, y que estaba cubierto por el olvido, la incompreensión, el miedo y la ceguera.

El primer enamoramiento contiene algo de esta revelación del otro y de auto

revelación a través de su mirada. Sin embargo, para llegar al verdadero descubrimiento hay que pasar antes por una etapa más realista durante la que se caen las proyecciones positivas, se empieza a ver lo que todos veían menos los enamorados y suele entrarse en el juego de proyecciones negativas, luchas de poder, decepciones y frustraciones recíprocas, que llevan a las críticas y a los reproches. La noche oscura del olvido –de lo que sí se vio–, de no entender, de las dudas y, a veces, de sentirse perdido en un laberinto sin salida. Podría evitarse lo más doloroso de esta fase en una relación de pareja si incorporamos unos cuantos datos:

En la fase actual de la investigación del genoma humano, se ha podido demostrar que un hombre y un mono tienen un patrimonio genético común cercano al 98,4%. Una escasa diferencia de 1,6%, frente a la diferencia genética mayor en porcentaje (5%) entre hombres y mujeres. Lo mismo les ocurre a éstas en cuanto al patrimonio común con las hembras del mono.

Al contrario de lo que normalmente se ha popularizado, todos los investigadores especializados en las neurociencias están de acuerdo en que el cerebro izquierdo (analítico, racional, verbal y temporal) está más desarrollado en las mujeres. El cerebro derecho (sintético, emocional, no verbal y espacial) está más desarrollado en los hombres. ¿Sorprendidos? Pues unos cuantos datos más.

Estudios recientes sobre el comportamiento escolar comprobaron que en una clase de 50 minutos, las niñas tendían a hablar una media de 15 y los niños unos 4, pero ellos eran diez veces más revoltosos que ellas (5 minutos frente a 30 segundos). Y a la edad de 9 años, ellas tienen unos dieciocho meses de adelanto verbal. Más adelante, las mujeres adultas hablan una media de 20 minutos por llamada telefónica, frente a 6 minutos de los hombres. Ellas necesitan compartir ideas y sentimientos, mientras que ellos no expresan sus emociones, sino que transmiten informaciones. Claro que muchos no nos sentiremos identificados, porque se estima que hay aproximadamente un 20 por ciento de hombres que podríamos tener un cerebro de tipo “femenino” frente a un 10 por ciento de mujeres que tendrían un cerebro de tipo “masculino”.

En efecto, los tradicionales atributos “masculinos”, como actividad, dureza, pensamiento, agresividad, sequedad..., pueden compartírselos las mujeres, lo mismo que los hombres pueden compartir atributos “femeninos”, como pasividad, receptividad, ternura, humedad... De una escala que fuese del 1 al 100 en cada uno de estos valores, no podríamos encontrar un solo hombre que tuviera todos los atributos “masculinos” en grado 100 y absolutamente ningún atributo femenino (grado cero en todos). Y lo contrario podría afirmarse de las mujeres. Entonces, ¿dónde estaría la puntuación para ser un hombre-hombre o una mujer-mujer?

Esto es lo que nos permite introducir otros enfoques en todo este asunto. La dualidad nos remite al maniqueísmo: Dios o el diablo, blanco o negro, día o noche, invierno o verano... Sin embargo, en lo más oscuro de la media noche, a las 24h, empieza el nuevo día. El día del solsticio de invierno, el 21 de diciembre, los días empiezan a alargarse camino del verano. Es como el símbolo del ying y del yang, que parecen abrazarse en un

círculo y que contienen recíprocamente en su interior un punto con el color contrario (la parte blanca no es completamente blanca ni la negra es completamente negra). Esto sería la polaridad. Dos polos no pueden existir sin algo que los una. Es un espacio sin ruptura de continuidad. Forman parte de un mismo cuerpo, como los dos polos de un palo, o el Polo Norte y el Polo Sur de este mismo Planeta que nos sustenta. No hay pues oposición, sino conjunción.

Los estrógenos en la mujer ayudarían a poder ser más precisa en sus movimientos, poseer una memoria verbal más precisa (nombres, localización de objetos), así como a que su sentido auditivo sea más sensible y rico en tonos, su visión pueda apreciar más matices de color y su olfato esté desarrollado cien veces más en ciertos momentos del ciclo menstrual. La testosterona (hormona del deseo, la sexualidad masculina y la agresividad) desarrolla la fuerza muscular, la velocidad de reacción y la impaciencia, el instinto de competición y la agresividad, la visión de lejos, la orientación en el espacio... Y toda la herencia genética ha influido a lo largo de milenios en que hombres y mujeres se hayan diferenciado todavía más en una evolución adaptativa, asumiendo diferentes roles (caza y pesca, recolección, crianza, ataque y defensa...).

Sin embargo, ni la genética, ni el desarrollo adaptativo lo explicarían todo. Hoy día, la mayoría de los investigadores coinciden en que las diferencias de género serían debidas por tercios a tres tipos de factores. Un tercio a factores hereditarios (cromosomas del núcleo de la célula más la herencia mitocondrial procedente de la madre). El segundo tercio a factores congénitos (adquiridos durante las primeras semanas de vida intrauterina –siendo femenino el embrión durante los primeros días, mientras que sólo a la séptima semana emerge el varón–. El tercero, a factores adquiridos a través de la cultura, la educación, el entrenamiento, las circunstancias fortuitas, la psicoterapia...).[1]

Sabiendo todas estas cosas, se evitarían pequeños encontronazos que suelen producirse continuamente en las relaciones de pareja, como el que ellas nos reprochen “me estás gritando”, porque realmente su audición es más sensible al volumen, o interpreten el silencio como hostilidad o desatención, cuando estamos pesando en algo que nos preocupa y queremos resolver el asunto solos. O nosotros queramos dar soluciones inmediatas a quejas de ellas, en lugar de tener la paciencia de escuchar todo el tiempo que sea necesario, centrándonos más en la emoción expresada que en el contenido de la queja. Pero todo esto será tema del capítulo 12.

De momento, los hechos son lo que son. La infancia y la juventud marcan profundamente la singularidad de infantes y jóvenes. Habrá quien se apegue a la madre o al padre. Tal vez a los dos. Habrá quienes se rebelen contra ambos. Unos serán obedientes y sumisos. Querrán ante todo obtener el reconocimiento y la aprobación de sus progenitores y es posible que en la etapa adulta sigan buscándolo. Y que tal vez transfieran ese anhelo, esa necesidad, a otras personas, generalmente a superiores y jefes, a figuras de autoridad y, en muchas ocasiones, a la propia pareja, sobre la que se proyectará el padre o la madre. A veces, un padre o una madre ideal que no se tuvo. O, lo que puede ser más complicado, el padre o la madre que se tuvieron y con quien se

establece continuamente la comparación en un intento de ser más que ellos, de superarlos, de hacerlo mejor. Y todo esto se proyecta en la vida en pareja.

Es raro que en las consultas terapéuticas y en los talleres de desarrollo personal no aparezcan en algún momento los conflictos conscientes o inconscientes con los padres. Y esta es la primera distorsión cuando nos encontramos hombres y mujeres frente a frente. Si se profundiza un poco, pueden entenderse situaciones paradójicas, pero muy repetidas, de parejas que parecen jugar al desencuentro: cuando uno de los miembros se acerca el otro huye, cuando ese primer miembro huye, este segundo se acerca. Y esto ocurre con independencia de ser hombre o mujer. Y ocurre también en parejas hombre-hombre y parejas mujer-mujer. Casi seguro que cualquiera conoce parejas de este tipo o le ha pasado alguna vez. Casi siempre hubo un padre ausente para ellas (o para ellos si tienen un cerebro o una energía “más femeninos) y una madre solitaria e infeliz. Ellos, a su vez, probablemente tuvieron una madre invasora y dominante, y un padre que evitó siempre el conflicto (y también les puede pasar a ellas). Se producen las primeras heridas en el *animus* y en el *anima* de difícil cicatrización, a no ser que afloren a la conciencia. A continuación, iremos acumulando recuerdos y experiencias, positivas y negativas, de nuestras sucesivas relaciones, con los hermanos y hermanas, compañeros y compañeras escolares y, sobre todo, con las pasadas relaciones de intimidad: romances, aventuras y ex parejas.

¿Y cómo es posible el encuentro con tanta carga emotiva que se acumula en la memoria celular? No sólo son recuerdos, sino también sentimientos y sensaciones corporales las que emergen en cada encuentro. Y así lo más común es que sólo se encuentren máscaras y corazas, niñas y niños dolientes pertrechados de armas y bagajes. Personas que se defienden de que no vuelvan a repetirse dolores del pasado que se intentan enterrar. Personas que anhelan repetir vivencias que ya acabaron, reproducir gozos y deleites que agotaron ya su tiempo. Y a fuerza de repetir formas mecánicas o irreales de encontrarse, se crean hábitos y rutinas que se manifiestan en palabras vacías, en gestos automáticos, en una ambigüedad que flota siempre en el aire. Lo que podría ser, pero no le damos alas para que sea.

¡Y qué pocos hombres y mujeres miran hacia adentro para descubrir, destapar, desvelar, revelar... su propias cualidades masculinas y femeninas! Pero cuando lo hacemos y tocamos fondos subterráneos, ¡qué fácil es que emerjan la compasión, la transparencia y el júbilo ante los espejos que este propio descubrimiento atrae! Cuando mujeres y hombres empiezan a conocerse de verdad, a recordar la esencia olvidada, a comprender las diferentes formas de ser y sentir, de pensar y de expresarse, de hablar y de callarse, de compartir y de aislarse, pueden pasar del miedo al amor y de la ceguera a la visión luminosa de un mutuo esplendor. Y esto porque han aceptado los distintos ritmos y gustos, los diferentes matices de la fuerza y la sensibilidad, la unidad que yace detrás de la diversidad.

Como bien expresa el escritor y “explorador de las tradiciones sagradas” Roger Housden, hablando de su vida en pareja: “*Con frecuencia siento que pertenecemos al*

mismo género, ni masculino ni femenino: simplemente dos seres humanos movidos por el mismo anhelo de la vida misma... la relación es la vía del amante... que carece de técnicas... es una vía rigurosa de fuego, lágrimas y cantos... Puede cambiar de forma o puede incluso parecer que desaparece. Pero, al igual que todo cambio verdadero, una vez emprendido no hay escape, porque cuando dos voluntades se han fundido en una sola, se crea algo que sobrevive a todas las idas y venidas, a todos los comienzos y desenlaces”.[\[2\]](#)

Si el cruce de miradas enamoradas del amor mismo, de la vida que se expresa libre en cuerpos de mujer o en cuerpos de hombre, se produce al mismo tiempo en un encuentro de grupo, el éxtasis de la atracción y la creatividad que éste genera se multiplican como el eco que las montañas amplifican. Basta con dejarse revelar y estar abiertos a revelar, como un negativo fotográfico, el original único, singular y sexuado que todos y cada uno de nosotros somos.

[\[1\]](#). Un cuadro más extenso del desarrollo de las diferencias y de sus causas puede encontrarse en GINGER, Serge, “Cerveau masculin, cerveau féminin”, conferencia dictada en Moscú, Viena, Belgrado y Estrasburgo, entre otras capitales europeas. Publicada en francés en la revista « Psychologies », nº 221, París, julio-agosto, de 2003.

[\[2\]](#). *Fuego en el corazón*, Gaia, Madrid, 1992, pp. 118-120.

9

Arquetipos y modelos masculinos

Aunque en este capítulo entraremos en aspectos psicológicos y transpersonales más sutiles, no está de más recordar que todos ellos actúan en una biología y en una determinada evolución de la misma. Es decir, en cuerpos que han ido adaptándose y aprendiendo. Y estos cuerpos, en este capítulo de hombres, no sólo reflejan la evolución del sexo masculino, sino que también ayudan a comprender el comportamiento histórico de los machos de la especie humana y parte de sus actuales actitudes, reacciones y actividades.

Como mamífero depredador, el hombre era un desastre en comparación con todos los demás (más débil, más años de dependencia materna, menos fuerza...), así que tuvo que desarrollar el cerebro. A diferencia de los demás simios, se hizo cazador, empezó a comer carne y pudo acumular excedentes de comida; para todo ello, utilizó la astucia, la osadía, la determinación y la capacidad de empatía, de planificar e innovar. La aparición de la agricultura, el sedentarismo, el comercio y los grandes asentamientos le pillaron con el paso cambiado. Pero pudo compensar su instinto competitivo con la caza, la guerra, espectáculos como el circo romano, los juegos olímpicos griegos, los torneos medievales, los deportes típicamente masculinos como el boxeo o el fútbol, las carreras de coches y motos, los juegos de azar, las inversiones en Bolsa... Todas ellas, y salvando las distancias, actividades generadoras de la adrenalina asociada al riesgo.[\[1\]](#)

Y si nos remontamos a los grandes mitos y a los arquetipos o imágenes primordiales, podemos comprobar su interacción con los comportamientos humanos. Por una parte, los mitos y los arquetipos sirven para explicar cómo somos, evolucionamos y actuamos, proporcionando sentido y coherencia a nuestras vidas, al tiempo que justifican por qué vivimos como vivimos. Por otra parte, se van amoldando y cambiando en cada época histórica y en cada cultura, generando y regenerando símbolos que siguen expresando tendencias y patrones universales, de algún modo impresos en el inconsciente colectivo. Según la psicoterapeuta junguiana, Ira Progoff, ejemplos conocidos de arquetipos, serían el arquetipo del niño milagroso (por ejemplo Cristo, Hermes, Zeus, etc.), el arquetipo de

la madre universal (por ejemplo la madre naturaleza, la “abuela” en ciertos indios, o el principio femenino de las religiones orientales), el arquetipo del héroe, el arquetipo de la conservación (el fuego eternamente vivo de Heráclito o el principio de conservación de la física)...[2] Las formas cambian a lo largo de los tiempos, pero siguen manteniendo su origen primordial: la abuela montaña, la madre tierra, la Pachamama pueden transformarse en Madre Patria, la Santa Madre Iglesia, la Constitución, la Democracia; Zeus y Yaveh pueden convertirse en el Rey de las monarquías históricas o actuales, el Estado democrático, el colectivo de expertos de cada una de las profesiones a los que transferimos sabiduría y voluntad de velar por nuestro bienestar; los antiguos héroes mitológicos se fragmentan en toreros, jugadores de fútbol, actores de cine, guerrilleros, dictadores, estrellas efímeras de la televisión, grandes potentados..., según las proyecciones y aspiraciones de cada cual.

