

De los mismos autores del *best seller*
Por qué los Hombres no Escuchan
y las Mujeres no Entienden los Mapas



TODO
LO QUE SIEMPRE
QUISO SABER
SOBRE
HOMBRES
Y MUJERES



Allan PEASE y
Barbara PEASE



Amat
editorial

Allan y Barbara Pease

**TODO LO QUE SIEMPRE QUISO SABER
SOBRE HOMBRES Y MUJERES**



Todos los derechos reservados. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o 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.

Título original en francés: *Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les hommes et les femmes* de Allan y Barbara Pease

© Editions First-Grund, Paris, 2011

De los mismos autores:

Why Men Don't Listen & Women Can't Read Maps

© Allan and Barbara Pease, 2011

The Pease Quiz Book

© Allan and Barbara Pease, 2004

Why Men Lie & Women Cry

© Allan a Pease, 2002

Why Men Want Sex & Women Need Love

© Allan Pease, 2009

© Allan y Barbara Pease, 2011

© para la edición en lengua castellana, Amat Editorial, 2011 (www.amateditorial.com)

Profit Editorial I., S.L. Barcelona, 2011

Traducción: Betty Trabal

Maquetación: www.eximpre.com

Diseño cubierta: XicArt

Fotografía autores solapa: Shufunotomo

ISBN: 978-84-9735-586-5

Conversión a libro electrónico: freiredisseny.com

Impreso en España – *Printed in Spain*

REFERENCIAS

Vídeos



[Video 1](#)



[Video 2](#)



[Video 3](#)

Autores



[Allan Pease](#)



[Barbara Pease](#)

Libros



[Libros](#)

Editorial



[Editorial](#)

INTRODUCCIÓN

El abismo que existe entre ambos sexos, y los malentendidos y conflictos que se desencadenan entre ellos, han formado parte de la vida de los hombres desde la antigüedad, y todo empezó cuando Adán tuvo la primera pelotera con Eva.

Durante los treinta años que llevamos investigando sobre las diferencias entre sexos, hemos ido acumulando gran cantidad de información sobre este tema: pruebas, análisis de kilómetros de películas, conferencias, charlas, libros, sin olvidar las decenas de miles de preguntas sobre el comportamiento humano que hemos recibido en forma de cartas, llamadas y mensajes por correo electrónico. Muchos de los mensajes proceden de personas que, desconcertadas por la actitud del sexo opuesto, desean saber cómo han de reaccionar.

Actualmente la ciencia es capaz de responder a preguntas tipo por qué las mujeres hablan tanto, por qué interrogan a sus conocidos hasta saber todos los detalles de su vida y por qué son pocas las veces que tienen la iniciativa en las relaciones sexuales.

Sabemos también que pocas mujeres entienden el interés que hay en ver multitud de veces el mismo partido de fútbol y que raros son los hombres que se emocionan al ver ropa de marca en un escaparate.

El problema fundamental es simple: hombres y mujeres somos diferentes. Ni mejores, ni peores, simplemente diferentes.

Este libro pretende ser una guía para ayudarle a entender el laberinto de las relaciones entre sexos. Su lectura le permitirá reparar y evitar falsas maniobras, trampas y otros problemas, independientemente de que usted sea hombre o mujer.

PRIMERA PARTE

EL REGRESO A LOS ORÍGENES

CAPÍTULO 1

¿CÓMO HEMOS LLEGADO A ESTE PUNTO?



GABS.

Hombres y mujeres somos diferentes. Ni peores ni mejores, simplemente diferentes. Lo único que tenemos en común, o casi lo único, es que pertenecemos a la misma especie. Vivimos en mundos diferentes, con valores diferentes y normas diferentes. Todos lo sabemos pero pocos, sobre todo hombres, estamos dispuestos a admitirlo. La verdad es ésta. ¿Las pruebas? En los países occidentales casi la mitad de los matrimonios terminan en divorcio, y las relaciones más serias suelen terminarse antes de formalizar un compromiso definitivo. Independientemente de cuál sea su cultura, sus creencias o sus orígenes, hombres y mujeres discuten siempre opiniones, comportamientos, actitudes y convicciones de sus parejas.

Lo que es evidente

Cuando un hombre va al lavabo, lo hace casi siempre con una única finalidad. Las mujeres, en cambio, utilizan los servicios como club social y consulta del psicólogo. Dos mujeres que entran en un servicio sin conocerse de nada, pueden salir siendo las mejores amigas del mundo. Nos chocaría tremendamente si un hombre preguntara a otro: «Pablo, voy al lavabo, ¿vienes conmigo?».

Los hombres, en cambio, dominan el mando a distancia y pasan el tiempo haciendo zapping entre los canales de la tele; a las mujeres les gustan los anuncios. En los momentos de estrés, los hombres beben e invaden otros países, las mujeres comen chocolate y van de tiendas.

Las mujeres se quejan de que los hombres son insensibles, indiferentes, no escuchan, no son cariñosos ni compasivos, no hablan, no les dan suficiente amor, no se comprometen con la relación, quieren practicar el sexo pero no «hacer el amor» y... ¡dejan la tapa del inodoro levantada!

Los hombres, por su parte, reprochan la manera de conducir de las mujeres, que sean incapaces de leer un callejero o un mapa de carreteras, que no tengan ningún sentido de la orientación, que no vayan al grano cuando hablan, que no tomen la iniciativa en el amor y... ¡que dejen el espejo del cuarto de baño totalmente empañado!

Los hombres no encuentran nunca nada, pero sus CDs están clasificados por orden alfabético. Las mujeres encuentran a la primera la copia de las llaves del coche, pero son incapaces de encontrar el camino más directo para llegar a su destino.

Los hombres piensan que son el sexo sensible, las mujeres saben que ellas lo son.

¿Cuántos hombres se necesitan para cambiar el rollo del papel higiénico? No se sabe. Nunca se ha dado el caso.

A los hombres les fascina la enorme facilidad que tienen las mujeres para entrar en una estancia llena de gente y, al momento, tener algo que decir de cada una de las personas presentes; las mujeres, por su parte, no llegan a creer que los hombres sean tan poco observadores. Los hombres no entienden que una mujer no vea parpadear la señal luminosa del indicador de nivel de gasolina que está en medio del salpicadero pero, en cambio, vea inmediatamente un calcetín sucio solitario tirado en un rincón sombrío. A las mujeres les sorprende que los hombres puedan aparcar el coche en un espacio pequeño con la única ayuda del retrovisor y, sin embargo, no puedan encontrar su punto G.

Si una mujer se pierde por el camino, se detendrá y pedirá ayuda. Para un hombre, esto es una clara señal de debilidad y, por tanto, continuará dando vueltas y más vueltas, mientras murmura cosas como: «He encontrado un nuevo camino para llegar» o «Está a

la vuelta de la esquina» o mejor aún, «¡Ya hemos llegado! Reconozco esta estación de servicio».

Diferente especialización

Hombres y mujeres han evolucionado de manera diferente por necesidad. Los hombres cazaban, las mujeres recolectaban. Los hombres aseguraban la protección, las mujeres eran las encargadas de cuidar a su familia. Resultado: sus cuerpos y sus cerebros han evolucionado de manera totalmente diferente.

A medida que sus cuerpos iban cambiando físicamente para adaptarse mejor a sus funciones específicas, sus cerebros iban sufriendo la misma transformación. Los hombres se han convertido en seres más grandes y más fuertes que la mayoría de las mujeres, mientras que sus cerebros se han desarrollado para adaptarse a sus tareas específicas. Las mujeres, por su parte, se contentaban con ver a sus hombres trabajando en el campo mientras ellas preparaban el fuego dentro de las cavernas y su cerebro, por tanto, se iba desarrollando para adaptarse a esta función.

Durante millones de años las estructuras cerebrales de hombres y mujeres han ido evolucionado de manera diferente. Actualmente, sabemos que ambos sexos manejan la información, piensan y creen de manera diferente; y que además, tienen percepciones, prioridades y comportamientos distintos.

Afirmar o pretender lo contrario nos llevará a la decepción, confusión y desilusión para el resto de nuestra vida.

El argumento del «estereotipo»

Desde finales de los años ochenta hasta la fecha, ha habido una explosión de estudios e investigaciones sobre las diferencias entre hombres y mujeres, y sobre las diferencias entre el funcionamiento de los cerebros de ambos. Por primera vez en la historia del hombre, un sofisticado equipo informático nos ha permitido ver el funcionamiento de un cerebro «en directo» y, gracias a ello, hemos podido dar respuesta a toda una serie de preguntas que nos hacíamos sobre las diferencias entre ambos sexos. Los estudios incluidos en este libro son recopilaciones de estudios científicos, médicos, psicológicos y sociológicos. Todos ellos demuestran claramente que las cosas no son todas iguales y que hombres y mujeres somos diferentes.

Durante prácticamente todo el siglo XX, estas diferencias fueron eludidas por el condicionamiento social que afirma que somos lo que somos por las actitudes de nuestros padres y profesores, los cuales, a su vez, reflejan las actitudes de su sociedad. Es por esto que vestimos a las niñas de rosa y les damos muñecas para jugar, mientras que a los niños les vestimos de azul y les damos soldaditos de plomo o pelotas. Achuchamos y consolamos a nuestras niñas cuando lloran, en cambio, si lloran los niños les damos un golpecito en la espalda mientras les decimos que los hombres no lloran.

Hasta hace muy poco se pensaba que cuando un bebé nacía, su cerebro era totalmente virgen, y que profesores y maestros podían inscribir en él sus elecciones y preferencias. Las pruebas biológicas de las que disponemos en la actualidad reflejan una imagen diferente de las razones por las que pensamos como pensamos. Estas pruebas demuestran de una manera muy convincente que son nuestras hormonas y conexiones cerebrales las responsables de prácticamente todas nuestras actitudes, preferencias y comportamientos. Esto quiere decir que si los chicos y las chicas crecieran en una isla desierta, sin ningún tipo de sociedad organizada, ni padres que les guiaran, las chicas continuarían haciendo mimos, emocionándose, haciendo amigos y jugando a las muñecas, y los chicos se diferenciarían de ellas física y mentalmente, y formarían grupos con una clara jerarquía.

Las terminaciones nerviosas situadas en el útero y el efecto de las hormonas determinan nuestra manera de pensar y de comportarnos.

Veremos más adelante que la forma de las conexiones de nuestro cerebro y el flujo de las hormonas a través de nuestro cuerpo son dos factores que rigen en gran medida nuestra manera de pensar y de comportarnos. Nuestros instintos no son más que nuestros genes que determinan cómo se comporta nuestro cuerpo en una circunstancia determinada.

¿Se trata de una conspiración de los machos?

Desde los años sesenta han aparecido determinados grupos de presión que pretenden convencernos de que neguemos nuestra herencia biológica. Afirman, estos grupos, que los gobiernos, las religiones y los sistemas de educación no son más que un simple complot de los hombres para reprimir y acallar a las mujeres, para que estén oprimidas por los hombres, y que la concepción de los hijos es un medio para controlarlas más.

Esta idea podría parecer cierta en el pasado, pero la pregunta que tenemos que hacernos es: si los hombres y las mujeres son idénticos, tal y como afirman estos grupos, ¿cómo es que los hombres no han conseguido nunca dominar el mundo? Los estudios actuales sobre el funcionamiento del cerebro nos proporcionan numerosas respuestas. Una es que hombres y mujeres no somos idénticos; somos iguales en cuanto a nuestros derechos a expresar plenamente nuestras posibilidades, pero no somos idénticos en cuanto a nuestras capacidades heredadas. Saber si hombres y mujeres somos iguales es un asunto político o moral, pero saber si somos idénticos es una cuestión científica.

La igualdad entre hombres y mujeres es un asunto político o moral; la diferencia esencial es una cuestión científica.

Aquellos que se oponen a la idea de que nuestra biología afecta a nuestro comportamiento lo hacen casi siempre con la mejor intención del mundo –ponen en duda el sexismo–, pero confunden los términos *igual* e *idéntico*, dos nociones totalmente diferentes. En este libro verá como la ciencia confirma que hombres y mujeres somos marcadamente diferentes tanto física como mentalmente. No nos parecemos en nada.

Hemos estudiado y realizado encuestas sobre las investigaciones de los más famosos paleontólogos, etnólogos, psicólogos, biólogos y especialistas del cerebro, y podemos afirmar que las diferencias cerebrales entre hombres y mujeres son evidentes.

Seguramente cuando hablemos de las diferencias entre hombres y mujeres a lo largo del libro, habrá quien diga: «No estoy de acuerdo. Yo no actúo de esta manera». Es lógico que haya gente que no coincida con nuestras afirmaciones, pero piense que estamos hablando de la *media*, es decir, la manera de comportarse la mayoría de los hombres y mujeres, la mayor parte del tiempo y en la mayoría de las situaciones. La «media» quiere decir que, cuando esté en una sala llena de gente, constatará que los hombres son más grandes y corpulentos que las mujeres, de media un 7% más grandes y un 8% más forzudos. Es cierto que puede ocurrir que la persona más grande y corpulenta sea una mujer, pero de promedio los hombres son más grandes y corpulentos que las mujeres. En el libro *Guinness de los récords*, las personas más grandes y más fuertes han sido casi siempre hombres. El ser humano más grande de la historia fue Robert Peshing, que midió 2,79 m.; y en 1998, fue un paquistaní de nombre Alan Channa, que midió 2,31 m. Los libros de historia están llenos de «el gran Juan» y «la pequeña Juana». No es una cuestión de sexismo. Es una realidad.

Nuestra posición como autores del libro

Es normal que haya quien lea este libro y se enoje o se muestre arrogante. Esto se debe a que hay personas que, de una manera u otra, han sido víctimas de filosofías idealistas que afirman que hombres y mujeres somos parecidos. Nosotros queremos dejar clara desde ahora nuestra opinión. Hemos escrito este libro para ayudar a desarrollar y mejorar las relaciones entre ambos sexos. Pensamos que tanto hombres como mujeres deberían tener las mismas posibilidades de desarrollar una carrera en el ámbito que hayan elegido y que la remuneración para el mismo trabajo debería ser igual.

La diferencia no es lo contrario a la igualdad. La igualdad significa ser libre para elegir lo que uno quiere hacer, y la diferencia es que nos esforzamos por no querer hacer las mismas cosas.

Nuestro objetivo es examinar objetivamente las relaciones entre hombres y mujeres, explicar la historia, el significado y las implicaciones en cuestión, y exponer técnicas y estrategias para una vida más feliz y plena. No nos andaremos por las ramas hablando de ideas o clichés políticamente correctos. Si algo se parece a un pato, grazna como un pato, camina como un pato y tiene todos los elementos para demostrar que es un pato, así es

como le llamaremos nosotros.

Las pruebas que aquí presentamos demuestran que ambos sexos son intrínsecamente *propensos* a comportarse de maneras diferentes. No queremos sugerir que uno u otro tengan que actuar de una manera específica.

El argumento de lo heredado y lo adquirido

Julia ha dado a luz a dos gemelos, un niño y una niña. A Sofía la han tapado con una mantita rosa y a Gregorio con una azul. Los familiares le han regalado a Sofía peluches, y un balón de fútbol a Gregorio. Todos susurran y murmuran dulcemente en el oído de Sofía lo preciosa que es, pero sólo las mujeres de la familia la cogen en brazos para mimarla. Los hombres que van a ver a los gemelos prestan más atención a Gregorio; le hablan en un tono de voz más alto, le hacen cosquillas en la barriga y le hablan de su futuro como futbolista.

Todos hemos visto esta escena alguna vez. Habrá que preguntarse: ¿se debe este comportamiento adulto a nuestra biología o es un comportamiento adquirido perpetuado de generación en generación? ¿Es algo innato o adquirido?

Desde principios del siglo XX, psicólogos y sociólogos han creído que lo esencial de nuestro comportamiento y de nuestras preferencias se debía a nuestro condicionamiento social y a nuestro entorno. Sabemos, no obstante, que preocuparse por el desarrollo de alguien es un fenómeno aprendido –las madres adoptivas, tanto las mujeres como las chimpancés, se ocupan en general estupendamente de sus hijos–. Por otro lado, los científicos afirman que la biología, la química y las hormonas son en gran parte las responsables de esta actitud. Desde 1990 se han ido realizando pruebas que sostienen la visión científica según la cual nacemos con lo esencial de nuestro material cerebral ya instalado. El hecho de que los hombres fueran habitualmente los cazadores y las mujeres las «criadoras» dicta, aún en la actualidad, nuestro comportamiento, nuestras creencias y nuestras prioridades. Un estudio relevante realizado en la Universidad de Harvard demuestra que no sólo nos comportamos de forma diferente ante los niños y las niñas, sino que además, nos dirigimos a ellos con palabras diferentes. A las niñas les solemos decir: «eres muy buena», «eres un corazoncito», «eres preciosa», mientras que a los niños les decimos en un tono de voz más elevado: «¡Esto es un chico grande!», «¡Dios mío! ¡Qué fuerte eres!».

No es ofreciendo Barbies a las niñas y Action Men a los niños como creamos sus comportamientos; estos regalos no hacen más que exacerbar su comportamiento. El estudio de Harvard también ha descubierto que los comportamientos distintivos de los adultos hacia los niños y niñas no hacen más que acentuar las diferencias ya existentes.

Si ponemos a un pato en un charco se pondrá a nadar. Si miramos por debajo del agua, veremos que el pato tiene pies palmeados. Si analizáramos su cerebro veríamos que disponen de un «módulo natación» ya instalado. El charco no es más que el lugar donde el pato se encuentra en un momento dado, y no el que provoca su

comportamiento.

Los estudios demuestran que somos más un producto de nuestra biología que víctimas de los estereotipos sociales. Somos diferentes porque nuestros cerebros están conectados de manera diferente, y esto nos lleva a percibir el mundo de diferente manera y a tener valores y prioridades diferentes. Ni mejores ni peores, diferentes.

Su guía del Hombre

Este libro es algo así como una guía para visitar una cultura o un país extranjero. Contiene las expresiones del lugar o argot de la gente y el lenguaje gestual, echa una ojeada a por qué los habitantes son como son.

La mayoría de los turistas visitan países extranjeros sin haberse informado antes sobre esos países y se sienten intimidados porque sus habitantes no hablan español o no saben qué es un buen filete con patatas. Pero para aprovechar y beneficiarse de la inmersión en otra cultura, es importante conocer previamente la historia y la evolución del país, también conocer algunas expresiones elementales y experimentar su modo de vida. De esta manera, no se sentirá como un turista y no actuará como tal, es decir, como una persona que no saca más provecho de su experiencia que si se hubiera quedado en el sofá de su casa *evocando* otros países.

Durante una visita al castillo de Windsor, oí a un turista americano decir: «Es un castillo magnífico pero, ¿por qué demonios lo construyeron tan cerca del aeropuerto?».

Este libro le mostrará cómo aprovecharse y beneficiarse del conocimiento del sexo opuesto. Pero antes tendrá que conocer su historia y su evolución.

Se trata de un libro de datos e información real. Habla de genes de verdad, de investigaciones auténticas, de hechos verídicos y de conversaciones grabadas. Tampoco tendrá que preocuparse de dendritas, cuerpos callosos, neuropéptidos, resonancias magnéticas y otras dopaminas necesarias en la investigación de las funciones cerebrales. Nosotros hablamos en este libro de una ciencia relativamente nueva bautizada como «sociobiología»: la ciencia que estudia las bases biológicas y evolutivas de nuestro comportamiento.

Descubrirá todo un conjunto de conceptos, técnicas y estrategias demostradas científicamente y que parecen ser evidentes y sensatas. Hemos dejado de lado las técnicas, prácticas u opiniones que no se fundamentan, o no han sido probadas, por la ciencia.

Hablamos de un mono moderno, el que controla el mundo con macro ordenadores y que puede aterrizar en Marte, el mono cuyo antepasado fue un pez. Han hecho falta

millones de años para que nos convirtiéramos en una especie, sin embargo, actualmente nos adentramos en un mundo tecnológico y políticamente correcto que deja poco o nada de espacio a nuestra biología.

Nos han hecho falta casi cien millones de años para transformarnos en una sociedad suficientemente sofisticada para enviar un hombre a la Luna, pero a pesar de eso, tiene que seguir yendo al lavabo como sus antepasados primitivos. Los humanos de diferentes culturas son ligeramente diferentes, pero en el fondo, sus necesidades y sus deseos siguen siendo los mismos. Les demostraremos cómo heredamos nuestras características diferentes de comportamiento o cómo se transmiten de generación en generación, y verá que no hay prácticamente ninguna diferencia cultural.

Echemos un vistazo ahora a la evolución de nuestro cerebro.

Cómo hemos llegado al estado actual

Hace mucho, mucho tiempo atrás, hombres y mujeres vivían felizmente juntos y trabajaban en armonía. Cada día el hombre arriesgaba su vida cuando salía de su caverna y se adentraba en un mundo hostil y peligroso para cazar el alimento de su familia y protegerla contra los animales salvajes y otros enemigos del clan.

Por eso el hombre ha desarrollado el sentido de la orientación en largas distancias, para poder divisar el alimento y capturarlo, y también la capacidad de tirador para apuntar y tocar a una presa en movimiento. Su trabajo era claro y simple: ser «cazador de alimentos», y esto es lo único que los demás esperaban de él.

Por su parte, la mujer se sentía valorada porque su hombre ponía su vida en peligro por ocuparse de los suyos y protegerles. El éxito del hombre se medía en función de su capacidad de matar a la presa y llevarla al hogar, y su estima personal dependía de cómo su mujer apreciara su trabajo y sus esfuerzos. La familia dependía de él para expresar plenamente sus habilidades de «cazador de alimentos» y de protector, y de nada más. El hombre nunca tuvo necesidad de «analizar las relaciones» y nadie esperaba de él que sacara la basura o cambiara los pañales del bebé.

El rol de la mujer también era claro. El hecho de que ella estuviera a cargo de la maternidad ha dictado la evolución de su conducta y la manera en que sus capacidades se han ido especializando para cumplir con esa tarea. Era la responsable de controlar su entorno más inmediato para advertir cualquier peligro, de desarrollar su sentido de la orientación a corta distancia utilizando los puntos de referencia para encontrar su camino, y de tener una capacidad muy sensible para «sentir» los pequeños cambios en el comportamiento y aspecto de niños y adultos. La cosa era así de sencilla: él era el «cazador de alimentos», ella la «guardiana del nido».

Ella pasaba los días cuidando de sus niños, recogiendo fruta, cultivando legumbres y comunicándose con las demás mujeres del grupo. No tenía que preocuparse de cazar ni de combatir a los enemigos. Su éxito se medía en función de su capacidad de ocuparse de la familia. Su estima personal dependía de cómo su hombre apreciaba su forma de

gobernar el hogar y de su capacidad de cuidadora.

Su capacidad de criar a sus hijos era considerada algo mágico, incluso sagrado, puesto que sólo ella poseía el secreto de dar vida. No se esperaba de ella que cazara animales, ni que combatiera al enemigo o cambiara las bombillas.

La supervivencia era difícil, pero la convivencia fácil. Y así fue durante cientos de miles de años. Al final de cada jornada, los cazadores regresaban a sus cavernas con sus presas, que repartían equitativamente y se comían en la caverna común. Cada cazador intercambiaba una parte de sus presas por los frutos y legumbres recogidos por su mujer.

Después de la comida, los hombres se sentaban alrededor del fuego, lo miraban, jugaban, contaban historias o bromeaban. Ésa era la versión masculina prehistórica del *zapping* delante del televisor o la lectura absorbente del periódico. Estaban extenuados tras la caza y descansaban para poder reemprender la misma actividad al día siguiente. Las mujeres continuaban ocupándose de los niños y de que sus hombres tuvieran suficiente comida y descanso. Cada uno apreciaba los esfuerzos del otro: los hombres no eran considerados perezosos ni las mujeres amas de casa oprimidas.

Estos rituales y comportamientos tan simples siguen existiendo en la actualidad en algunas civilizaciones antiguas como en Borneo, en algunas zonas de África e Indonesia, en algunas tribus de aborígenes, en Australia, Maoris, Nueva Zelanda, Canadá y Groenlandia.

En estas civilizaciones cada uno sabe y entiende cuál es su rol. Los hombres respetan a las mujeres y las mujeres a los hombres. Cada uno considera al otro como un contribuidor excepcional y único para la supervivencia y el bienestar de la familia. Sin embargo, para los que vivimos en los países civilizados modernos, estas viejas reglas han caído en el olvido y han sido sustituidas por la anarquía, la confusión y el descontento.

No sabíamos que iba a ser así

La célula familiar ya no depende únicamente de los hombres para su supervivencia, como tampoco se espera de la mujer que se quede en casa para ocuparse del hogar. Por primera vez en la historia de nuestra especie, la mayoría de los hombres y las mujeres están un poco perdidos por lo que a la descripción de su función se refiere. Usted, lector de este libro, pertenece a la primera generación de humanos que se enfrenta a una serie de circunstancias y condiciones a las que sus antepasados jamás tuvieron que enfrentarse. Por primera vez en la historia, buscamos el amor, la pasión y la realización de nuestra pareja porque la supervivencia ya no es primordial. Nuestra estructura social moderna nos concede generalmente un nivel de subsistencia elemental gracias a la seguridad social, a la defensa del consumidor y a otras instituciones públicas. Pero, ¿cuáles son las nuevas reglas? ¿Dónde las aprendemos? Este libro intenta ofrecer algunas respuestas a estas cuestiones.

Por qué papá y mamá no son ya una ayuda

Si usted ha nacido antes de 1960, habrá crecido viendo cómo sus padres se trataban entre ellos según las reglas antiguas de la supervivencia del hombre y la mujer. Repetían el comportamiento que habían aprendido de *sus* padres, que, a su vez, lo habían aprendido de *sus* padres, y estos de *sus* padres, imitando al hacerlo a los hombres de las cavernas en sus roles bien definidos.

Hoy en día, estas reglas han cambiado totalmente y sus padres no saben cómo ayudarle. La tasa de divorcios entre los jóvenes se sitúa alrededor del 50% y si además consideramos el concubinato y las relaciones homosexuales, estaremos hablando de una tasa *verdadera* de separación de las parejas de más del 70%. Es necesario que aprendamos un conjunto nuevo de reglas, que aprendamos la manera de vivir felices y sobrevivir emocionalmente para entrar intactos en el siglo XXI.

No somos más que una especie animal como cualquier otra

A la mayoría de la gente le cuesta reconocer que no somos más que una especie animal como otra cualquiera. Rechazan la evidencia según la cual el 96% de lo que hay en nuestro cuerpo lo podemos encontrar también en el cuerpo de un cerdo o de un caballo. Lo único que nos diferencia de los demás animales es la capacidad de pensar y de proyectarnos en el futuro. Los demás animales han de reaccionar a las situaciones basándose en la conexión genética de su cerebro y la repetición del comportamiento. No pueden *pensar*, no pueden *reaccionar*.

En general, todos aceptamos y admitimos que los animales tienen instintos que determinan en gran medida sus comportamientos. Este comportamiento instintivo es fácil de ver –los pájaros cantan, las ranas croan, los perros levantan la pata y los gatos maúllan–. Pero al no ser comportamientos intelectuales nos cuesta hacer la relación entre esos comportamientos y los nuestros. Llegamos incluso a olvidar que nuestros primeros comportamientos fueron también instintivos: llorar y succionar.

Sean como sean los comportamientos que heredemos de nuestros padres, positivos o negativos, es muy probable que los transmitamos a nuestros hijos de la misma manera que lo hacen los demás animales. Cuando aprendemos una nueva aptitud, la transmitimos genéticamente a nuestros hijos, de la misma manera que los científicos pueden crear generaciones de ratas inteligentes o de ratas idiotas a partir de un grupo dividido en función de su capacidad de encontrar su camino en un laberinto o de su tendencia a perderse.

En el momento en que nosotros, como humanos que somos, nos aceptemos como animales cuyos impulsos y reacciones son fruto de una evolución de millones de años, nos resultará mucho más fácil saber cuáles son nuestras necesidades y tendencias elementales, y cómo aceptarnos y aceptar a los demás. Éste es el camino de la verdadera felicidad.