En general los mitos patriarcales y los estudios de antropología han sido tradicionalmente transmitidos por hombres, lo mismo que siempre fueron éstos los que escribieron la historia, transcribieron los misterios y las revelaciones de la mayoría de las religiones conocidas y se hicieron sus intermediarios. Casi podría afirmarse que durante milenios los hombres hablaban sobre hombres, sus formas de pensar y actuar, sus aspiraciones y sueños, sus heroicidades, sacrificios y penas, sus conquistas y fracasos. Pero no se fue consciente de ello hasta que, en el siglo XX, el feminismo profundo – filosofía, antropología, historia, psicología– hizo que algunos antropólogos e historiadores pudieran por primera vez examinar a los hombres como hombres y no como representantes de todo el género humano. Este feminismo es poco conocido por la mayoría de mis hermanos-hombres, porque la atención se centró sólo en el activismo feminista: en sus logros, reconocidos por los hombres objetivos y sensatos, y en sus radicalismos, que son rechazados por una buena parte de hombres, unos sensatos y otros igualmente radicales en su masculinismo.

Sin embargo, los estudiosos de la masculinidad parten de posiciones diferentes: 1) Cualquier cosa que los hombres piensen y hagan bastaría para algunos. 2) Otros añaden todo lo que los hombres piensen y hagan “para ser hombres”. 3) La masculinidad sería comparativa: algunos hombres, inherentemente o por adscripción, son considerados “más hombres” que otros hombres. 4) La última forma de abordar la masculinidad pone el énfasis en las relaciones masculino-femenino, de tal manera que la masculinidad es cualquier cosa que no sean las mujeres.

“Desde que se derrumbó la capacidad que tenía la religión para justificar la ideología de género, la biología ha sido llamada a llenar el vacío. Así que, con sus genes masculinos, se dice que los hombres heredan tendencias a la agresión, la vida familiar, la competitividad, el poder político, la jerarquía, la promiscuidad y demás. [...] Aunque existen otros desacuerdos, en la mayoría de los artículos antropológicos sobre la masculinidad hasta la fecha, hay una especie de consenso respecto a la desigualdad; y el por qué y cómo la desigualdad de género puede caracterizar las relaciones entre mujeres y hombres y entre hombres diferentes, en situaciones

históricas y culturales diversas. David Gilmore promovió la noción de que en muchas, si no en la mayoría de las culturas, los hombres al menos comparten la creencia de que ellos son creados artificialmente mientras que las mujeres nacen naturalmente. Por consiguiente, los hombres deben ponerse a prueba entre sí de maneras que no lo tienen que hacer las mujeres”.[\[3\]](#)

No me he resistido a transcribir este párrafo de este excelente estudio de Matthew C. Gutmann, antropólogo cultural, que desde hace años investiga la pobreza, la democracia y las relaciones de género, revisando todas las teorías sobre la masculinidad, cómo éstas ayudan a conformar ideologías justificadoras de actitudes y políticas y cómo intentan sustentarse en hechos reales que son generalizados y reinterpretados. Por ejemplo, en la Turquía rural, se considera que los varones humanos son quienes dan la vida, en tanto que las mujeres se limitan a alumbrar; y los tsuana del sur de África creían firmemente que, mediante el intercambio de ganado, los hombres producían y reproducían la sustancia social de la colectividad, mientras que las mujeres se limitaban, con la reproducción física, a contribuir a ella proporcionando simplemente los miembros individuales. Igualmente se debate sobre si los ritos de iniciación representan más una ruptura simbólica con las madres y las mujeres en general, o si están más relacionados con la pubertad y las etapas fisiológicas de la maduración. Hay quienes afirman que los hombres se hacen mientras que las mujeres nacen; otros sostienen que son los hombres los auténticos defensores de la naturaleza, de las tradiciones y del “orden natural de las cosas”, puesto que son las mujeres las que promueven el cambio, no sólo en las relaciones de género, sino también en muchas otras cosas.

Y el mismo debate que existe entre los antropólogos culturales y los historiadores, se reproduce entre los psicólogos. ¿Es el complejo de Edipo algo universal de todas las épocas y de todas las culturas? Quienes lo niegan, echan por tierra todo lo demás, como, por ejemplo, el hecho de que todos los niños y preadolescentes están inconscientemente divididos y necesitan hacerse una identidad. Y tal vez Jung pueda ayudar a trascender el debate con sus formulaciones del *animus* y del *anima*, y de los arquetipos masculinos y femeninos, entendidos como una tendencia innata a generar imágenes con intensa carga emocional que expresan la primacía relacional de la vida humana. Y vuelvo sobre esto una y otra vez, porque me parece una formulación capital.

Uno de los factores esenciales para trascender las diferencias, aun reconociéndolas, sería la toma de conciencia. Cuanto más consciente sea una mujer o un hombre de las fuerzas inconscientes que le influyen, de las pasiones que le dominan y de las cualidades potenciales que le serían más fáciles de desarrollar, más fácil le será relacionarse. Si conocemos nuestros límites y nuestras cualidades, si reconocemos nuestra vocación y nuestro destino, la vida se hace más fácil; la vida interior se desarrolla en armonía con las circunstancias externas. Basta con seguir el hilo de oro de nuestra visión y de nuestro propósito para que todo fluya como un río ininterrumpido. A este proceso ayuda sin duda conocer y determinar los arquetipos dominantes que inconscientemente seguimos.

El carácter, la personalidad, puede ser tanto una jaula, una prisión, como un elemento

para justificar lo que hacemos y lo que dejamos de hacer. A veces se tienen dificultades de relación con algún tipo de personas y rápidamente se recurre a la incompatibilidad de caracteres. Lo cual sólo es una forma más de cristalizar la estructura del propio carácter, de dar otra vuelta a la llave que cierra la puerta de la jaula. Existen multitud de mapas para determinar el tipo de persona que somos. Uno de los más útiles, completos y eficaces es el Eneagrama, que hoy día comienza a divulgarse, porque ha salido del “armario”, de su histórico marco esotérico y secretista. Sin embargo, son pocos los que se adentran en las figuras arquetípicas de los dioses y de los héroes griegos, a pesar de que toda la cultura occidental sigue profundamente marcada por la filosofía de la Grecia clásica, a la que tanto debemos en Occidente. Hoy día, no obstante, parece que no le debemos nada a este país y a su legado, salvo prestarle dinero a regañadientes para salvar el euro y la economía europea.

Estudiando a fondo los arquetipos masculinos, todos los hombres podrían hallar recursos creativos para aprovechar las cualidades positivas de los mismos. En el caso de los héroes y dioses griegos, podría afirmarse, junto con la catedrática de psiquiatría y analista junguiana Jean Shinoda Bolen, que constituyen *"poderosas predisposiciones invisibles que afectan en la personalidad, en el trabajo y en las relaciones [pues] tienen relación con la intensidad o la distancia emocional, preferencias por la agudeza mental, el esfuerzo físico o la sensibilidad estética, el anhelo de una unión en éxtasis, una comprensión panorámica, la noción del tiempo y mucho más."* [\[4\]](#)

Todo ello ayuda a comprender la diversidad de los hombres entre sí, nuestro complejo mundo interno, la mayor o menor dificultad para cumplir nuestras metas, aceptándonos y siendo aceptados, siendo auténticos y espontáneos. Libres por fin del dominio de los numerosos “yoes” o subpersonalidades y voces que actúan en el interior de cada persona –hombre o mujer–.

Todo el mundo ha oído hablar de Zeus, que presidía el Olimpo de los dioses y las diosas. Es un arquetipo que ha perdurado en todas las civilizaciones patriarcales hasta la actualidad. Pocos recuerdan que luchó contra su padre Cronos y, aliándose con sus hermanos Poseidón, señor del mar, y Hades, señor del mundo subterráneo, le venció y ocupó su lugar. Por eso, siempre temió que su hijo Ares, dios de la guerra, le destronase un día; era uno de los motivos por los que le despreciaba: porque representaba su propia sombra, la imagen que no quería ver de sí mismo. Sin embargo, fue un buen padre con algunos hijos, en especial con Dionisos, al que llevó en su propio muslo cuando murió su madre. Con su hija Artemisa, a la que concedió todo lo que necesitó para ser diosa de la caza; con su otra hija, Atenea, a la que concedió todos sus atributos de poder masculino, incluida la lanza y la coraza.

Quien se halle dominado por el arquetipo de Zeus (que la civilización romana convirtió en Júpiter tronante) en busca de poder, tiene la posibilidad de enfocarse en cualidades que casi nunca se han resaltado en el rey de los dioses: la rapidez en las decisiones y en la acción, la capacidad de negociar y de formar alianzas, la integración de la perspectiva general y de la visión de los detalles, viendo los árboles y el bosque, la

facultad de sobreponerse rápidamente a las pérdidas...

El furioso Poseidón, (Neptuno en la mitología romana), vengativo y violento, que podía desencadenar tormentas, estaba sin embargo en contacto con sus emociones profundas –algo de lo que la mayoría de los hombres huyen–. En la profundidad de su reino marítimo también puede apreciarse el silencio y la calma, la belleza de las formas del reino submarino. Protegió a sus hijos con una lealtad inquebrantable. No será, sin embargo, muy competitivo en el mundo empresarial y difícilmente sobrellevará un matrimonio con una mujer ejecutiva. No obstante, si se alía con el arquetipo de Hermes, puede manifestar su profundidad a través de la literatura, el teatro, la poesía, el cine...

Hermes (Mercurio) era el mensajero de los dioses. Imprevisible, ágil, fluido, alegre y amante de las ninfas. Un hombre con este arquetipo puede desenvolverse con facilidad en el mundo de la diplomacia, el comercio, los medios de comunicación... Era algo embaucador, pero alguien en quien predomina este arquetipo, en lugar de convertirse en un estafador o en un seductor de mujeres, podría ser un buen detective o un policía que se adelanta a la mente del malhechor. También un buen terapeuta que desentraña con su agilidad mental los laberintos del consultante. En épocas de depresión, aliarse con Hermes, podría facilitar el rescate del niño interior, inocente, lleno de vida y esperanza, que se entusiasma en el momento presente con un rayo de sol o el vuelo libre de una mariposa.

Apolo (Apolu o Aplu, en la mitología etrusca y Apolo Helios en la época helenística, especialmente en el siglo III antes de C), hermano de Hermes, representa la cordura y la moderación, cualquier tipo de belleza y arte, lo inteligible y racional frente a lo fantástico y emotivo. Observa y actúa a distancia y brilla en un mundo patriarcal. Sabe lo que quiere y lo consigue porque se centra en su objetivo. Representa el arquetipo fraternal –se llevaba bien con Artemisa con la que compartía arco y flechas–, por lo que trabaja bien en equipo y en pie de igualdad con las mujeres. Evitador de conflictos, no será alguien que desencadene guerras ni pleitos. Tal vez le vendría bien tomar algo de las cualidades de Afrodita, diosa del amor, porque en el reino de Eros (Cupido) –dios primordial del amor, el deseo y el sexo– se siente forastero. Prefiere matrimonios con mujeres frías y profesionales tipo Atenea. Un hombre con este arquetipo dominante haría bien en hacer sitio a Dionisos (Baco), y poder descender de la mente al cuerpo y al corazón.

Lo dionisiaco tiene mala prensa en el mundo actual, porque conecta con la locura, la embriaguez, el éxtasis, la pérdida de control, el dolor y la muerte. En un mundo patriarcal, siempre se desconfió de Dionisos, este dios que estaba más cerca del reino místico y del mundo femenino. Como Hermes, parece el eterno adolescente, algo Peter Pan, que puede atraer parejas-madre que le cuiden. También puede representar un cierto carácter andrógino, de síntesis entre cualidades femeninas y masculinas. Un hombre maduro, con una personalidad bien formada, no tiene nada que perder y sí todo que ganar, dejando que Dionisos se introduzca un poco en su vida: profundidad de sentimientos y posibilidad de experiencias cumbre, intensidad, sensualidad, espontaneidad

y fusión en los encuentros amorosos. Si alguien se identifica exclusivamente con este arquetipo podría, si quiere madurar y crecer sin verse sumido continuamente en la paradoja, desarrollar cualidades de Zeus (que podría tomar de un padre protector o, si no lo tiene ni lo ha tenido, desarrollando internamente el propio padre defensor, acogedor y acompañante). O también cultivar las cualidades de Hermes, con su capacidad de sumergirse en las profundidades del mundo subterráneo y volar inmediatamente a las alturas sin quedarse emocionalmente atrapado. Y si pudiera volverse hacia Apolo, con su pensamiento lineal y su claridad, podría convertirse en un hombre maduro, completo, más libre y más feliz.

Cuando no se tienen en cuenta estas fuerzas que actúan en el fondo del inconsciente, por mucho que puedan parecernos alejadas de nuestra vida cotidiana y de nuestra actual civilización tecnológica, nos encontramos, por ejemplo, con parejas que no pueden funcionar, porque ella sigue inconscientemente el patrón de Artemisa (Diana) la diosa de la caza, diosa virgen, feminista y competidora, y él funciona principalmente como Apolo que perseguía ninfas que le rechazaban, como Dafne y Castalia, y que tuvo un hijo con la reina Hécuba y otro con la princesa Cirene y dos amantes masculinos. Así que un dios solar, brillante, exitoso en todo lo demás, no era afortunado en sus amoríos ni en el hogar. Otro ejemplo: existen hombres belicosos identificados con el dios Ares (Marte), repudiado por su padre Zeus, por haber tomado siempre partido por su madre Hera. Protegerán a las mujeres que a veces no le serán fieles de por vida. Con Afrodita tuvo tres hijos, pero ésta, diosa del amor y de la belleza, también fue amante de Hermes (Mercurio), que era el mensajero de los dioses.

Al igual que el estudio de la historia nos ayuda a no vernos obligados a repetirla, el estudio –y posterior trabajo interior– de mitos y arquetipos nos permite liberarnos de tendencias y compulsiones a la repetición de viejos patrones de conducta que no nos hacen felices. Claro que a la psicología clásica sólo le interesan los acontecimientos biográficos de cada persona a partir de su nacimiento. Sin embargo, *"el modelo del nacimiento tiene correlación con algunos otros abordajes como por ejemplo el mito del Viaje del Héroe identificado por Joseph Campbell en "El Héroe de los Mil Rostros". Carol Pearson en su libro "El Héroe Interior" describe el desarrollo psicológico como una progresión a través de seis arquetipos cuyos temas y energías corresponden a las matrices perinatales [desarrolladas por Stanislav Grof]: Inocente, Huérfano, Mártir, Guerrero, Vagabundo y Mago.*[\[5\]](#)

Cuando no recurrimos a los viejos arquetipos que perduran a lo largo de los siglos, aparecen otros modelos, mucho más devaluados, que consciente o inconscientemente se toman como puntos de referencia para definir las metas, los métodos de alcanzarlas y los comportamientos adecuados. Y así aparecieron los “probos padres de familia”, esforzados, trabajadores, honrados y un tanto conservadores; los guerrilleros idealistas y menos idealistas; los hippies de la década de la abundancia; los yupies posteriores más individualistas; los nuevos ricos del “pelotazo” junto a los políticos corruptos y los mafiosos; los derrotistas desilusionados... Cada grupo y generación con sus iconos y sus

símbolos, con los personajes efímeros que los representaron o siguen representándolos. De vez en cuando, se destacan de la masa un premio Nobel de la paz, un deportista de éxito, pero sensato y modesto, una figura religiosa o mística, una ONG. Y si se profundiza, detrás siempre estarán las mismas fuerzas arquetípicas.

Y a pesar de las múltiples diferencias entre hombres, desde la perspectiva arquetípica, podría afirmarse, como dice un viejo dicho maya: “*Yo soy otro tú. Tú eres otro yo*”.

[1]. Todo esto lo explica muy bien otro libro más reciente del autor ya citado en el capítulo 7, nota 2, Desmond, Morris, *El hombre desnudo*, Planeta, Barcelona, 2009.

[2]. La Psicología de Jung y su significación social, Paidós, Buenos Aires, 1967.

[3]. GUTMANN, Matthew C. , *Traficando con hombres. La Antropología de la Masculinidad*, Annual Review of Anthropology, nº. 26, 1997, pp. 385-409, <http://www.redmasculinidades.com>. Traducción de Patricia Prieto

[4]. *Los dioses de cada hombre*, Kairós, Barcelona, 2002, p. 21.

[5]. RISKIN, Ted, “Matrices perinatales como modelo en psicoterapia”, *The Inner Door*, vol 12, agosto 2000, traducido por Silvina Alterman, www.breathwork.com

Arquetipos y modelos femeninos

Dentro del feminismo actual, una importante corriente se centra en la recuperación de los valores de la Diosa del período matriarcal y prematriarcal de la historia en diferentes culturas y lugares y durante varios milenios.^[1] Tratarían de rescatar los aspectos oceánicos, la comunión con la Tierra, lo intuitivo y lo mágico, asociados a sociedades agrícolas, todos ellos valores desterrados por la implantación del raciocinio y la lógica de las culturas patriarcales. Igualmente, recuperan la importancia de la fecundidad, el imperativo del pacifismo y la cooperación solidaria para la supervivencia de la especie y del planeta. El ecofeminismo desarrolla teórica y prácticamente todo esto, al tiempo que se inspira y nutre de esta recuperación de lo perdido a lo largo de siglos de represión y olvido.

La historia de los mitos es reinterpretada con una visión más profunda y menos simplista. Así por ejemplo, en lugar de soportar la acusación de que las mujeres son culpables de la pérdida de la felicidad, de la unidad con la naturaleza y todos los seres vivos, por la expulsión del Paraíso cuando Eva comió la manzana, se le agradece que, gracias a comer el fruto del árbol del conocimiento, ellas pudieron desarrollar una nueva conciencia que les permitió distinguir el Bien del Mal, discriminar, elegir. Las tres grandes religiones monoteístas –judaísmo, cristianismo e Islam– veneran a Abraham como antepasado común. Su principal “virtud” fue la fe y la obediencia ciegas en Yavéh cuando le ordena sacrificar a su hijo Isaac. Probada su lealtad, en el último momento, detiene su mano ya con el cuchillo en alto, decidido a cumplir la voluntad superior.^[2] Probablemente no se lo contó a Sara, su mujer. Son virtudes masculinas, como el soldado que obedece a ciegas las órdenes sin discutirlos. Las mujeres lo ven de otro modo. Teri Wills Allison, madre estadounidense de un joven destinado en Irak afirmaba en una carta: *“Yo no soy pacifista. Soy madre y por naturaleza las dos cosas son incompatibles”*.^[3]

Obviamente no todos los arquetipos femeninos a lo largo de la historia han sido pacifistas ni todos reflejan la maternidad. Puede pensarse en el mito de las Amazonas

guerreras o en diosas griegas como Atenea (Minerva para los romanos), diosa de la sabiduría y la estrategia, siempre con su escudo, salida de la cabeza de Zeus, a quien sólo reconocía como padre, a pesar de que otras versiones afirman que su madre era Metis, a la que nunca reconoció. Hoy día, las llamadas “hijas del padre”, que admiran más a su progenitor que a su madre, con la que muchas veces se llevan mal o a la que sencillamente menosprecian, suelen ser eficaces ejecutivas, iguales a los hombres, con los que normalmente compiten continuamente, salvo que sean “héroes” escogidos por ellas por admiración y con los que podrá relacionarse, e incluso formar pareja.

No está de más recordar la larga lista de héroes a los que Atenea ayudó: a Perseo para matar a la Medusa Gorgona, cuyos cabellos eran serpientes, sugiriéndole una trampa construida de espejos, e incluso guiando la mano que sostenía la espada; a Jasón para construir la nave de los argonautas que iban en búsqueda del vellocino de oro; a Belerofonte, proporcionándole la brida de oro con la que pudo domesticar a Pegaso, el caballo alado. Protegió a Aquiles en la guerra de Troya y contribuyó al regreso venturoso de Ulises. Y lo más significativo de todo es que empleó su voto de calidad para deshacer el empate entre los que querían condenar a Orestes por haber matado a su madre y los que querían liberarle. Atenea se puso al lado de Apolo, que alegó uno de los principios patriarcales seguidos posteriormente por muchas culturas: que la madre sólo alimentaba la semilla plantada por el padre, proclamando la primacía de la paternidad sobre la maternidad, que con tanta minuciosidad y crueldad fue legislada por el Derecho romano.

Pero todo esto fue en un período posterior. El funcionamiento de la Conciencia, atraviesa cinco fases arquetípicas por las que pasa el proceso de elaboración de todos los símbolos: indiferenciada, matriarcal, patriarcal, alteridad masculino-femenino y contemplativa del Arquetipo de Totalidad. La fase matriarcal es más rica en símbolos, debido a su intensa sensualidad y menor preocupación por la abstracción. Y hoy día estas cualidades son recuperadas, pero no como antítesis a la fase patriarcal, sino en un intento de superar la dialéctica tesis-matriarcado, antítesis-patriarcado, síntesis-alteridad combinatoria de lo masculino y lo femenino, para llegar una quinta fase que no es sincretista, de simple adición y combinación, sino algo totalmente diferente. Esto nos llevaría a una especie de transfiguración social, a un equilibrio dinámico que integra lo vertical-masculino y lo horizontal-femenino.

Y esto que parece una utopía, parece más fácil de observar en países latinoamericanos, cuyas tradiciones indígenas han perdurado a pesar de cuatro largos siglos de colonización e intento de homogeneización. Hoy día están aflorando, siendo estudiadas, respetadas y practicadas por otras minorías no indígenas. Surgen así con vigor renovado las ideas-fuerza de la Madre Tierra (femenina) y del Universo (masculino) que ya estaban integradas en las culturas precolombinas y se hacen presentes en el pensamiento de los académicos que, a su vez, empieza a impregnar paulatinamente algunas reformas educativas (reconsideración de los estudios de género) y sanitarias (reconsideración de lo que es verdadera salud corporal y mental).[\[4\]](#)

Pero si volvemos a una concepción ternaria y no cuaternaria de los arquetipos

femeninos, anclados en el inconsciente colectivo, tendríamos a la mujer como un trébol, representado por: 1) Deméter, la Madre, 2) Kore, la hija, el retoño, la Virgen y 3) Hécate, la encantadora, la misteriosa, que representarían emocionalmente: 1) la sabiduría, el cobijo y la nutrición de la buena madre, y el dominio y la castración de la mala madre; 2) la ternura y la sutileza de las diosas vírgenes; 3) la seducción y el placer de la cortesana. Este es solo un posible mapa.

El primer contacto de cualquier ser humano, hombre o mujer, es con la madre que nos introduce a la primera vivencia de lo femenino a través de su afecto manifestado en la nutrición material y afectiva. Cuando el bebé tiene que separarse de la madre, ésta se convierte en la Mala Madre y durante mucho tiempo se buscará inconscientemente esa sensación de plenitud –los antropólogos la llaman “unión mística”– en el arquetipo de la Gran Madre.

Pero un aspecto de lo femenino muy pronto se vinculó al inframundo, a lo diabólico, al embrujo de las brujas. A algo poderoso que da miedo, a la separación y al odio. Desde la baja Edad Media, en el mundo cristiano se acentuó la consideración de la mujer como la tentación y del hombre como el objeto tentado, el sujeto que cae en la tentación. Y los tres arquetipos se desdoblan en madre/madrastra-o-suegra; la doncella es virgen o cortesana; la vieja sabia o la bruja. Cuando aparece lo masculino, el opuesto complementario el Anti-socio, Hades o Apolo –el rapto o la vergüenza–, el padre, la pareja, el amigo, el hermano es cuando lo femenino cobra conciencia de sí.^[5]

Sin embargo, existe un arquetipo positivo femenino que ha sido muy relegado, a pesar de la importancia que se le dio en el mundo griego y romano: Hestia (Vesta), que era venerada como centro de la ciudad y de cada hogar, y que ya existía entre los escitas con el nombre de Tabiti. Fue su sede la ciudad de Delfos, considerada por los griegos como el centro del universo. Esta diosa fue la primera hija de Cronos y Rea, los dos titanes incestuosos que destronaron a sus padres Urano y Gea, y al mismo tiempo fueron destronados por su hijo Zeus. Así que Hestia sería una especie de tía solterona del Olimpo, por ser hermana de Zeus, que se perpetuó en el Olimpo como padre de los dioses y de los hombres, a pesar de ser el descendiente menor.

Hestia, como las tías solteronas, está siempre presente y se hace imprescindible, se sacrifica, pero no se la ve mucho y, sin embargo, sirve para agrupar a la familia y para mantener el calor del hogar en los detalles. Alguien que abandona su casa, sabe que siempre la encontrará a su regreso. Su fuego es suave para calentar y cocer los alimentos. No es agresivo, violento ni destructor como el fuego del rayo de Zeus o el de Ares, del dios de la guerra. Ni tampoco sirve para forjar espadas como el fuego de Hefestos (Vulcano), dios del inframundo. Es un fuego femenino, pues *"no tuvo otra misión que el mantenimiento del hogar, simbolizado en su forma inicial por el fuego. Tampoco tomó parte en combates o guerras. En el fondo se le podría asociar con algunos aspectos de la personificación de la Madre Tierra, que con su calor mantiene la vida y da los frutos que produjo la fecundación de la lluvia"*.^[6] Su símbolo era el círculo y fue poco representada. A veces, sentada en calma, cubierta por un velo.

En el aspecto psicológico, Hestia puede ayudarnos a hombres y mujeres a volver a nuestro propio centro cuando los embates de la vida nos sacan de él, pues no se abruma por nada. Cuando Dionisos, con su energía febril, entraba en su templo, ella se retiraba sin inmutarse. Permaneció fiel a sí misma, ante las demandas amorosas de un Poseidón (Neptuno) emocional e instintivo, y no fue seducida por la luz y la inteligencia de Apolo. Príapo, el del pene permanentemente erecto, no pudo satisfacer nunca sus deseos de poseerla, y ni su pasión ni su sufrimiento consiguieron perturbarla. Y volver al centro en este caso, no sólo es no quedarse en la periferia, sino encontrar ese punto de re-unión de la psique y el alma, las pasiones y la esencia, el mundo externo y el mundo interno. Todo psicoterapeuta podría dirigir su atención hacia los valores del arquetipo de Hestia, pues no otra cosa sería la psicoterapia que acompañar a alguien que se ha extraviado, que anda errante, que perdió su vinculación con su propio hogar interno.

En el aspecto social, *“Hestia es el interior, cerrado sobre sí, el lugar donde se atesoran las riquezas y donde la realidad del grupo hunde sus raíces. La diosa se abre al exterior a través de su cómplice Hermes, a los extranjeros de paso, a la circulación de las riquezas, al tejido de las alianzas, a esa organización del espacio que, en Grecia, comporta el carácter patrilocal del matrimonio”*^[7]. Ella y Hermes son los patrones del ciberespacio. Un centro virtual que está y no está, que es externo y centrífugo a la vez, para crear redes de conexión, que tan bien se le da a quien sigue el arquetipo de Hermes.

Falta por mencionar, entre los arquetipos de diosas independientes y vírgenes, a Artemisa (Diana cazadora) quien, al igual que Hestia, fue inmune al enamoramiento, “más fría que el mármol a mis quejas”, podría atribuirle Garcilaso de la Vega, aunque no se refiriera expresamente a ella en su famosa égloga “El dulce lamentar de dos pastores”. Lo cual tiene sus ventajas y sus inconvenientes. Entre las ventajas, el saberse cuidar de sí misma, el poder concentrarse en sus blancos, pues donde ponía el ojo ponía la flecha, y otras cualidades idealizadas por el movimiento feminista como la propia realización, la competitividad, la independencia de las opiniones masculinas y la protección de las jóvenes indefensas. Nada más nacer, ayudó a su madre a dar a luz a su propio hermano Apolo, y posteriormente ambos salvan a su madre de ser violada por el gigante Ticio, matándole. No le temblaba el pulso ni se ataba a tareas domésticas, pues prefería vagar por los bosques con las ninfas como hermanas menores, unida siempre a la naturaleza.

Tal vez la debilidad de una mujer “Artemisa” (o también “Atenea”) es que necesita generalmente para triunfar la aprobación y el apoyo de su padre y diferenciarse todo lo que pueda de su madre. Y el triunfo, generalmente, no es económico, porque prefiere ser abogada de causas perdidas, reformadora impopular o escritora y artista pionera, porque le interesan trabajos que tengan un especial valor subjetivo para ella. En la actualidad, podría incluso casarse, pero estar más orientada hacia su trabajo que hacia su pareja. Al igual que su hermano Apolo, que es un típico dios-hijo y no un dios-padre, Artemisa, diosa-hija, también poseía una cierta cualidad de androginia, pues en ambos se reunían cualidades típicamente masculinas y femeninas. Si una mujer con este arquetipo

predominante, incorpora algo de Afrodita y de Hera, puede funcionar en el amor y en el matrimonio. En caso contrario, su relación íntima será siempre de hermandad. Y lo mismo puede decirse de cualquier persona: a su arquetipo dominante puede asociar aquellos que le son complementarios, siendo consciente de ellos y practicando sus cualidades y virtudes.