CAPÍTULO 2

¿Y SI NUESTROS CEREBROS ESTUVIERAN PROGRAMADOS DE MANERA DIFERENTE?

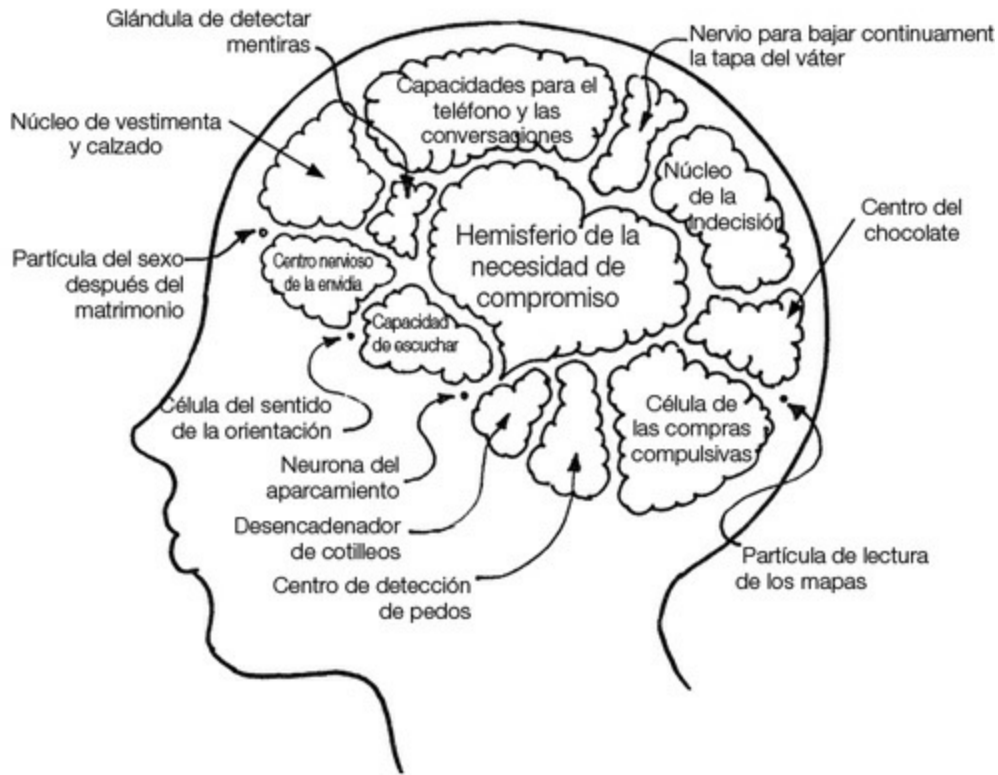




El cerebro masculino

Estas ilustraciones humorísticas del cerebro masculino y femenino son divertidas porque contienen una parte de verdad. ¿En qué medida son verdad? En una medida muy superior a la que podemos imaginar. En este capítulo analizaremos algunas conclusiones espectaculares a las que han llegado algunos de los estudios que se están haciendo actualmente sobre el cerebro humano.

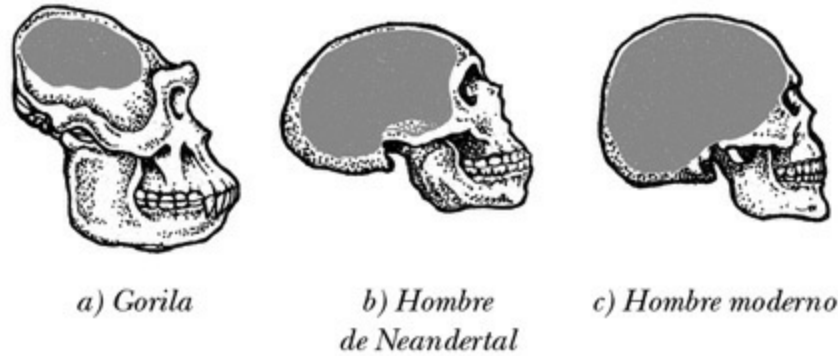
Este capítulo le producirá un efecto verdaderamente revelador. Al final hemos incluido un test simple pero importante para entender por qué el cerebro se comporta de la manera que lo hace.



El cerebro femenino

¿Por qué no somos más inteligentes?

Mire las imágenes siguientes y verá dos diferencias evidentes entre el gorila, el hombre de Neandertal y el ser humano actual. La primera es que nuestro cerebro es tres veces más grande que el del gorila y un tercio más grande que el de nuestro antepasado primitivo. Gracias al estudio de los fósiles, se ha podido comprobar que nuestro cerebro conserva el mismo tamaño desde hace cincuenta mil años y que apenas se han producido cambios significativos en las funciones cerebrales. También se ha comprobado que tenemos una protuberancia frontal que no tenían nuestros ancestros ni nuestros primos primates, que contiene los lóbulos frontales izquierdo y derecho encargados de muchas de nuestras capacidades únicas tales como pensar, leer mapas y hablar. Es lo que nos hace ser superiores a todos los demás animales.



Los cerebros de hombres y mujeres han evolucionado con fuerzas, capacidades y talentos diferentes.

Los hombres, puesto que eran los responsables de la caza, necesitaban zonas cerebrales para los desplazamientos de largo recorrido, a fin de organizar la estrategia a seguir en sus batidas y desarrollar las capacidades de reconocer y matar a los animales. No tenían necesidad de conversar ni de ser sensibles a las necesidades emocionales de los demás, por lo que jamás desarrollaron las zonas cerebrales encargadas de las relaciones personales.

Y a la inversa. Las mujeres tenían necesidad de una buena aptitud para los desplazamientos cortos, de una visión periférica para controlar el entorno inmediato, la capacidad de hacer varias cosas al mismo tiempo y de comunicarse eficazmente.

La consecuencia de esta diferencia de necesidades es que el cerebro masculino y el femenino han evolucionado y desarrollado zonas específicas para gestionar cada una de estas capacidades.

En términos actuales podemos decir que la sociedad antigua era muy sexista, pero volveremos sobre este tema más adelante.

El cerebro defiende su territorio

«Los viejos hábitos tardan en morir», decían nuestros antepasados. «La memoria genética está viva y funciona», dicen los científicos. La memoria genética forma parte de nuestro comportamiento instintivo. Evidentemente, no es difícil imaginar que el hecho de quedarse durante decenas de millones de años sentados en una caverna vigilando el entorno, defendiendo su territorio y resolviendo miles de problemas relacionados con la supervivencia, haya dejado en los hombres una huella muy marcada.

Observe, por ejemplo, cómo se sientan en los restaurantes. La mayoría de ellos prefieren sentarse de espaldas a la pared, mirando la entrada. Esta posición les reafirma y les permite estar alerta. Nadie podrá acercarse sin que el hombre se percate, aunque actualmente, la única arma mortal que el individuo puede blandir es una clavada con la cuenta. Por otro lado, las mujeres no tienen ningún inconveniente en sentarse de espaldas

a la entrada, a menos que estén solas con niños pequeños, en cuyo caso optarán por una mesa cerca de la pared.

En casa, los hombres también actúan de manera instintiva cuando eligen el lado de la cama que se encuentra más próximo a la entrada de la habitación, un gesto que simboliza la defensa de la entrada de la caverna. Si una pareja se traslada a una nueva casa o pasa unos días en un hotel y la entrada de la habitación está en el lado de la cama donde duerme la mujer, al hombre le costará conciliar el sueño sin saber por qué. El hecho de cambiar de lado en la cama para que el hombre recupere su posición cerca de la entrada de la habitación resolverá muy probablemente su problema de insomnio pasajero.

Los hombres bromean a menudo diciendo que duermen en el lado de la puerta de entrada de su primer domicilio conyugal para poder salir más deprisa, cuando en realidad lo hacen por instinto de defensa.

Cuando el hombre está lejos del hogar, la mujer recupera generalmente su rol de protectora y ocupa su lugar en la cama. Una mujer, por la noche, se despertará inmediatamente de su sueño profundo al oír un sonido agudo como es el llanto de un bebé. Los hombres, en cambio, continuarán roncando. Su cerebro, sin embargo, está preparado para oír sonidos asociados al movimiento, e incluso el sonido de la rotura de una rama en el exterior, podría despertarle en un segundo para defenderse de un ataque potencial. En este caso, será la mujer la que seguirá durmiendo plácidamente, excepto si el hombre no está presente y su cerebro se programa para asumir el rol de defensa.

El cerebro que hay detrás del éxito

El filósofo griego Aristóteles creía que el centro del pensamiento estaba en el corazón y que el cerebro contribuía al enfriamiento del cuerpo. Por este motivo, el corazón es objeto de tantas expresiones nuestras de emoción. A pesar de que fueron muchos los expertos que hasta finales del siglo XIX corroboraron esta afirmación, en la actualidad nos parece ridícula.

En 1962, Roger Sperry obtuvo el Premio Nobel por afirmar que cada uno de los dos hemisferios de la corteza cerebral es responsable de funciones intelectuales independientes. Hoy en día, la tecnología avanzada nos permite observar cómo funciona el cerebro, aunque nuestros conocimientos sobre las funciones cerebrales son todavía muy elementales. Sabemos que el hemisferio derecho, el encargado de la creatividad, controla la parte izquierda del cuerpo, mientras que el hemisferio izquierdo, el encargado de la lógica, la razón y la palabra, controla el lado derecho del cuerpo. El cerebro izquierdo es la parte donde están situados el lenguaje y el vocabulario, en particular en los hombres, mientras que el cerebro derecho es el encargado de almacenar y controlar la información visual.

Los zurdos suelen tener aventajado el hemisferio derecho, el centro de la creatividad. Ésta es una de las razones de que haya un número desproporcionado de genios artistas zurdos: Albert Einstein, Leonardo de Vinci, Picasso, Lewis Carroll, Greta Garbo, Robert De Niro y Paul McCartney, entre otros. Hay más zurdas que zurdos, y el 90% de la población mundial es diestra.

Los tests demuestran que las mujeres tienen un coeficiente intelectual un 3% superior al de los hombres.

Hasta los años sesenta, la mayoría de los datos recogidos sobre el cerebro humano procedían de los soldados muertos en los campos de batalla, por lo que los candidatos sobre los que trabajar no eran pocos. El problema está en que la inmensa mayoría de estos «pacientes» eran hombres, de ahí la presunción inducida de que el cerebro femenino funcionaba igual que el del hombre.

Los estudios que se llevan a cabo en la actualidad demuestran que el cerebro femenino funciona de manera bien diferente al masculino. Es aquí donde probablemente residen la mayor parte de los problemas racionales entre los dos sexos. El cerebro femenino es ligeramente más pequeño que el masculino, aunque los estudios demuestran que esta diferencia de tamaño no influye para nada en la actividad cerebral de la mujer. En 1997, la investigadora danesa Berte Pakkenberg, del servicio de neurología del Hospital Municipal de Copenhague, demostró que, de promedio, el hombre dispone de unos cuatro millones de células cerebrales más que la mujer, pero que generalmente, las mujeres tienen un coeficiente de inteligencia un tres por ciento superior al de los hombres.

El contenido del cerebro

Así es como suelen presentarse los dos hemisferios cerebrales y las funciones que controlan:

Hemisferio izquierdo
 Lado derecho del cuerpo
 Matemáticas
 Lenguaje
 Lógica
 Datos
 Deducción
 Análisis
 Práctica
 Órdenes
 Letra de una canción
 Descendencia
 Ver los pequeños detalles



Hemisferio derecho
 Lado izquierdo del cuerpo
 Creación
 Sentido artístico
 Visión
 Intuición
 Ideas
 Imaginación
 Holística
 Ritmo de una canción
 Ver «la imagen global»
 Espacio multitarea

Nuestros conocimientos y las investigaciones sobre el cerebro humano progresan diariamente de una manera espectacular, pero las interpretaciones de los resultados de estas investigaciones son diversas y variadas. Evidentemente, también hay opiniones parejas. Gracias a la utilización de la imagen por resonancia magnética (IRM), que mide la actividad eléctrica en el cerebro, hoy en día podemos señalar y medir la localización exacta en el cerebro de muchas de las funciones específicas. Gracias al escáner podemos ver qué parte del cerebro es la encargada de cada función particular. Cuando un escáner muestra un rincón específico para una capacidad o función significa que la persona es generalmente buena en esa capacidad que muestra, es decir, que la persona siente atracción por las actividades que se refieren a esa capacidad.

Por ejemplo, la mayoría de los hombres tienen una localización específica en el cerebro para el sentido de la orientación, lo que demuestra que la orientación es fácil para ellos. Saben trazar rutas y se sienten atraídos por las ocupaciones que exigen la utilización de estas capacidades, como son la navegación o los cursos de orientación. En cambio, las mujeres disponen de regiones específicas para el habla y el discurso, las utilizan con facilidad y se sienten atraídas por las actividades que les permiten utilizarlas, como la psicología, el asesoramiento y la enseñanza. Si no hay una localización precisa para una capacidad específica, podemos decir que la persona no destaca por naturaleza en esa capacidad y no aprecia las tareas que requieren esa capacidad. Es por esto por lo que es raro ver mujeres navegantes o encontrar consuelo al lado de un consejero hombre, y también por esto es difícil aprender correctamente un idioma con un profesor de sexo masculino.

¿Dónde han empezado las investigaciones del cerebro?

Las primeras pruebas científicas destinadas a estudiar las diferencias entre los dos sexos las realizó Francis Gatton en el Museo de Londres en 1882. Descubrió que los hombres que eran más sensibles a los sonidos «claros» –ruidos estridentes o agudos– estrechaban la mano de una manera más firme y eran menos sensibles al dolor que las

mujeres. Al mismo tiempo, un estudio similar realizado en Estados Unidos permitió descubrir que los hombres que prefieren el rojo al azul, tienen mejor vocabulario y prefieren resolver problemas técnicos antes que domésticos. Las mujeres que tienen el oído más desarrollado, utilizan más las palabras que los hombres, y prefieren trabajar en tareas y problemas individuales.

Las primeras investigaciones sobre la localización específica de las funciones cerebrales fueron efectuadas en pacientes con el cerebro dañado. Se descubrió que los hombres cuyo hemisferio cerebral derecho había sido dañado habían perdido todo o casi todo el uso del habla y del vocabulario, mientras que las mujeres en la misma situación, habían perdido su capacidad discursiva en una menor proporción, demostrando con ello que las mujeres poseen de más de un centro del habla.

Los hombres tienen entre tres y cuatro veces más posibilidades que las mujeres de sufrir pérdidas de lenguaje o de elocución y son menos capaces de recuperar todas o parte de estas capacidades. Si un hombre tiene el hemisferio izquierdo deteriorado, tiene muchas posibilidades de quedarse mudo. En la misma situación, una mujer podrá seguir hablando.

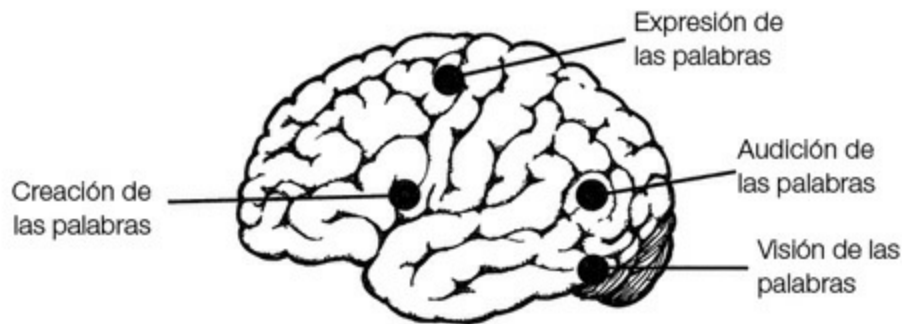
Los hombres cuyo hemisferio derecho está dañado pierden toda o casi toda su capacidad espacial; es decir, la capacidad de pensar en tres dimensiones y de visualizar objetos en movimiento para ver sus diferentes aspectos a partir de ángulos diferentes. Por ejemplo, el cerebro femenino visualizará el plano de una casa en dos dimensiones en tanto que el masculino lo verá en tres, o sea, verá también la profundidad. La mayoría de los hombres pueden ver qué aspecto tendrá, una vez terminada, una casa en construcción. Las mujeres que tengan el hemisferio derecho deteriorado en la misma zona no sufrirán prácticamente ninguna pérdida de su capacidad espacial.

Doreen Kimura, profesor de psicología de la universidad de Ontario, ha descubierto que los desórdenes discursivos se producen en los hombres cuando sólo el hemisferio izquierdo está dañado, mientras que en las mujeres se producen cuando el lóbulo frontal de uno u otro hemisferio está dañado. El tartamudeo es un defecto de locución prácticamente masculino; en las clases de perfeccionamiento y de refuerzo de la lectura suele haber tres o cuatro veces más chicos que chicas. Para concluir podemos decir que los hombres tienen capacidades limitadas por lo que al lenguaje y a la conversación se refiere. Este resultado no sorprenderá a la mayoría de las mujeres. Los libros de historia demuestran claramente que desde siempre las mujeres se han quejado de la falta de conversación de los hombres.

El análisis del cerebro

Desde principios de los años noventa, el material que se utiliza para realizar escáneres cerebrales ha evolucionado de tal manera que hoy en día es posible ver en una pantalla de televisión el funcionamiento en directo de un cerebro gracias a la TEP (tomografía por emisión de positrones) y a la IRM (imagen por resonancia magnética). Marcus

Raichle, de la facultad de medicina de la universidad de Washington, ha podido medir las zonas específicas de incremento del metabolismo en el cerebro para localizar con precisión las zonas utilizadas por cada una de las capacidades específicas. Estas zonas aparecen en la siguiente ilustración:



Localización de las zonas específicas obtenida gracias a las IRM

Un equipo de científicos de la universidad de Yale, dirigido por los doctores Bennett y Sally Shaywitz, realizó en 1995 unas pruebas a hombres y mujeres para determinar qué parte del cerebro se utiliza para hacer las rimas. Gracias a la IRM, que permite desvelar los pequeños cambios en la circulación sanguínea entre diferentes partes del cerebro, este equipo ha confirmado que en el juego de las rimas los hombres utilizan principalmente su hemisferio izquierdo para todas las tareas relacionadas con el habla, mientras que las mujeres utilizan los dos hemisferios. Estas experiencias y muchas otras que se realizaron en los años noventa llegaron a las mismas conclusiones: el cerebro del hombre y de la mujer funcionan de manera muy diferente.

Pregunte a los hombres y a las mujeres si sus cerebros funcionan de diferente manera. Los hombres le responderán que creen que sí, que han leído algo sobre eso en Internet hace poco... Las mujeres responderán: «Por supuesto que sí. ¿Alguna pregunta más?».

Los estudios demuestran también que el hemisferio izquierdo de las chicas se desarrolla más rápidamente que el de los chicos, lo que significa que ella hablará antes y mejor que su hermano, que leerá y aprenderá antes una lengua extranjera. Esto explica también que en las salas de espera de los ortofonistas haya más niños que niñas.

Por otro lado, el hemisferio derecho de los chicos se desarrolla antes que el de las chicas, lo que les permite desarrollar más rápidamente sus capacidades espaciales, la lógica y la percepción. Los chicos son mejores en matemáticas, construcción, puzzles y resolución de problemas. Dominarán estas áreas antes que las chicas.

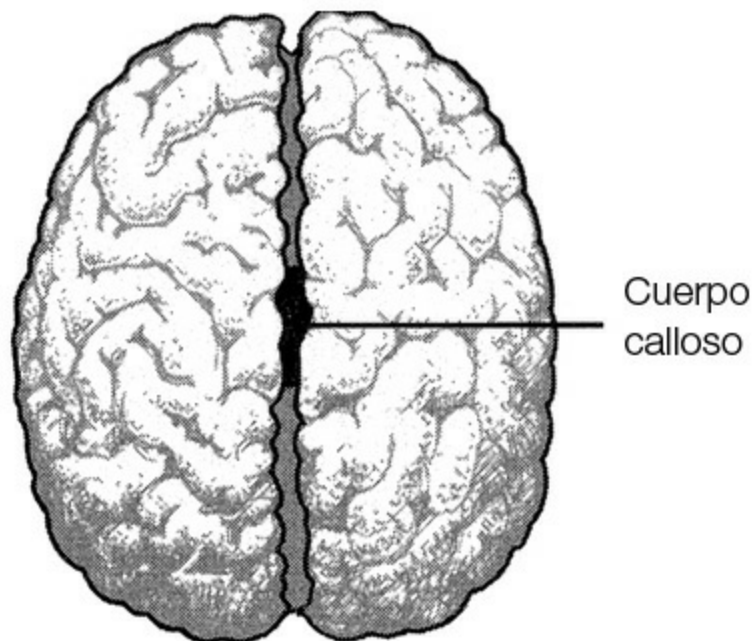
Estaría bien poder decir que las diferencias entre los dos sexos son mínimas o que no tienen importancia, pero los hechos demuestran que no es así.

Por desgracia vivimos en un entorno social que insiste en que hombres y mujeres somos iguales, a pesar de la cantidad de pruebas que demuestran que nuestros cerebros están conectados de manera diferente y que hemos evolucionado con capacidades e inclinaciones innatas radicalmente diferentes.

¿Por qué las mujeres están mejor conectadas?

Los dos hemisferios cerebrales están conectados por un haz de fibras nerviosas denominadas cuerpos callosos. Este haz posibilita la comunicación y el intercambio de información entre ambos hemisferios.

Imagínese que tiene dos ordenadores sobre sus hombros con un interfaz cableado entre ellos. Este cable es el cuerpo calloso.



El cuerpo calloso

El neurólogo Rofer Gorski, de la Universidad de California de Los Ángeles (UCLA), confirma que el cerebro femenino tiene un cuerpo calloso más espeso que el cerebro masculino y que tienen hasta un 30% más de conexiones entre los dos hemisferios. Confirma, así mismo, que hombres y mujeres utilizamos diferentes zonas cerebrales para realizar la misma tarea.

Estos descubrimientos han sido corroborados por otros científicos.

Los estudios revelan también que los estrógenos (hormonas femeninas), incitan a las

células nerviosas a crear más conexiones dentro del cerebro y entre los dos hemisferios. Se ha comprobado que cuantas más conexiones haya, mejor es la elocución de la persona. Esto explica también la capacidad de las mujeres de trabajar en varias cosas al mismo tiempo e influye en la intuición femenina. Ya hemos mencionado que las mujeres tienen mayor variedad de herramientas sensoriales, y este fenómeno, junto con la multiplicidad de sus conexiones para una transmisión más rápida entre los hemisferios, explica que una mujer pueda emitir intuitivamente tantos juicios perspicaces sobre la gente y las situaciones.

¿Por qué los hombres no pueden hacer varias cosas al mismo tiempo?

Todos los estudios están de acuerdo: el cerebro de los hombres está especializado, compartimentado; está configurado para concentrarse en una tarea específica cada vez y la mayoría de los hombres confirman que no son capaces de hacer «más de una cosa al mismo tiempo». Cuando un hombre detiene su vehículo para leer un mapa de carreteras, ¿qué es lo primero que hace? Apaga la radio. Las mujeres no entienden por qué lo hacen; ellas son capaces de leer mientras escuchan o hablan con otro. «¿Por qué los hombres bajan el volumen de la televisión cuando suena el teléfono?», «¿Por qué, cuando están leyendo el periódico o mirando la televisión, no pueden escuchar lo que alguien les dice?», son las quejas que suelen hacer las mujeres del mundo entero. La respuesta es que el cerebro masculino está programado para no hacer más de una cosa al mismo tiempo, porque tiene menos fibras de conexión entre el hemisferio derecho y el izquierdo, porque es un cerebro más compartimentado. Si le hiciéramos un escáner del cerebro cuando está leyendo veríamos que está prácticamente sordo.

El cerebro de una mujer, en cambio, está programado para la multitarea. Es capaz de hacer varias cosas diferentes al mismo tiempo y nunca reposa, está siempre en activo. Una mujer puede hablar por teléfono mientras prueba una receta culinaria nueva y mira la televisión. Puede conducir, maquillarse y escuchar la radio, mientras habla por el móvil. Pero si un hombre prueba de hacer una receta nueva y alguien le habla es muy probable que se enfade porque no puede escuchar y seguir las instrucciones escritas al mismo tiempo. Si alguien le habla mientras se está afeitando es muy probable que se corte. La mayoría de las mujeres han vivido en más de una ocasión la experiencia de haber sido acusadas por un hombre de haberle hecho saltar la salida de la autopista por... ¡estar hablándole en ese preciso instante! Una mujer nos contó que cuando se enfada de verdad con su marido, disfruta hablándole cuando está a punto de clavar un clavo.

Son muchas las mujeres que debido a que utilizan ambos hemisferios cerebrales les cuesta diferenciar su mano derecha de la izquierda. Aproximadamente un 50% de mujeres no pueden distinguirlas instantáneamente sin mirar antes dónde llevan el anillo o dónde tienen una peca. A los hombres, en cambio, como utilizan solamente el hemisferio derecho o el izquierdo, no les cuesta distinguir su izquierda de su derecha. Resultado: prácticamente todas las mujeres del mundo, estén donde estén, reciben broncas de los

hombres por haberles dicho que girasen a la derecha, cuando en realidad, querían decir a la izquierda.

La prueba del cepillo de dientes

Haga la prueba del cepillo de dientes. Casi todas las mujeres son capaces de lavarse los dientes mientras caminan y hablan de diferentes asuntos. Son capaces de mover el cepillo de dientes de arriba abajo con una mano mientras con la otra limpian una mesa en círculos concéntricos. La mayoría de los hombres encuentran esta tarea difícil de hacer, por no decir imposible.

Cuando los hombres se cepillan los dientes, su cerebro «monotarea» se concentra por completo en esa tarea. Se plantan delante del espejo con los pies separados unos treinta centímetros, el cuerpo ligeramente inclinado hacia delante, moviendo la cabeza hacia atrás y hacia delante al ritmo del cepillo y generalmente a la velocidad de flujo del agua.

Por qué somos quienes somos

En una época en la que nos esforzamos por educar a niños y niñas como si fueran idénticos, la ciencia no para de demostrarnos que son radicalmente diferentes en su modo de pensar. La conclusión a la que neurólogos y especialistas del cerebro han llegado es que somos como somos a causa de nuestras hormonas.

Somos como somos a causa de nuestras hormonas. Somos el resultado de nuestra química.

Desde finales del siglo XIX nos han estado diciendo que nacemos con un espíritu vacío y que son nuestros padres, profesores, y nuestro entorno, los que dictan nuestros comportamientos y nuestras elecciones. Estudios recientes sobre el cerebro y su desarrollo revelan que entre la sexta y la octava semana desde la concepción, nuestro espíritu está programado como si fuera un ordenador. Nuestro «sistema de explotación» está ya instalado, así como también varios «programas», aunque en el momento del nacimiento somos «preinstalados», como si fuera un ordenador al que añadiéramos toda una panoplia de periféricos y programas.

La ciencia demuestra también que este sistema de explotación elemental y su red de conexiones apenas pueden ser modificados. Nuestro entorno y nuestros profesores no pueden más que añadir datos y compatibilizar programas. Además, hasta hoy, no ha habido un «manual de uso» disponible. Todo esto significa que nuestras elecciones futuras y nuestras preferencias sexuales están ya preestablecidas cuando nacemos. ¿Lo innato contra lo adquirido? El dilema ya ha sido resuelto. La naturaleza va un paso por delante desde siempre. Hoy en día sabemos que lo adquirido es un comportamiento

aprendido con unas madres adoptivas que demuestran que son igual de efectivas que las madres biológicas en la cría de sus niños.

Programar el feto

Prácticamente todos estamos formados por 46 cromosomas que son como bloques de construcción genéticos o planos de arquitecto. La mitad de estos cromosomas nos vienen de nuestra madre y la otra mitad de nuestro padre. Si el cromosoma 23 de nuestra madre es un cromosoma X (es decir, tiene la forma de una X) y si el 23 cromosoma de nuestro padre es también X, el resultado se denominará bebé XX, es decir, niña. Si el cromosoma 23 del padre es un cromosoma Y obtendremos un bebé XY, un niño. El modelo elemental del cuerpo humano y del cerebro es femenino –todos empezamos siendo niñas–, y es por esto por lo que los hombres tienen algunos atributos femeninos como los pezones y otras glándulas mamarias.