Jean Shinoda Bolen resume el mito de Atalanta como metáfora, para que una mujer pueda ir más allá de Artemisa. La heroína Atalanta, cuyas cualidades para la caza igualaban las que tenía para la carrera, había sido amamantada por una osa. Tras la muerte de Meleagro, compañero cazador y amante, rechazaba a todos sus pretendientes hasta que se vio presionada a escoger. Pero puso una condición: se casaría con el hombre que le ganase en una carrera y, si no la vencía, perdería la vida. Siempre ganaba Atalanta, hasta que un nada atlético Hipómenes, que la amaba profundamente, la desafió, aun a riesgo de morir. La noche anterior a la carrera le pidió ayuda a Afrodita, diosa del amor, que le regaló tres manzanas de oro que habrían de ser utilizadas en la carrera.

En los inicios de la carrera, Hipómenes dejó caer la primera manzana al paso de Atalanta. Absorbida por su resplandor y belleza, ésta se detuvo a recogerla. Al ver su rostro distorsionado, reflejado en la manzana, tuvo por primera vez *conciencia del paso del tiempo*: así sería ella cuando envejeciera. Cuando, recuperada le alcanzó y estaba a punto de pasarle, Hipómenes lanzó la segunda manzana y cuando Atalanta la recogió le surgió la nostalgia de su amante muerto, tomando de nuevo *conciencia de la importancia del amor*. Próximos ya a la meta, ella dudó si recoger o no la tercera manzana que le había sido arrojada. ¿Recogerla y perder o dejarla y vencer? Atalanta escogió recogerla, en el momento en que Hipómenes alcanzaba la meta haciéndola su esposa. Había ganado el *instinto de procreación y creatividad*.[\[8\]](#)

Hera (Juno para los romanos), Deméter (Ceres) y Perséfone (Proserpina) tienen en común el haber sido diosas vulnerables, por haber sido violadas, raptadas o humilladas por dioses masculinos. Sus diferentes respuestas tipifican caracteres diferentes entre las mujeres –u hombres– que sufren cualquiera de estos abusos: la rabia y los celos (Hera), la tristeza y la depresión (Deméter y Perséfone). Otra característica común es la de enfocar su atención en los demás en lugar de enfocarse en sí mismas. Necesidad de tener pareja, de nutrir o de depender, personificando papeles tradicionales de mujeres. El problema real que sucede en muchas épocas y lugares es que cualquier mujer que se muestre receptiva o cordial hace surgir el prejuicio machista de que es una mujer abordable y, por tanto, susceptible de ser objeto sexual o de convertirse en víctima.

Existen más estudios y reflexiones sobre los arquetipos y modelos femeninos que sobre los masculinos y por ello no es necesario extenderse.[\[9\]](#) Hoy día, aunque la fuerza primordial de los arquetipos sigue operando con intensidad en el inconsciente colectivo y en el inconsciente personal, los modelos visibles pueden estar encarnados por figuras fallecidas o vivas, como la Madre Teresa de Calcuta, Diana de Gales, Madonna, Vandana Shiva, Rigoberta Menchu... Y cada mujer, como cada hombre, tiene sus modelos conscientes o inconscientes, sus puntos de referencia, y las cualidades y defectos, o al

menos en potencia, de las fuerzas dominantes que les mueven. Tal vez, la ventaja de las mujeres en la actualidad es que existen también muchísimos más grupos, unos aislados y otros conectados entre sí, de reflexión, autoayuda, y seguimiento de diversas vías. Y llamamientos no vergonzantes a unirse para construir una civilización ecológica, pacífica y cooperativa en unión de los hombres, como *Mensaje urgente a las mujeres* [10], que tuvo su origen en una invitación lanzada el 8 de marzo de 2003, para que las Mujeres de todo el mundo se congregaran por internet el Día Internacional de la Mujer, con el objetivo de salvaguardar la vida en este Planeta, deteniendo la violencia y restaurando la paz, en los hogares, en la escuelas, en la calle y entre las Naciones... y las mujeres y algunos hombres han empezado a comprender el mensaje.

-
- [1]. BARING, Anne y CASHFORD, Jules, *El mito de la Diosa*, Siruela, Madrid, 2005.
- [2]. Génesis, capítulo 22.
- [3]. Carta publicada en varios periódicos el 20 de octubre de 2004 y en la web <http://www.commondreams.org>
- [4]. RIVAS, Mylene “Lo femenino como arquetipo en la educación corporativa del siglo XXI”, Observatorio Laboral, Revista Venezolana, nº 4, vol 2, Julio-Diciembre, 2009.
- [5]. RÍSQUEZ IRRÍBARREN, Fernando, *Aproximación a la feminidad*, Monte Ávila Editores, Caracas, 1983, 3ª edición, 1997.
- [6]. PULGAR PERERA, Luis Enrique, “Hestia: habitante silente, mitología presente”, ensayo de la web de Hestia, Centro Internacional de Psicoterapia, Barcelona, agosto de 2008, <http://www.hestia.es>
- [7]. VILLALOBOS, Magaly, *La Casa Abandonada*. Revista electrónica Kalathos, 2000, <http://www.kalathos.com/may2000/hestia.html>. Puede encontrarse mucho más en su obra, *A puntadas. Cuadernos de mitología griega y psicología*, Alfa Ediciones, Alfadil, Caracas, 2006.
- [8]. *Las diosas de cada mujer*, Kairós, Barcelona, 1993, pp. 106-109.
- [9]. Un libro bien estructurado, bastante completo y de fácil lectura sería *Los rostros de Eva. Cómo despertar la Diosa que hay en ti*, de GOÑI, Arantxa y ÁLVAREZ, María José, Edaf, Madrid, 2004.
- [10]. BOLEN, Jean Shinoda, Kairós, Barcelona, 2006.

11

Las gafas del enamoramiento se empañan o comer perdices cada día indigesta

¡Amor, amor, que por los ojos destilas el deseo, infundiendo un dulce placer en el alma de los que sometes a tu ataque, nunca te me muestres acompañado en la desgracia ni vengas discordante. Ni el dardo del fuego ni el de las estrellas es más poderoso que el que sale de las manos de Afrodita y de Eros, hijo de Zeus!

(Coro v. 525 y ss., *Hipólito*, Eurípides)

En nuestra cultura occidental heredamos la visión griega del amor, que era en sí mismo un medio y también un fin trascendente. Pero, ¡ay! sometido al capricho de los dioses y de las diosas, llenos de pasiones tan divinas y tan humanas como la vida misma: enamoramientos irremediables, actos heroicos, sacrificios y renunciaciones, infidelidades reiteradas, rechazos, secuestros, uniones incestuosas, mentiras piadosas, alianzas y complicidades, celos y venganzas... Todo el catálogo que nos es conocido, no sólo por la mitología, sino cuando miramos, escuchamos y sentimos lo que ocurre a nuestro alrededor, y tal vez en nuestro interior, en forma de deseos, fantasías, sueños y pesadillas. Si nos adentramos en los dramas, tragedias y comedias de la literatura universal, vemos las películas actuales, leemos la prensa –la rosa, la amarilla y la sección de sucesos–, podríamos concluir que no hay nada nuevo bajo el sol, que nada de lo esencial ha cambiado. Sólo las formas. Y si el mundo exterior es reflejo de nuestro mundo interno y viceversa, podríamos plantearnos más preguntas que respuestas. Pero vamos a intentarlo.

Partamos de la hipótesis de que algo sí ha cambiado y sigue cambiando. Tres aspectos podrían bastar para reflexionar sobre qué permanece y qué se ha transformado en las relaciones de amor y en las relaciones de pareja, no siempre coincidentes.

En primer lugar, el desarrollo del libre albedrío, la libertad individual de cada persona

y el individualismo imperante en el siglo XXI, en la creencia de que la felicidad es un asunto propio, un derecho inalienable y que sólo se puede alcanzar a través del esfuerzo personal, el cumplimiento de ciertos objetivos, la adaptación a la norma, el consumo de todo lo que pueda estar al alcance de la mano, o del bolsillo. En cuestiones de pareja, bastaría encontrar a la “persona adecuada”, esa “media naranja” anhelada en el fondo del inconsciente colectivo. En la Prehistoria, la Antigüedad, e incluso en la Edad Media, contaban más la tribu, la colectividad y los pueblos, los estamentos, las castas y los oficios.

En segundo lugar, la superposición del amor romántico, mucho más irrealista e idealizado que en la concepción griega o romana de la vida. Y los inicios no se remontan al Romanticismo, sino a la Edad Media, cuando empezaron a concertarse algunos matrimonios en base al afecto y la intimidad y no sólo de acuerdo a los intereses económicos de la sociedad o de la familia. Ya en pleno Renacimiento, el icono que se haría más universal hasta nuestros días sería el amor de Romeo y Julieta, que se enfrentan a los intereses de sus respectivas familias y, como toda tragedia romántica que se precie, acaba con la muerte de los amantes.

En tercer lugar, el cambio de conciencia que se está produciendo desde hace unas décadas y que tiene que ver con una sustitución del viejo paradigma dualista en que todo está dividido en lo uno y su contrario: cielo-tierra, mente-cuerpo, ser humano-naturaleza, hombre-mujer... Tardará años el que este cambio de conciencia (que no es un simple incremento cuantitativo) y este cambio de paradigma (que no está hecho de añadidos y restas) se haga visible de un modo generalizado en las relaciones de amor y pareja.

El filósofo francés Alain Badiou afirma que el amor es un “acontecimiento”, en el sentido de que no es algo continuo –el éxtasis del encuentro del amor romántico es efímero–, sino que es algo a lo que se intenta dar continuidad a través del matrimonio, como contrato jurídico entre dos seres libres, lo que se opondría al escepticismo de los que creen que es una ilusión. Liberales y libertarios coincidirían en *“la idea de que el amor es un riesgo inútil. Y que se puede tener por un lado una cierta conyugalidad preparada que se proseguirá en la dulzura del consumo y, por el otro, acuerdos o arreglos sexuales placenteros y llenos de goce, haciendo economía de la pasión. Desde este punto de vista, realmente pienso que el amor, en el mundo tal cual es, se encuentra en ese asedio, en ese cerco y que está, a este respecto, amenazado. Y creo que es una tarea filosófica, entre otras, defenderlo. Lo que probablemente supone, como lo diría el poeta Rimbaud, que también deba ser reinventado. Y ello no puede ser una ofensiva por la simple conservación de las cosas. En efecto, el mundo está lleno de novedades y el amor debe ser también comprendido en esa innovación. Hay que reinventar el riesgo y la aventura contra la seguridad y la comodidad”*.[\[1\]](#)

Y no hay nada que se oponga más al riesgo y a la aventura que seguir la norma del matrimonio “hasta que la muerte os separe”, cuando se ha convertido en discusiones o silencios hostiles, frustración, falta de comunicación e intimidad, desesperanza sin horizontes, alejamiento emocional, ningún deseo de envejecer juntos, ningún proyecto ni

sueños compartidos, obligaciones y tareas, rutina hecha de griseidad y corcho. En resumen, cuando ha muerto el amor de un Uno por Otro, porque la Diferencia se ha convertido en diferencias insalvables y la dualidad no es reconvertida ya en unidad a través del éxtasis: éxtasis de las miradas y de una sexualidad compartida, éxtasis de una compañía en el caminar o en el detenerse para contemplar un amanecer o una puesta de sol.

En estos casos, ni siquiera se puede seguir el ideal del sacrificio. Sacrificarse por la persona amada dejándola en libertad, como ocurre en la película *Casablanca*, en donde el protagonista Humphrey Bogart renuncia a la mujer de su vida, Ingrid Bergman, para que pueda huir de los nazis con su marido y continuar en Estados Unidos su lucha política, como uno de los líderes de la Resistencia. O en la película más reciente, *Los puentes de Madison*, en la que esta vez es Clint Eastwood quien renuncia a la mujer que ama, quien decide continuar con su marido. Y no se pueden seguir estos ejemplos simplemente porque murió el amor y, en la mayoría de las separaciones y divorcios prima el sálvese quien pueda, el “tú no me entiendes”, el “no eres el que eras” a “renuncio a lo que tengo para que sigas tu camino libre y siendo tú”.

Sin embargo la ilusión de que alguien nos complete es una herencia de la modernidad que la mayoría acepta sin rechistar ni poner en cuestión, como suele hacerse con cualquier herencia, hasta que uno se da cuenta de que ésta puede conllevar deudas y obligaciones. Pero mientras, es una *“ilusión a la cual no queremos ni podemos renunciar y que es fuente de esperanza de felicidad perdurable. A pesar de la frase popular de aparente aceptación que solemos escuchar en los consultorios ‘voy a ser feliz mientras dure’, vemos que la posibilidad de ruptura de ese vínculo (que es un todo, un conjunto único creado por dos ilusionados con el ideal eterno de completud), es impensable. Los enamorados creen estar hechos el uno para el otro, creen en la ilusión de tener la misma ilusión, se sienten buenos, bellos y perfectos, y el mundo que los rodea, por proyección, ha adquirido características similares... La unión es tan perfecta que no hacen falta palabras. Basta con mirarse para sentirse comprendidos. No se habla pero se supone, y se cree saber acerca del otro. Ese otro del cual nada se sabe. Sin embargo, los divorcios, separaciones y desuniones, son cada vez más frecuentes y las personas quedan muchas veces paralizadas y desconcertadas ante una situación que no habían podido siquiera imaginar en algún momento de sus vidas... [tal vez, porque] estas representaciones sociales, mitos y creencias, derivadas del romanticismo, han dejado marcas profundas en la conformación de las parejas... y no han podido elaborar acuerdos propios de la relación, singulares y coherentes con la época que les tocó vivir”*.^[2]

Y cuando la visión del otro, y muchas veces también de uno mismo, se nubla, cuando ninguno de los miembros de la pareja puede ver el alma del otro, cuando se olvidan los colores de los destellos que se vislumbraron en la época del enamoramiento, la vida empieza a apagarse, si no cambiamos de gafas, o nos limpiamos las legañas de los largos períodos de letargo, que ocurren en casi toda relación de pareja de larga duración

en uno u otro momento. Y no porque sea necesario seguir conviviendo, sino porque en cualquier caso el sol amanece cada día y la primavera no deja de florecer, por mucho que no veamos o que no estemos abiertos a sentir el aroma de las flores ni a escuchar el trino de los pájaros.