¡La ciencia ha demostrado que Eva fue la primera!

Entre seis y ocho semanas después de la concepción el feto es prácticamente asexuado y dispone del potencial necesario para formar órganos genitales masculinos o femeninos.

El científico alemán Gunther Dörner, pionero en ciencias sociales, fue uno de los primeros en presentar la idea de que nuestra identidad sexual se forma entre las seis y ocho semanas después de la concepción. Sus investigaciones demuestran que si el feto es genéticamente masculino (XY), desarrolla unas células especiales por todo el cuerpo encargadas de segregar grandes cantidades de hormonas masculinas, en particular la testosterona, para formar los testículos y configurar el cerebro para las características y comportamientos masculinos, como son la visión a larga distancia o la capacidad espacial para lanzar, cazar y perseguir.

Supongamos que un feto masculino (XY) que necesita por lo menos una unidad de hormona masculina para formar los órganos genitales masculinos y otras tres unidades para configurar su cerebro en un sistema de explotación masculino, por razones que trataremos más adelante, no recibe la dosis adecuada. Supongamos que, de las cuatro unidades que necesita, solamente recibe tres. La primera unidad se utilizará para formar los órganos genitales masculinos, pero el cerebro no recibirá más que dos unidades, lo que quiere decir que el cerebro tendrá dos tercios de masculino y un tercio de femenino. El resultado es que este bebé niño crecerá con un cerebro principalmente masculino pero tendrá determinadas capacidades y pensamientos femeninos. Si el feto masculino solamente recibiera, por ejemplo, dos unidades de hormonas masculinas, una sería utilizada para la formación de los testículos, y el cerebro no recibiría más que una en lugar de las tres exigidas. En este caso, tendríamos un bebé con el cerebro esencialmente

femenino en estructura y pensamiento, pero con un cuerpo genéticamente masculino. Llegada la pubertad, es probable que ese niño sea homosexual.

Cuando el feto es una niña (XX) no tiene ninguna o muy pocas hormonas masculinas y por tanto el cuerpo forma los órganos genitales femeninos y el modelo cerebral sigue siendo femenino. El cerebro se configura con las hormonas femeninas y desarrolla las características propias para defender el nido, a saber, la capacidad de decodificar las señales verbales y no verbales. En su nacimiento, el bebé niña será femenino, y su comportamiento será femenino debido a su cerebro y a sus conexiones femeninas. Pero en el caso de que el feto femenino reciba una dosis importante de hormonas masculinas, generalmente por accidente, el bebé niña tendrá un cerebro más o menos masculino.

Se calcula que de promedio entre el 80 y el 85% de los hombres tiene el cerebro configurado de manera masculina y que entre el 15 y el 20% lo tiene en mayor o menor grado femenino. Muchos de los hombres de este segundo grupo serán homosexuales.

Entre el 15 y el 20% de los hombres tienen un cerebro femenino, mientras que el 10% de las mujeres tienen un cerebro masculino.

Las referencias que hacemos en este libro a personas femeninas conciernen al 90% de mujeres, es decir, que su cerebro está previsto para un comportamiento principalmente femenino. Aproximadamente un 10% de las mujeres tienen el cerebro más o menos previsto para las capacidades masculinas porque ha recibido una dosis de hormonas masculinas entre seis y ocho semanas después de la concepción.

A continuación encontrará un test, muy simple pero fascinante, que demuestra en qué medida su cerebro está conectado para una forma de pensar masculina o femenina. Las preguntas proceden de numerosos estudios sobre la sexualidad del cerebro, y el sistema de evaluación ha sido elaborado por la británica especialista en genética Anne Moir. En esta prueba no hay respuestas buenas ni malas, pero nos explican las razones por las que elegimos o pensamos de una manera u otra. Al final del test podrá comparar sus resultados con la gráfica que aparece en la página 48. Fotocópielo y páseselo a otros para que lo hagan. Los resultados son muy reveladores.

El test de los meandros del cerebro

Esta prueba ha sido creada para indicar la masculinidad y feminidad de los comportamientos cerebrales. No hay una respuesta buena o mala, el resultado no es más que una indicación del nivel probable de hormonas masculinas que su cerebro ha recibido o ha dejado de recibir entre las seis y las ocho semanas después de la concepción. Este nivel es el que determina sus preferencias de valores, comportamientos, estilo, orientaciones y elecciones.

Marque con una cruz la afirmación que es, en su opinión, la más probable habitualmente.

1. Cuando tiene que leer un mapa de carreteras o un plano:

- a) Tiene dificultades y pide ayuda.
- b) Le da la vuelta para ponerlo orientado hacia donde quiere ir.
- c) No tiene ninguna dificultad a la hora de leer un mapa de carreteras o un plano.

2. Está a punto de cocinar un plato complicado, con la radio de fondo, cuando de pronto suena el teléfono:

- a) Deja la radio encendida y continúa cocinando mientras responde la llamada.
- b) Apaga la radio, continúa haciendo la comida y habla por teléfono.
- c) Le dice a la persona que llama que le llamará cuando acabe de cocinar.

3. Tiene que ir un amigo a su casa nueva y le pide que le explique cómo llegar:

- a) Dibuja un plano con las indicaciones y se lo envía o hace que otra persona le explique cómo llegar.
- b) Le pregunta algunos puntos de referencia que conozca y a partir de ellos le explica cómo llegar.
- c) Le explica verbalmente cómo llegar: «Coge la A7 hasta tal plaza, después gira a la derecha hacia la iglesia, sigue recto hasta la segunda calle...»

4. Cuando explica una idea o concepto:

- a) Utiliza lápiz, papel, gestos y el lenguaje corporal.
- b) Lo explica verbalmente utilizando gestos y el lenguaje corporal.
- c) Lo explica verbalmente de manera clara y concisa.

5. Cuando vuelve del cine después de una buena película, prefiere:

- a) Repasar mentalmente las escenas de la película.
- b) Hablar de las escenas y del diálogo.
- c) Citar las partes del diálogo de la película.

6. En el cine prefiere sentarse:

- a) A la derecha de la pantalla.
- b) No importa dónde.
- c) A la izquierda de la pantalla.

7. Un amigo tiene un problema mecánico:

- a) Se compadece e intenta discutir con él el problema.
- b) Le recomienda a alguien de fiar para que le resuelva el problema.
- c) Intenta entender el problema y arreglarlo usted mismo.

8. Está en un lugar que no conoce y alguien le pregunta dónde está el norte:

- a) Reconoce que no tiene ni idea.
- b) Adivina dónde está después de pensar un momento.
- c) Le indica el norte sin ninguna dificultad.

9. Ha encontrado un aparcamiento pero la plaza es pequeña y tendrá que hacer maniobras:

- a) Intenta encontrar otro aparcamiento.
- b) Intenta aparcar con cuidado.
- c) aparca sin la menor dificultad.

10. Está mirando la televisión cuando suena el teléfono:

- a) Responde con la televisión encendida.
- b) Baja el volumen de la televisión antes de responder.
- c) Apaga la televisión y pide a los demás que se callen antes de responder.

11. Acaba de escuchar la nueva canción de su cantante favorito:

- a) Enseguida puede cantar un trozo de la canción sin dificultad.
- b) Puede cantar un trozo de la canción si es fácil.
- c) No puede acordarse del ritmo pero sí se acuerda de algunas palabras.

12. Es capaz de predecir o adivinar resultados:

- a) Utilizando su intuición.
- b) Basando su decisión en los datos disponibles y en su «intuición».
- c) Utilizando los datos, estadísticas y hechos.

13. Ha perdido las llaves:

- a) Hace otra cosa hasta que se acuerde de dónde las ha dejado.
- b) Hace otra cosa mientras intenta acordarse de dónde las ha dejado.
- c) Rehace mentalmente todo lo que ha hecho hasta ese momento para saber dónde las ha dejado.

14. Está en la habitación de un hotel y oye el sonido de una sirena:

- a) Enseguida sabe de dónde viene el sonido.
- b) Con un poco de concentración podrá decir de dónde viene el sonido.
- c) Es incapaz de adivinar su procedencia.

15. Asiste a un acontecimiento durante el cual le presentan a siete u ocho personas que no conocía. Al día siguiente:

- a) Se acuerda perfectamente de sus caras.
- b) Se acuerda de algunas caras.
- c) Se acuerda más de sus nombres.

16. Durante las vacaciones quiere ir a la montaña, pero su pareja prefiere la playa. Para convencerle de que su idea es mejor:

- a) Le dice amablemente lo que piensa: le gusta la montaña y los niños se divierten más.
- b) Le dice que si van a la montaña este año, el año que viene estará encantado/a de ir a la playa.
- c) Le presenta datos objetivos: la montaña está más cerca, es más barato y está mejor para hacer deporte y las actividades que les gustan.

17. Cuando organiza sus actividades cotidianas:

- a) Hace una lista para saber qué ha de hacer.
- b) Piensa en las cosas que ha de hacer.
- c) Visualiza a las personas que tiene que ver, los lugares a los que ha de ir y las cosas que tiene que hacer.

18. Un amigo tiene un problema personal y va a hablar con usted:

- a) Se muestra empático y comprensivo.
- b) Le dice que los problemas no son tan graves como parecen y le explica su razonamiento.
- c) Le ofrece consejos o sugerencias para resolver el problema.

19. Dos amigos suyos que están casados tienen una «aventura» secreta cada uno por su lado. ¿Hay alguna posibilidad de que usted se dé cuenta?

- a) Enseguida se da cuenta.
- b) Lo duda.
- c) No se da cuenta.

20. En su opinión, la vida es:

- a) Tener amigos y vivir en armonía con aquellos que le rodean.
- b) Ser amable con los demás conservando al mismo tiempo su independencia.
- c) Conseguir los objetivos propuestos, ganarse el respeto de los demás y obtener prestigio y promoción.

21. Si puede elegir, prefiere trabajar:

- a) En un equipo en el que la gente se lleve bien.
- b) Con otros, pero siempre conservando su propio espacio.
- c) Solo.

22. ¿Qué prefiere leer?:

- a) Novelas.
- b) Revistas y periódicos.

c) Documentos y autobiografías.

23. Cuando va de tiendas tiene tendencia a:

a) Comprar impulsivamente, sobre todo en las rebajas.

b) Establecer un plan general pero sin seguirlo.

c) Leer las etiquetas y comparar precios.

24. Prefiere irse a dormir, levantarse y comer:

a) Cuando le apetece.

b) Siguiendo un programa rutinario, pero con cierta flexibilidad.

c) Prácticamente a la misma hora todos los días.

25. Acaba de empezar a trabajar en una empresa y de conocer un montón de gente nueva. Uno de ellos le telefona a su casa:

a) Reconoce fácilmente su voz.

b) La mayoría de las veces reconoce su voz.

c) Tiene dificultades para reconocer su voz.

26. Cuando riñe con alguien, lo que más le enerva es:

a) Su silencio y su falta de reacción.

b) Que no llegue a entender y compartir su punto de vista.

c) Sus preguntas y comentarios irritantes o inquisidores.

27. ¿Cómo le iba en el colegio la ortografía y la redacción?

a) Las dos le parecían relativamente fáciles.

b) Solía hacer bien una pero no la otra.

c) No era bueno en ninguna de las dos.

28. En cuanto al baile:

a) «Siente» la música después de haber aprendido el paso.

b) Puede bailar determinados bailes, pero se encuentra totalmente perdido en

otros.

c) Tiene dificultades para seguir el ritmo.

29. ¿Es bueno en reconocer e imitar los sonidos de los animales?

a) No demasiado bueno.

b) Medianamente bueno.

c) Muy bueno.

30. Al final del día prefiere generalmente:

a) Hablar con los amigos o la familia de su día.

b) Que sean los otros los que cuenten su día.

c) Leer el periódico mientras mira la televisión y no hablar.

Evaluación del test

Sume el número de respuestas a), b) y c), y utilice la tabla siguiente para obtener el resultado final.

Para los hombres

Número de respuestas a) x 10 puntos = _____

Número de respuestas b) x 5 puntos = _____

Número de respuestas c) x (-5) puntos = _____

Total = _____

Para las mujeres

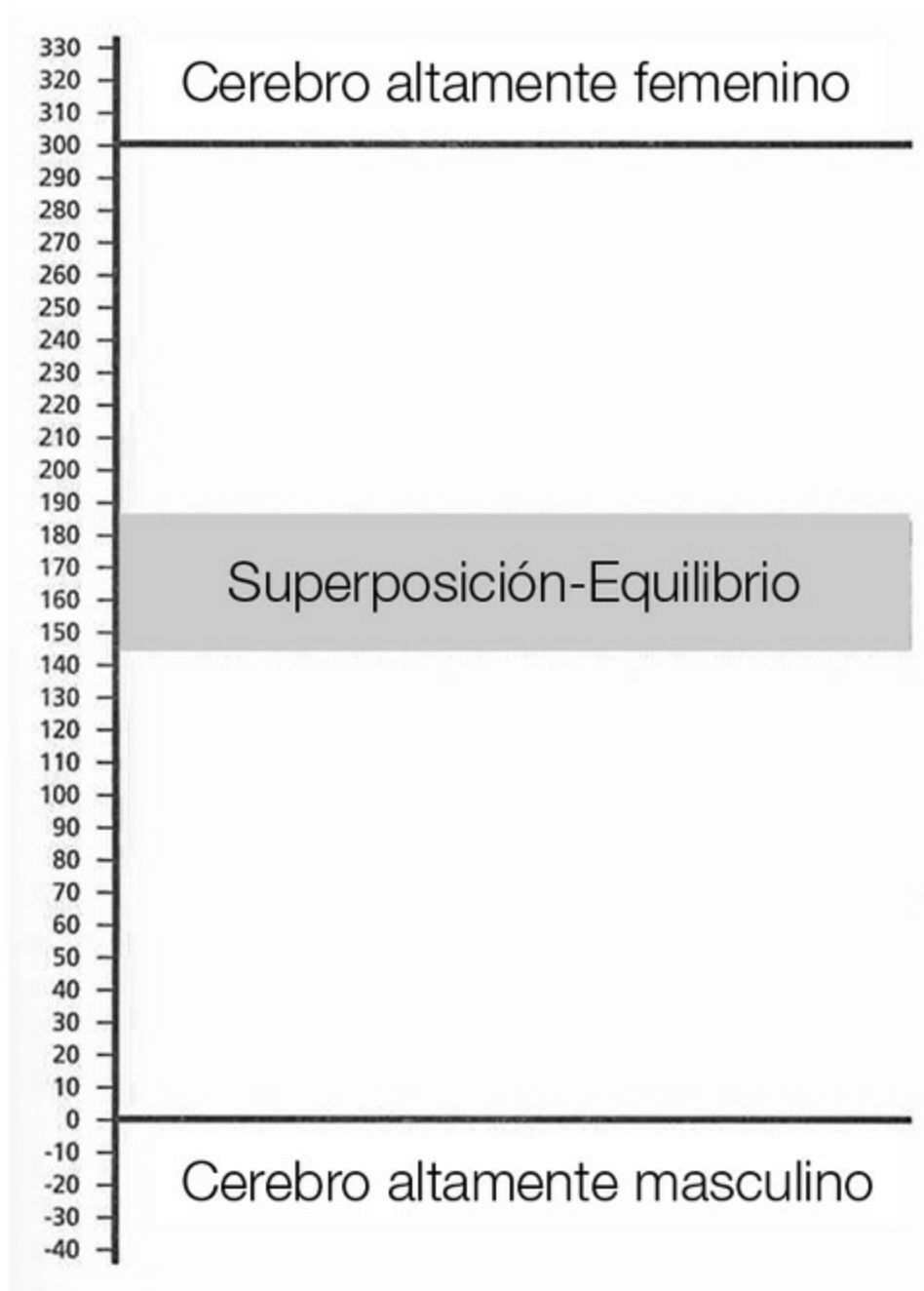
Número de respuestas a) x 15 puntos = _____

Número de respuestas b) x 5 puntos = _____

Número de respuestas c) x (-5) puntos = _____

Total = _____

A todas las preguntas cuyas respuestas no correspondan exactamente con su punto de vista o a las que no haya respondido, deles 5 puntos.



Escala del cerebro masculino o femenino

Análisis de los resultados

La puntuación de la mayoría de los hombres estará entre 0 y 180, mientras que la de las mujeres estará entre 150 y 300. Para los cerebros «conectados» esencialmente para el pensamiento masculino, el resultado será inferior a 150. Cuanto más cerca de 0 sea su puntuación, más masculino es y también más elevado será su nivel de testosterona. Estas personas tienen grandes capacidades lógicas, analíticas y verbales, y tienen tendencia a

ser disciplinadas y bien organizadas. Cuanto más cerca de 0 esté la puntuación de una persona, mejor será en la planificación de datos estadísticos sin que sus emociones le influyan. Un resultado negativo (inferior a 0) es la prueba de un cerebro altamente masculino. Estos resultados demuestran que hay grandes cantidades de testosterona presentes en las primeras etapas del desarrollo fetal. Para una mujer, cuanto más baja sea la puntuación, más tendencia a la homosexualidad tendrá.

Los cerebros «conectados» esencialmente para el pensamiento femenino obtendrán un resultado superior a 180. Cuanto más elevado sea este resultado, más femenino será el cerebro y más tendencia tendrá la persona a realizar tareas artísticas, musicales o creativas. Estas personas toman además las decisiones siguiendo su intuición y tienen disposición para descubrir problemas con un mínimo de información. Están también dotadas para resolver problemas gracias a su perspicacia y creatividad. Si un hombre obtiene una puntuación superior a 180, es bastante probable que sea homosexual.

Los hombres que obtienen un resultado inferior a 0 y las mujeres cuyo resultado es superior a 300 tienen sus cerebros conectados de una manera tan radicalmente contraria que probablemente lo único que tengan en común es que viven en el mismo planeta.

Le superposición

Los resultados entre 150 y 180 demuestran una compatibilidad de pensamiento entre ambos sexos, o algo así como si tuvieran un pie en cada uno de los dos campos sexuales. Estas personas no muestran ninguna preferencia por el pensamiento masculino ni por el femenino y manifiestan generalmente una flexibilidad en el pensamiento que podría ser una ventaja importante para todo aquel que tenga un problema que resolver. Estas personas están predispuestas a hacer amigos tanto hombres como mujeres.

Una última palabra...

Desde principios de los años ochenta nuestros conocimientos sobre el cerebro han sobrepasado de largo nuestras expectativas. El presidente norteamericano George Bush dijo que la década de los noventa sería el decenio del cerebro, y estamos a punto de llegar al milenio del espíritu. En nuestra explicación sobre el cerebro y sus regiones hemos simplificado al máximo la ciencia neurológica para evitar que fuera demasiado técnica, pero somos conscientes de que el cerebro es una estructura como una tela de araña, con neuronas que forman complejas asociaciones de células cerebrales que constituyen las regiones del cerebro.

Usted, como lector, seguro que no pretende convertirse en un experto en el cerebro sino adquirir una serie de conocimientos rudimentarios sobre las funciones cerebrales y disponer de algunas estrategias que funcionen cuando tenga un problema con el sexo opuesto. Es fácil designar en los hombres la región cerebral que utilizan para la capacidad espacial y preparar las estrategias para utilizarla, pero es difícil saber el funcionamiento exacto de las emociones en el cerebro, aunque incluso en este caso, se

pueden preparar las estrategias que funcionan para hacerles frente.

SEGUNDA PARTE

COMPORTAMIENTOS Y EMOCIONES MASCULINAS Y FEMENINAS

CAPÍTULO 3

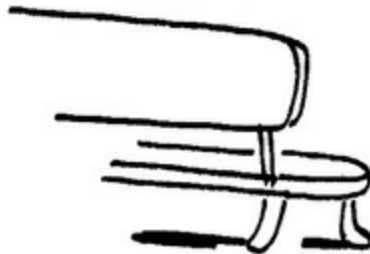
**A LOS CHICOS LES GUSTAN LAS
COSAS, A LAS CHICAS, LA GENTE**



¿Lo entiendes, Juan Luis?

Me gustaría que me
quisieras por mi
personalidad, por mi
sensibilidad, por cómo
soy interiormente...

¡Ningún
problema!



GABS.

Hector y Juana van en coche a pasar una noche a un lugar que no conocen. Según las indicaciones que les han dado, el viaje debería llevarles unos veinte minutos, pero llevan ya cincuenta minutos dando vueltas sin encontrar su destino. Hector empieza a refunfuñar mientras Juana se desanima cuando pasan por la misma gasolinera por tercera vez.

Juana: «Cariño, creo que deberíamos haber girado a la derecha en la gasolinera. ¿Por qué no paramos y preguntamos?»

Hector: «No te preocupes. Creo que estamos cerca.»

Juana: «Pero ya llevamos media hora de retraso y se ha hecho de noche. ¡Para y

preguntamos!»

Hector: «¡Mira, yo ya sé lo que hago! O conduces tú o me dejas que yo haga lo que quiera.»

Juana: «No, no quiero conducir, ¡pero no tengo ningunas ganas de estar dando vueltas toda la noche!»

Hector: «Está bien. ¿Por qué no damos media vuelta y regresamos a casa?»

La mayoría de los hombres y de las mujeres han pasado por situaciones similares a ésta. Una mujer no es capaz de entender por qué ese hombre maravilloso al que tanto ama es capaz de transformarse cuando se pierde en Mad Max dopado de esteroides. Si ella estuviera perdida, simplemente se habría parado a preguntar la dirección, pero él es incapaz de reconocer que no sabe el camino.

A las mujeres no les molesta nada reconocer sus errores porque, en su mundo, está considerado como una forma permitida de establecer vínculos o desarrollar confianza. En cambio, el último hombre en reconocer que cometió un error fue el general George Armstrong Custer, poco antes de su terrible muerte ante las tribus siux de Montana, en la batalla de Little Big Horn, el 25 de junio de 1876.

¿Por qué Moisés pasó cuarenta años en el desierto?

Porque no se decidió a preguntar el camino.

Diferentes percepciones

Hombres y mujeres perciben el mundo con ojos diferentes. Un hombre ve las cosas, los objetos y las relaciones de unos con otros dentro del espacio, un poco como si juntara las piezas de un puzle. Las mujeres, por su parte, cogen una imagen más grande y ven los pequeños detalles pero cada una de las piezas del puzle y su relación con las piezas que hay alrededor es más pertinente que su posición espacial.

La conciencia masculina se interesa por los resultados obtenidos, los objetivos alcanzados, la posición social y el poder, por derrotar a la competencia y ser eficaz «hasta el final». La conciencia femenina está centrada en la comunicación, la cooperación, la armonía, el amor y las relaciones con la gente. Este contraste entre ambos sexos es tan flagrante que resulta fascinante pensar cómo hombres y mujeres, a pesar de todo, ansían vivir juntos.

A los chicos les gustan las cosas, a las chicas, la gente

El cerebro de las niñas está conectado de una manera determinada para reaccionar a la gente y a las caras, pero el cerebro de los niños para reaccionar a los objetos y a sus

formas. Estudios sobre bebés de pocas horas de vida demuestran claramente una cosa: a los niños les gustan las cosas, a las niñas, la gente. Las diferencias científicas cuantificables entre los dos sexos muestran cómo cada uno percibe el mismo mundo a través de los prejuicios de su cerebro conectado de diferente manera. Las niñas se sienten atraídas por las caras y retienen el contacto visual entre dos y tres minutos más que los niños, y los niños se interesan más por los movimientos de las formas irregulares y los modelos suspendidos de un móvil.

A las doce semanas, las niñas pueden distinguir imágenes de su familia de las de desconocidos, en cambio, los niños no son capaces de hacer esta distinción pero son mejores en encontrar un juguete perdido. Esas diferencias son evidentes desde mucho antes de que el condicionamiento social haya podido ejercer su influencia. Los experimentos se han realizado con niños que todavía no van a la escuela. Se les dan unas fichas que muestran objetos por una cara y rostros de gente por la otra. Cuando se les pregunta sobre lo que han visto, las niñas hablan de las caras y de sus emociones, mientras que los niños comentan las cosas y sus formas. En el colegio, las niñas, se sientan en círculos para hablar y reflejar como en un espejo su lenguaje corporal y el de las demás. Es difícil saber cuál de ellas es la líder.

Las niñas desean relaciones y cooperación, los niños quieren poder y posición social.

Si una niña construye algo será un gran edificio modesto, pero resaltará la gente que supuestamente vive en él. Los chicos, en cambio, intentarán construir un inmueble más grande y más alto que el de los demás chicos. Los chicos corren, saltan y se pegan «como si» fueran aviones o carros de combate, mientras que las niñas hablan de los chicos que les gustan o de lo estúpidos que son algunos. En la guardería, una niña nueva será acogida por las demás niñas; además todas conocen los nombres y apellidos de las demás. Un niño nuevo será generalmente tratado con indiferencia por parte de los demás niños y sólo será admitido en el grupo si la jerarquía tiene la sensación de que podrá ser útil o interesante para algo. Al final del día casi ningún niño sabrá cómo se llama, pero todos sabrán si es un buen o mal jugador.

Las niñas acogen y aceptan a los otros y muestran de alguna manera simpatía por los que tienen algún defecto o incapacidad, mientras que los niños tienen tendencia a descartar o tomar como cabeza de turco al disminuido.

A pesar de las intenciones de los padres por educar a hijas e hijos de la misma manera, son las diferencias cerebrales las que decidirán las preferencias y comportamientos de cada uno. Dele a una niña de cuatro años un osito de peluche y enseguida será su mejor amigo; dele el mismo osito a un niño y verá cómo lo abandona no sin antes hacerlo añicos.

Los chicos se interesan por las cosas y su funcionamiento; las chicas por la gente y sus relaciones. Cuando los adultos recuerdan su boda, ellas recuerdan la ceremonia y las personas que asistieron, ellos hablan de lo mal que lo están pasando los chicos que les precedieron.

Los chicos son competitivos, las chicas cooperantes

Las chicas cooperan y entre ellas es difícil identificar una líder. Utilizan la conversación para mostrar su nivel de vínculo afectivo y cada chica tiene generalmente una mejor amiga con la que compartir sus secretos. Las chicas descartarán a una chica que quiera ejercer su autoridad diciendo «quién se cree que es» o la llamarán «mandona». Los grupos de chicos están bien organizados jerárquicamente, con sus líderes fácilmente identificables por su tono de voz y su lenguaje corporal firme, y cada uno de los miembros del grupo se esfuerza por tener un estatus en el seno del grupo.

El poder y el estatus son fundamentales en los grupos de chicos. Suelen conseguirlos los que tienen habilidades, conocimientos y capacidad de hablar o combatir al adversario. Las chicas son felices entablando relaciones con sus semejantes y amigos, en cambio los chicos ponen en duda a sus profesores y prefieren explorar a solas las relaciones espaciales del mundo.

Es de lo que hablamos

Escuche a un grupo cualquiera de mujeres, hombres, chicos o chicas, del país que sea, y se dará cuenta de que las conexiones cerebrales propias de cada uno de los sexos les hacen hablar de diferente manera de las mismas cosas.

Las chicas hablan de los chicos que les gustan, de con quién están enfadadas, juegan en pequeños grupos y comparten sus «secretos» sobre otros, en una especie de vínculo afectivo. Cuando son adolescentes hablan de los chicos, de su peso, de su vestimenta y de sus amigos. Las mujeres adultas hablan de dietas, relaciones personales, bodas, niños, amantes, personas famosas, vestimenta, de lo que otros hacen, de las relaciones en el trabajo y de todo aquello que concierne a las personas y cuestiones personales. Los chicos hablan de cosas y actividades: de quién ha hecho qué, quién es bueno en qué o cómo funcionan las cosas. De adolescentes, ellos hablan de deportes, de mecánica y del funcionamiento de las cosas. Los hombres adultos hablan de deportes, trabajo y noticias, de lo que han hecho y de los lugares a los que han ido, de tecnología, coches y maquinillas.

Lo que quieren los hombres y las mujeres de hoy en día

Un estudio reciente realizado en cinco países occidentales pedía a hombres y mujeres que describieran el tipo de persona ideal que les gustaría ser. En su inmensa mayoría los hombres eligieron calificativos como audaz, espíritu de competición, capacidad,

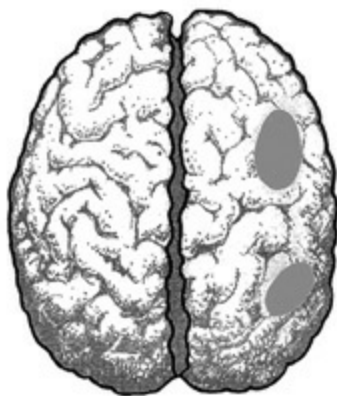
dominio, autoridad, admiración y práctica. En la misma lista, las mujeres eligieron fervor, amor, generosidad, simpatía, atractivo, amistad y don. Las mujeres pusieron en lo más alto de su escala de valores el ser útiles a los demás y conocer gente interesante, mientras los hombres hablaron de prestigio, poder y posesión de cosas. Los hombres valoran las cosas, las mujeres las relaciones. Su estructura cerebral es la que determina sus preferencias.

La emoción en el cerebro

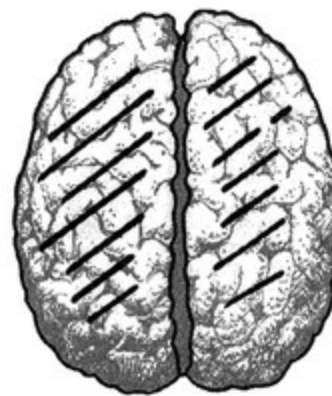
La investigadora canadiense Sandra Witleson ha realizado pruebas a hombres y mujeres para localizar la región de la emoción en el cerebro. Gracias a la utilización de imágenes cargadas emocionalmente mostradas primero al hemisferio derecho a través del ojo y la oreja izquierda y después al hemisferio izquierdo a través del ojo y la oreja derecha, ha concluido que la emoción se localiza en diferentes regiones del cerebro, las cuales se muestran en las siguientes ilustraciones. No es tan fácil localizar la emoción en el cerebro como la capacidad espacial o el habla, pero estas ilustraciones muestran las regiones donde generalmente se sienten las emociones, según indica el escáner o la IRM.

En los hombres la emoción suele localizarse en el hemisferio derecho, lo que significa que la emoción puede operar independientemente de otras funciones cerebrales.

Por ejemplo, en una discusión difícil, el hombre podrá anticipar argumentos de lógica y palabras (hemisferio derecho) y después pasar a las soluciones espaciales (hemisferio frontal derecho) sin mostrar la más mínima emoción sobre la cuestión, como si la emoción ocupara un espacio muy pequeño y el cuerpo calloso masculino, aún más pequeño que la emoción, no tuviera más que pocas posibilidades de funcionar simultáneamente con las otras funciones.



La emoción en los hombres



La emoción en las mujeres

La emoción, en las mujeres, trabaja sobre una región mucho más amplia en los dos hemisferios y entra en acción con otras funciones cerebrales simultáneamente. Una

mujer suele ser emotiva al tratar un asunto emocionante, en cambio esta reacción es rara en los hombres, los cuales muchas veces evitarán tratar el asunto en cuestión no sea que se emocionen y pueda parecer que no controlan la situación. En general, las emociones de las mujeres suelen desencadenarse al mismo tiempo que otras funciones cerebrales; esto quiere decir que una mujer puede llorar mientras cambia una rueda pinchada, en cambio, un hombre, considerará el acto de reparar un pinchazo una prueba de su capacidad de resolver problemas. Es por esto por lo que el hombre no derramará ni una sola lágrima aunque esté bajo una lluvia torrencial en plena noche y descubra que la rueda de recambio está también pinchada y que la semana anterior utilizó el gato y olvidó volver a ponerlo en el maletero.

En un momento de emoción, un hombre emotivo reaccionará y se mostrará violento como un reptil; una mujer emotiva preferirá «hablar del asunto».

Ruber Gur, profesor de neuropsicología en la universidad de Pensilvania, ha realizado estudios parecidos y ha concluido que el cerebro de los hombres, al estar tan compartimentado, trata las emociones a un nivel mucho más animal, comparable al de un cocodrilo en ataque, mientras que las mujeres «se sientan a hablar». Cuando una mujer habla con emoción, utiliza movimientos expresivos del rostro, el lenguaje corporal y expresiones determinadas. El hombre, al referirse a sus emociones, suele reproducir el modo reptil y echarse a hablar o ser agresivo.

A las mujeres les gustan las relaciones, a los hombres el trabajo

La sociedad moderna no es más que una minúscula imagen en la pantalla de la evolución humana. Los cientos de miles de años de vida en sus roles tradicionales han dejado en el hombre y en la mujer modernos una serie de conexiones cerebrales que son la causa de la mayor parte de sus problemas racionales e incomprensiones. Los hombres se definen, generalmente, en relación a su trabajo y a las cosas que han realizado, mientras que las mujeres se miden por el rasero de la calidad de sus relaciones. El hombre cazaba animales y resolvía problemas: ésa debía ser su prioridad para sobrevivir. La mujer guardaba el nido: su rol era el de asegurar la supervivencia de la generación siguiente. Todos los estudios realizados sobre los valores masculinos o femeninos en la década de los noventa concluyen que todavía el 70-80% de los hombres de cualquier parte del mundo continúa diciendo que la cosa más importante de su vida es su trabajo; el mismo porcentaje de mujeres considera la familia lo más importante de su vida.

Resultado:

Si una mujer no es feliz en sus relaciones, no podrá concentrarse en su trabajo.
Si un hombre no es feliz en su trabajo, no podrá concentrarse en sus relaciones.

En momentos de presión o de estrés, una mujer considera que pasar tiempo hablando del tema con su marido es una recompensa; el hombre, en cambio, lo verá como una interferencia en su proceso de resolución de problemas. Ella necesita hablar y mimar, y él quiere sentarse en su sofá o apoltronarse. La mujer piensa que a su pareja no le interesa nada lo que le está contando y que por tanto no le está prestando la más mínima atención; él, por su parte, la considera aburrida o pedante. Estas percepciones son el reflejo de la organización diferente que cada uno tiene de las prioridades en su cerebro. Por esto, una mujer dirá siempre que sus relaciones son más importantes para ella que para el hombre, y es cierto. El hecho de entender esta diferencia les permitirá a usted y a su pareja liberarse de la presión y dejar de juzgar con tanta crueldad el comportamiento del otro.

Por qué los hombres «hacen cosas»

El cerebro de un hombre está organizado para evaluar y entender los objetos, sus relaciones entre ellos, su localización en el espacio, y cómo esto encaja con las soluciones de los problemas. Su cerebro está programado para reaccionar ante la vida pensando siempre en «¿cómo voy a repararlo?» y utilizarán este criterio de «reparar» en prácticamente todo lo que hacen. Una mujer nos dijo que quería que su marido le manifestara un poco más de amor –¡que por eso no quede!... el marido cortó el césped–. Él veía en este gesto la expresión de su amor. Cuando ella le dijo que no siempre era feliz, él pintó la cocina. Después de esto, decidió llevarla a un partido de fútbol. Cuando una mujer está nerviosa habla con sus amigas de una manera emotiva; un hombre, reconstruye un motor o repara un grifo que gotea.

Para demostrarle su amor, él escaló las montañas más altas, se sumergió en los océanos más profundos y atravesó los desiertos más áridos, aún y así ella le abandonó... ¡no estaba nunca en casa!

Mientras que las mujeres sueñan con el romance y el amor, ellos fantasean sobre los bólidos, los ordenadores, los barcos y los motos, sobre cosas que pueden utilizar y que están vinculadas a la capacidad espacial y al hecho de «hacer alguna cosa».

Por qué se separan las parejas

El ardiente deseo biológico de un hombre es darle todo a su mujer y la apreciación de sus esfuerzos es la prueba de su éxito. Si ella es feliz, él es feliz. Si ella no es feliz, él

tiene una sensación de fracaso porque cree que no le ha dado suficiente. A menudo, los hombres comentan con sus amigos: «Soy incapaz de hacerla feliz», y este puede ser motivo suficiente para que la abandone por otra mujer que sea feliz con lo que él puede ofrecerle.

Las mujeres abandonan a los hombres, no porque no estén felices con lo que les dan, sino porque se sienten emocionalmente insatisfechas.

Ellas quieren amor, romance y conversación. Él necesita que la mujer le diga lo bien que ha hecho algo y que lo que le da es perfecto. Pero un hombre ha de ser romántico y, por encima de todo, ha de escuchar a una mujer cuando habla, sin proponer una solución.

Por qué los hombres temen equivocarse

Para entender por qué los hombres detestan equivocarse, es importante conocer la historia de esta actitud. Imagínese el escenario: en la caverna, toda la familia reunida alrededor del fuego. El hombre sentado delante de la entrada para vigilar, la vista puesta en el paisaje y en el horizonte al acecho de cualquier movimiento, sospechoso o no. La mujer y los niños han pasado varios días sin comer y él sabe que debe regresar a la caza en cuanto las condiciones meteorológicas se lo permitan. Y no regresará hasta que no tenga algo que llevarles de comida; es su función, y su familia depende de él. ¿Lo conseguirá esta vez? ¿Podrá por fin comer su familia? ¿Le matarán los otros hombres de la tribu porque está débil por no comer? Mientras espera, sigue mirando al horizonte, sin expresión en su rostro, la vista perdida. No debe mostrar ninguna señal de miedo a su familia. No quiere que se desmoralice. Tiene que ser fuerte.

Cuando un hombre se equivoca se considera un fracasado por no haber sido capaz de hacer correctamente su trabajo.

El sentimiento de que desde hace millones de años los hombres no quieren reconocer sus errores parece estar profundamente arraigado en el cerebro del hombre moderno. La mayoría de las mujeres ignoran que un hombre, cuando está solo en el coche, es capaz de detenerse para preguntar una dirección. Pero hacerlo cuando llevan a una mujer al lado es para ellos un fracaso por no haber sabido llevarla donde tenían que ir.

Cuando una mujer dice: «Preguntemos a alguien la dirección», el hombre entiende: «Eres un negado. No tienes sentido de la orientación». Si por casualidad ella dice: «El grifo de la cocina gotea, habrá que llamar a un fontanero», él entiende: «Tú eres un inútil. Encontraré al hombre que sepa arreglarlo». Ésta es también la razón por la que a

los hombres les duele decir: «lo siento mucho».

Los hombres consideran que reconocer su error es reconocer su fracaso

Para evitar este problema, la mujer debería intentar no transmitir al hombre la sensación de haber fracasado cuando comentan juntos el problema. Incluso el simple hecho de regalarle un libro de bricolage para su cumpleaños puede ser interpretado por él como un «no eres suficientemente bueno».

Los hombres temen las críticas, por esto les gusta casarse con mujeres vírgenes.

El hombre debiera comprender que el objetivo de la mujer no es hacerle saber que se ha equivocado sino ayudarlo. Una mujer quiere que el hombre que ama mejore, pero él lo interpreta como que no es suficientemente bueno. Un hombre no reconocerá jamás sus errores por miedo a que su mujer deje de quererle, pero la verdad es que la mujer le querrá aún más si él empieza a reconocer sus errores.

Por qué los hombres disimulan sus emociones

Los hombres modernos llevan todavía la herencia genética que quiere que sean valientes y no muestren ningún síntoma de debilidad. En todas partes del mundo las mujeres se dicen: «¿por qué no pueden demostrar lo que sienten?», «Cuando está enfadado o nervioso, se bebe una cerveza y se reconforta y se distancia». «Es como si le arrancara los dientes para conseguir que acepte hablar de sus problemas».

Por naturaleza, el hombre es suspicaz, competitivo, se controla, está a la defensiva y es un solitario que oculta su estado emocional para controlar la situación. Para los hombres, mostrar sus emociones es perder el control. El condicionamiento social refuerza este comportamiento en los hombres cuando les enseña a «actuar como un hombre», «mostrar una actitud valiente» o «no llorar».

La mujer, como guardiana del nido, tiene el cerebro conectado para ser abierta, confiada, colaboradora, mostrar su vulnerabilidad, sus emociones, sabiendo que no es necesario tener siempre controlada la situación. Es por esto por lo que cuando un hombre y una mujer se enfrentan a un mismo problema, ambos se desquician por las reacciones del otro.

Por qué los hombres pasan el tiempo con otros hombres

Para nuestro hombre de las cavernas, las grandes presas eran mucho más grandes para él; también se organizaba para crear grupos de caza con los demás. Su cerebro superior

le permitía crear el equivalente a un equipo de fútbol para la caza y utilizaba un sistema de señales corporales para poner en práctica sus estrategias.

Estos grupos de caza estaban casi siempre formados en su totalidad por hombres que hacían «el trabajo de un hombre», o sea, lanzar las azagayas hacia el «alimento», mientras que las mujeres, que generalmente estaban embarazadas, hacían «el trabajo de una mujer» ocupándose de los niños, recogiendo los frutos, cuidando el hogar y defendiendo el nido.

La necesidad de los hombres de cazar en grupo ha tardado millones de años en introducirse en el cerebro masculino y no existe ningún método para retirarla de la noche a la mañana. Debido a esto los hombres modernos se encuentran en grupos en los bares o en los clubes, intercambian bromas o cuentan sus historias sobre sus actividades de caza porque después, una vez en casa, se limitarán a quedarse sentados «mirando el fuego». En silencio.

Por qué los hombres detestan los consejos

Un hombre tiene la necesidad de sentirse capaz de resolver sus propios problemas y considera que discutirlos con otros es imponerles una carga. No osa molestar ni a su mejor amigo con sus problemas, a menos que piense que ese amigo tiene una solución mejor que proponerle.

No dé nunca un consejo a un hombre a menos que se lo pida. Dígale que confía en su capacidad para resolver el problema.

Si una mujer insiste a un hombre para que hable de sus sentimientos y de sus problemas, él se resistirá a hacerlo, bien porque lo considere una crítica, o porque piense que ella cree que es un incompetente y que tiene una mejor solución que proponerle. En realidad, lo que la mujer pretende con sus consejos es ayudarlo a sentirse mejor y en ningún caso lo considerará una señal de debilidad.

Por qué los hombres proponen soluciones

Los hombres tienen un espíritu lógico orientado a la resolución de problemas. En cuanto un hombre entra en una sala de conferencias o en un restaurante por primera vez, lo primero que hace es echar un vistazo a su alrededor para ver las cosas que tendrían que ser reparadas o eliminadas, e imagina soluciones mejores para distribuir la sala. Su cerebro es una máquina de resolver problemas que nunca deja de trabajar. Incluso en su lecho de muerte en el hospital, continuará pensando en cómo mejorar la disposición de la habitación para aprovechar mejor la luz natural y la vista desde la ventana.

Las mujeres se desahogan de sus problemas hablando de ellos, pero cuando lo hacen quieren que los demás las escuchen, no que les den soluciones.

Cuando una mujer habla de sus problemas, el hombre la interrumpe continuamente para proponerle soluciones, y es algo que no puede dejar de hacer porque su cerebro está programado para cumplir con esta tarea. Él piensa que ella se sentirá mucho mejor cuando tenga una solución, pero ella sólo quiere hablar e ignora totalmente sus soluciones. Esto es lo que hace que el hombre se sienta incompetente o nulo, o peor aún si ella le reprocha ser el origen de sus problemas. Las mujeres no quieren soluciones, quieren simplemente hablar y que otros las escuchen.

Por qué las mujeres estresadas no dejan de hablar

En momentos de tensión o de estrés, se activan en los hombres sus principales funciones cerebrales, a saber, la capacidad espacial y la lógica. En las mismas condiciones se activa en las mujeres la función discursiva que les hace hablar y hablar, incluso aunque nadie las escuche. Hablarán de sus problemas a sus amigas durante horas contándoles con todo lujo de detalles la situación. Hablarán de sus problemas presentes, pasados, futuros y de los que no tienen ninguna solución, y mientras lo hacen no esperan una solución, sino que se reconfortan por el mero hecho de contarlos. Su discurso es desestructurado y pueden abordar diferentes temas a la vez sin llegar nunca a una conclusión.

Para una mujer, compartir sus problemas con sus amigas es garantía de confianza y amistad.

Para un hombre, escuchar hablar a una mujer de sus problemas es un trabajo difícil porque tiene la sensación de que ella espera que él le resuelva cada uno de los problemas que comenta en voz alta. Él no sólo quiere hablar, ¡quiere aportar algo al tema!, y por eso tendrá tendencia a interrumpirle con preguntas de tipo: «¿Dónde está el problema?». El problema es que no es *necesario* que haya un problema. La lección más útil que un hombre puede aprender es escuchar utilizando palabras, expresiones o gestos destinados a escuchar, y no proponer ninguna solución. El problema es que para un hombre este concepto es algo totalmente extraño ya que él no hablará si no es para proponer una solución.

Si no quiere vérselas con una mujer enfadada o angustiada, no le dé ningún consejo y no intente desafiar sus sentimientos. Límitese a demostrarle que está

escuchando.

Si una mujer se resiste a escuchar sus soluciones, el hombre intentará minimizar los problemas diciéndole cosas como: «esto no es importante», «haces de un grano de arena una montaña», «olvidalo» o «no es nada grave». Diciéndole cosas así la mujer se enojará aún más porque pensará que a él no le interesa nada ella ya que no la escucha.

Por qué los hombres estresados no hablan

La mujer piensa en voz alta, es decir, que se le puede oír lo que piensa, en cambio, el hombre habla para sus adentros. No dispone de una región cerebral específica para el habla. Cuando hay un problema el hombre se habla a sí mismo, la mujer habla a los demás.

Esto es lo que hace que los hombres dejen de hablar ante situaciones problemáticas o estresantes. Utilizan su hemisferio derecho para intentar resolver sus problemas y buscar soluciones, y dejan de utilizar el izquierdo para escuchar o hablar. Recuerde que su cerebro no puede hacer «dos cosas al mismo tiempo». Este silencio desespera tanto a las mujeres que acabarán gritando a sus maridos, hijos o hermanos: «¡Vamos, di algo! ¡Te sentirás mejor!», y lo dicen porque a ellas les va bien hablar, pero ellos sólo quieren que les dejen en paz para poder encontrar una solución o respuesta. No quieren hablar con nadie, menos aún con un terapeuta, porque lo consideran una señal de debilidad.

La famosa escultura de *El pensador* de Rodin, simboliza a un hombre pensando en sus problemas. Está sentado sobre una roca pensando en soluciones y para ello debe estar solo. La palabra clave en esta frase es *solo*: nadie está autorizado a acompañarle sobre su roca, ni siquiera sus mejores amigos. De hecho, sus amigos masculinos jamás han pensado en acompañarle. Una mujer, en cambio, siente la necesidad de subir a su roca con él para reconfortarle y se sorprende cuando él la echa de su lado.

Los hombres se suben a su roca para resolver los problemas. Las mujeres que intenten seguirles serán expulsadas.

Si Rodin hubiera creado una escultura similar para representar a la mujer, probablemente la habría denominado *La conversadora*. Las mujeres tienen que entender que cuando un hombre está sobre su roca, deben dejarle a solas para que reflexione. Son muchas las mujeres que piensan que su silencio significa que no las aman o que están enfadados con ellas, porque cuando están enfadadas ellas no hablan. Pero si les dejan tranquilos en su roca con una taza de café y unas galletas y no les piden que hablen, ellos estarán felices, y cuando por fin hayan encontrado una solución, descenderán de su roca y empezarán a hablar.

Utilizar el espacio para resolver problemas

Los hombres tienen muchas maneras de «sentarse sobre su roca», desde sentarse a leer una revista o un periódico, hasta ir a jugar a tenis o a golf, e incluso reparar alguna cosa o mirar la televisión. Es probable que un hombre que esté estresado invite a otro a jugar a golf y durante el recorrido apenas le dirija la palabra. Cuando tienen problemas, los hombres se refugian en su hemisferio frontal derecho para utilizar sus capacidades espaciales para jugar a golf, y al mismo tiempo podrá usar esta región cerebral para buscar soluciones a su problema. Todo parece indicar que al estimular esta región espacial, acelera el proceso de resolución de problemas.

Por qué los hombres hacen zapping sin parar

Hay pocas cosas que molesten más a las mujeres que ver a un hombre haciendo zapping sin parar. Él está ahí sentado en el sofá como un zombie, zapeando sin prestar atención a ningún programa en particular. Cuando un hombre hace esto, es que está mentalmente sentado sobre su roca. Y a menudo, ni siquiera se da cuenta de lo que sale en la pantalla de su televisor. Intenta adivinar el fin de cada una de las historias. Al hacer zapping olvida algunos de sus problemas y busca soluciones a otros. Las mujeres no hacen zapping: ellas miran un programa de principio a fin e intentan conocer la trama, los sentimientos y las relaciones entre los personajes de la historia. Ocurre lo mismo cuando miran las noticias. Las mujeres han de entender que cuando los hombres hacen estas cosas, son incapaces de escuchar o de recordar nada, por esto es tan difícil hablarles en este momento. Para hablar con ellos habrá que pedirles cita y fijarles un programa. Recuerde que sus ancestros pasaron un millón de años sentados sobre una roca, con el rostro impassible, mirando al horizonte.

Cómo hacer que los chicos hablen

En casi todas partes del mundo, las madres se quejan de que sus hijos no hablan. Las hijas en cambio llegan del colegio y se ponen a hablar de todo, sea importante o no. Los machos están programados para «hacer cosas», es la receta para conseguir que los chicos hablen. Una madre que quiera más comunicación con su hijo debería implicarse en alguna actividad con él –pintura, deporte, videojuegos– y hablar mientras la realizan.

A los chicos no les gusta demasiado el contacto visual, en cambio, a las madres les encanta.

De esta manera evitará el contacto visual prolongado aunque la conversación pueda parecer un tanto deshilvanada porque él tenga que interrumpir su actividad de vez en cuando para responder a sus preguntas. Es lógico, a ellos les cuesta hacer dos cosas a la

vez, pero en este caso, el objetivo es conseguir que el chico hable. La misma estrategia funciona con un adulto. Simplemente, recuerde no hablarle en los momentos críticos, por ejemplo, ¡cuando está a punto de cambiar una bombilla!

Cuando los dos están estresados

Los hombres ofuscados o preocupados beben o invaden otros países. Las mujeres agobiadas comen chocolate e... invaden los centros comerciales. Bajo presión, las mujeres hablan sin reflexionar y los hombres actúan sin reflexionar; por esto, el 90% de los detenidos son hombres y el 90% de los pacientes de los psicólogos son mujeres. Si ambos están estresados, la situación desembocará en una mina emocional que ambos intentarán desactivar. El hombre dejará de hablar y la mujer empezará a inquietarse. La mujer empezará a hablar y el hombre no podrá dominar la situación. Para ayudarle a sentirse mejor, ella intentará animarle a hablar del problema, que es lo peor que puede hacer. Él le pedirá que le deje tranquilo y buscará refugio en otro lugar.

Los hombres deberían entender que cuando una mujer está estresada lo que quiere –necesita– es hablar y que él la escuche, pero sin proponerle soluciones.

Si ella también está preocupada, querrá hablar de sus problemas, algo que a él le pone muy nervioso. Entonces, decidirá retirarse a su roca, ella se sentirá rechazada e ignorada, y acto seguido, telefoneará a su madre, a su hermana o a sus amigas.

El hermetismo

Es una de las diferencias que menos se entiende entre el estrés masculino y el femenino. Un hombre pedirá a todo el mundo que guarde silencio porque se encuentra en una situación tremendamente preocupante o porque necesita encontrar una solución a un problema grave. En este momento, el hombre desconecta totalmente la parte de su cerebro que controla la emoción: se pone en modo «resolución de problemas» y deja de hablar. A la mujer le asusta el que el hombre esté en este modo de hermetismo, porque ella no lo hace más que cuando se siente ofendida o engañada. Una mujer supone que el hombre tiene la misma reacción: quizá le ha herido y ha dejado de amarla. Entonces intentará animarle a hablar, pero él se negará pensando que ella ya no confía en su capacidad de resolver problemas. Cuando una mujer se siente herida se encierra en sí misma, entonces él piensa que ella necesita espacio y se va a tomar café con sus amigos o a limpiar el carburador del coche. Si un hombre se encierra en su silencio, déjele, se sentirá bien. Si una mujer se cierra, es que hay problemas en perspectiva y es el momento de tener una discusión a fondo.

Los hombres enajenan a las mujeres

Si un hombre sospecha que su mujer está estresada o tiene un problema, hace lo que hace con otros hombres: se va para dejarle espacio para resolver su problema. Él dice: «¿Va todo bien, cariño?», a lo que ella responde: «Sí, sí, bien...», queriendo decir: «Si me quisieras de verdad, me pedirías que habláramos». Entonces él concluye: «Perfecto», y se va a trabajar a su ordenador. Ella entonces piensa: «No tiene corazón y además se mofa de mis problemas». Telefonea a sus amigas y hablan de su dolor y de la insensibilidad de los hombres.

Antiguamente los hombres no tenían que enfrentarse a los problemas que tienen los hombres modernos.

Para demostrar su amor a su mujer y a su familia, el hombre hacía lo que siempre había hecho: ir a trabajar y llevar el pan al hogar. Así es como ha sido durante miles de años y es ahora algo natural en la mayoría de ellos. En la mayoría de los países, las mujeres representan la mitad de la población activa.

Por consiguiente, ya no se espera de los hombres que se ocupen totalmente de su familia. Ahora se espera de ellos que se comuniquen, una capacidad de la que carecen por naturaleza pero que se puede aprender.

Por qué los hombres no saben tratar a las mujeres emotivas

Cuando una mujer se enfrenta a una situación emocional, llora, mueve los brazos, y no para de hablar utilizando adjetivos emocionales para describir lo que siente. Quiere que alguien la consuele, cuide de ella y la escuche, pero el hombre interpretará ese comportamiento según sus propias prioridades y entenderá que está diciéndole: «¡Sálvame, resuelve mis problemas!».

Entonces él, en lugar de mostrarse compasivo y cariñoso, le da consejos, le hace preguntas indiscretas o le pide que no esté tan angustiada. «¡Deja de llorar!», le dice con semblante horrorizado. «¡Exageras! ¡No es tan horrible!», en lugar de consolarla, hace de padre. Él ha visto a su padre y a su abuelo comportarse así y es así como los hombres se han comportado desde que descendieron de los árboles.

Para una mujer, su alarde emotivo es una forma de comunicación que puede olvidar rápidamente, pero un hombre siente la responsabilidad de encontrar una solución y si no lo consigue se siente frustrado. Por esto, cuando una mujer está preocupada por algo y llora, el hombre se pone nervioso o se enfada y le pide que deje de llorar. A los hombres les asusta la idea de que una mujer no pueda dejar de llorar una vez ha empezado a hacerlo.

El juego de los lloros

Las mujeres lloran más que los hombres. La evolución de los hombres ha hecho que ellos lloren mucho menos, sobre todo en público, y el condicionamiento social ha

reforzado este comportamiento. Si un chico se hace una herida realmente dolorosa jugando a fútbol se tirará al suelo gimiendo, pero enseguida su entrenador le gritará: «¡Levántate! ¡No demuestres a los adversarios que te han hecho daño! ¡Sé un hombre!».

Sin embargo, hoy en día encontramos la versión nueva del chico sensible que llora todo el tiempo por todo. Todo el mundo le anima: psicoanalistas, consejeros, revistas e incluso comunidades masculinas donde los hombres se abrazan alrededor de una hoguera. Se acusa a los hombres modernos de ser fríos o de que algo no marcha bien si «no se dejan ir» a la menor ocasión. Puesto que el cerebro femenino puede relacionar la emoción a todas sus otras funciones cerebrales, es evidente que ella es capaz de llorar o mostrar emoción en cualquier situación.

Los hombres de verdad lloran, pero sólo cuando se estimula la región cerebral que controla las emociones situada en el hemisferio derecho.