En estos casos, es como llegar a una encrucijada. Es como si estamos caminando por el bosque y de repente nos hallamos ante una bifurcación. Dudamos unos instantes. Sobre todo si no está señalizada y no llevamos mapa. O si vamos por una autopista y nos topamos con un complicado nudo de salidas, entradas, cambios de sentido, puentes aéreos y pasos subterráneos. A no ser que conozcamos muy bien esa ruta, se nos acelera el corazón, concentramos toda nuestra atención en los paneles indicadores. No queremos equivocarnos, porque supondría una pérdida de tiempo para llegar a nuestro destino. Y en la vida nos encontramos de vez en cuando con este tipo de encrucijadas que nos exigen una decisión: en la juventud, trabajar o seguir estudiando; hacer una formación profesional o elegir una carrera; emparejarse o picotear acá y allá. Después, se presentarán ocasiones de cambiar de trabajo, de domicilio, de forma de vida... Y en la mayoría de los casos, estas encrucijadas son repentinas. Nos llegan cuando menos las esperábamos: un despido, una ruptura matrimonial, una enfermedad..., y muchas personas se agobian, porque la vida les obliga a cambiar de dirección, a dar un salto en sus rutinas, a seguir creciendo y madurando.

Tal vez una de las encrucijadas existenciales más dolorosas y difíciles que puedan presentarse sea una ruptura matrimonial. Sobre todo, cuando además de la pareja, que es una relación a dos, existen hijos o hijas. Y si son menores de edad y dependen de los padres, las cosas se complican. Entonces se convierte en un en un verdadero *koan* existencial, es decir en una pregunta que no tiene respuesta lógica y única, y a la que hay que dar una respuesta vital, con el corazón y con las tripas, aunque haya que considerar, una vez tomada la decisión de separarse, todas y cada una de las cuestiones implicadas: legales, económicas, sociales, educativas...

A pesar de todo, una encrucijada es fundamentalmente una oportunidad de elección. Una de las muchas posibilidades de ejercer nuestra libertad, de responsabilizarnos de nuestras decisiones y de sus consecuencias. Como muy bien demostró Erich Fromm, uno de los miedos básicos del ser humano es el miedo a la libertad. Para muchos, parece que ejercerla plenamente, y sobre todo el que la ejerzan los demás, amenaza su seguridad. La falsa seguridad de que todo permanecerá para siempre igual, cuando han encontrado un mínimo nicho de confort, un precario equilibrio entre la aceptación de las propias limitaciones y las restricciones que imponen la naturaleza y la sociedad.

Un segundo miedo que oímos repetidamente en consulta y fuera de ella tiene que ver con el temor a equivocarse, a no tomar la “decisión correcta”. Y siempre pregunto: “¿pero es posible equivocarse?”, ¿en qué Tablas de la Ley o en qué Constitución aparentemente inmutable se hallan escritas las “decisiones correctas” para cada ocasión? ¿En qué Derecho Natural o Declaración Universal? Incluso dentro del campo de la ética, más allá de lo que todos consideraríamos maldad gratuita, existe un amplio margen para

lo que es ético y lo que no, según las circunstancias. En realidad, cuando se echa la vista atrás y alguien dice haberse equivocado, lo que se está queriendo decir es que las decisiones tomadas en su momento y las acciones realizadas no respondieron a sus expectativas. Sin embargo, las tomó y las llevó a cabo conforme a los datos e informaciones que tenía en aquel momento; no con los adquiridos posteriormente a lo largo de la experiencia y del mismo vivir. ¿Y cómo aprenderíamos lo que es o no adecuado para nosotros, lo que nos nutre, lo que nos proporciona paz y felicidad, si no nos arriesgáramos a vivir día a día la aventura de lo desconocido hasta que nos es familiar?

Una relación podría darse por terminada cuando ya no hay respeto entre ambos, aparecen las diferencias de forma dramática, no hay nada que compartir, los intereses externos a la pareja predominan, se ha interrumpido el diálogo fluido y ninguno de los dos se preocupa por armonizarse con el otro. El siguiente testimonio resume muy bien la situación: *“Nuestro consejero matrimonial me dijo que cuando mi incomodidad de quedarme en esta relación pesara más que mi culpa frente a la idea de terminarla, entonces saldría”*.[\[3\]](#)

En estos últimos tiempos, estoy conociendo hombres hechos polvo, angustiados y deprimidos, porque su pareja quiere separarse o simplemente cambiar de rumbo, tomar otra dirección, tener más libertad, modificar las cláusulas expresadas o tácitas de la relación. Y compruebo entonces que en un gran porcentaje de dos generaciones –entre los 25 y los 50 años–, las polaridades parecen estar cambiadas: muchas mujeres empiezan a tener claro lo que no quieren y lo que sí; buscan, encuentran o tienen su propia dirección en la vida. Y muchos hombres se tambalean, porque construyeron su vida sobre la base exclusiva de la pareja –“contigo, pan y cebolla”– y la familia –“sacrificarse por los hijos”–. Y su primer pilar de seguridad no ha sido la acción en el mundo, su vocación, seguir su propia misión y destino en la vida, sino identificarse exclusivamente con el rol de marido y padre.

Al cabo de unos años, podrían ellos cantar la letra de Macarena, puesta en boca de una mujer que se queja: *“Por seguirte voy sin dirección. Sé que nuestro camino hoy se parte en dos. Por el amor que no compartes, por el dolor al que no guardo rencor, ahora sé que llego tarde a tu corazón... Por tenerte, por querer tenerte, dejé de lado todo lo que sentía. Yo no sabía que tu amor escondía la soledad... No sé quién eres, no sé quién soy...”*. Y ellas se enfadan por esta dependencia que viven como peso y ahogo, control, falta de libertad y, en el fondo, desconfianza y ausencia de seguridad para apoyarse en sus parejas masculinas.

Pero esta presencia física, económica y hogareña ha encubierto una ausencia emocional de comunicación y de intimidad. En muchas ocasiones, ellas se retiran de la relación sexual y ellos lo viven como un castigo, un desprecio, una injusticia o, cuando menos, un desconcierto generalizado. El mundo se les viene abajo. Tal vez, cuando eran niños querían cambiar el mundo. Siendo jóvenes, algunos quisieron cambiar su país, su Ayuntamiento o su barrio. Y después se concentraron en cambiar a la pareja y a la

familia. En crear su micro mundo perfecto, aunque esté sostenido con alfileres. Y “ellas” se lo ponen todo patas arriba hasta que se viene abajo como un castillo de naipes, porque no era sólido ni perfecto.

Desde hace siglo y medio, el movimiento de liberación de la mujer ha avanzado vertiginosa y afortunadamente desde la obtención del derecho al voto a su participación activa en la vida pública, pasando por su incorporación a cualquier profesión y oficio, y a la profundización de las reflexiones sobre en qué consiste ser mujer hoy día. Por otro lado, cosas aparentemente tan banales como la extensión de los electrodomésticos han revolucionado el empleo del tiempo de la mujer contemporánea. El descubrimiento y la utilización generalizada de las píldoras anticonceptivas han modificado sustancialmente las relaciones sexuales y, consecuentemente, la libertad de las mujeres para poder decidir su frecuencia. Sin lugar a dudas, llevan muchas décadas de ventaja y, como pioneras de los cambios que vivimos, están pagando un alto precio en esfuerzo, incomprensión y desajustes en el balance de lo adquirido y lo perdido.

Todo cambio supone pérdidas y ganancias. Y no sólo para un género, sino para los dos. Los hombres hemos sido los primeros en sentirnos desconcertados ante un fenómeno para los que nuestros abuelos y padres no nos habían preparado. Algunos se oponen con todas sus fuerzas a perder poder y privilegios. Otros, con cierta culpabilidad histórica, se hacen más feministas que las propias mujeres que militan en uno u otro movimiento. Una gran mayoría van a la zaga remoloneando, pero aceptando lo inevitable y otros nadamos contracorriente dentro de nuestro propio género por reencontrar un equilibrio entre fuerza y sensibilidad y cómo aplicarlo en las relaciones de intimidad y en la vida cotidiana con las mujeres. Y en la vida en general con otros hombres, y con los hijos y con nuestros propios padres. Aparentemente somos los hombres los que perdemos y las mujeres las que ganan. Pero vayamos más al fondo.

Muchas mujeres empiezan a percibir una sobrecarga de trabajo, cuando acceden a puestos de responsabilidad y se encuentran con un mundo competitivo en el que, además, tienen que esforzarse el doble que los hombres y, en muchos casos, con un salario inferior, a pesar del principio teóricamente aceptado de que “a igual trabajo, igual remuneración”. Luego, en el hogar, se encuentran con hombres más pasivos, tal vez indecisos ante una nueva situación que no habían vivido en casa de sus padres, renuentes a las tareas caseras o patosos en su realización, quizá acomplejados por ganar a veces menos dinero, e incluso sumisos o deprimidos. Entonces muchas mujeres se preguntan si el precio a pagar por todo lo adquirido ha sido excesivo o empujan a sus parejas a “moverse”. A ser más activos en el espacio doméstico y a acudir a terapias, talleres, seminarios y otros foros en los que las mujeres habían sido hasta ahora mayoritarias.

Por su parte, sólo recientemente algunos hombres empiezan a apreciar la “ganancia” que supone no tener que aportar todo el salario al mantenimiento de la familia, tener alguien al lado con quien poder compartir todo de igual a igual y descargarse de tener que ocuparse en exclusiva de los asuntos públicos –la política, las grandes catástrofes, las guerras, las crisis económicas...– En cualquier caso, en el cuestionamiento de la

condición femenina, las mujeres llevan un siglo de ventaja, puesto que la identidad masculina no se ha puesto en cuestión hasta que se ha roto el tradicional dominio del hombre sobre la mujer.

Algunos tardan años en superarlo y otros, tal vez la mayoría, encuentran al cabo del tiempo un “apaño”, una amistad “con derecho a roce”. Pero sigue el dolor y la desconfianza. A veces con un toque de misoginia. Y las mujeres maduras, separadas y con hijos la mayoría, se quejan de que estos hombres de cuarenta, cincuenta y sesenta años no quieren comprometerse. A éstos les pesa muchas noches la soledad, pero minimizan este inconveniente con el disfrute de la libertad recién estrenada, que entregaron en otros tiempos, traicionándose, mientras vivieron en pareja.

Cada situación se vive desde puntos de vista subjetivos. Cada cual elige, muchas veces de modo inconsciente, la orilla desde la que contempla el paisaje. El paisaje de su vida, que a veces se convierte en un hueco de ausencia. De ausencia de propósito y sentido. En un ir arrastrando las vivencias, el existir cotidiano. Hay quienes reconstruyen otra familia e incluso vuelven a tener hijos –tanto ellos como ellas–. Si trabajaron profundamente las causas de su anterior separación, la pareja y el nuevo hogar se mantienen. Si no, volverán a reproducir los “errores”, es decir, a proyectar su propia sombra en el otro y hacerle cargar con el peso de sus propias mochilas no vaciadas de pasado. Y cantarán como Ricky Martin: *"Ya no sé lo que pensar: si tu recuerdo me hace bien o me hace mal..."*. Y esto ocurre tanto en las parejas heterosexuales como homosexuales, pues no es una cuestión de sexo, sino de inconsciente no trabajado.

Amar, convivir, cambiar la forma de convivir, caminar juntos, separar los caminos, volverse tal vez a juntar o encontrar otro u otra compañera en el camino... Este es el río infinito de la vida y sus ciclos. Y en él nos cruzamos una y otra vez con gentes que navegan descontroladas en los rápidos o remando a brazo partido para remontar la corriente y volver a un punto de imposible repetición que quedó atrás. Si estamos atentos, también nos encontramos con personas que fluyen con la corriente, se adaptan a sus curvas y remansos, bordean islotes sin chocar, escogen sin dudar o se dejan llevar sin angustia por el curso más cercano cuando el río se parte en dos. Son las personas que utilizan la razón sin abandonar el corazón. Que no se dejan arrastrar por la pasión cristalizada ni las emociones del momento –miedo, tristeza, y cólera–, pero tampoco calculan fríamente ventajas e inconvenientes, porque siempre la vida nos sorprende con algo que no pudimos prever. Quien sigue navegando con la mirada atenta y el alma henchida, aunque a veces duela, es que sigue un camino con corazón.

[1]. BADIOU, Alain y TRUONG, Nicolas, *Éloge de l'amour*, Flammarion, col. Café Voltaire, París, 2009, traducción de A. Arozamena, p.5, en <http://doc/29849465/Alain-Badiou-Elogio-Del-Amor>

[2]. Cristina Deberte, “Los modelos del amor”, <http://www.itinerario.psico.edu.uy>

[3]. *¿Y cómo es a fin de cuentas? Relaciones y conflictos de la pareja: testimonio real*, Diana y Hugo Baumann, Alice y Pepe Bisso, Beni y Chema García, Elena Gurmendi, Óscar Bosshardt, Beatriz y Tomás Rouzer, Ediciones

Mulcografed, Lima, 1980.

12

El amor es un camino. Recursos en clave de sentido común

“Cuando las almas entran en contacto existe felicidad; pero no es completa hasta que se unen también los cuerpos”.

Abraham Cowley

El título de este capítulo va más allá de su primer sentido: que el amor se construye día a día, que no es algo adquirido, que no es algo permanente, que debe ser regado, mimado y reconstruido instante a instante. La propuesta es mucho más radical. El amor no es realmente un fin en sí mismo. Más bien sería un medio, una vía, para el reencuentro del alma, su construcción, su reconstrucción. Y alma, no entendida como espíritu inmortal de cada persona, sino como espacio y profundidad, misterio que abarca la imaginación, las fantasías, los mitos y las metáforas. Como hipótesis, adopto la perspectiva del creador de la psicología arquetípica posjunguiana para el que *“el alma es más una perspectiva que una sustancia, una visión de las cosas... como si la conciencia descansase sobre un sustrato capaz de imaginar y de sostenerse a sí mismo –un espacio interior o persona más profunda o presencia continua–, que se limita a estar presente, incluso cuando toda nuestra subjetividad, nuestro ego y nuestra conciencia son eclipsados. El alma aparece como un factor independiente de los acontecimientos en que estamos inmersos”*.[\[1\]](#)

Y esto que puede sonar teórico está muy conectado con todo lo reflexionado hasta el momento. Parte del sufrimiento de las relaciones de intimidad entre hombres y mujeres proviene de tantas y tantas idealizaciones del amor, de ideas falsas y contrapuestas. No es lo mismo el amor de Eros, que el de Afrodita, el de Jesús, el amor platónico, el de los trovadores de la Edad Media. No es lo mismo el amor admirativo que se tiene a un padre, el amor de una madre por su hijo, el amor entre hermanos. En el mundo de los dioses griegos, cuando Zeus imponía el amor a un humano se producía algún desastre y

cuando Apolo perseguía sus amoríos tenía consecuencias catastróficas. Atenea ama a Ulises con consejos y protección para favorecer su reencuentro con su esposa Penélope. Y los muy variados amoríos de Afrodita son todo un compendio de posibilidades humanas: argucias, apasionamiento, celos, triángulo amoroso, éxtasis celestial... Y Hera, siempre fiel a Zeus a pesar de las múltiples infidelidades de éste... Y así sucesivamente.

Y aterrizando aquí y ahora, en nuestra época concreta, en el Occidente “civilizado” en una ciudad cualquiera de la España de la Comunidad Europea, no puedo menos que relatar la siguiente experiencia. No voy nunca a bares de copas. Tal vez por ello me sorprendió lo que vi la noche en que tuve la energía y la curiosidad de iniciar un trabajo de campo (mayo de 2010). Había una treintena de jóvenes entre veinte y treinta y tantos años. La música invitaba al baile, pero sólo tres o cuatro se animaban en el espacio dedicado a moverse. Ellos estaban en pequeños grupos y peñas. Ellas también. Un par de parejas eran la excepción. La comunicación nula. La escena me devolvía a esos antiguos bailes de pueblo en donde hombres y mujeres eran dos mundos separados por el río de la vergüenza, del qué dirán, del miedo al rechazo. Era como haber retrocedido cincuenta años, habiéndose ya iniciado la segunda década ¡del siglo XXI!

Es como si no hubiera servido el movimiento de liberación de la mujer, que ha logrado su participación activa en la vida pública, su incorporación a cualquier profesión y oficio y a profundizar en qué consiste ser mujer hoy día. Como si las píldoras anticonceptivas no hubieran modificado sustancialmente las relaciones sexuales y, consecuentemente, la libertad de las mujeres para poder decidir su frecuencia. Es como si los jóvenes que allí se encontraban no estuvieran muy claros sobre lo que querían y cómo conseguirlo: ¿una ración de vista?, ¿una aventura pasajera?, ¿la posibilidad de encontrar pareja?, ¿simplemente afirmar su masculinidad entre otros machos, los hombres, y las mujeres mostrarse y ser vistas protegidas por el grupo de amigas? Tal vez, reflexioné, habían entrado ya en la desorientación que constato en muchas terapias y talleres entre hombres y mujeres de cuarenta y cincuenta años. El desconcierto sobre cómo se supone que tiene que ser y actuar un hombre y una mujer en una sociedad avanzada, libre e igualitaria. Se han producido demasiados cambios y demasiado rápidamente. Quizá lo único sensato sería comprender e integrar sus causas y consecuencias, y continuar avanzando. Es posible que para los hombres todo esto tenga que ver con la ausencia del padre, por orfandad, abandono, divorcio o, simplemente, por haber estado absorbido en su trabajo. A este respecto, puede encontrarse una profunda reflexión sobre el poder transformador de la paternidad en una reciente novela, ambientada en el País vasco, de título muy revelador y en sí mismo toda una declaración de intenciones, *Padre Patria*.[\[2\]](#)

Y antes que relaciones de pareja, podríamos preguntarnos: ¿Pero es posible la amistad entre hombres y mujeres? Pregunta retórica, porque la verdadera pregunta sería si es frecuente, si es fácil, si es un fenómeno sociológicamente significativo. Y, en los casos efectivos de amistad, que los hay, ¿dónde se halla la frontera entre lo que se puede hacer como amigos y lo que empezaría a rozar una relación sentimental o de pareja? Y

para complicar las cosas, ¿sería posible esa misma situación, si uno de los dos o ambos están casados o tienen pareja?

Y aquí empieza el gran equívoco: se confunde atracción con idoneidad. Quien nos atrae no es forzosamente la persona idónea para establecer una relación a largo plazo. No es lo mismo atracción física, que pasión. Y no es lo mismo pasión que enamoramiento. Y no es lo mismo enamoramiento que convivencia. Y para establecer una relación con miras de futuro, no basta la atracción, ni el enamoramiento –que la convivencia suele apagar, cuando no matar–. Es necesario la idoneidad: complementariedad y factores compartidos por partes iguales. No se puede ser totalmente idénticos en caracteres y gustos, pero tampoco totalmente opuestos. Existe el amor inteligente y lúcido, la auténtica pasión del deseo y de la entrega, sin la posesividad y sin los celos.

¿Pero cómo encontrar la diana a la que dirigir la flecha de Cupido? ¿Existe la diana perfecta, eso que llaman el alma gemela, la pareja ideal, o la media naranja? En mi experiencia, planteo como hipótesis que no existe. O, al menos, que no existe como posibilidad única. Que dianas hay varias y depende a dónde miremos y hacia dónde dirigimos el arco. Y que la media naranja está dentro de uno y sólo hay que encontrar afuera la naranja entera con la que queramos –y ella quiera– juntar en un vaso los zumos. *“A medida que el individuo profundiza en su autoconocimiento, descubre algo muy simple y también fundamental: cada parte del rompecabezas es, en sí misma, otro rompecabezas. Cada individualidad es un universo, y las relaciones que establecen entre sí las partes de ese universo son esencialmente las mismas que como individuo establece con otros individuos en el espacio interpersonal... Así como existe una relación de pareja con otro ser humano, existe también una relación de pareja interior entre los aspectos masculinos y femeninos de la propia individualidad, de modo que cada individuo es, en realidad, una pareja”.*[\[3\]](#)

Y cuando nuestra propia pareja integrada interiormente busca la pareja afuera, lo más difícil es que esa pareja idónea para nosotros se encuentre un sábado bailando en una discoteca. Con más probabilidad estará en el círculo de estudios, laboral, profesional, social, de vecindad... y no en el otro extremo del mundo. Probablemente se encontrará en espacios comunes en el que las personas acudan con el corazón abierto y la mirada limpia. En un entorno en el que dos miradas puedan cruzarse sin prisas, sin demandas, sin expectativas. Por el placer de dar y de recibir, de acoger y de entregarse. Entonces se produce el milagro de VER, de empezar a comprender, y de ahí a aceptar y después a AMAR. Amar profundamente sin que tenga forzosamente que establecerse una relación física de intimidad, sin que el hecho de estar o no estar en pareja sea un impedimento para poder tener la mirada limpia y el corazón sin coraza.

¿Y cómo es posible el encuentro con tanta carga emotiva que se acumula en la memoria celular? No sólo son recuerdos, sino también sentimientos y sensaciones corporales las que emergen en cada encuentro. Y así lo más común es que sólo se encuentren máscaras y corazas, niñas y niños dolientes pertrechados de armas y bagajes. Personas que se defienden de que no vuelvan a repetirse dolores del pasado que se

intentan enterrar. Personas que anhelan repetir vivencias que ya acabaron, reproducir gozos y deleites que agotaron ya su tiempo. Y a fuerza de repetir formas mecánicas o irreales de encontrarse, se crean hábitos y rutinas que se manifiestan en palabras vacías, en gestos de autómatas, en una ambigüedad que flota siempre en el aire: lo que podría ser, pero no le damos alas para que sea.

Así que la persona “predestinada” puede ser una creación a lo largo de años de caminar juntos en una misma dirección, ascendiendo cumbres y descendiendo a profundos valles, atravesando dificultades y compartiendo logros, superando períodos de sequía o inundaciones de gozos y éxtasis, haciendo concesiones y estableciendo los propios límites. Y como bien expresa Rubén Ibarra Ayala, psicoterapeuta y sexólogo mexicano, *"en mi vida he ido aprendiendo que la vida en pareja tiene de todo, menos la felicidad pre-establecida, y que esa felicidad no se obtiene ni está al final del camino, sino en el andar mismo"*.^[4] Y aquí me viene a la memoria la excelente película *Un lugar en el mundo*^[5]. En una de las secuencias finales, el hijo del protagonista pregunta al padre cómo encontró su lugar en el mundo en un minúsculo pueblo del sur de Argentina, después de años de lucha política. Su respuesta: “no sé, vine acá, me fui quedando y el día que ya no tuve ganas de irme, me di cuenta que era mi lugar en el mundo”. Cualquier lugar puede ser nuestro lugar si nos permite vivir conforme a los valores que consideramos esenciales. Cualquier pareja puede ser la “pareja ideal”, si ambos miembros son libres, respetan la libertad del otro, se permiten mutua y simplemente ser, y siendo ellos-ellas mismas caminan en la misma dirección, aunque no siempre cogidos de la mano ni forzosamente al mismo ritmo, y en el camino crecen y maduran, van llenando su potencial y cumpliendo su propósito, tal vez su vocación, quizá su misión.

Día a día, somos creadores de nuestra vida y de nuestro destino. Así que la persona “predestinada”, el “alma gemela” es esa creación que se va haciendo en común a lo largo de años de caminar juntos, ascendiendo cumbres y descendiendo a profundos valles, atravesando dificultades y compartiendo logros, superando períodos de sequía o inundaciones de gozos y éxtasis, haciendo concesiones y estableciendo los propios límites. Y lo más importante de todo en ese caminar es no dejar de ver el alma de la persona con la que hemos elegido caminar y dejarse ver el alma. Bucear en la profundidad del mar, en su silencio, sin dejarse arrastrar por las olas y su estruendo. Y, sobre todo, volver a mirar profundamente a sus ojos, cuando se nos vela el alma y sólo vemos agujeros y claroscuros o un cuerpo opaco y sin luz, porque hemos perdido la luz de nuestra propia mirada por habernos puesto las gafas oscuras, rayadas y rotas de ver.

Y todo esto se hace fácil, cuando nos permitimos hacer un alto en nuestro runrún cotidiano, reflexionar con otros hombres y mujeres que nos sirven de espejo, compartir en voz alta nuestros temores, expectativas, decepciones y sueños. Cuando escuchamos con el corazón los temores, expectativas, decepciones y sueños de los demás. Y a veces los recursos y las soluciones encontradas. Cuando abrimos nuestro corazón y nos abrimos a poder latir al unísono con otros corazones en este asunto esencial que es

compartir o no la vida en pareja, con quién, cómo, cuánto tiempo y, sobre todo, con qué propósito y en qué dirección.

Si hombres y mujeres tuviésemos siempre presentes unas simples claves, podría ayudarnos a encontrar una pareja, a mantenerla y a evitar la repetición de los conflictos:

1. Hombres y mujeres somos iguales en dignidad, derechos y obligaciones, pero diferentes en formas de pensar y sentir, en modos de comunicar. La biología, la diferencia de los hemisferios cerebrales, el distinto grado de percepción de los sentidos de la vista, el oído, el gusto, el olfato y el tacto nos convierten en “marcianos” y “venusianas” en cuanto surge un conflicto. La visión del mundo puede ser distinta y complementaria, pero nunca más real o completa en hombres o en mujeres.

2. Si se tienen carencias, existenciales, biográficas (de infancia o posteriores), no puede pretenderse que la pareja las colme. Es necesario hacer un ejercicio de autoconciencia o la terapia adecuada. No se puede proyectar la propia infelicidad en la persona con la que se convive.

3. Completarse tiene que ver más con el libre intercambio de energía sexual, sensual, emocional, mental y espiritual que con el contrato, tácito o explícito, de “si tú me das, yo te doy y si yo te doy, tú debes darme”. Se puede vivir completo en soledad, aunque se pierde entonces las posibilidades que la naturaleza nos ofrece de cortejo, arrumacos, caricias, cuidado, provisión, protección y procreación. Es una elección. Desafortunadamente, no es lo mismo no querer, que querer y no poder.

4. Si alguien no afronta la soledad, el sufrimiento, el envejecimiento y la muerte por sí mismo/a, es imposible que la pareja pueda solucionar las mismas cuestiones existenciales que, a su vez, se ve obligada a confrontar. Quien sabe vivir solo, puede vivir en compañía. Quien sabe vivir en compañía, puede vivir solo. Vivir solo no implica el sentimiento de aislamiento, anhelo y carencia (*loneliness*); puede ser una elección de soledad, en comunicación con todos los seres vivos y el cosmos desde una sensación de equilibrio y plenitud (*solitude*).

5. El camino masculino está hecho de dirección y propósito. En éste se concentra sin que signifique abandono de mujer ni hijos. Su hábito es resolver problemas o intentarlo. Su búsqueda es la liberación de todo lo que siente que le atrapa. El riesgo y llegar al límite pueden ser dos poderosos estímulos. En una primera etapa evita implicarse y huye de las emociones. En una segunda etapa intenta crear su propio mundo perfecto. En otra tercera etapa no busca experiencia y conocimiento. Admite la enseñanza de lo femenino: no es necesario escapar del compromiso, las relaciones y la vida para ser libre y feliz. A su vez, enseña a lo femenino que no es necesario aferrarse a una relación para ser verdaderamente feliz. [\[6\]](#)

6. El camino femenino se caracteriza por la irradiación, la fuerza de atracción y la prioridad puesta en la relación. La permanencia, la experiencia sensual y la necesidad de la aprobación son tres de sus báculos. La sensibilidad al tono de voz y a los estados de ánimo se haya íntimamente ligada a la prioridad de los sentimientos sobre la acción. Dar

a luz y nutrir es el polo aceptado. Devorar, como la Gran Madre y destruir la vida para volver a crearla, es el polo rechazado.

7. Una pareja puede funcionar, con independencia del sexo de cada persona, si existe una polaridad masculina y una polaridad femenina. Si ambos miembros son conscientes de si quieren dependencia, independencia o complementariedad y se ponen de acuerdo sobre este extremo. Si los dos crecen y maduran juntos. Cuando uno de los miembros se estanca, reprochará al otro de haber cambiado mucho y éste de estar frustrado en sus nuevas necesidades.

8. Una pareja no es tal si no hay o ha habido relación de intimidad, sensualidad, sexualidad, erotismo. Pero tampoco permanece si la relación sólo está basada en todo esto. Cuando con el paso de los años se apaga la pasión erótica, puede surgir otra fase en la pareja con el énfasis puesto en una vida en común basada en el respeto, el cariño, la ayuda mutua, el acompañamiento recíproco. Pero algo distinto de una relación de hermandad. Se requiere siempre la polaridad. Metafóricamente podríamos decir que las parejas que no pueden apreciar la misma música juntos o caminar por la playa o el bosque cogidos de la mano cuando pasan de los sesenta, de los setenta y más... lo tienen muy difícil. ¿Y quién se plantea esto durante las primeras fases del enamoramiento?

9. El amor es un aprendizaje continuo. Al menos su manifestación en pareja. Nadie nos enseñó a amar a la pareja y el modelo de los padres la mayoría de las veces no sirve. Es como una planta que hay que regar cada día. Y esto implica imaginación, riesgo, confianza para desnudar el alma, respeto en la intimidad como la entrada a un santuario. Y previamente es necesario confiar en uno mismo y respetarse. El amor nunca muere, aunque puede que sí hacia una persona determinada.