Los hombres de verdad lloran, pero sólo cuando se estimula la región cerebral que controla las emociones situada en el hemisferio derecho, y es raro que un hombre lo haga en público. Tenga cuidado de un hombre que siempre llora en público. Las mujeres tienen capacidades sensoriales superiores a los hombres; ellas reciben informaciones más detalladas que los hombres y son más capaces de expresar verbal y emocionalmente lo que sienten. Una mujer llorará después de haber sido insultada porque el insulto suele estar cargado emocionalmente, en cambio, el hombre quizá ni se da cuenta de que le han insultado. Para él el insulto no tiene la más mínima importancia.

Comer fuera de casa

Las mujeres ven el hecho de comer en un restaurante una manera de construir y entretener una relación, de comentar los problemas con una amiga. Los hombres, en cambio, lo consideran una manera lógica de alimentarse: sin cocinar, sin cursos ni vajillas. Cuando las mujeres comen en un restaurante se llaman por su nombre, pero los hombres evitan cualquier tipo de intimidad con los otros hombres. Por ejemplo, si comen juntas María, Julia, Natalia y Laura, se llamarán sin más María, Julia, Natalia y Laura. Sin embargo, si salen juntos a tomar una cerveza Enrique, Juan, Miguel y Guillermo, se llamarán «cabeza de chorlito», «vago», «borrego» o «atontado». Estos «diminutivos» suprimen toda idea de intimidad.

Cuando llega la cuenta, las mujeres sacan su calculadora y dividen. Los hombres, ponen 500 euros sobre la mesa para insinuar que quieren pagar y dárseles de importantes, como si no necesitaran el dinero.

Ir de tiendas: el placer de ella, la agonía de él

Para las mujeres, ir de tiendas es como hablar, ya que no exige ningún objetivo específico y se puede prolongar de una manera anárquica durante horas. Además, no esperan ningún resultado preciso o definido. Las mujeres consideran el ir de tiendas una actividad revigorizante y relajante, tanto si acaban comprando algo como si no. Esta forma «indefinida» de ir de tiendas que tienen las mujeres desespera a cualquier hombre, ya que ellos para revigorizarse necesitan tener un objetivo que alcanzar y un programa. Al fin y al cabo, el hombre es cazador de alimentos, es su trabajo. Lo que quiere es matar a su presa rápidamente y llevarla a casa cuanto antes.

La mayoría de los hombres no resisten más de veinte minutos con su mujer probándose o comprando ropa.

En una tienda de ropa los hombres se agobian, en cambio las mujeres pueden probarse un vestido detrás de otro pidiéndole consejo cada vez para terminar sin comprarse ninguno. Las mujeres adoran probarse una extensa gama de prendas de vestir porque eso corresponde a su modelo cerebral, es decir, una variedad de emociones y sentimientos y un vestido diferente para reflejar cada estado de ánimo. La vestimenta del hombre refleja también su modelo cerebral masculino: previsible, conservador y hecho para ir directo al grano pero sin fantasías. Por esto es tan fácil adivinar cuándo a un hombre le compra su mujer la ropa. Generalmente, un hombre bien vestido o es homosexual o tiene una mujer que elige la ropa por él. Un hombre de cada ocho es daltónico y no distingue los colores rojo, azul o verde, y la mayoría de los hombres tiene una capacidad mediocre para combinar colores y estampados. Por esto es tan fácil distinguir a un soltero.

Si quiere incitar a un hombre a ir de tiendas, déle criterios precisos –colores, tallas, marcas y estilos– y dígame dónde tiene que ir y cuánto tiempo le llevará. Si le da unos objetivos claramente definidos (aunque usted se los haya inventado) le entusiasmará la idea de ir de compras.

Cómo hacer un cumplido sincero a una mujer

Cuando una mujer está probándose ropa nueva y le pregunta a un hombre: «¿Cómo me queda?», ella obtiene generalmente una respuesta tipo, «Bien» o «No está mal», muy lejos de satisfacerla. Para marcarse puntos con una mujer, un hombre debería responder como lo haría otra mujer, dándole detalles.

Algunos hombres se muestran reticentes a la idea de responder con detalles, pero aquellos que estén dispuestos a hacerlo conseguirán meterse en el bolsillo a muchas mujeres.



Por ejemplo, un hombre impresionará a su mujer si le dice: «¡Guau! ¡Estupendo! Date la vuelta. Deja que te vea la espalda. ¡Este color te queda de maravilla! Te hace muy buen tipo. ¡Estás maravillosa!».

CAPÍTULO 4

¡HORMONAS AL PODER!



GABS.

Pedro ha invitado a Paulina a un restaurante y lo han pasado fenomenal. De hecho, se entienden tan bien que deciden tener una relación estable. Un año más tarde, un día que volvían del cine, Paulina le pregunta a Pedro qué le gustaría hacer para celebrar su primer aniversario, a lo que él responde: «Podríamos pedir unas pizzas y ver el golf en la televisión». Silencio de Paulina. Sospechoso del problema, Pedro se esmera un poco y añade: «Bueno, si no te apetece la pizza, podemos pedir comida china». Entonces ella responde con un «de acuerdo» seco antes de retomar su silencio.

Entonces Pedro piensa: «¡Un año ya! Empezamos a salir en enero, que es cuando me

compré el coche, así que tengo que empezar a pensar en hacer la revisión. El mecánico me dijo que repararía el indicador del nivel de aceite del tablero de mandos... y la caja de cambios, siempre es lo mismo».

Por su lado, Paulina piensa: «No debe de estar demasiado interesado en nuestra relación cuando para nuestro primer aniversario prefiere comer una pizza y ver la televisión... La próxima vez quizá querrá celebrarlo con amigos también. Pero yo habría preferido cenar a la luz de las velas, bailar y hablar de nuestro porvenir. Es evidente que para él nuestra relación no es tan importante como lo es para mí, o a lo mejor es que se siente un poco cohibido. Yo querría que se comprometiera más pero a él le da miedo. Mirándolo bien, a mí también me gustaría tener un poco más de espacio para poder pasar tiempo con mis amigas; de hecho, necesito más tiempo para ver a dónde llegará nuestra relación... ¿Vamos a continuar siempre así o acabaremos casándonos? ¿Tendremos niños? ¿De verdad quiero pasarme el resto de mi vida con él?».

Pedro le dice que el indicador de aceite del coche parpadea de nuevo. Gesticula y añade: «Los del taller son imbéciles; me dijeron que lo repararían y ahora resulta que la garantía está casi caducada».

Paulina le mira y vuelve a pensar: «Gesticula... no está contento... Me parece que piensa que estoy demasiado gorda y que tendría que vestirme de otra manera. Sé que tendría que maquillarme y hacer más ejercicio.

Pedro siempre me habla del tipo exuberante de Carlota y dice que tendría que ir al gimnasio con ella. He hablado de esto con mis amigas y piensan que Pedro debería quererme como soy y no intentar cambiarme... Quizá ellas tengan razón».

Las reflexiones de Pedro están a años luz de las de Paulina: «Voy a decir a los mecánicos que voy a ir... les diré que iré...».

Paulina continúa mirando el rostro de Pedro mientras piensa: «Está tremendamente enfadado ahora... Lo puedo ver en su rostro y puedo sentir su tensión. A lo mejor me he equivocado... a lo mejor espera algo más de mí y piensa que me siento un poco menos segura de mis sentimientos... ¡Sí, es eso! Por eso no me habla... No quiere abrirse a mí y hablarme de sus sentimientos porque cree que yo le rechazaré. Puedo ver la herida en sus ojos...».

Pedro mientras tanto continúa inmerso en sus pensamientos: «¡Mejor será que lo reparen ahora! Les dije que tenía este problema y ellos echaron las culpas al fabricante. Lo que pasa es que no quieren decirme que estos problemas no los cubre la garantía. He pagado una fortuna por este coche, así que no tienen más remedio que...».

«¿Pedro?», dice Paulina.

«¿Qué?», responde Pedro visiblemente preocupado por estar inmerso en sus pensamientos.

«Por favor, no me tortures así... quizá me he equivocado al pensar... ¡Oh! Lo siento tanto... A lo mejor es que necesito un poco de tiempo... Quiero decir, que la vida no es

tan fácil...»

«¡Esto lo dices tú!», gruñe Pedro.

«Piensas que estoy un poco loca, ¿verdad?»

«No», responde Pedro un poco perdido.

«Es simplemente que... ¡Ah! No sé que me pasa... Estoy perdida... Necesito tiempo para pensar en todo esto», dice ella.

Pedro se pregunta: «¿De qué demonios está hablando? Sólo tengo que decirle de acuerdo y se olvidará hasta mañana. Deben de ser cosas de mujeres».

«Gracias Pedro... No puedes imaginarte lo importante que es esto para mí», añade Paulina. Al mirarle a los ojos se da cuenta de que es una persona que aprecia y que tiene verdadera necesidad de pensar sobre su relación.

Tras pasar la noche dándole vueltas y vueltas en la cama, ella decide a primera hora de la mañana hablar con Carlota. Quedan para desayunar y hablar de Pedro y sus problemas. Mientras tanto, Pedro ha vuelto a su casa, se ha servido una cerveza y ha encendido la televisión. Piensa que Paulina tiene un problema y que seguramente está a punto de venirle la regla.

Al día siguiente, Paulina y Carlota se vuelven a ver y hablan toda la noche. Algunos días más tarde, Pedro habla con Marc, el «amiguito de Carlota» y éste le dice: «Parece, pues, que Paulina y tú tenéis problemas, ¿no?». Al oír eso Pedro se queda un poco desconcertado... «¡No tengo ni idea de lo que ella va contando por ahí!», ríe Pedro, «... pero échale un vistazo al indicador del aceite y dime qué piensas...».

Cómo nos controlan las hormonas

Antiguamente, se creía que las hormonas sólo afectaban al cuerpo y no al cerebro. Ahora sabemos que las hormonas programan nuestro cerebro desde antes de nacer, dictando así nuestros pensamientos y comportamientos. Los adolescentes tienen un nivel de testosterona entre quince y veinte veces más elevado que los adultos, y la circulación de esta hormona se controla y regula a medida que sus cuerpos la van necesitando.

En la pubertad, los cuerpos de los chicos sufren un incremento brusco de la testosterona, lo que provoca un crecimiento de su cuerpo con un aporte de grasa del 15% y de proteínas del 45%. Al llegar a la adolescencia, sus cuerpos cambian para poder satisfacer sus criterios y la descripción de su función biológica, que es ser una máquina de cazar alimentos, implacable y cruel. Los chicos dominan los deportes porque sus cuerpos están contruidos desde el punto de vista hormonal para una respiración eficaz, es decir, tienen una muy buena distribución de oxígeno gracias a los glóbulos rojos, lo que les permite saltar, correr o trepar. Los esteroides son hormonas masculinas que fabrican excedente muscular dando a los atletas capacidades de «caza» suplementarias y una ventaja desleal con respecto a los atletas que no los toman.

Las hormonas femeninas tienen un efecto diferente en las adolescentes. Se regulan de diferente manera que las hormonas masculinas, ya que aparecen a oleadas enormes en ciclos de 28 días y pueden provocar desbarajustes importantes mujeres en función de las subidas hormonales y del decaimiento que éstas producen. Las hormonas femeninas modifican el cuerpo de las chicas proporcionándoles un 26% de grasa y un 20% de proteínas, lo cual irrita a todas las mujeres del mundo. El objetivo del incremento de grasa es proporcionarles el suplemento de energía que necesitarán para alimentar a los hijos y constituye un seguro para épocas de vacas flacas, por si hubiera escasez de alimentos. Como las hormonas femeninas engordan el cuerpo, se utilizan para cebar el ganado, en cambio, las hormonas masculinas reducen la grasa y fabrican músculo, por esto no se pueden utilizar para cebar a los animales.

La química del amor

Acaba de estar con él/ella: su corazón late a toda velocidad, le sudan las manos, tiene el clásico nudo en el estómago, todo su cuerpo tiembla. Mientras cenaban juntos, tenía la impresión de estar cabalgando sobre un ciervo volador. Al final de la cena, él/ella le ha dado un beso y eso ha sido lo mejor. Al día siguiente no tiene hambre, pero se siente bien como nunca y además se da cuenta de que el resfriado se le ha pasado de golpe.

Las pruebas neuronales demuestran que el fenómeno por el cual uno «se enamora» se compone de una serie de reacciones químicas que se producen en el cerebro y provocan reacciones mentales y físicas. Se calcula que son unas cien mil las neuronas que forman la red de comunicación del cerebro. Candice Pert, del Instituto Americano de la Salud, es uno de los pioneros en los estudios del cerebro que han permitido descubrir los neuropéptidos, cadenas de aminoácidos que recorren el cuerpo y «se enganchan» a los receptores. En la actualidad, se han descubierto sesenta neuropéptidos diferentes encargados de producir diferentes reacciones emocionales en el cuerpo. En otras palabras, todas nuestras emociones —el amor, la alegría, la tristeza— son de naturaleza bioquímica. Cuando el investigador inglés Francis Crick y sus colaboradores recibieron el premio Nobel de medicina por haber descifrado el código del ADN que define los genes, sorprendieron al mundo entero al declarar: «Ustedes, sus alegrías, sus tristezas, sus recuerdos, sus ambiciones, su sentimiento de identidad, su voluntad y sus amores, no son más que el resultado del comportamiento de una extensa red de células nerviosas».

El principal producto químico que nos da esta impresión de transporte físico en el hecho de estar enamorado tiene las iniciales PEA (feniletilamina); este producto es de la familia de las anfetaminas y se encuentra en... el chocolate. La PEA es una de las sustancias químicas que acelera el ritmo cardíaco, hace sudar las manos, dilata las pupilas y hace un nudo en el estómago. Su cuerpo libera también adrenalina, que acelera el ritmo cardíaco, aumenta la atención y le ayuda a sentirse en plena forma. También están las endorfinas, que participan en el sistema inmunitario y curan los resfriados. Cuando dos personas se besan, los cerebros hacen un análisis químico rápido de las salivas de cada uno y toman una decisión sobre las compatibilidades genéticas. Durante

este tiempo, el cerebro de la mujer también analiza químicamente el estado del sistema inmunitario del hombre.

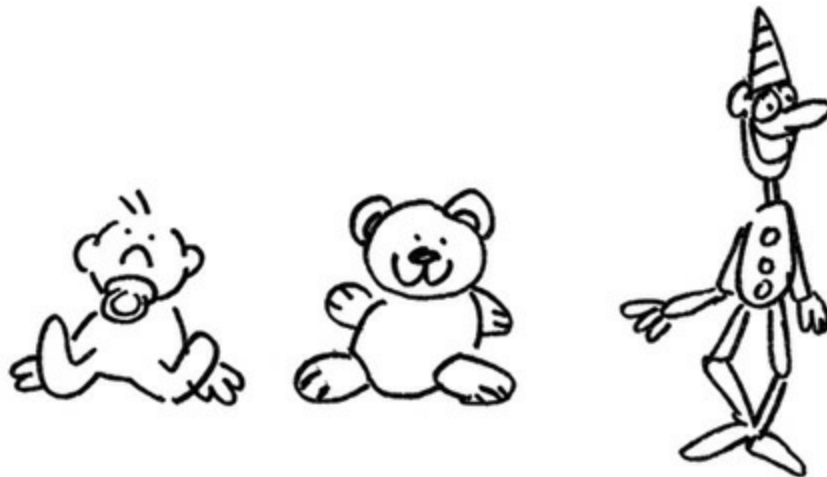
Todas estas reacciones químicas positivas explican que las personas enamoradas tengan mejor salud y sean menos susceptibles a contraer una enfermedad que las que no lo están. Estar enamorado suele ser bueno para la salud.

Química hormonal

El *estrógeno* es una hormona femenina que proporciona a las mujeres un sentimiento general de satisfacción y bienestar, y desempeña un papel fundamental en su conducta maternal y de guardiana del nido. Al tener un efecto calmante, esta hormona se suministra también a los hombres que están en la cárcel para controlar sus comportamientos violentos. El estrógeno también favorece la memoria, hecho que explica por qué tantas mujeres tienen problemas de memoria después de la menopausia, una vez ha descendido su nivel de estrógenos. Las mujeres que siguen un tratamiento hormonal sustitutivo tienen mejor memoria.

La *progesterona* es una hormona que libera sentimientos maternales y tiene como objetivo principal incitar a las mujeres a desempeñar eficazmente su función de madres. La progesterona se libera, por ejemplo, cuando una mujer ve a un bebé, y los estudios demuestran que es la forma del bebé la que provoca esta liberación. Un bebé tiene las piernas y los brazos rollizos, el torso rechoncho, la cabeza grande y los ojos enormes; todas estas formas se conocen como «disparadores». La reacción a estas formas es tan fuerte que incluso al ver un peluche de formas similares una mujer libera progesterona. Por este motivo, juguetes de formas similares como los osos de peluche o los «muñecos bebé», se venden tan bien entre mujeres y niñas, mientras que los de formas longilíneas tienen tan poco éxito entre esta población. Una mujer o una niña no podrán resistirse a ver a un recién nacido y suspirar: «¡Oh! ¡Qué monada!», liberando al hacerlo gran cantidad de progesterona a la circulación sanguínea.

Al no tener progesterona, los hombres, no pueden entender que una mujer pueda maravillarse ante un peluche carísimo. También esto podría explicar el hecho de que las mujeres que tienen tendencia a procrear se casan con hombres pequeños, con un buen par de mejillas.



Bebé

Muñeco de peluche

Juguete longilíneo

Observe estas tres ilustraciones. El mero hecho de mirar a un bebé provoca en las mujeres la liberación de progesterona, también el oso de peluche del ejemplo 2 produce el mismo efecto. El ejemplo 3, al no tener una forma «disparadora», no provoca la liberación de dicha hormona. Los juguetes que se venden mejor entre la población femenina son desde siempre los muñecos bebé y los peluches cachorros.

Por qué las rubias son más fecundas

El pelo rubio indica un nivel elevado de progesterona y explica, en parte, la atracción que los hombres tienen por las rubias. Es un indicador de fecundidad y es probablemente la explicación de la expresión «rubias tontas». Según dicen las numerosas bromas que circulan sobre el tema, las encantadoras rubias tontas tienen un nivel elevado de fecundidad pero un razonamiento matemático más mediocre. Las investigaciones demuestran que las adolescentes cuyas madres han tomado hormonas masculinas durante su embarazo tienen mejores resultados escolares que las demás y tienen más posibilidades de tener éxito en la universidad. El reverso de la moneda es que estas chicas son consideradas menos femeninas por naturaleza y tienen probablemente un sistema piloso más desarrollado.

Después del nacimiento de su primer bebé, el pelo rubio de una mujer se oscurece porque baja el nivel de estrógenos. Después del segundo bebé, se oscurece aún más. La bajada del nivel de estrógenos es la razón por la que hay tan pocas rubias naturales después de los 30 años.

Síndrome premenstrual y atracción sexual

El síndrome premenstrual es un problema importante para las mujeres modernas y

para todos aquellos que están a su alrededor. Hasta hace muy poco, las mujeres solían estar embarazadas gran parte de su vida fecunda, lo que significa que de promedio no tenían que sufrir los problemas asociados con las reglas más que 10 o 20 veces en su vida. Para la mujer moderna, la regla ocurre doce veces al año. Si calculamos un promedio de 2,4 hijos en su vida, quiere decir que una mujer actual tendrá en su vida entre 350 y 400 veces los síntomas del síndrome premenstrual y cerca de 500 las que no tengan hijos.

¿Por qué enviaron a tantas mujeres con el síndrome premenstrual a la guerra del golfo?

Porque ellas luchan como leonas y durante cuatro días no tienen necesidad de beber.

Hasta la llegada de la píldora anticonceptiva, en los años cincuenta, nadie se había dado cuenta de que las mujeres sufrían altibajos emocionales. Durante los 21 días siguientes a la regla, los estrógenos crean una sensación de bienestar, alegría y actitud positiva en la mayoría de las mujeres. La libido va aumentando progresivamente para que la mujer esté a punto para concebir en un momento específico que va entre los 18 y los 21 días después de la regla; es también el momento en que el nivel de testosterona es más elevado.

La naturaleza es inteligente y dispone de un calendario para la mayoría de las hembras del mundo animal que las incita a copular cuando la concepción es más probable, un fenómeno que se observa fácilmente en las hembras de muchas especies animales. En los caballos, por ejemplo, cuando la yegua está en celo irá a excitar al macho, pero no dejará que la monte hasta el momento exacto en que el óvulo esté en buena posición para la fecundación. Las mujeres ignoran muy a menudo que ellas también funcionan con un calendario y tienen reacciones similares.

Esto es lo que provoca que una mujer se acueste con un hombre que justo acaba de conocer la noche anterior. Al día siguiente, cuando se despierte, estará totalmente desorientada y no entenderá cómo o por qué ha llegado a eso. «No sé qué pasó», dirá. «Le conocí ayer por la noche, y antes de que me diera cuenta, estaba en la cama con él. Es la primera vez que me pasa.» Lo que ocurre es que conoció a ese hombre en el mejor momento del mes, en el momento exacto que tenía más posibilidades de concebir. La composición genética, el estado de su sistema inmunitario y otros rasgos masculinos habrán sido inconscientemente decodificados por el cerebro de la mujer. Si estos criterios resultan aceptables, lo que quiere decir que puede ser un padre potencial, la naturaleza retomará el control. Las mujeres que han vivido esto no saben cómo explicarlo, y son muchas las que califican su experiencia de «destino» o «extraña atracción magnética», en lugar de entender que son simplemente sus hormonas las que

han tomado el control. La consecuencia fatal de estos momentos es que muchas mujeres se encuentran prisioneras por la vida de hombres que resultan ser malas parejas. La mayoría de los hombres darían lo que fuera por saber cuándo una mujer está en su punto álgido hormonal.

La química «depresiva» de las mujeres

Entre los 21 y 28 días después de la regla, las hormonas femeninas disminuyen de manera espectacular provocando síntomas de depresión conocidos generalmente con el nombre de síndrome premenstrual. En muchas mujeres se manifiesta con sentimientos de fracaso, de depresión, de tendencias suicidas. En una mujer de cada veinticinco este desequilibrio hormonal es muy importante, hasta el punto de provocar un cambio total de personalidad.

¿Qué diferencia hay entre una mujer que sufre el síndrome premenstrual y un terrorista?

Que con un terrorista se puede negociar.

Varios son los estudios que han permitido descubrir que la mayor parte de los crímenes o delitos cometidos por mujeres, tales como agresiones o robos en comercios, se producen durante el período premenstrual, entre el día 21 y el 28 después de la regla. También han descubierto en las detenidas que más de la mitad de las agresiones o asesinatos femeninos son cometidos por mujeres que sufren el síndrome premenstrual. Es en este período cuando aumentan las visitas de mujeres a psiquiatras, asesores y astrólogos, porque se sienten «perdidas» o tienen la sensación de estar «volviéndose locas». Existen numerosos estudios bien documentados que demuestran que las mujeres que sufren el síndrome premenstrual tienen entre cuatro y cinco veces más posibilidades de verse implicadas en un accidente de tráfico o de avión si son comandantes. Conclusión: si el piloto de su próximo avión es una mujer de mal humor, coja el tren.

Las hormonas femeninas se utilizan desde hace tiempo como calmante para la gente habitualmente agresiva. En determinados países el síndrome premenstrual es uno de los factores que tienen en cuenta en los juicios de mujeres inculpadas en crímenes violentos.

Cuando la mujer llega a la menopausia, normalmente entre finales de los 40 años y principios de los 50, atraviesa por toda una serie de cambios psicológicos, emocionales y hormonales. Estos cambios varían de una mujer a otra.

¿Qué diferencia hay entre un hombre que sufre la crisis de los cuarenta y un payaso?

Que el payaso sabe que lleva ropa ridícula.

En el caso de los hombres, la andropausia es un fenómeno perfectamente previsible: se compran gafas de aviador, guantes para conducir, se hacen implantes de pelo, les entran ganas de comprarse un deportivo rojo o una moto, y llevan ropa ridícula.

La testosterona: ¿bendición o maldición?

Las hormonas masculinas, en particular la testosterona, son hormonas de la agresión que incitan a los hombres a cazar y matar presas. La testosterona es, en gran medida, la responsable de la supervivencia de la especie, en la medida en que incita a los hombres a atrapar el alimento y a combatir a los agresores. Es también la hormona que hace salir la barba de los hombres, provoca la calvicie, les cambia la voz y mejora su capacidad espacial. Los estudios realizados demuestran que los barítonos tienen en una semana el doble de eyaculaciones que... los tenores.

De la misma manera, la gente que sigue algún tratamiento a base de testosterona demuestra tener menos dificultades para leer un mapa de carreteras. Es también interesante comentar que el asma y el hecho de ser zurdo están también relacionados con la testosterona y, hoy en día, se sabe que los hombres que fuman o beben tienen un nivel inferior de testosterona en la sangre. Para el hombre moderno, el inconveniente de esta hormona es que si no encuentra una válvula de escape física para liberarla, se podría volver agresivo o incluso podría delinquir.

Entre los 12 y los 17 años, en el momento del incremento brusco de la testosterona, los chicos entran en la fase de criminalidad masculina más importante. Sumínístrele testosterona a un hombre pasivo y se convertirá en una persona más segura y autosuficiente. La misma dosis, administrada a una mujer, aumentará también su nivel de agresividad, pero no producirá el mismo efecto químico que en el hombre, puesto que el cerebro masculino está preconectado para reaccionar a esta hormona y el femenino no. La razón de esta conexión está todavía en duda, pero parece ser que tiene mucho que ver con la capacidad espacial.

Deberíamos decir a las mujeres que tengan cuidado con los hombres zurdos, calvos, barbudos, con voz de barítono, que lean los mapas de carreteras sin problemas y estornuden al mismo tiempo.

Cuando los hombres están entre los 50 y los 60 años, disminuye su nivel de testosterona y, por tanto, se vuelven menos agresivos y más cuidadosos. En el caso de las mujeres, ocurre lo contrario: después de la menopausia se reduce el nivel de estrógenos y la progesterona pasa a ser superior. Esto hace que las mujeres entre 45 y 50 años se

vuelvan de repente más seguras y autosuficientes. El inconveniente es que estas mujeres tienen más probabilidades de que les crezca pelo en la cara, de sufrir estrés y ataques cerebrales.

Platos que vuelan

La autora del libro, Bárbara Pease, no sabía en aquella época, que su nueva píldora anticonceptiva tenía una elevada dosis de testosterona. Su marido, Allan, había aprendido rápidamente a dominar el arte de esquivar platos y objetos voladores cuando ella estaba en la fase del síndrome premenstrual; también había recuperado la velocidad de cuando tenía quince años para huir a cortas distancias. Sin embargo, hay que decir que la habilidad de Bárbara para aparcar, o mejor dicho su ausencia, había dejado de ser un tema de discusión, ya que gracias a esa píldora había mejorado considerablemente.

Los análisis sanguíneos revelaron finalmente el exceso de testosterona y decidió cambiar a otra píldora que no tuviera esa hormona. En menos de un mes, los altibajos de habían desaparecido prácticamente del todo; ahora Allan tenía la impresión de estar viviendo con una bibliotecaria formándose para monja. Decidió entonces otro cambio de píldoras y por fin dio con las que tenían un nivel de testosterona que le hacía sentirse feliz. Mucho mejor para su marido y para la vajilla.

Por qué los hombres son agresivos

La testosterona es la hormona del éxito, del triunfo y del espíritu de competición, pero si está en malas manos (o testículos) puede llegar a convertir a hombres y machos de cualquier especie animal en seres potencialmente peligrosos. Todos los padres saben el deseo que tienen sus hijos jóvenes de ver películas violentas y cómo describen con todo lujo de detalles las escenas más violentas. Las niñas, en cambio, no suelen mostrar el más mínimo interés por este género cinematográfico. Un estudio realizado por la universidad de Sydney demuestra que cuando se enfrentan a un conflicto potencialmente agresivo, como podría ser una pelea en el colegio, el 74% de los chicos utilizan la agresividad verbal o física para resolverlo, mientras que el 78% de las chicas intentan evadirse o negociar. El 92% de los bocinazos que se oyen en los semáforos, los dan los hombres, y lo mismo ocurre con el 96% de los robos y el 88% de los asesinatos. Prácticamente todos los desviados sexuales son hombres, y las pruebas realizadas a mujeres desviadas sexuales demuestran que ellas tienen un elevado nivel de hormonas masculinas.