10. El dar y el tomar, el recibir y el devolver, es parte del equilibrio del universo. Quien crea desequilibrio en una relación, dando demasiado o recibiendo demasiado, tendrá que restablecer el equilibrio. El sentirse siempre en deuda, por debajo, crea mucho resentimiento. El sentirse explotado genera reproches o victimismo. Pero el flujo del darse en el amor y de recibir el amor del otro no puede ser contabilizado como si fuera mercancía contable y pesable. El amor es un regalo, un don de sí. En todas las culturas de sabiduría el regalo debe circular para que la energía no se estanque.[\[7\]](#) Y el amor se estanca si no circula. Y si no se puede, después de una cierta etapa, ser vivido y convivido con la misma persona, la libertad consiste en seguir amando... Si el amor es un camino, los caminos están hechos para ser recorridos. A veces indican a donde conducen y a veces no, pero nunca señalan con quién ni cuánto tiempo. Y si se quiere permanecer en una relación, ambos miembros tendrán que acabar por desnudar totalmente el alma, algo más difícil de hacer que desnudar los cuerpos. Y siempre con la generosidad de fondo.

[1]. HILLMAN, James, *Re-imaginar la psicología*, Siruela, Madrid, 1999, pp. 38-39.

- [2]. *Padre Patria*, Vicente Carrión, Hiria, Donostia, 2010.
- [3]. LEVY, Norberto, *La pareja interior*, pp. 7-8, www.elcamajan.com/.../la-pareja-interior...norberto-levy/1/
- [4]. *Pareja en crisis. Encontrando alternativas. Un proceso psicoterapéutico Gestalt para parejas en crisis de separación*, tesis doctoral inédita, presentada en la Universidad de Puebla. Publicación prevista en editorial Dilema, Madrid.
- [5]. Dirigida por Adolfo Aristarain, estrenada en 1992, protagonizada por Federico Luppi, José Sacristán, Cecilia Roth y Leonor Benedetto. Nominada para un Oscar a la mejor película en lengua extranjera en Uruguay, y luego retirada, por ser película argentina.
- [6]. Este recurso 5 y el siguiente pueden ser ampliados en los capítulos 8 y 9 del libro *En íntima comunión. El despertar de tu esencia sexual*, de DEIDA, David, Gaia, Madrid, 1995, pp. 133-213.
- [7]. Un alegato magistral por la “economía del don” y en contra del mercantilismo que domina la creatividad y el arte hoy día, y que puede extenderse también a una gran parte de las relaciones matrimoniales, puede encontrarse en *The Gift*, (1979), del ensayista HYDE, Lewis, Vintage Books, segunda edición, 2007.

Epílogo

*“Libre te quiero
como arroyo que brinca
de peña en peña,
pero no mía.*

*Grande te quiero
como monte preñado
de primavera,
pero no mía.*

*Buena te quiero
como pan que no sabe
su masa buena,
pero no mía...”.*

(Agustín García Calvo)[\[1\]](#)

Un epílogo clásico debería resumir todo lo escrito hasta aquí y sacar conclusiones. Sin embargo, prefiero plantear nuevos interrogantes a dar respuestas cerradas, dejar abiertas ciertas cuestiones a pretender agotar asuntos tan complejos como qué es la masculinidad, cómo nos relacionamos los hombres entre nosotros y cómo nos relacionamos con las mujeres, desde la integración de lo masculino y lo femenino interno. Y de todo este río lleno de meandros, su posible desembocadura en las múltiples posibilidades de relaciones amorosas, entre ellas la pareja o el matrimonio como hechos sociológicos mayoritarios. Y como todo epílogo, éste es para mí una invitación al prólogo de un nuevo libro, pues quedan fuera temas tan importantes como la soltería, que aumenta hoy día progresivamente en muchos países occidentales, el retraso de la independencia económica de personas adultas, consideradas eternos jóvenes, y de la edad de la paternidad y la maternidad. O el mismo hecho de ser o no ser padres y madres en función de la confianza o desconfianza en el futuro y de la incierta situación económica y sociopolítica del mundo... Siempre admiré la confianza, tal vez instintiva e inconsciente en la continuidad de la vida, de los saharauis y de los palestinos, que siguen teniendo numerosos hijos, a pesar de las difícilísimas circunstancias cotidianas que viven desde hace décadas.

Terminar un libro es más difícil que empezarlo, porque en el mismo proceso de intentar cerrarlo, se agolpan todas las cuestiones que hubo que descartar, los temas que no hubo espacio de desarrollar, todas las lecturas y las experiencias que no pudieron ser incluidas... Un ejemplo, los diferentes tipos de hombres de hoy día y que no suelen salir en las crónicas de sucesos, como el padre amoroso y atento con los hijos, el marido comprometido con el hogar y con la paz y el medio ambiente, el eterno joven Peter Pan, absorto en su trabajo y en su ocio de fines de semana, los padres separados que arrastran los sábados y domingos a sus hijos de parque en parque, de un cine a otro y por los múltiples restaurantes de comida rápida, los que buscan en libros de autoayuda y talleres de crecimiento personal salir del laberinto, y los que lo hacen implicándose en las luchas laborales y políticas... Y en común, una cierta desorientación, un cierto cansancio y una infelicidad más o menos consciente o larvada.[\[2\]](#)

Y de este modo, vuelvo a la idea original de mi propia investigación personal. *Rivales, camaradas, compañeros, amigos y hermanos* podría encabezar una carta que dirigiría a todos los hombres del mundo. Y sería el reflejo de un intenso proceso de transformación personal y de cambio social. Cambio que tiene una doble vertiente. La interior: modificar la visión que tenemos de nosotros mismos y de los demás hombres y la clasificación que, consciente o inconscientemente, hacemos de aquellos con los que entramos en contacto. La exterior: tomar conciencia de nuestra situación y experimentar cómo se puede salir de la competitividad que nos aísla para llegar a la fraternidad que nos nutre.

Y para ello propongo multiplicar los espacios en donde los hombres puedan encontrarse a solas, pero sin el carácter machista del pasado. Las mujeres tienen sus espacios, que no son forzosamente feministas, y ellas siguen siendo mayoritariamente las participantes de los diversos talleres y seminarios de desarrollo personal. No se trata en ningún caso de volver a los espacios históricos de exclusividad de los hombres en aquellos tiempos en que era cazador o guerrero. Ni tampoco de regresar a la preadolescencia en donde los varones se juntan para darse un espacio de seguridad y afirmar su virilidad, sino tiempos y ocasiones en los que los hombres no tengan que competir entre sí, ni actuar o sobreactuar por la existencia de la mirada femenina. Momentos y entornos en los que poder compartir vivencias, preocupaciones y comprensiones, protegidos por un acuerdo de confidencialidad. Y aprender que existen múltiples formas de resolver los mismos problemas, las mismas dificultades que pueden surgir en la convivencia dentro de la familia de origen, de la pareja, de la familia que uno creó, o en escuelas, colegios y universidades y en toda clase de trabajos.

Los hombres no podemos construir la fraternidad universal sin distinción de género, raza, credo o posición social, si previamente no nos amistamos con nosotros mismos y nos hermanamos con los demás hombres. Y aquí una pregunta que cada lector podría hacerse: ¿cuántos amigos tengo de verdad?, ¿a cuántos les puedo pedir prestado dinero?, ¿a cuántos le puedo consultar un verdadero problema de salud, de pareja o de crisis existencial? La profunda transformación económica, política y social que requiere nuestro

mundo no puede ser hecha dejando de lado asuntos que parecen demasiado personales y, que en otros tiempos, serían calificados de “pequeñoburgueses”.

Pero no es éste un libro dirigido exclusivamente a los hombres. Madres, hijas, hermanas, esposas, mujeres en pareja o que la buscan, profesionales de la psicología, de la terapia, de otras profesiones de ayuda, e incluso aquellas que tienen claras sus posiciones desde las distintas tendencias del movimiento feminista pueden profundizar en sus propias preguntas y, tal vez, modificar algunas de sus propias respuestas. Porque no se trata de ahondar en la incompreensión, la incomunicación y los reproches entre hombres y mujeres, sino todo lo contrario. Y mucho menos volver a esquemas patriarcales desfasados, que han probado su ineficacia para construir un mundo más justo, solidario, pacífico y feliz.

Y para cambiar nuestras relaciones con las mujeres, no se trata de hacer pequeñas concesiones o modificaciones superficiales, traicionando nuestro propósito, sino de aumentar una toma de conciencia esencial: hombres y mujeres somos seres humanos a los que, en última instancia, el nacimiento y la muerte nos hace iguales. En el plano transpersonal, la diferencia sólo consistiría en una diferencia de cuerpos y de psiquismo, pero no de esencia. Ha llegado el momento de examinar y vivir más lo que nos une que lo que nos separa, más allá de la atracción física, el enamoramiento, la formación o no de una pareja o la colaboración en las tareas del hogar y en la esfera pública (laboral, cultural, económica o política). Hay un ejemplo de unión de hombres y mujeres compitiendo en la creatividad y en pie de igualdad que me conmovió la primera vez que lo vi y lo escuché por internet. Y todavía me emociona cada vez que lo vuelvo a ver y a escuchar: el campeonato de “bertsolaris”, poetas y poetisas, que improvisan sus versos cantados en el País Vasco cada cuatro años, delante de un público de más de diez mil personas, de todas las edades y condiciones. Hombres y mujeres que no han renunciado a su ser ni a su libertad interior.[\[3\]](#)

Entramos en otra fase de nuestro viaje histórico: ascender y descender la “escalera espiritual” de lo masculino y de lo femenino. El ascenso evoca la imagen de las montañas. Gigantes del paisaje que se interponen como grandes murallas entre un valle y otro, entre regiones y países. A veces, sale el sol naciente entre sus cumbres. En otros casos, se oculta el sol poniente dejando toda una ladera en sombra. Y dan ganas de subir al pico más alto y ser el primero en ver amanecer o el último en contemplar el atardecer. Pero, tras experimentar esta libertad absoluta del ascenso, la satisfacción de vencer la dificultad y el cansancio, hay que volver a descender. No puede uno quedarse a vivir eternamente en la cumbre. Cada subida, supone una bajada. Cada desafío logrado, un nuevo reto. Cada solución de un problema, la fuerza y las claves para resolver uno mayor. Así es la vida. Una nueva vida más llena de confianza que de ansiedad y de conexión que de conflictos. Una vida en donde las quejas son sustituidas por la gratitud y la pasión pasajera por el amor.

-
- [1]. *Canciones de amor y celda*, PRADA, Amancio, Fonomusic, 1979.
- [2]. HARRIS, C.T.B. , *La castración del unicornio. Al encuentro de la identidad masculina*, Gaia, Madrid, 1998.
- [3]. <http://vimeo.com/9356906>

Bibliografía

- Amorós, Celia: "El sexo de la crisis". Babelia. *El País*, 18/09/10.
- Askew, Sue y Ross, Carol: *Los chicos no lloran. El sexismo en educación*. Editorial Paidós. Buenos Aires, 1991.
- Astelarra, Judith: "Fin de siglo: género y cambio civilizatorio". Ediciones de las mujeres, n°. 17, 1992.
- Bly, Robert: Iron John: *La primera respuesta no machista al feminismo*, Plaza y Janés, 1992.
- Bradshaw, John: *Crear amor: La siguiente etapa del crecimiento*. Los Libros del Comienzo, Madrid, 1995.
- Badinter, E: *X Y: La identidad masculina*. Alianza Editorial. Madrid, 1993
- Bonino, Luis: "Grupos de Reflexión de Varones". Rev. Modelos Grupales de Psicoterapia. Madrid: SEGPA, 1996.
- "Micromachismos". City & Shelter, Bruselas, 1998 (Euro PRO-Fem, http://www.europrofem.org/contri/2_05_es/es-masc/54es_mas.htm).
- Bourdieu, Pierre: *La Dominación Masculina*, Anagrama, Barcelona, 2000.
- Brater, Jürgen: *Cuando ellos mienten, ellas fingen*. Robin Book, Barcelona, 2004.
- Burin, Mabel y Meler, Irene: *Varones. Género y subjetividad masculina*, 2ª Ed. 1ª reimp. Paidós, Buenos Aires, 2004.
- Burin, Mabel; Dio Bleichmar, Emilce: *Feminidad / masculinidad. Resistencias en el psicoanálisis al concepto de género*. Paidós, 1996
- Cantera, L.: *Te pego porque te quiero: La violencia en la pareja*. Universidad Autónoma, Barcelona, 1999.
- Castells, Manuel; Subirats, Marina: *Mujeres y hombres: ¿un amor imposible?* Alianza Editorial, 2007.
- Cartagena Calderón, José R.: *Masculinidades en obras: El drama de la hombría en la España imperial*. Newark: Juan de la Cuesta, 2008.
- Carrión, Vicente: *Padre Patria*, Hiria, Donostia, 2010.
- Corneau, Guy: *Hijos del silencio*. Circe, Barcelona, 1991.
- Congreso Internacional: "Los hombres ante el nuevo orden social / Gizonak giza antolamendu berrearen aurrean". Emakunde, Donosti, 2001.
- Connell, R.W.: *La organización social de la masculinidad*, en *Masculinidades. Poder y crisis*. Valdés, Teresa y Olavarría, José (eds.) Isis-Flacso Ediciones de Mujeres / Santiago de Chile, 1997.
- Connell, R.W.: "Masculinities". Polity Press, Cambridge, 2005.