La agresividad masculina es la principal responsable de la dominación de los hombres en nuestra especie. Nosotros no enseñamos a los chicos a ser agresivos, más bien todo lo contrario, intentamos condicionarles para alejarles de la agresividad, por lo que podemos decir que se trata de una característica masculina que no se puede explicar por el condicionamiento social.

Estudios realizados a deportistas demuestran que su nivel de testosterona es mucho

más elevado en la final de la competición que durante los partidos previos, lo que demuestra que la competición puede generar agresividad. Alguna vez hemos visto a los equipos neocelandeses bailar la danza de guerra de los Maori, el *haka*, justo antes de que empiece un partido. Los objetivos de esta danza son, por un lado, dar miedo a sus adversarios, y por otro, aumentar el nivel de testosterona de los miembros del equipo. En otros países del mundo son las *cheerleaders* y otras «chicas pom-pom» las que realizan la función de aumentar el nivel de testosterona de los jugadores y de sus seguidores. Hay estudios que confirman que hay más violencia en los partidos en los que ha habido *cheerleaders*.

Por qué los hombres trabajan tanto

El profesor James Dabbs, de la universidad de Georgia, ha extraído muestras de saliva de hombres de diferentes profesiones descubriendo un cuadro superior en políticos, deportistas, religiosos y detenidos. Ha descubierto que los mejores de ellos en cada ámbito tienen un nivel superior de testosterona, siendo los de nivel más bajo los religiosos, mostrando un carácter menos dominante y una vida sexual menos activa. Ha comprobado también que las mujeres con más éxito, como las abogadas o las vendedoras, presentan un nivel de testosterona más elevado que la media. Además, el profesor Dabbs ha descubierto que la testosterona permite obtener mejores resultados, pero el éxito, a su vez, provoca un incremento de la producción de testosterona.

Hemos observado el comportamiento de los animales de África, en la jungla de Borneo, y hemos podido constatar con nuestros propios ojos algo que los científicos llevan años estudiando: los machos con un nivel de testosterona más elevado dominan y dictan las leyes. En algunos animales, como la hiena moteada, el nivel de testosterona es tan elevado que nacen con todos los dientes y son tan agresivas que las jóvenes se devoran unas a otras.

Las criaturas con el nivel de testosterona más elevado dominan el mundo animal.

Los mejores perros, gatos, caballos, cabras y monos, son aquellos que tienen más elevado el nivel de testosterona. A lo largo de la historia, los machos con un nivel de testosterona más elevado han dominado la raza humana, y es bastante lógico suponer que gobernantes excepcionales como Juana de Arco, Golda Meir o Margaret Thatcher recibieran una dosis extra de hormona masculina entre las seis y ocho semanas de su período fetal.

De todas formas, supone un grave problema tener un nivel constante de testosterona inutilizada. Un ejemplo horroroso nos ha llegado recientemente de Estados Unidos, donde ciento dieciocho estudiantes de derecho de Minnesota habían aceptado prestarse a

una evaluación de la personalidad. Este experimento suponía que sus vidas fueran controladas y supervisadas durante treinta años. De ellos, los estudiantes que tenían el nivel más alto de hostilidad y agresividad tenían un riesgo cuatro veces mayor de morir en el transcurso de este período. Ésta es una buena razón para animar a los jóvenes a practicar una actividad física o deporte de manera regular.

Testosterona y capacidad espacial

Seguramente, a estas alturas, habrá llegado a la conclusión de que la capacidad espacial es uno de los atributos masculinos más potente y que está ligado a la testosterona. En el capítulo 2 hemos visto que esta hormona es la principal responsable de la configuración genética del cerebro del feto macho (XY) y de la instalación del «software» relacionado con las capacidades espaciales exigidas para la caza. Por consiguiente, cuanto más testosterona produzca el cuerpo, más masculino será el comportamiento del cerebro. Las ratas macho, a las que se les inyecta una dosis extra de hormona masculina, encuentran su camino en un laberinto con más facilidad que las ratas no inyectadas. Las ratas hembra, al ser inyectadas, mejoran también su sentido de la orientación, pero de una forma menos espectacular que los machos. Sin embargo, el nivel de agresividad aumenta por igual en ambos sexos.

En los tests de los meandros del cerebro, los machos con un nivel elevado de testosterona obtienen resultados situados entre -50 y +50 y no tienen problema para leer los mapas de carreteras, orientarse, jugar a los videojuegos o dar en el blanco. Su barba crece más rápidamente, les gusta la «caza», los deportes como el fútbol, el billar, las carreras de motos, y dominan el aparcamiento. La testosterona es también la hormona que favorece la tenacidad y ayuda a combatir la fatiga. Estudios a voluntarios demuestran que aquellos que recibieron inyecciones de testosterona tuvieron más resistencia en actividades físicas tales como la marcha o las carreras de fondo, y fueron capaces de concentrarse durante períodos más prolongados. No es de sorprender que las lesbianas posean también algunos de estos atributos. Susan Resnick, del Instituto americano de estudios sobre el envejecimiento, ha comprobado en sus estudios que las niñas que han recibido una dosis anormal de hormona masculina durante el período fetal tienen una capacidad espacial superior a sus hermanas que no la han recibido.

Por qué las mujeres detestan los aparcamientos

La testosterona mejora la capacidad espacial, pero la hormona femenina, el estrógeno, la aniquila. Las mujeres tienen mucha menos testosterona que los hombres, por lo tanto, cuanto más femenino sea el cerebro, menos espacio hay para la capacidad espacial. Por esto las mujeres muy femeninas son negadas o casi negadas para aparcar o leer un mapa de carreteras. Existe un caso rarísimo conocido bajo el nombre de síndrome de Turner, en el que a una hembra genética (XX) le falta un cromosoma X, y se le denomina niña XO. Estas niñas son ultra femeninas en todos sus comportamientos y no tienen ni sentido

de la orientación ni capacidad espacial. O quizá tengan un poco. Un consejo: no le preste nunca su coche a una mujer XO.

Hay pruebas que demuestran que el nivel de testosterona de los chinos es mucho menos elevado que el de los occidentales de raza blanca, algo que se ve claramente por la ausencia de pelo en el rostro y una propensión menor a la calvicie. Además, entre los chinos hay menos hombres inculcados en crímenes violentos que entre los blancos o los negros. Se dan menos casos de violación por parte de hombres chinos que de blancos, y probablemente se deba a los niveles más bajos de testosterona. Por esto también, en las pruebas, los asiáticos tienen menos éxito en los aparcamientos.

Matemáticas y hormonas

Los chicos utilizan su hemisferio frontal derecho para resolver los problemas matemáticos. En las chicas, la región espacial está situada en ambos hemisferios cerebrales, y las pruebas demuestran que son muchas las que utilizan su región del habla situada en el hemisferio frontal izquierdo para intentar resolver problemas matemáticos. Ésta es una explicación probable al hecho de que muchas chicas cuenten en voz alta, como también podría explicar el que las chicas sean mejores en cálculo mental y el que su compromiso y dedicación a los estudios les den una ventaja sobre los chicos en los exámenes de aritmética y matemáticas.

El desarrollo cerebral interviene antes en las niñas que en los niños, lo que explica en parte por qué ellas son mejores antes. Pero después de la pubertad, los chicos recuperan su retraso y sobresalen en matemáticas más o menos según amplifique la testosterona su capacidad espacial. La universidad John Hopkins, de Boston, ha realizado tests de capacidad matemática a niños de entre 11 y 13 años, y han descubierto que cuanto más difíciles los tests, más superior es la capacidad de los chicos con respecto a la de las chicas. En un nivel de dificultad inferior, los chicos ganaron a las chicas a razón de dos por uno; en niveles intermedios la relación fue de cuatro chicos por una chica, y en el nivel más difícil, la relación pasó de trece chicos a una chica.

En 1998, el doctor Doreen Kimura, una eminencia canadiense en el tema de la investigación cerebral, descubrió que aunque se duplique o triplique el nivel de testosterona en un macho, no necesariamente se duplica o triplica su capacidad de razonamiento matemático. Esto demuestra que existe probablemente un nivel óptimo de eficiencia de la testosterona situado entre los niveles inferior e intermedio. En otras palabras, King Kong no tiene por qué tener mejor razonamiento matemático que un hombre calvo. Es interesante destacar también que la testosterona no mejora más el razonamiento matemático de las chicas que de los chicos. Por consiguiente, es mucho más probable que una mujer con bigote sea mejor ingeniera que una mujer que parezca una muñeca Barbie. Los hombres obtienen mejores resultados en la capacidad de leer mapas en otoño, que es cuando su nivel de testosterona es más elevado.

El sistema educativo favorece a los chicos y perjudica a las chicas en los exámenes de

matemáticas. Hay estudios que demuestran que las chicas que sufren el síndrome premenstrual tienen en ese período un nivel de testosterona muy inferior al habitual. Un estudio realizado ha evidenciado que las chicas afectadas por el síndrome premenstrual son un 14% peor en los exámenes de matemáticas que las que no lo sufren. Un sistema más equitativo consistiría en organizar los exámenes en función del momento biológico más favorable de las chicas, mientras que los chicos podrían hacer los exámenes en cualquier momento.

La caza del hombre moderno

En el hombre moderno el deporte ha venido a sustituir a la caza. La mayoría de las actividades deportivas han nacido después de 1800. Antes de esta fecha, gran parte de la población mundial continuaba cazando para alimentarse o divertirse. La revolución industrial de finales del siglo XVIII y las técnicas avanzadas de agricultura han suprimido la necesidad de cazar para alimentarse. Durante miles de años, los hombres estuvieron programados para cazar, pero esa época terminó de repente sin que se les ofreciera una salida a cambio.

El deporte apareció como la solución. Más del 90% de los deportes se han inventado entre 1800 y 1900, y algunos otros en el transcurso del siglo XX. En la mayoría de los deportes se ha de correr, cazar o alcanzar unos objetivos, todo ello permite a los hombres consumir su exceso de testosterona. Los chicos físicamente activos tienen menos probabilidades de implicarse en crímenes o agresiones que los que no practican deporte, ya que es delinquiendo como estos últimos «quemarán» esta hormona. En las carreteras, prácticamente todas las infracciones las cometen los hombres, a ellos les gusta competir con otros hombres.

Antes de hacerse miembro de un club deportivo examine sus objetivos y valores, y estudie la personalidad de los que lo dirigen. Si están allí sólo «para el juego», y eso es lo más importante, es más que probable que su gente sea todavía esclava de su biología; opte entonces por un club de pesca. Existen numerosos clubes como los de yoga o artes marciales que todavía enseñan los principios de la vida efectiva, tales como la relajación y la vida sana. Evite los clubes que ponen el acento en los beneficios económicos de sus miembros.

Por qué los hombres tienen barriga y las mujeres trasero

La madre naturaleza distribuye el exceso de grasa en los órganos vitales de tal manera que no afecten a la eficacia de sus funciones respectivas. En general, encontramos poca o nada de grasa alrededor del cerebro, del corazón y del aparato genital. Las mujeres tienen un órgano vital adicional: los ovarios. Por consiguiente, las mujeres que pueden tener hijos no suelen acumular exceso de grasa en el vientre. Los hombres, al no tener ovarios, almacenan el exceso de grasa en lo que se denomina comúnmente «panza» o «tripa» y en la espalda. En cambio, en las mujeres, el exceso de grasa se reparte entre los

muslos, las nalgas y los brazos como reserva para la lactancia maternal. Si los hombres tuvieran ovarios, tendrían las piernas más gordas y el vientre plano. En caso de ablación de los ovarios, con una histerectomía, por ejemplo, la naturaleza redirige la grasa hacia el vientre.

TERCERA PARTE

LOS SECRETOS: LOS HOMBRES EXPLICADOS A LAS MUJERES Y VICEVERSA

CAPÍTULO 5

LOS MAYORES MISTERIOS DE LOS HOMBRES REVELADOS A LAS MUJERES



GABJ.

El éxito de *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* nos ha proporcionado una cantidad de correo (cartas y e-mails) de lectores pidiéndonos más información sobre las diferencias entre sexos. Las siete preguntas que más nos han formulado son:

1. ¿Por qué los hombres no saben casi nada de la vida de sus parejas?
2. ¿Por qué los hombres no quieren comprometerse?
3. ¿Por qué los hombres necesitan tener la razón en todo?
4. ¿Por qué a los hombres les atraen tanto los juegos de los chicos?
5. ¿Por qué los hombres no pueden hacer más de una cosa a la vez?
6. ¿Por qué los hombres se entusiasman tanto con los deportes?
7. ¿De qué hablan los hombres en el lavabo?

El problema, para las mujeres, es que intentan analizar los comportamientos de los hombres basándose en sus propias vivencias. Evidentemente, desde su punto de vista, el

comportamiento masculino es desconcertante, pero no es que sean más ilógicos, es que tienen una lógica diferente.

1. ¿Por qué los hombres no saben casi nada de la vida de sus parejas?

Julio y Guillermo, que no se habían visto desde hacía un año, quedaron un día para jugar a golf. Cuando Julio regresa a su casa, por la tarde, su mujer, Camila, le pregunta:

Camila: ¿Has pasado bien el día?

Julio: Muy bien.

Camila: ¿Qué tal está Guillermo?

Julio: Bien.

Camila: ¿Y su mujer, se ha recuperado desde que salió del hospital?

Julio: No lo sé, no me ha hablado de eso.

Camila: ¿No te ha hablado de eso? ¿Y tú no le has preguntado?

Julio: No, yo no. Pero si tuviera algún problema estoy seguro de que me lo habría contado.

Camila: Y su hija, ¿cómo va con su marido?

Julio: ¿Mmmm? No me ha hablado de eso tampoco.

Camila: Y su madre, ¿sigue con la quimio?

Julio: Ni idea.

Etcétera. Julio era capaz de contarle cada uno de los golpes que había dado en todo el recorrido, lo difícil que había sido salir del bunker, el hoyo en uno que había fallado y el chiste que le había contado su amigo, pero de la vida familiar de Guillermo no tenía ni la más remota idea. En cambio, lo sabía todo del litigio que enfrentaba a Julio con el consejo municipal a propósito de un permiso para construir su casa, se acordaba de la marca y el modelo del coche que Guillermo acababa de comprarse y de todos los detalles del último viaje de negocios que había hecho su amigo a Malasia. Pero no se le había ocurrido preguntarle por su hermana, que vivía en Bangkok, o por su hermano, a quien le acababan de diagnosticar un Parkinson, ni tan siquiera por su mujer, que acababa de ser nombrada ciudadana del año de su comunidad. En cambio había recopilado un montón de chistes... que a la mujer no le importaban lo más mínimo.

Un hombre se acordará de todas las bromas que haya soltado su amigo, pero ignorará que acaba de abandonar a su mujer.

Los hombres, cuando se reúnen con sus amigos o compañeros de trabajo en un bar, no hablan para nada de sus vidas personales, algo que sorprende a las mujeres; lo que ocurre es que no está entre sus objetivos el recoger información sobre la vida privada de los demás. Los hombres se reúnen para contemplar el fuego, como hacían sus antepasados hace unos cuantos miles de años. Pueden pasar horas pescando, jugando a golf, a las cartas o mirando el fútbol en la televisión sin decir gran cosa. Y cuando hablan es para comentar hechos, por ejemplo, resultados, soluciones, respuestas a preguntas, o para intercambiar información sobre cosas concretas de mecánica, software, programas... Raras veces hablan de otras personas y de sus emociones. Los intercambios masculinos se concentran en lo racional y dejan de lado emociones y sentimientos.

Un estudio de la universidad de Leeds preguntaba sobre qué es lo que motiva a los hombres a reunirse en el bar después del trabajo.

Las respuestas fueron:

9,5% para beber alcohol

5,5% para conocer mujeres

85% para desestresarse

Los hombres se relajan cambiando sus preocupaciones por pensamientos tontos. Por esto, cuando van a tomar una cerveza sienten la libertad de callar o hablar si tienen ganas.

Cuando un hombre se encuentra con sus amigos y no habla, no quiere decir que estén enfadados, simplemente es que está relajándose.

Los hombres no esperan que los otros hombres hablen mucho. Cuando uno de ellos está con la jarra de cerveza en la mano y la mirada perdida, los demás le comprenden intuitivamente y le dejan en paz. Jamás le forzarían a hablar. Nadie pregunta: «Cuéntame un poco cómo te ha ido el día... ¿A quién has visto, de qué has hablado?». Los hombres, cuando hablan, lo hacen sobre política, trabajo, deporte, coches y todo aquello que ponga en juego la capacidad espacial. Hablan de uno en uno, por turnos, porque su cerebro está organizado para hablar o para escuchar, pero no para hacer las dos cosas al mismo tiempo; todo lo contrario ocurre con las mujeres.

Solución

Un hombre no puede entender por qué su mujer quiere conocer todos los detalles de la vida de un amigo que acaban de ver porque si él quisiera que supieran algo ya se lo habría contado. No es que a los hombres no les interese la vida de sus amigos, es que les interesan sobre todo los hechos, las cifras, los resultados. El único momento en que un hombre confiará a un compañero detalles íntimos, es cuando se vea incapaz de resolver

un problema. Sólo en este caso, y como último recurso, se decidirá a pedir consejo a otro hombre.

Si usted necesita obligatoriamente información sobre la salud, la carrera, las relaciones afectivas de los miembros de su familia y de sus allegados, no se fíe jamás de los hombres para obtenerla, pregunte a las mujeres. Los hombres se reúnen para comentar resultados y soluciones, y para relajarse. Raramente hablan de problemas personales.

2. ¿Por qué los hombres no quieren comprometerse?

Compromiso: *nom, masc.* deseo de casarse y fundar una familia; *masc:* imposibilidad de ligar con chicas en presencia de su mujer o de su amiguita.

Estudio del caso: Simón y Martina

Ana pensaba que Simón y Martina harían una pareja ideal y, para que se conocieran, les invitó un día a los dos a cenar. Tal como había previsto, sus dos amigos pasaron una velada excelente, intercambiaron sus números de teléfono y prometieron volver a verse. Al día siguiente, Martina telefoneó a Ana y le dio las gracias por haberle presentado a Simón. Lo había encontrado encantador y esperaba volver a verle enseguida. El mismo día, Simón telefoneó a Ana y le comentó lo mismo sobre Martina.

En cuanto colgó el teléfono, Ana telefoneó a Martina para contarle lo que acababa de decirle Simón. Es la señal que ella estaba esperando. El fin de semana siguiente, Martina telefoneó a Simón para invitarle a pasar el día en la playa con ella y cenar en un restaurante, y él aceptó entusiasmado. Después fueron juntos al cine un par de veces y continuaron viéndose durante tres fines de semana. Estaban de acuerdo en todos los planes que hacían. Para Martina, el tiempo que habían pasado juntos quería decir que habían empezado una relación exclusiva: ella no salía con ningún otro chico que no fuera Simón, aunque nunca hubieran oficializado su relación.

La noche de Simón

Había pasado un mes pero Simón no tenía ni la menor idea de qué esperaba Martina de él porque ella nunca había hablado del tema. Es así como funciona el cerebro masculino. No dan al concepto de relación el mismo significado que las mujeres.

Simón decidió un día llevar a su amiga María a la fiesta de cumpleaños de su mejor amigo. María, una chica realmente simpática, era la compañera ideal para ese tipo de fiesta, y además hacía dos meses que no la veía. Estaban divirtiéndose mucho en la fiesta, cuando de pronto Simón vio a Ana. Entonces se dirigió rápidamente hacia ella y le presentó a María. Ana le respondió con una actitud un poco fría y Simón enseguida se dio cuenta de que no iban a hacer buenas migas con María, algo que a él le asombraba porque era una chica realmente simpática que todo el mundo adoraba. Pero no pensó

más en eso.

La noche de Ana

Ana estaba sorprendida de que Simón no hubiera llevado a Martina a la fiesta y hubiera preferido llevar a María –una bocazas calientabraguetas–. Para ella este hecho tenía una consecuencia obligatoria y desagradable: debía hablar con Martina para evitar que formara parte de un trío. Tal como había imaginado, su amiga se tomó muy mal el tema. Cuando oyó hablar de María, se quedó pasmada y rompió a llorar. Siempre había tenido la impresión de que ella y Simón encarnaban el amor perfecto... Decidió entonces telefonarle para que pasara a verla esa misma noche. Simón se dio cuenta de que algo pasaba, pero no sabía qué podía ser.

La explicación

Al llegar a casa de Martina, Simón estaba muy contento. Esperaba que ella le hubiera cocinado su plato favorito y presentía que la noche iba a ir muy bien. Cuando ella abrió la puerta, Simón se quedó sorprendido al ver sus ojeras, los ojos hinchados y rojos de tanto llorar. Ella le atacó directamente: «¿Cómo has podido hacerme esto delante de nuestros amigos?», le dijo gimiendo. «¿Cuánto tiempo hace que estás viendo a esa chica? ¿Acaso estás enamorado de ella? ¿Te has acostado con ella? ¡Responde!». Simón, que no daba crédito a lo que estaba oyendo, se quedó sin palabras.

Pasó las tres horas siguientes intentando arreglar sus problemas con Martina. No tenía ni la más remota idea de que formaban una pareja, estaba convencido de que Martina tenía otros amantes... Era la primera vez que hablaban de sus sentimientos y emociones, y tras esa conversación los dos comprendieron que no estaban en la misma onda.

Martina esperaba que Simón se comprometiera, pero el joven no estaba preparado todavía, quería conservar su libertad. Decidieron entonces seguir como amigos y nada más, bueno, en realidad es lo que decidió Martina. Simón decidió que ella estaba en pleno síndrome premenstrual y que cambiaría de parecer la semana siguiente.

Las mujeres suelen sorprenderse de que los hombres tengan un fervor casi religioso a su equipo de fútbol preferido pero en cambio sean incapaces de dedicar una pizca de energía emocional a su vida en pareja. Un hombre suele contener sus emociones y sentimientos con la persona que ama, pero los libera en los partidos de su equipo favorito, sobre todo cuando pierde. ¿Cómo puede dedicarse con tanto ardor y constancia a una banda de tíos, no demasiado brillantes, que ni siquiera conoce personalmente, y no mostrar jamás sus sentimientos a la mujer de su vida? Para las mujeres esto es un enigma.

Desde tiempos remotos los hombres son polígamos por razones de supervivencia. Antigüamente había siempre escasez de hombres por culpa de las numerosas muertes que ocasionaba la caza y las guerras; era, pues, lógico que los supervivientes integraran a las viudas a su «harén». Haciéndolo así, aumentaban también sus opciones de transmitir

su patrimonio genético. Desde el punto de vista de la supervivencia de la especie, es del todo lógico que un hombre tenga entre diez o veinte mujeres, pero a la inversa, sería del todo absurdo ya que una mujer no puede llevar más de un niño por embarazo. Sólo el 3% de las especies animales (las ocas y los zorros sobre todo) son monógamas. En estas especies, ambos sexos se asemejan en color y tamaño, y suele ser muy difícil precisar el género de sus individuos. En prácticamente todas las demás especies, entre ellas la especie humana, el cerebro del macho está programado para la poligamia. Esto explica que los hombres eviten el mayor tiempo posible comprometerse con una mujer y que tantos hombres con una relación monógama sean infieles a sus parejas. Pero nosotros nos diferenciamos de otras especies en una característica importante: nuestro cerebro evolucionado ha desarrollado grandes lóbulos frontales que nos permiten tomar decisiones después de reflexionar. Por este motivo, no podemos aceptar los argumentos de los hombres de que «no se han podido reprimir». De hecho, siempre pueden elegir. La mujer, por su parte, está programada para comprometerse, al menos hasta que su prole sea suficientemente mayor para arreglárselas por sí sola.

Para una mujer, si «sale» con un hombre y ninguno de los dos tiene otra relación, forman una pareja. Pero para la mayoría de los hombres, este concepto es incomprensible. Cuando Martina se pregunta sollozando: «¿En qué ha pensado cuando ha aceptado volver a verme?», la respuesta es: No ha pensado en nada.

Lo que piensan la mayoría de los hombres

El compromiso es un tema que provoca muchas bromas entre los amigos del novio: «el matrimonio es una cadena perpetua», «La bonita vida del pobre chico va a terminar bien pronto», «Cuando te hayas casado, ella te tendrá cogida por los c...», «Ya puedes decir adiós a la mitad de tu casa y al 90% de tu vida sexual»... Y después vienen todos los consejos sobre el celibato: «¡Tendrás que pedirle permiso antes de estornudar ahora que ella te ha puesto las esposas!». Una de las bromas más común entre los amigos consiste en escribir «¡Socorro!» en las suelas de los zapatos del novio del día de la boda. La mayoría de los hombres evitan comprometerse porque temen perder la libertad y volverse débiles y sumisos. A menudo, la reacción de un hombre a estos sarcasmos es evitar comprometerse con una relación de pareja o hacer exactamente lo contrario de lo que espera su pareja.

Muchos hombres se quejan de las libertades a las que tendrán que renunciar si se comprometen, pero realmente no sabrían precisar qué libertades. Hablarán de la libertad de hacer lo que les da la gana en todo momento, de no tener que justificar su decisión o su comportamiento y de tener tantas mujeres que les desean. Sin embargo, ellos también quieren el amor, una mujer que se preocupe por ellos y tener muchas relaciones sexuales. En resumen, lo quieren todo. Pero ¿cuántos hombres hoy en día pueden enorgullecerse de tenerlo todo sin renunciar a nada? Quizá este modo de vida idílico existiera antaño en los harenes de Arabia y siga existiendo en algunas culturas primitivas, pero la mayoría de los hombres actuales tienen muy pocas posibilidades de conocer una vida así.

La única manera segura de tener una vida de libertad total es vivir solo en una isla desierta donde las únicas reglas sean las que uno mismo se impone. Comprometerse a una vida en pareja es un poco como aprobar el permiso de conducir: si usted quiere conducir tiene que aprender un código de circulación y respetarlo, si no siga siendo peatón. Una relación no es más que una forma de negociar las reglas: si usted quiere amor, amistad, sexo, y una persona que le mime, tendrá que ofrecer algo a cambio. Y lo que las mujeres esperan a cambio es amor, devoción y lealtad. Y, por supuesto, lo último que quieren es privar al hombre de su querida libertad.

Solución

Simón ni siquiera había imaginado que empezaba una relación que podía hacerse estable. Si usted como mujer sospecha en su hombre esta fobia al compromiso, díglele claramente que busca una relación de pareja. Empiece halagándole con cosas como: «Ahora que estamos juntos, me encantaría hacerte un buen café», o susurrándole: «Me encanta hacer el amor y despertarme al lado de mi nuevo compañero». Procure ser directa y sincera antes que esperar, aparentando ser tímida, a que su compañero se decida a dar el paso, porque si es como Simón, es muy probable que pierda la oportunidad. No solamente porque los hombres no leen el pensamiento de las mujeres, sino también porque la mayoría son muy herméticos en sus estados de ánimo. Recuerde que nuestros ancestros fueron cazadores y guerreros, y que no actuaban para comprender a sus presas o a sus enemigos, y menos aún para adivinar sus necesidades afectivas.

No suponga, pues, nunca el tipo de relación que tiene antes de haber hablado con su pareja. Como los hombres son incapaces de leer el estado de ánimo de las mujeres, estas últimas deberían formularles directamente la pregunta: ¿Qué sientes por mí? ¿Qué esperas de esta relación? Los hombres son directos y dirán si prevén una relación de pareja exclusiva o no. Para ellos esta sinceridad es una señal de respeto. Así pues, si una mujer desea comprometerse, más vale que le pregunte explícitamente a su pareja antes de esperar a que él tire las cartas.

Sea lo que sea, no llegue nunca al punto de tener hijos con un hombre que no haya sido nunca capaz de responder claramente a estas preguntas.

3. ¿Por qué los hombres necesitan tener la razón en todo?