- Colodrón, Alfonso: *Tao Te Ching al alcance de todos. El libro del equilibrio*. Edaf, 2009.
- Colodrón, María: *Muñecos, metáforas y soluciones. Constelaciones familiares en sesión individual y otros usos terapéuticos*, Desclee De Brouwer, Bilbao, 2009.
- Chinen, Allan: *Más allá del héroe*, Kairós, Barcelona, 1997.
- *El despertar de la princesa*. Kairós, Barcelona, 1997, edición agotada.
- Deida, David: *El camino del hombre superior*. Gaia, 2006.
- *El despertar de tu esencia sexual*, Gaia, Madrid, 1995
- Desmond, Morris: *El mono desnudo*. Planeta. Barcelona, 2003.
- *El hombre desnudo*. Planeta. Barcelona, 2009.
- Eisler, Riane: *El cáliz y la espada*, Cuatro Vientos. Santiago de Chile, 1987.
- Fernández de Quero, Julián: *Hombres sin temor al cambio: una crítica necesaria para un cambio en positivo*. Amarú, Salamanca, 2000.
- Freixa, C.: *Ellos y nosotras*. Icaria, Barcelona, 1998.
- Gaja, Raimon.: *Vivir en pareja*. Editorial Edaf. Madrid, 1994.
- Gil Calvo, E.: *El nuevo sexo débil: Los dilemas del varón posmoderno*. Temas de Hoy, Madrid, 1997.
- Gibran, Khalil.: *El Profeta*. Edaf, 1989.
- Goñi, A y Álvarez, MJ.: *Los rostros de Eva*. Edaf, 2004.
- Gutman, Matthew C.: “Traficando con hombres. La Antropología de la Masculinidad”. *Annual Review of Anthropology*, nº 26, 1997, pp. 385-409 <http://www.redmasculinidades.com>
- Gray, J.: *Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus*. Random House Mondadori, 1993.
- Grof, Stanislav: *La psicología del futuro. Lecciones de la investigación moderna de la consciencia*. La Liebre de Marzo. Barcelona, 2000.
- Gilmore, David: *Hacerse Hombre: Concepciones culturales de la masculinidad*. Paidós, Madrid, 1994.
- Gil Calvo, Enrique: *Máscaras masculinas: héroes, patriarcas y monstruos*. Anagrama, Barcelona, 2006.
- Guasch, Óscar: *Héroes, científicos, heterosexuales y gays: los varones en perspectiva de género*. Bellaterra, Barcelona, 2006.
- Harris, C.T.B.: *La castración del unicornio: La pérdida y reconstrucción de la masculinidad en el hombre actual*. Gaia, Madrid, 1998.
- Hebrard, M.: *Feminidad en una nueva edad de la humanidad*. Desclee De Brouwer, Bilbao, 1995.
- Hellinger, Bert y Neuhauser, J.: *Lograr el amor en la pareja*. Herder, 2001.
- Hillman, James: *Reimaginar la psicología*. Siruela, Madrid, 1999.
- Huerta Rojas, Fernando: *El juego del hombre. Deporte y masculinidad entre obreros*. Universidad Autónoma de Puebla. Plaza & Valdés Editores. México, 1999.
- Hyde, Lewis: *The Gift*, Vintage Books, 1979, segunda edición, 2007.
- Izquierdo María Jesús: *Las, los, les (lis, lus): el sistema sexo/genero y la mujer como sujeto de transformación social*. Lasal, 1985.
- Jociles, María Isabel: “Estudio sobre las masculinidades”. *Gaceta de Antropología*, nº 17, 2001
- Kaufmann, Michael: *Hombres: Placer, Poder y Cambio*, R. Dominicana, CIPA, 1989.
- Kirshenbaum, M.: *Ni contigo, ni sin ti*, Kairós, Barcelona, 1998.
- Kreimer, J.C.: *El varón sagrado. El seguimiento de una nueva masculinidad*. Planeta, Buenos Aires, 1991.
- Kreimer, Juan Carlos: *Rehacerse Hombres*. B. Aires, Planeta, 1994.
- Lamas Rojas, Héctor “Acerca de la masculinidad”. <http://www.academiaperuanadepsicologia.org>
- Levy, Norberto: *La pareja interior*; www.elcamajan.com/.../la-pareja-interior...norberto-levy/1/

- Lorente, M.: *Los nuevos hombres nuevos. Los miedos de siempre en tiempos de igualdad*. Destino/Colección Imago mundi, Barcelona, 2009.
- Lomas, Carlos [comp.]: *¿Todos los hombres son iguales?: identidades masculinas y cambios sociales*. Paidós. Barcelona, 2003.
- Lozoya, José Ángel y Bonino, Luis: “*Los hombres ante el nuevo orden social*”. Hika, nº 125, 2001.
- Luke, H.M.: *La vía de la mujer*. Edaf, Madrid, 1997.
- Maccoby, Eleanor E.: *Desarrollo de las diferencias sexuales*. Editorial Marova, Madrid, 1972.
- Malo Molina, Carlos: *La conducta sexual de los españoles*. Ediciones B-Grupo Z, Barcelona, 1988.
- Marqués, Joseph Vicent: *¿Qué hace el poder en tu cama?* Icaria, Barcelona, 1987.
- *Curso elemental para varones sensibles y machistas recuperables*. Temas de Hoy, Madrid, 1991.
- y Osborne, Raquel: *Sexualidad y Sexismo*, UNED, Fundación Universitaria Empresa, 1991.
- Memmi, Albert: *El Hombre Dominado*. Edicusa, Madrid, 1971.
- Morilla, Benigno: *El valor de ser hombre: historia oculta de la masculinidad*, Oberon, Anaya, Madrid, 2001.
- Moore, Robert & Gillette, Douglas: *La Nueva Masculinidad: Rey, guerrero, mago y amante*. Paidós, Barcelona, 1993.
- Naranjo, C. *La agonía del patriarcado*. Kairós, Barcelona 1993.
- Palacio, MC, Valencia, AJ. Y Guzmán, JE.: *La identidad masculina: un mundo de inclusiones y exclusiones*. Universidad de Caldas, Colombia, 2001
- Palmer, H.: *El Eneagrama en el amor y en el trabajo. Cómo comprender y facilitar tus relaciones personales y laborales*. Neo Person, Madrid, 2003.
- Peñarrubia, P.: “*Padre-hijo. El anhelo de una relación hurtada*”. Boletín de Graduados de la Escuela Madrileña de Terapia Gestalt, nº 7.
- Prada, Amancio: *Canciones de amor y celda*, Fonomusic, 1979.
- Revista “*El viejo topo*”, 1979.
- Revista Hika. Entrevista de Elo Mayo. 2001.
- Rey Fuentes, Juan: *El hombre fingido: La representación de la masculinidad en el discurso publicitario*. Editorial Fundamentos, Madrid, 1994.
- Reich, Wilhelm: *La revolución sexual*. Planeta Agostini. Barcelona, 1993, (primera edición en español, Ruedo Ibérico, París, 1970).
- Riso, Walter: *Intimididades masculinas: sobre el mito de la fortaleza masculina y la supuesta incapacidad de los hombres para amar*. Granica, Barcelona, 2005.
- Riskin, Ted: “*Matrices perinatales como modelo en psicoterapia*”, The Inner Door, Vol.12, agosto 2000 www.breathwork.com
- Sánchez Palencia, C. e Hidalgo, J.C.: *Masculino plural: Las construcciones de la masculinidad*. Universidad de Lleida. Lleida, 2001.
- Sanz, Fina: *Psicoerotismo femenino y masculino*. Kairós. Barcelona, 1990.
- Saltzman, J.: *Equidad y Género*. Cátedra, Madrid, 1992.
- Schmidbrauer, Wolfgang: *¡Tú no me entiendes! La semántica de los sexos*. Herder, 1994.
- Shinoda Bolen, Jean: *Las diosas de cada mujer. Una nueva psicología femenina*, Kairós, Barcelona, 2005.
- *Los dioses de cada hombre*. Kairós, Barcelona, 2002.
- Stoddard, Alexandra: *Ser madre. La mayor fuerza del mundo*, Edaf, Madrid, 1997.
- Thompson, Keith y varios autores: *Ser hombre*. Kairós, Barcelona, 1993.
- Seidler, Victor J.: *La sinrazón masculina. Masculinidad y teoría social*. Paidós, Barcelona, 2000.
- Urra Portillo, Javier: *Mujer creciente, hombre menguante: ¿Buscan las mujeres un compañero y padre que no ha*

- llegado y los hombres una mujer que ya no existe?* La esfera de los libros, Madrid, 2007.
- Villadongos, Fernando: “*Grupos de Hombres: una experiencia liberadora*”. Revista del Colegio Oficial de Psicólogos del País Vasco. Berri Orriak. Bilbao, 1991.
- “*Grupos de Hombres y Movimiento Feminista: una lucha compartida*”. Revista del Colegio Oficial de Psicólogos del País Vasco BERRI ORRIAK, nº 64, Bilbao, junio 1996.
- “*Sexualidad Masculina: ¿Hombres o Titanes?*” Revista del Colegio Oficial de Psicólogos del País Vasco. BERRI ORRIAK, Bilbao, nº 74.
- Vílchez, Joan, 19: *Grupos de hombres: reflexiones sobre la masculinidad*. Edita FESS (Federación Española de Sociedades de Sexología). Libro III Congreso Español de Sexología. Madrid, 1989.
- Welwood, John: *El viaje del corazón. Las relaciones íntimas y el sendero del amor*. Los Libros del Comienzo, Madrid, 1995.
- Welzer-Lang, Daniel: *La crisis de las masculinidades: entre cuestionamientos feministas y críticas contra el heterosexismo*. <http://www.poder-judicial.go.cr/violenciadomestica/docs/Bibliograf%C3%ADa%20recomendada/Welzer-lang,%20La%20crisis%20de%20las%20masculinidades%20rtf.rtf>.
- Welsh Patrick: *Los hombres no son de Marte: desaprendiendo el machismo en Nicaragua*. Instituto Católico para las Relaciones internacionales, 2001.
- Wieck, Wilfred.: *Los Hombres se dejan querer: La adicción a la mujer*. Barcelona, Urano, 1991.
- Woodman, Marion y Bly, Robert: *La doncella Rey. La Reunión de lo Masculino y lo Femenino*. Edaf, Madrid, 2000.
- Young-Eisendrath, Pollo: *La mujer y el deseo*. Kairós. Barcelona, 2000.
- Zweig, Connie y varias autoras y autores. *Ser mujer*, Kairós, Barcelona, 1993.



Director: Manuel Guerrero

1. *Leer la vida. Cosas de niños, ancianos y presos, (2ª ed.)* Ramón Buxarrais.
2. *La feminidad en una nueva edad de la humanidad*, Monique Hebrard.
3. *Callejón con salida. Perspectivas de la juventud actual*, Rafael Redondo.
4. *Cartas a Valerio y otros escritos*, (Edición revisada y aumentada). Ramón Buxarrais.
5. *El círculo de la creación. Los animales a la luz de la Biblia*, John Eaton.
6. *Mirando al futuro con ojos de mujer*, Nekane Lauzirika.
7. *Taedium feminae*, Rosa de Diego y Lydia Vázquez.
8. *Bolitas de Anís. Reflexiones de una maestra*, Isabel Agüera Espejo-Saavedra.
9. *Delirio póstumo de un Papa y otros relatos de clerecía*, Carlos Muñiz Romero.
10. *Memorias de una maestra*, Isabel Agüera Espejo-Saavedra.
11. *La Congregación de "Los Luises" de Madrid. Apuntes para la historia de una Congregación Mariana Universitaria de Madrid*, Carlos López Pego, s.j.
12. *El Evangelio del Centurión. Un apócrifo*, Federico Blanco Jover
13. *De lo humano y lo divino, del personaje a la persona. Nuevas entrevistas con Dios al fondo*, Luis Esteban Larra Lomas
14. *La mirada del maniquí*, Blanca Sarasua
15. *Nulidades matrimoniales*, Rosa Corazón
16. *El Concilio Vaticano III. Cómo lo imaginan 17 cristianos*, Joaquim Gomis (Ed.)
17. *Volver a la vida. Prácticas para conectar de nuevo nuestras vidas, nuestro mundo*, Joaquim Gomis (Ed.)
18. *En busca de la autoestima perdida*, Aquilino Polaino-Lorente
19. *Convertir la mente en nuestra aliada*, Sákýong Mípham Rímpoche
20. *Otro gallo le cantara. Refranes, dichos y expresiones de origen bíblico*, Nuria Calduch-Benages
21. *La radicalidad del Zen*, Rafael Redondo Barba
22. *Europa a través de sus ideas, (2ª ed.)* Sonia Reverter Bañón
23. *Palabras para hablar con Dios. Los salmos*, Jaime Garralda
24. *El disfraz de carnaval*, José M. Castillo
25. *Desde el silencio*, José Fernández Moratíel
26. *Ética de la sexualidad. Diálogos para educar en el amor*, Enrique Bonete (Ed.)
27. *Aromas del zen*, Rafa Redondo Barba
28. *La Iglesia y los derechos humanos*, José M. Castillo
29. *María Magdalena. Siglo I al XXI. De pecadora arrepentida a esposa de Jesús. Historia de la recepción de una figura bíblica*, Régis Burnet
30. *La alcoba del silencio*, José Fernández Moratíel –Escuela del Silencio (Ed.)–
31. *Judas y el Evangelio de Jesús. El Judas de la fe y el Iscariote de la historia*, Tom Wright
32. *¿Qué Dios y qué salvación? Claves para entender el cambio religioso*, Enrique Martínez Lozano
33. *Dios está en la cárcel*, Jaime Garralda

- 34. *Morir en sábado ¿Tiene sentido la muerte de un niño?*, Carlo Clerico Medina
- 35. *Zen, la experiencia del Ser*, Rafael Redondo Barba
- 36. *La Sabiduría de vivir*, (2ª ed.) José María Toro
- 37. *Descubrir la grandeza de la vida. Una vía de ascenso a la madurez personal*, Alfonso López Quintás
- 38. *Dirigir espiritualmente. Con San Benito y la Biblia*, Anselm Grün, Friedrich Assländen
- 39. *Recuperar a Jesús. Una mirada transpersonal*, Enrique Martínez Lozano
- 40. *Dertrás de la apariencia*, Matilde de Torres Villagrà
- 41. *El esplendor de la nada*, Rafael Redondo Barba
- 42. *Desenterrar y vivir el Evangelio*, Jaime Garralda
- 43. *Descanser. Descansar para ser. Propuestas para liberarnos del secuestro del descanso*, José María Toro
- 44. *Quiéreme libre, déjame ser. Lo masculino, lo femenino y la pareja*, Alfonso Colodrón

Índice

Créditos	2
Dedicatoria	3
Prólogo	4
Introducción	7
1. El patriarca herido o ¿qué pasa hoy con los hombres?	11
2. Lo femenino y lo masculino plural	18
3. Me gustan las mujeres, pero ¿soy gay?	24
4. Te envidio, pero la tengo más grande	30
5. Ser hombre también es duro. Machismo y clases sociales	39
6. El hombre nuevo frente al machismo sutil	48
7. ¿Por qué no tengo pareja? ¿Qué hacer para conseguirla?	55
8. Cuando mujeres y hombres se descubren o ¿qué hacemos cuando nos encontramos?	63
9. Arquetipos y modelos masculinos	70
10. Arquetipos y modelos femeninos	77
11. Las gafas del enamoramiento se empañan, o comer perdices cada día indigesta	83
12. El amor es un camino. Recursos en clave de sentido común	91
Epílogo	98
Bibliografía	102
Colección a los cuatro vientos	106