Para entender esta característica de los hombres modernos, hemos de ver primero cómo han sido educados. Cuando eran jóvenes, se esperaba de ellos que fueran duros consigo mismos, que no lloraran y que triunfaran en todo lo que hacían. La lista de sus modelos es bastante elocuente: Tintín, Lucky Luke, el Zorro, James Bond, Tarzán, Batman, Superman... solitarios que no se quejan nunca y que buscan soluciones. Y que, evidentemente, raras veces fracasan. Generalmente cuentan con un ayudante que suele ser un doble paliducho de ellos mismos, raras veces este ayudante es una mujer, y cuando lo es no hace más que ocasionarles problemas; por ejemplo, Batman siempre

tiene que salvar a Batgirl, y Superman a Lois Lane. Tarzán pasa gran parte de su tiempo saltando de árbol en árbol para sacar a Jane de los líos en los que se mete. Como fieles compañeros estos héroes prefieren un caballo o un perro porque los animales son leales, fiables, dóciles y no desaprueban nunca sus superacciones. Como la mayoría de los héroes masculinos tradicionales de la literatura y del cine, estos chicos casi nunca se equivocan y no traicionan jamás sus debilidades o emociones. Nunca ha habido una Señora Batman o una Señora Zorro. Y el llanero solitario siempre ha huido de las masas. Los dibujos animados siguen dando preferencia a la imagen de héroe masculino sumamente forzado, con la voz grave y ronca (sobredosis de testosterona) y a la de heroína tipo Barbie con una delantera anatómicamente imposible.

Cuando un adolescente llega a la edad adulta, se le ha inculcado que si no es capaz de hacer alguna cosa o de resolver un problema, no merece ser llamado hombre. Por esto, cuando una mujer pone en duda lo que un hombre hace o dice, él se pone a la defensiva. Por ejemplo, si ella le dice: «Paremos aquí y preguntemos la dirección», él entiende: «Eres negado. Vamos a buscar a otro hombre que sea más astuto que tú». Cuando ella dice: «Voy a llamar a un mecánico para que arregle el coche», él entiende: «Tú eres incompetente, voy a buscar a otro hombre que sepa resolver el problema». El hombre en cuestión no dudará en regalarle a su mujer un libro de recetas de cocina para su cumpleaños, pero si ella le regala un libro sobre cómo alcanzar la plenitud personal, seguramente se lo tomará a mal porque deducirá que ella intenta sugerirle que no es suficientemente bueno tal como es. Y la visita a un terapeuta conyugal equivaldrá a admitir que su comportamiento es criticable, por esto la mayoría de los hombres reaccionan defensiva o agresivamente cuando ella le sugiere que ésta podría ser la solución a sus problemas. Los hombres son prácticamente incapaces de decir «lo siento» porque una frase así equivale a reconocer que se han equivocado.



Estudio del caso: Luis y Silvia

Silvia quiere dejar de trabajar y tener un hijo, pero para Luis no es el momento más adecuado económicamente hablando. Esta divergencia ha sido muchas veces tema de discusión entre ellos y su relación ha empezado a sufrir las consecuencias. Un día, Silvia anuncia a Luis que ha consultado a un asesor financiero para que les busque una solución a sus problemas de dinero. Luis se queda atónito ante tal afirmación, ¡como si él no fuera capaz de hacer los números por sí solo! El problema se agudiza y al cabo de tres meses se separan.

Sin embargo, contratando al asesor financiero, Silvia pensaba que estaba ayudando a Luis y sacándole un peso de encima. Estaba convencida de que él iba a estar encantado de que ella hubiera tomado la iniciativa para arreglarlo todo antes de que llegara el niño, pero Luis veía las cosas de manera bien diferente. En su opinión, ella estaba sugiriéndole que había administrado mal su economía y que contratando al asesor quería demostrarle su incompetencia.

¿No confías en mí?

Es la expresión típica de los hombres cuando una mujer pone en duda su competencia. Cuando un hombre dice: «¿No confías en mí?», es la prueba irrefutable de que ha herido su virilidad. Si está perdido en la carretera y despliega el mapa y su mujer le dice: «¿Quieres que eche una ojeada?», él está convencido de que ella le cree incapaz de descifrarlo, y responderá: «¿Es que no confías en que puedo llevarte allí?». Si una noche él decide ir a quejarse al vecino de que su perro no deja de ladrar y su mujer le pide que no lo haga por miedo a una pelea, él le responderá: «¿No confías en que puedo

hacer las cosas como hay que hacerlas?». Si en una recepción le advierte sobre los flirteos de una mujer que tiene fama de «ligona», él replicará: «¿No confías en mí?». En todas estas circunstancias, la respuesta de la mujer es siempre la misma: «Sólo quería ayudarte». Las mujeres siempre quieren ayudarles, demostrarles que están preocupadas, pero ellos lo único que entienden es que son unos negados incapaces de controlar la situación.

Cuando una mujer da un consejo a un hombre, él entiende que es un negado y que no confía en él.

La acusará de estar siempre queriendo controlarle. Él está realmente convencido de que ella acabará preguntándose si no es un poco demasiado mandona.

Solución

La mujer debería evitar cualquier observación que pueda sugerir al hombre que se ha equivocado. Es mucho mejor que intente contener sus sentimientos. Por ejemplo, en lugar de refunfuñar: «Nunca sabes cómo se va a los sitios y siempre tenemos que llegar tarde», debería optar por una frase del tipo: «Lo haces perfecto, cariño, pero con todos estos carteles tan liados es normal perderse. Yo me sentiría mucho mejor si nos paráramos a preguntar a alguien cómo llegar». En pocas palabras: la culpa no es de él sino de los carteles, que no indican bien.

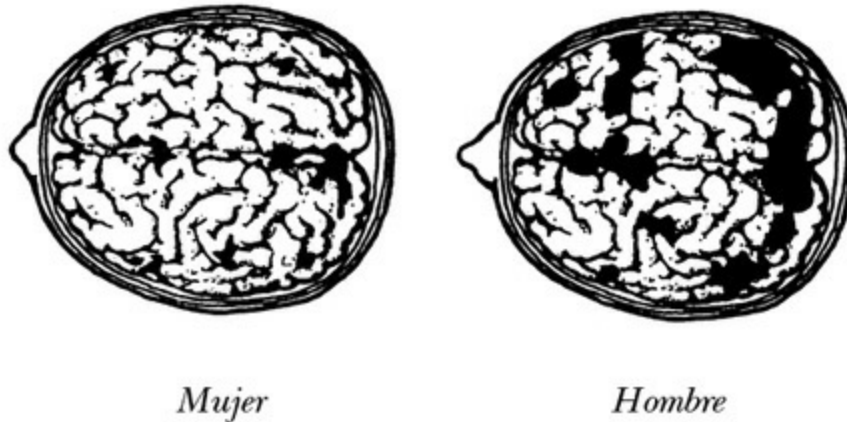
Si un hombre consigue su misión, no olvide nunca felicitarle. Una vez en el sitio, una frase como «Bravo, cariño. No sé cómo lo has hecho para encontrar el camino con todo este lío de calles», le gratificará. Mejor aún, cómprele un GPS para que nunca vuelva a perderse.

4. ¿Por qué a los hombres les atraen tanto los juegos de chicos?

Para el cumpleaños de nuestro amigo Emilio, le hemos comprado una espléndida grapadora eléctrica del tamaño de un pequeño televisor. La tapa transparente de este artilugio deja ver las decenas de estrellas y de discos que contiene, algo parecido al módulo de una nave espacial. Este aparato consume tres pilas por semana –y esto sólo para grapar dos hojas de papel como haría cualquier otra grapadora–. Y sin embargo, Emilio se quedó maravillado cuando recibió el artilugio. Nos confesó que a veces, por la mañana, cuando salía de la ducha, no podía dejar de echar una ojeada a la grapadora, que presidía su mesa de despacho, y de grapar cuatro o cinco hojas de papel simplemente para ver girar (y oír zumbir) los engranajes del motor. Cuando sus amigos van a visitarle, se agolpan alrededor de la grapadora y la hacen funcionar uno por uno

partiéndose de risa. A las invitadas no les interesa lo más mínimo; es más, no entienden cómo pueden emocionarse tanto ante un objeto tan caro para la función que realiza. Pero este comportamiento masculino es el mismo síndrome que impulsa a las mujeres a comprar un osito de peluche carísimo con ojos inmensos y nariz pequeña «porque no me pude resistir».

Es fácil explicar por qué hombres y mujeres reaccionan de maneras tan diferentes. En la ilustración verá (en negro) los esquemas de las áreas cerebrales que se solicitan cuando un ser humano utiliza sus capacidades espaciales. Estas áreas espaciales sirven para calcular la velocidad, los ángulos y las distancias, es el «cerebro del cazador».



Esquemas de las áreas cerebrales. En negro, las zonas utilizadas para conducir, chutar un balón, salir de un aparcamiento haciendo marcha atrás, o reparar un motor (Instituto de psiquiatría, Londres, 2001)

Debido a la especialización espacial del cerebro masculino, los hombres y los chicos sienten fascinación por todo aquello que lleve botones, luces que parpadeen, partes que se muevan, motores, todo lo que emite ruidos y funciona con pilas. A esta categoría pertenecen los videojuegos y programas informáticos, sistemas de navegación GPS, perros robotizados que se comportan como si fueran de verdad, compuertas con abertura eléctrica, motores fueraborda, tableros de mando complicados, carabinas con lente de visor infrarrojo, armas nucleares, naves espaciales y todo aquello que funcione con un mando a distancia. Si fabricaran mandos a distancia para programar la lavadora, seguro que los hombres empezaban a lavar la ropa.

Bricolage y muebles para montar

Toda la industria del «kit» va dirigida a las capacidades espaciales de los hombres. Los hombres adoran construir maquetas de veleros antiguos, trenes eléctricos, aviones, mecanos, estanterías incluso de cocina a poco que les proporcionen un modo de empleo

redactado en una jerga incomprensible. Los más jóvenes frecuentan las tiendas de juguetes, los adultos tiendas donde pueden hacer realidad su pasión por la construcción y fabricación. Los jóvenes creen por instinto que el día que tengan pelo en el mentón serán capaces de desmontar y volver a montar el motor del coche de papá.

En casa, esta necesidad de expresión espacial exacerba a las mujeres porque la capacidad de concentración de los hombres no dura más de nueve minutos y cuando se les acabe dejarán todas las piezas desperdigadas por la casa. Se olvidarán de reparar las averías que hayan podido provocar pero se enfadarán cuando su mujer les sugiere telefonar a un experto. Si la cisterna no funciona y la mujer aconseja telefonar a un fontanero, el hombre se enfada y se lo toma como un ataque contra sus capacidades espaciales. Entonces afirma que él mismo puede repararla. Además el fontanero va a cobrarle un montón de dinero por un trabajo tan simple como ése.

Telefonar a un fontanero sin haber consultado previamente al hombre de la casa puede ser considerado un grave insulto para él.

El domingo por la mañana, el hombre que ha rechazado la intervención del fontanero para esa cisterna que gotea, corta el paso general de agua de la casa y se decide a desmontar todo el depósito. Descubre entonces que una junta gastada es la responsable de la avería y se dirige a la ferretería, que está abierta el domingo, y deambula por ella durante tres cuartos de hora examinando todos los maravillosos juguetes espaciales que podría comprar, un taladro mecánico, una o dos pulidoras eléctricas, y acaba descubriendo una junta de un tamaño parecido al que necesita. De regreso a casa, se da cuenta de que es demasiado grande, pero no podrá volver a colocar la que había porque la ha perdido. Ahora la ferretería ya está cerrada, así que no podrá reabrir la llave de paso del agua de la casa sin haber reparado antes la avería; al final nadie puede ducharse ni utilizar el aseo.

Las mujeres no entienden por qué los hombres, en general, se niegan firmemente a admitir que son incapaces de reparar una avería. Reconocer la verdad sería reconocer que son nulos en la competencia masculina número uno: la capacidad espacial y la resolución de problemas. Si su coche hace ruidos extraños, el hombre levantará el capó y echará un vistazo aunque no tenga ni la menor idea de qué es lo que busca. Está convencido de que la solución saltará a la vista.

Una mujer no debería nunca llamar a un fontanero, albañil, asesor financiero, reparador informático o cualquier otro tipo de experto espacial sin haberlo consultado previamente con el hombre de su vida, ya que éste podría sentirse espacialmente descalificado por esta acción. En caso de urgencia, le dirá qué es lo que espera de él, le pedirá su opinión y le pondrá una fecha tope. De esta forma, si él telefonea al fontanero, tendrá la impresión de haber resuelto el problema él mismo.

La única diferencia entre los hombres y los jóvenes es el precio de sus juguetes.

Las creadoras de empresas son cada vez más numerosas, pero el 99% de las patentes siguen siendo registradas por hombres. De esta cifra podemos extraer una lección: compre siempre a un hombre un juguete que requiera de sus capacidades espaciales. Nunca flores, nada de tarjetas bonitas, todo esto no quiere decir nada para él.

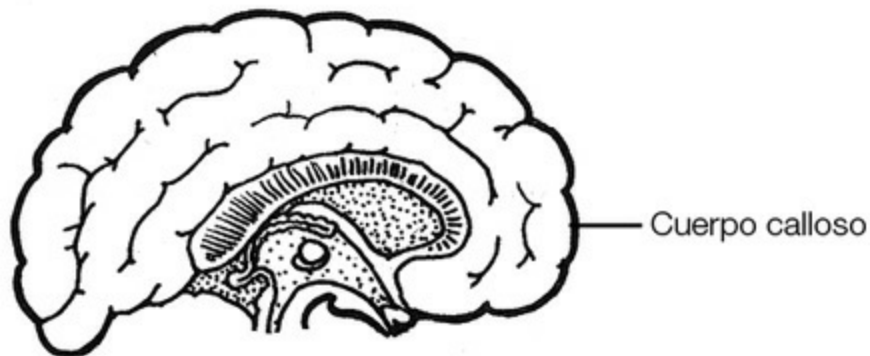
5. ¿Por qué los hombres no pueden hacer más de una cosa a la vez?

En *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* hay un capítulo dedicado a esta pregunta: los hombres no pueden concentrarse en más de una cosa a la vez, son «monotarea». Hemos recibido tantas cartas sobre este tema que hemos creído conveniente volver a tratarlo.

Esta característica masculina desconcierta a muchas mujeres. Si una mujer puede leer mientras escucha y habla, ¿por qué él no lo puede hacer? ¿Por qué tiene que bajar el volumen de la tele cuando ha de contestar el teléfono?

Todas las mujeres del mundo se quejan de que sus maridos son incapaces de escucharles cuando están leyendo el periódico o mirando la televisión.

Este fenómeno tiene una explicación simple: el cerebro masculino está compartimentado y especializado. Es algo así como si cada función tuviera un pequeño cajón en el cerebro y que cada cajón no se comunicara para nada con los demás. El cuerpo calloso, la «correa de transmisión» que conecta los dos hemisferios, es de media un 10% más fino que el de las mujeres, y tiene un 30% menos de conexiones. Esto explica el que los hombres no puedan hacer dos cosas al mismo tiempo.



El cerebro masculino está compartimentado y sus hemisferios están claramente peor conectados que los del cerebro femenino

Esta característica «monotarea» propia de los hombres puede parecer restrictiva a las mujeres, pero es gracias a ella que el hombre puede llegar a ser especialista o experto en un área determinada. En el ámbito tecnológico, el 96% de expertos son hombres. Podemos decir que son excelentes en una especialidad determinada.

Asimilar la mentalidad «una cosa nada más» es uno de los progresos más importantes que una mujer puede hacer para comprender a los hombres. Es este parámetro el que explica por qué un hombre apaga la radio cuando se para a leer un mapa o a hacer marcha atrás en un aparcamiento. Si está en una rotonda y alguien le dirige la palabra en ese momento, hay muchas posibilidades de que se equivoque de salida. Si está trabajando con una herramienta puntiaguda y alguien llama por teléfono es bastante probable que se pinche. Si examina una imagen por resonancia magnética del cerebro de un hombre que está leyendo, descubrirá que está prácticamente «sordo». Acuérdesse también de no hablar a un hombre cuando se está afeitando, ¡corre el riesgo de cortarse!

Un hombre tiene diez veces más posibilidades que una mujer de provocar un accidente de tráfico si conduce hablando por el teléfono móvil.

El cerebro de las mujeres es «multitarea». La mayoría de las mujeres pueden hacer simultáneamente varias cosas que no tengan nada que ver, y los escáneres del cerebro femenino revelan que éste no está nunca «en reposo»; incluso cuando duermen, el cerebro está en activo. Por esto el 96% de las secretarías de dirección son mujeres. Las mujeres pueden discutir por teléfono, leer una nueva receta y ver la tele al mismo tiempo. Pueden conducir, escuchar una receta de cocina en la radio y memorizarla, y mientras tanto hablar por el móvil con el «manos libres». Si un hombre escucha la misma receta y su mujer le habla al mismo tiempo, ¡mejor será que vayan al restaurante a comer!

La estrategia más fácil a seguir: dele a un hombre las tareas de una en una. Obtendrá un resultado mejor y evitará enervarse. En los negocios, discuta los puntos de uno en uno y no pase al siguiente hasta que todos los hombres presentes aprueben la solución adoptada.

Y por último, no haga preguntas a un hombre cuando está haciendo el amor.

6. ¿Por qué los hombres se entusiasman tanto con los deportes?

Durante miles de años, los hombres han cazado en grupo con otros hombres mientras las mujeres se dedicaban a la cosecha y a la educación de los hijos. Los hombres buscaban, acorralaban a sus presas y utilizaban sus capacidades espaciales para conseguir el alimento. Hacia finales del siglo XVIII, las técnicas agrícolas modernas

sustituyeron definitivamente este modo de vida secular. Es, además, en el siglo XIX cuando los hombres inventaron casi todos los deportes modernos de pelota, como sustitutos de la caza. Esta especialización propia de cada uno de los sexos se puede ver desde la infancia, cuando las niñas se dedican a cuidar a sus muñecas y los niños juegan con las pelotas porque aprender a «cazar». De adultos, las mujeres cambiarán las muñecas por los niños de verdad, pero los hombres continuarán chutando el balón. En el fondo, nada ha cambiado apenas desde hace cien mil años: los hombres siguen cazando y las mujeres cuidando de sus hijos.

Ser aficionado de un club de fútbol permite a los hombres agregarse a una masa. Cuando miran a sus héroes sobre el terreno, se imaginan que están a punto de chutar el balón y de marcar goles, y por eso son tan emotivos durante los partidos y gritan cuando su equipo marca un gol.

El deporte posibilita el que los hombres formen parte de una multitud.

Cuando están en desacuerdo con una decisión, los aficionados insultan al árbitro (poco importa que hable otro idioma). «¿A esto le llamas fuera de juego? ¡Pobre idiota! ¡Ponte gafas!» Los hombres pueden acordarse de los goles de todos los partidos de años atrás. Son capaces de recordar todas las acciones decisivas y explicar qué habría hecho tal o cual jugador y qué habría pasado entonces. Después de la copa del mundo de fútbol que ganó Francia en 1998, no había prácticamente ningún hombre en ese país que no conociera los nombres de los jugadores franceses, del capitán (Deschamps) y de cómo habían marcado los goles. En este pequeño juego ¡jamás les traicionará la memoria! En cambio, pregúntele a un hombre los nombres de sus sobrinas, el apellido de su vecino o la fecha del día de la madre...

Un hombre puede emocionarse viendo un partido de fútbol, pero raramente se emociona con una relación afectiva.

La conducción de un vehículo requiere casi exclusivamente el uso de capacidades espaciales. La velocidad, los ángulos, los giros, los cambios de velocidad, la marcha atrás, los derrapes controlados, todo esto lo dominan los hombres. Están tan obsesionados por la conducción que pueden pasarse dos horas delante de la televisión siguiendo la Fórmula 1. Y cuando miran un combate de boxeo, se diría que son ellos los que están recibiendo los golpes. Las mujeres raras veces se obsesionan por este tipo de cosas.

Mi mujer me ha dicho que si continúo tan obsesionado con la PSG, me abandonará. La echaré de menos.

El mundo se ha vuelto desconcertante para los hombres: sus competencias cerebrales primitivas se han vuelto superfluas y las mujeres les hacen la competencia en todos los ámbitos. Ya no saben qué esperan de ellos las mujeres, ni qué modelos han de seguir. El deporte sigue siendo un punto de referencia inflexible a través del cual pueden asociarse a un equipo, es decir, a una multitud. Cuando un hombre mira un partido, se reencuentra con sus instintos más arcaicos, y la alegría que siente cuando su equipo gana es irremplazable: su trabajo casi nunca le da la misma alegría. Esto explica por qué los hombres que realizan tareas repetitivas y tediosas son los aficionados más fanáticos de sus equipos de fútbol, mientras que aquellos que describen su trabajo como estimulante y apasionante son los menos fanáticos. Esta pasión por el deporte explica también por qué un hombre prefiere comprar un nuevo juego de palos de golf a una mesa de comedor, que realmente hace falta, y un abono a un club de fútbol a unas vacaciones con toda la familia.

La solución

Si usted es mujer y su compañero está obsesionado por el deporte o por un hobby, tiene dos opciones: la primera interesarse usted también, iniciarse en su pasión, aprenderlo todo sobre ella. Acompáñele a ver un partido y se quedará sorprendida al ver que no es la única mujer que aprecia el ambiente del campo. Aunque no llegue a entusiasmarse por el fútbol, sus conocimientos impresionarán a sus amigos y usted hará nuevas amistades.

Otra posibilidad sería que aprovechara la obsesión de su marido por el deporte para pasar un rato con sus amigas y familia, ir de compras o emprender un nuevo pasatiempo. Celebre con dignidad los grandes acontecimientos deportivos con su pareja. Demuéstrele que lo que es importante para él también lo es para usted. No rivalice jamás con el deporte o la afición favorita de su hombre. Acompáñele o aproveche el tiempo para sus cosas.

7. ¿De qué hablan los hombres en el lavabo?

Empecemos por responder a la pregunta que todos los hombres se hacen a propósito de las mujeres: «¿Qué deben contarse las mujeres en el lavabo para ir todas juntas?». La respuesta es sencilla: hablan de todo y de todo el mundo. Explican dónde han pasado la noche, cotillean, se comparan con otras mujeres. «¿Has visto la chica del vestido rojo? ¡No tiene sentido del ridículo!». Hablan de hombres, de los que les gustan y de otros, de los problemas que tienen con su pareja, se dan consejos sobre cosméticos, belleza, peluquería. Si una de ellas parece deprimida las otras la animan. Las mujeres no dudan en hablarse a través de los tabiques de los lavabos, en pedirle a una desconocida que le

pase el rollo de papel, y prolongan la estancia en los lavabos hasta haber terminado el tema del que están hablando.

Para las mujeres, el lavabo es el equivalente al club social o a la consulta del psicólogo.

Volvamos ahora a nuestra pregunta inicial: ¿de qué hablan los hombres en los lavabos públicos? La respuesta es de nada. Absolutamente de nada. No hablan. Aunque vayan dos amigos juntos al lavabo su conversación se limita a lo mínimo. Además un hombre es incapaz de dirigirle la palabra a un desconocido en los lavabos públicos. Jamás, en ningún caso. Y menos aún en los lavabos cerrados. En estos lavabos, los hombres prefieren los tabiques que van desde el suelo hasta el techo para evitar cualquier interacción con los vecinos, en cambio las mujeres prefieren los separadores hasta la mitad para poder hablar y pasarse cosas.

He aquí una carta de un lector que describe bien el ambiente que puede reinar en los lavabos de hombres:

«Estaba conduciendo por la autopista cuando me paré en un área de descanso para ir al lavabo. El primero estaba ocupado, así que entré en el segundo. Acababa de sentarme cuando oí una voz justo a mi lado decir: «¡Hola! ¿Qué tal estás?». Yo nunca hablo con desconocidos en los lavabos públicos, pero esta vez no sé qué me pasó y respondí: «Bien».

El otro tipo continuó: «Y... ¿qué estas haciendo?».

Encontré la pregunta un poco incómoda pero le respondí: «Pues bien... lo mismo que tú, me dirijo al norte...»

Oí entonces al otro hombre susurrar: «Mira, prefiero telefonearte más tarde porque hay un idiota en el lavabo de al lado que responde a todas las preguntas que te hago».

Los hombres tienen también un ritual muy preciso a la hora de elegir el urinario. Si hay una fila de cinco urinarios libres, el hombre que entre elegirá el que más lejos esté de la puerta para estar lejos de los hombres que entren después. El siguiente elegirá el que más cerca esté de la puerta para estar lejos del primer hombre, y el tercero que entre se pondrá en el urinario de en medio. Si llega un cuarto hombre, preferirá meterse en el lavabo cerrado con puerta antes que orinar al lado de un desconocido que podría mirarle. Y los hombres miran siempre delante mientras orinan, sin decir nada y sin dirigirse la palabra. Nunca. En los lavabos públicos, la consigna de un hombre es: «La muerte antes que el contacto visual».

Para un hombre, orinar al lado de otro en los lavabos es casi tan incómodo como

encontrarse en un ascensor con un desconocido con la bragueta abierta y la cosa fuera.

CAPÍTULO 6

LOS MAYORES MISTERIOS DE LAS MUJERES REVELADOS A LOS HOMBRES



Un arqueólogo que excavaba en unos restos se cayó sobre una vieja lámpara polvorienta.

Al frotarla para limpiarla le salió un genio. «¡Me has liberado!», exclamó el genio. «Te concedo un deseo. Pídeme lo que quieras.»

El arqueólogo pensó un momento y respondió: «Querría un puente con una carretera que uniera Francia e Inglaterra».

El genio alzó la vista al cielo y gruñó: «¡Oye! Acabo de salir de la lámpara. Estoy muy cansado. ¿Sabes cuántos kilómetros separan Francia de Inglaterra? ¡Es técnicamente imposible! ¡Vamos, pídeme otra cosa!».

El hombre meditó un tiempo y después dijo: «Me gustaría saber comunicarme con las mujeres».

El genio, pálido, le preguntó: «¿La carretera la quieres de una o de dos direcciones?».

Si usted es hombre, este capítulo es uno de los más importantes del libro. Si lee

alguna información que le parezca imposible, algo muy probable, le sugerimos que la confirme con alguna mujer de su entorno, la que sea.

Durante más de diez años hemos recopilado y estudiado los resultados de las encuestas sobre la comunicación entre hombres y mujeres y nos hemos referido a las ciencias del comportamiento para intentar explicar las diferencias entre sexos. Y mejor aún, ¡hemos elaborado unas estrategias para salvar estas diferencias!

Hemos pasado nuestras encuestas a hombres de todas las nacionalidades y de todas las razas. Esto nos ha permitido responder por fin a las cinco preguntas más frecuentes que se hacen los hombres sobre el modo de comunicación de las mujeres, un enigma que sigue siendo fuente de diversión y perplejidad para la mayoría de ellos. He aquí las preguntas:

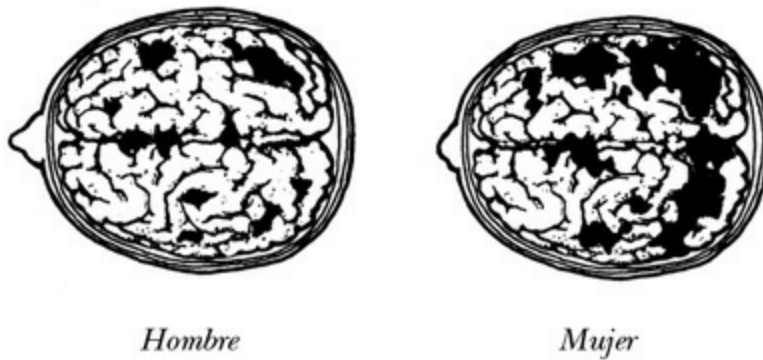
1. ¿Por qué las mujeres hablan tanto?
2. ¿Por qué las mujeres quieren hablar siempre de sus problemas?
3. ¿Por qué las mujeres tienen tendencia a exagerar?
4. ¿Por qué las mujeres se andan siempre por las ramas?
5. ¿Por qué las mujeres quieren saber siempre todos los detalles?

1. ¿Por qué hablan tanto las mujeres?

La impresionante capacidad de charlar de las mujeres es una de las cosas que los hombres son incapaces de entender. Este fenómeno ya lo tratamos con más detalle en *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* pero ahora, en este libro, haremos un breve resumen.

Las mujeres de la prehistoria vivían en grupos constituidos por otras mujeres y niños que cohabitaban en las cavernas. La capacidad de crear vínculos y relaciones de proximidad era esencial para su supervivencia. Los hombres, en cambio, preferían el silencio. Pasaban el tiempo sentados en las colinas, al acecho de sus presas. Las mujeres en sus actividades diarias hablaban constantemente para mantener sus vínculos. Cuando una banda de hombres volvía a la caverna con la caza o la pesca, nadie hablaba, por miedo a asustar a las presas. El hombre moderno que practica la caza o la pesca ha de mantener el silencio. Las mujeres modernas, cuando se encuentran entre ellas (o van de tiendas) continúan igual de habladoras. No necesitan una razón para hablar, ni un fin, lo hacen para establecer vínculos entre ellas.

He aquí las imágenes por resonancia magnética (IRM) de un hombre y de una mujer en plena conversación. Las zonas oscuras son las partes del cerebro solicitadas para esta actividad.



Zonas del lenguaje en el cerebro (Instituto de Psiquiatría, Londres, 2001)

Estas imágenes muestran que las funciones del lenguaje están muy desarrolladas en el cerebro femenino. En *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* demostramos cómo el cerebro femenino puede, sin esfuerzo, producir de 6.000 a 8.000 palabras al día. Comparado con el máximo de 2.000 a 4.000 palabras que pronuncia el hombre al día, entendemos por qué la capacidad de hablar de las mujeres supone tantos problemas en el seno de la pareja. Imagínese un hombre activo que haya agotado su reserva de palabras al mediodía y se encuentra por la noche con una mujer a la que ¡todavía le quedan entre 4.000 y 5.000 palabras! Dos mujeres pueden pasar un día juntas y hablar después una hora por teléfono, a lo que el hombre reaccionará indudablemente con un: «¿No podías haberle contado todo eso mientras estabas con ella?».

Estas diferencias en el desarrollo de las funciones lingüísticas en el cerebro explican que el índice de determinados problemas del habla varíe de manera significativa de un sexo a otro, por ejemplo, hay entre tres y cuatro veces más tartamudos que tartamudas, y diez veces más disléxicos que disléxicas.

El cerebro masculino está configurado para resolver problemas y aportar soluciones. Los hombres se sirven de la palabra para transmitir datos e información. La mayoría de los hombres no hablan más que cuando tienen «algo que decir», es decir, cuando deben comunicar datos, hechos o soluciones. Esto crea serios problemas cuando los hombres se comunican con las mujeres, puesto que el «discurso» es totalmente diferente. Para una mujer la palabra tiene una función de recompensa o de toma de contacto, o lo que es lo mismo, si aprecia o ama a alguien, si aprueba lo que él dice o quiere tranquilizarle, le hablará; si no le gusta, no le hablará.

El cerebro masculino está enfocado hacia la resolución de problemas.

El cerebro femenino está enfocado hacia los procesos.

Un hombre expone sus problemas personales a otro si cree que éste puede aportarle alguna solución. Tal como explicamos en el capítulo 6, el hombre se siente halagado cuando le piden su opinión y propone entonces una solución. En cambio, cuando una mujer habla, lo hace sobre todo para entablar relación con el otro, y no espera que le den ninguna solución. El hombre, pensando que la mujer le hace partícipe de sus problemas porque no sabe cómo resolverlos, la interrumpe para ofrecer sus sugerencias. No es de sorprender que ella se queje de tanta interrupción y de no poder expresar su opinión. Desde el punto de vista de la mujer, estas proposiciones de soluciones expresan la voluntad del hombre de tener siempre razón y de demostrarle que ella está equivocada. Ahora bien, cuando una mujer comparte sus problemas o sus emociones con alguien, está dando fe de la confianza que le tiene.

Si una mujer le confía sus problemas, no lo hace para que se compadezca, sino para demostrarle que confía en usted.

Lo contrario también es válido: si no le gusta alguien, si no está de acuerdo, o simplemente, si quiere que ponga mala cara, se callará. El silencio es utilizado por ellas como una forma de castigo perfectamente eficaz cuando lo utiliza con otra mujer. Pero esta estratagema no da ningún resultado con los hombres, ya que éstos apreciarán la paz y tranquilidad que reina de repente. Y si una mujer le amenaza: «¡No te hablaré nunca más!», tómese lo muy en serio, pero nunca al pie de la letra.

Para castigar, ella calla.

Para él es un alivio.

Si una mujer quiere castigar a un hombre, lo mejor que puede hacer es ahogarle en un mar de palabras, yéndose por los cerros de Úbeda.

Solución propuesta para los hombres

Es primordial que entienda que la mujer habla por hablar. El objetivo de su verborrea es sentirse mejor al contar su día y establecer un vínculo con el interlocutor. No tiene ninguna necesidad de soluciones. Lo único que usted, como interlocutor masculino, ha de hacer es escuchar y asentir. Lo que diga no tiene la más mínima importancia para ella, lo único que cuenta es su participación.

Solución propuesta para las mujeres

Cuando tenga que hablar con un hombre fije el momento propicio para hacerlo y dígame que lo único que ha de hacer es escuchar, no proponer soluciones. No intente castigarle con su silencio porque seguramente ni se dará cuenta. Lo único que él valora es tener un momento de tranquilidad para relajarse. Si tiene que tratar un problema con él, hágalo directamente, no se ande por las ramas.

2. ¿Por qué las mujeres quieren hablar siempre de sus problemas?

Las mujeres viven de media siete años más que los hombres, principalmente porque controlan mejor su estrés. Cuando un hombre quiere olvidar un día difícil lo hace perdiéndose en sus pensamientos o pasando a otra cosa. Su cerebro monotarea le permite concentrarse en las noticias de la televisión, en el riego del jardín, en una búsqueda en internet o en la construcción de la maqueta de un barco, pero de ninguna manera en sus problemas. Concentrándose en una sola cosa que no sea su preocupación del momento, conseguirá olvidarla. Un hombre estresado que no pueda entregarse a otra ocupación dejará lisa y llanamente de hablar e irá a refugiarse en su rincón, en búsqueda de una solución, arriesgándose con eso a interiorizar su estrés y que después se manifieste en forma de dolor de estómago o afecciones cardiovasculares —en el peor de los casos, ambos a la vez—. Las mujeres controlan su estrés hablando largo y tendido de sus problemas sin pretender con ello resolverlos. Hablar de sus problemas es, de por sí, una manera de aliviar su estrés. Si un hombre de repente empezara a hablar igual que una mujer, los otros hombres concluirían que ya no sabe dónde está y que busca soluciones... ¡que se apresurarían a proponerle!

Estudio del caso: Lisa, Joel y la disputa de medianoche

Al principio de su vida en común, Lisa y Joel reñían a menudo, unas riñas que tendían a prolongarse indefinidamente hasta bien entrada la noche porque Lisa había crecido con la idea de que una pareja no podía irse a dormir jamás enfadada y por tanto siempre tenía que reconciliarse antes. Por eso ella continuaba dándole vueltas al problema causante de la riña hasta el punto de provocar incluso un nuevo tema de disputa. Joel estaba desbordado. Habría preferido mil veces irse a dormir y no hablar del tema.

Lisa pretendía aliviar su estrés y llegar como fuera a un compromiso satisfactorio para ambos. Joel tenía la impresión de que daban vueltas sobre el mismo eje. Había ya agotado su reserva de palabras y no le importaba nada dejar el asunto como estaba.

Mi marido y yo habíamos decidido no irnos nunca a dormir sin antes haber resultado cualquier diferencia. En una ocasión, eso nos tuvo despiertos durante seis meses.

Los hombres no comprenden por qué las mujeres quieren ir hasta el final en una bronca, preferiblemente por la noche. Ahora bien, el cerebro femenino es un ordenador

de comunicación que domina los procesos. Las mujeres necesitan pasar por la criba todos los aspectos de sus actos y de sus sentimientos. Los hombres tienden más a encerrarse en su caparazón, prefieren reñir y abandonar la pelea cuanto antes, prefieren descender de su roca y pensar en otra cosa.

Las mujeres quieren hacer las paces y resolver cada una de sus peleas. Ellas opinan que hablar es bueno para todo el mundo, en cambio, los hombres consideran que hablar es la mejor manera de envenenar las cosas.

Existen dos teorías sobre las peleas con las mujeres.

Ninguna de ellas funciona.

Solución propuesta para los hombres

Cuando una mujer pasa un problema por la criba y le parece que no avanza, hablará y hablará para sentirse mejor. Escúchela con mucha atención y díglele que estará siempre a su lado para escucharla cuando lo necesite. Es mucho más fácil esto que intentar arreglar problemas que no existen, y además conseguirá muchos puntos con ella.

Si no se encuentra en condiciones de discutir en ese momento, pídale amablemente abandonar el tema y retomarlo cuando esté más calmado. Díglele: «Lo siento muchísimo, cariño, pero ahora mismo no puedo concentrarme en este problema. ¿Podríamos hablarlo mañana/la semana que viene, cuando haya tenido tiempo de reflexionar sobre él?».

Lo que las mujeres querían que los hombres supieran, regla n. 105: aquello que una mujer ha estado sosteniendo durante los seis u ocho meses anteriores, puede volverse perfectamente inválido en el transcurso de una disputa.

Este sistema tiene claramente muchas más posibilidades de éxito que no decir nada esperando que ella, al no tener argumentos, decida zanjar el tema. Imposible.

3. ¿Por qué las mujeres tienen tendencia a exagerar?

Todo el mundo exagera; la única diferencia es que los hombres exageran hechos y las mujeres exageran emociones y sentimientos. Un hombre puede exagerar sobre la importancia de su trabajo, su salario, el tamaño del pez que ha pescado, las prestaciones de su coche o el número de mujeres guapas a las que ha seducido. Las mujeres exageran sobre cómo ellas mismas u otros han conseguido vencer un problema personal o una disputa. El cerebro femenino se centra en las personas y fantasea sobre la vida y las

relaciones mucho más que el de un hombre, y la exageración en estos ámbitos es lo que añade salsa a sus conversaciones.

La exageración permanente es lo que da salsa a las conversaciones de las mujeres.

La tendencia general de las mujeres a exagerar términos y emociones está totalmente permitida cuando hablan con otras mujeres, ya que la exageración forma parte del comportamiento social femenino.

Muchas son las mujeres que sueñan con el caballero guapo y atractivo que les llevará al galope sobre su caballo, pero al final casi todas acaban liadas con el típico informático de piel marcada y llena de pecas al que han conocido una noche en una taberna con una cerveza en la mano.

Un estudio sociológico confirma que el primer sueño de las mujeres es tener dos hombres al mismo tiempo. En el sueño, uno de ellos cocina, el otro limpia.

Algunos ejemplos clásicos de exageración femenina:

«Te he pedido *miles de veces* que pongas a secar las toallas cuando están húmedas.»

«Estoy *siempre* obligada a encargarme de la casa y de los niños al mismo tiempo.»

«Cuando le vi llegar con esa ropa, ¡creí que me *moría*!»

«*Siempre* me haces la misma jugada.»

«¡No te dirigiré *nunca* más la palabra!»

Para un hombre, las exageraciones de una mujer pueden resultar frustrantes, en tanto que su cerebro masculino se ha de apoyar en los hechos para entender, y toma las palabras al pie de la letra. Por ejemplo, si él expresa un desacuerdo con ella delante de sus amigos, ella será capaz más tarde de reprocharle: «¡Me humillas *siempre*, no me dejas *nunca* expresar mi opinión! ¡*Siempre* haces lo mismo!». A lo que él, con toda su buena fe, responderá que no siempre lo hace diciendo: «¡No es verdad! ¡Ayer por la noche no lo hice, hace meses que no lo hago!». ¡Qué no ha hecho él! Ella rápidamente le recordará con fechas y lugares las circunstancias en las que él ha cometido el mismo delito, entonces él se marchará ofendido e indignado. Pero la cuestión no es si es culpable o no. Todo lo que ella quería era que él le manifestara su amor delante de sus amigos. Ella amplificó sus emociones y él argumentó sobre lo que creía que eran los hechos.

Para comunicarse las mujeres utilizan, además del habla, el lenguaje corporal, que revela las emociones de la mujer. En la mayoría de las conversaciones femeninas, el lenguaje corporal representa entre el 60 y el 80% de la comunicación. Desde la perspectiva de un hombre, las mujeres tienen la manía de agitar los brazos y utilizar toda clase de mímica cuando hablan, incluso por teléfono. También utilizan la entonación para dar sentido; las mujeres se comunican en una escala de cinco tonos de los que sólo tres son identificables por los hombres. Al final, las palabras no representan más que entre el 7 y el 10% del impacto del mensaje. Por consiguiente, las palabras no son primordiales, ya que una gran parte de la comunicación es no verbal. Además, a las mujeres no les molesta en absoluto recurrir a palabras que no tengan ninguna relación con la conversación; para ellas lo que cuenta son las emociones y los sentimientos, y el lenguaje corporal y la entonación son los primeros vectores de este tipo de comunicación.

La capacidad de las mujeres de inventarse historias

Si una mujer da vueltas y más vueltas a una escena en su cabeza, ésta puede llegar a convertirse en un recuerdo real. El párrafo siguiente ilustra bien esta confusión:

Lucas y yo habíamos quedado para cenar el sábado a las ocho de la noche en nuestro restaurante favorito. Ese día, Lucas fue a ver un partido de fútbol con sus amigos y yo lo pasé con mis amigas, a las que veía muy poco desde que había iniciado mi relación con él. Pasamos el día de tiendas, cotilleando y parloteando. Perdí la noción del tiempo y llegué al restaurante con un poco de retraso. Sabía que iba a ser una cena romántica, y estaba muy impaciente por encontrarme con él.

Cuando llegué al restaurante, él me estaba esperando mirando por la ventana, la mirada perdida. Me excusé por mi retraso, le dije que había pasado un día genial con mis amigas y le enseñé mis compras. Tenía un regalo para él –un magnífico par de gemelos de oro para su traje–. Cuando se lo di me dio las gracias entre dientes, los guardó en el bolsillo y se quedó ahí parado, sin decirme nada. Estaba tan raro que pensé que me estaba castigando por el retraso con su silencio. La conversación fue difícil y, a decir verdad, bastante aburrida. Tenía la sensación de que él estaba a miles de kilómetros. Al final, decidimos volver a casa a tomar el café.

En el coche no dijo ni una sola palabra, lo que me hizo convencer de que tenía un grave problema y no dejaba de pensar en ello. Decidí hablar cuando hubiéramos llegado a casa.

Cuando llegamos a casa, Lucas se fue directamente al salón y encendió la tele, pero se notaba que no le prestaba atención. Por su mirada podía decir que todo había terminado entre nosotros. Empecé a pensar que era cierta una cosa que ya había venido rondándome, que había otra persona. Y sabía quién era: Juliette, esa chica de su despacho que siempre lleva minifaldas y que se contonea cada vez que se cruza con él. Me toma por idiota si cree que no me he dado cuenta de cómo la mira, ¡con esa sonrisita

ridícula! Como si fuera ciega. Al final, me quedé un cuarto de hora sentada con él en el salón y me fui a dormir. Al cabo de diez minutos apareció Lucas y para mi sorpresa, me tomó entre sus brazos e hicimos el amor. Inmediatamente después, me dio la espalda y se durmió. Yo me sentía tan mal que no pude dormirme en varias horas. Tenía la sensación de que era el final de nuestra relación.

Me prometí a mí misma enfrentarme a la situación al día siguiente, exigir la verdad. ¿Quién era esa chica? ¿Era algo serio, o simplemente una aventura? ¿Por qué los hombres no pueden ser fieles? Lo único que sabía era que no podía continuar de esa manera...

Todos los pensamientos de Lucas de esa noche habían sido: «Inglaterra ha perdido, bueno, pero ha sido un partido genial».

Solución propuesta para los hombres

Si usted es hombre, tenga en cuenta la necesidad de exagerar que tienen las mujeres en una conversación de tipo afectivo y no se tome sus palabras nunca al pie de la letra. No le reproche nunca su dramatismo ni la contradiga delante de conocidos. Confórmese con afrontar el problema con objetividad y escuchar lo que dice sin explicarle lo que debería decir o pensar.

Solución propuesta para las mujeres

En cambio, si usted es mujer, tendría que saber que los hombres se toman las cosas literalmente. Haga el esfuerzo de ceñirse a los hechos y limitar sus exageraciones, sobre todo si se trata de temas profesionales donde una actitud de este tipo podría perjudicar los intereses de la empresa para la que trabaja.

4. ¿Por qué las mujeres se andan siempre por las ramas?

Los hombres siempre creen que las mujeres tienen un discurso impreciso y se andan por las ramas. Tienen la impresión de que están obligados a adivinar lo que ellas quieren o a leer su pensamiento. A esta forma de conversar se le denomina «discurso indirecto».

Esta carta de Philippe ilustra lo que un hombre suele sentir:

Mi mujer ha elevado el discurso indirecto a la categoría de arte. Ayer, por ejemplo, estaba trabajando en la cocina cuando de pronto dijo: «En la reunión de ayer mi jefa ha dicho... ¡No te comas el salami!».

¿Qué? –le grité desde el salón–. ¿Qué ha dicho tu jefa del salami?

¡Ella no, tú! –me rectificó en un tono desesperado–. ¡No te comas el salami, lo necesito!

Me quedé de piedra mientras intentaba reconstruir nuestro intercambio en mi cerebro y ella retomaba tranquilamente el hilo de su pensamiento, contándome la intervención de

su jefa.

Mi mujer no para de hacerlo. Tengo que estar siempre tirando piedrecitas blancas en la jungla de su discurso para retomar mi camino porque salta continuamente de un tema a otro. Es capaz de seguir cuatro o cinco pistas diferentes al mismo tiempo con una soltura perfecta mientras yo me desvivo por seguirla. Sus amigas no tienen ningún problema, pero mis dos hijos y yo acabamos con dolor de cabeza. ¿Cómo puede, una mujer tan inteligente, ser tan dispersa cuando habla?

«¿Quieres ir al cine esta noche?», me pregunta un día. Me sorprendió que lo propusiera ella, pero le dije que no, que tenía cosas que hacer en el garaje. Tardé más de una hora en darme cuenta de que no me dirigía la palabra. Le pregunté si había algún problema y ella me dijo que no, pero continuaba en silencio. Después de mucho insistir, se puso a llorar y me dijo entre sollozos: «¡Nunca me llevas al cine!». Vaya, pero si creía que era yo el invitado, y no ella.

Hoy, mientras llevaba la ropa a lavar, le he dicho: «Tengo que ir a la ferretería».

Después me he pasado más de media hora en el garaje, arreglando una máquina, moviendo unos cartones y limpiando una estantería. He repasado mentalmente la lista de cosas que tenía que hacer cuando volviera de la ferretería. Cuando he vuelto a casa, ella ha levantado la vista de sus papeles y me ha preguntado: «¿Por qué?».

– ¿Qué? ¿Por qué qué?

– ¿Qué te falta?

– ¡Nada! ¿De qué hablas?

– Si no necesitas nada, ¿por qué vas a la ferretería?, ha exclamado cruzando los brazos en una de esas actitudes tan conocida por los hombres casados, como queriendo decir: «¿Es ese lío que tienes con esa, no?».

Lo que pasa es que hacía rato que yo ya estaba pensando en otra cosa. Había dejado el tema de la ferretería aparcado, pero para ella seguía en suspense y por eso lo había dejado en lo alto de la pila de sus pensamientos, y se imaginaba que yo también.

Todo el tiempo que hemos estado intentando aclarar el tema, ella ha estado convencida de que yo no la escuchaba, y yo estaba medio convencido de que tenía razón. «Bueno, vamos, hablaremos de todo esto enseguida, cuando me haya acabado el bocadillo de salami».

Las mujeres siempre tienen el recurso del discurso indirecto. Tienen tendencia a sugerir lo que quieren o a insinuar las cosas. Además, la mujer de Felipe sigue diferentes pistas a la vez, algo que confunde totalmente a su marido.

La función del discurso indirecto es tejer una relación con los otros evitando la agresión, la confrontación o el conflicto. En tiempos prehistóricos permitía a las mujeres evitar desacuerdos entre ellas y fomentar los vínculos sociales eliminando comportamientos dominantes o agresivos. De aquí la tendencia de las mujeres a

preservar la armonía.

Cuando las mujeres utilizan el discurso indirecto entre ellas, no suelen tener problemas, porque saben descifrar los mensajes implícitos. En cambio, este mismo discurso puede tener un efecto catastrófico con los hombres. Ellos prefieren el discurso directo y entienden las cosas al pie de la letra. Ya hemos visto que al haber estado el hombre vinculado a la caza, su cerebro se ha convertido en una herramienta monotarea. A los hombres les desconcierta el carácter desestructurado y confuso de la conversación de las mujeres. «Pero, ¿de qué estás hablando?», acaba por preguntarle el hombre a su mujer, algo desesperado. «¿Cuál es el objetivo de esta conversación?», y «¡Ve al grano!». Después ellos van a hablarles como si ellas fueran un poco retrasadas en lugar de cortarles diciendo: «Hemos hablado ya decenas de veces de este tema», «¿Cuánto tiempo más va a durar este tema?» y «Esta conversación es penosa. No nos lleva a ninguna parte».

El discurso indirecto en el ámbito profesional

La utilización del discurso indirecto en el trabajo con hombres que tienen dificultades para seguir una conversación indirecta y multidireccional podría provocar problemas. Para tomar una decisión, necesitan que se les presenten las cosas de una forma clara, lógica y estructurada. Una mujer podrá ver rechazadas sus ideas o demandas simplemente porque su jefe no haya entendido el verdadero objeto de su demanda. El caso de María es típico de este fenómeno.

Tras seis meses de negociaciones, María finalmente tiene la oportunidad de presentar el nuevo plan de publicidad de su empresa a un cliente importante del sector financiero. El equipo al que tiene que convencer se compone de ocho hombres y cuatro mujeres, el presupuesto asciende a 200.000 euros y tiene 30 minutos para presentarlo. Ella sabe que no tendrá una segunda oportunidad. El día señalado, María llega impecablemente vestida con un vestido ajustado, ligeramente maquillada, con el pelo recogido, sabiéndose la presentación hasta el punto de poder recitarla en sueños.

Al principio de su exposición, sin embargo, se da cuenta de que los hombres no reaccionan y deduce que su opinión es negativa, por lo que empieza a multiplicar las direcciones de su presentación con la esperanza de recuperar su interés; retrocede sobre las diapositivas, utiliza el discurso indirecto y se esfuerza en subrayar las relaciones entre esto y aquello. Las mujeres le animan con sus sonrisas, con su mímica y algunas demostraciones de que están escuchando del tipo «Sí, sí», «Es cierto», «Sí, bastante». María, motivada por sus reacciones, se dirige cada vez más a ellas, abandonando inconscientemente a los hombres. Transforma toda su presentación en un verdadero ejercicio de malabarismo. Al final sale convencida de haber estado brillante e impaciente por recoger la reacción del cliente.

Conversación de los hombres durante la pausa del café, después de la presentación de María:

Director de marketing: «¿Vosotros habéis entendido algo de lo que nos ha contado?».

Director general: «No. Me ha liado un montón. Pidámosle que nos envíe la presentación por escrito».

María había multiplicado las direcciones de su presentación y había utilizado el discurso indirecto con un grupo de hombres que no tenían la menor idea de lo que decía ni de la relación que había entre los diferentes argumentos.

Las mujeres habían entendido la presentación y habían participado haciéndole preguntas, pero ningún hombre había osado levantar la mano para decir que no la había entendido. Las mujeres tienen que saber que si un hombre no las sigue, pondrá cara de haberle entendido antes de pasar por un imbécil.

Aunque un hombre no entienda el discurso profesional de una mujer, pondrá cara de entenderlo.

En la vida privada, las mujeres suelen esperar que el hombre entienda, descifre y siga el discurso indirecto, pero no suele ser el caso.

Independientemente de la edad del hombre, es importante que la mujer se dirija a él con un discurso directo, es decir, que le dé fechas, programas, respuestas claras y precisas, y que no le presente más de una tema a la vez. María está todavía esperando una respuesta...

El discurso indirecto en casa

Cuando una mujer dice...

«Tenemos que hablar»

«Necesitamos...»

«Lo siento»

«Tú has de decidir»

«No estoy enfadada»

«Tienes que aprender a comunicarte»

«¿Me amas?»

«Estás adorable esta noche»

Quiere decir...

«Tengo un problema»

«Quiero...»

«Más lo sentirás tú»

«Siempre y cuando yo esté de acuerdo»

«No poco, no estoy enfadada»

«Tienes que compartir mi opinión»

«Querría algo caro»

«¿No piensas más que en el sexo?»

«¿De verdad me quieres?»

«He hecho una cosa que no te gustará»

«Sé romántico, apaga la luz...»

«Tengo las piernas flácidas»

Estudio del caso: Bárbara y Alberto

Bárbara iba a hacer clases con sus amigas y quería que su hijo de 16 años, Alberto, limpiara la cocina.

—Alberto, ¿puedes, por favor, limpiar la cocina? —le preguntó.

—Bueno... vale... —masculló él.

Cuando volvió, parecía que por la cocina hubiera pasado un ciclón. Estaba incluso peor que cuando se había ido. La madre se puso histérica y él se defendió diciendo:

—¡Pero es que lo iba a hacer antes de salir esta noche!

El problema en este caso viene de que ha recurrido al discurso indirecto. Supuso que Alberto entendería que la cocina tenía que estar lista para cuando volviera. Bárbara había preguntado si podía limpiar la cocina. Ningún adolescente tiene ganas de limpiar la cocina, Alberto tampoco. Una pregunta indirecta poniendo un tiempo límite explícito, como, por ejemplo, «Alberto, por favor, limpia la cocina antes de que yo vuelva a casa al mediodía», tendría más posibilidades de éxito.

Otra noche, le dice Bárbara a su hijo: «Querría que estuvieses una hora centrado en tus deberes antes de irte a dormir». Este enfoque indirecto que tiene éxito con las chicas, es totalmente inútil a la hora de dirigirse a los chicos. El cerebro de un chico entiende los deseos de su madre, pero si no recibe una orden concreta no responde adecuadamente. Y si Bárbara se lo encuentra al cabo de un rato escuchando la radio o mirando la televisión seguro que se enfada. Una orden directa, concreta, precisando el qué y el cuándo es la única forma de que un chico te haga caso.

«Alberto, quiero que pases una hora centrado en tus deberes y vendré a decirte buenas noches antes de que te acuestes.» Las órdenes precisas dejan poco espacio a los malentendidos y los chicos prefieren las instrucciones claras. Muchas mujeres encuentran el discurso directo demasiado agresivo o conflictivo, lo cual podría ser cierto en el caso de que se dirijan a otras mujeres, pero si va dirigido a un hombre está totalmente permitido porque coincide precisamente con su modo de comunicación.

Solución propuesta para las mujeres

Usted está acostumbrada a utilizar el discurso indirecto para establecer vínculos con otras mujeres. Pero con los hombres, es el discurso directo el que se impone. Quizá al principio le costará un poco, pero con la práctica, verá como obtiene resultados y reduce el número de enganchadas con los hombres de su entorno.

Solución propuesta para los hombres

Si su mujer le habla y usted se cansa de seguir el hilo de la conversación, pruebe de escuchar simplemente sin proponer ninguna solución. En el peor de los casos, fíjese un límite temporal: «Me gustaría ver las noticias de las nueve, cariño, pero hasta entonces soy todo oídos». Con un poco de suerte, ella acabará callándose, satisfecha y aliviada, sin que usted haya tenido que hacer gran cosa.

Uno de nuestros lectores nos ha enviado un *Diccionario de expresiones indirectas empleadas por las mujeres*, en el que recoge todas las expresiones que le llegan en el transcurso de una disputa. He aquí algunos ejemplos:

«**Muy bien**». Una mujer emplea esta expresión al final de una pelea cuando está convencida de tener la razón y quiere que él se calle.

«**Cinco minutos**». Representa cerca de media hora. Es un poco el equivalente a los cinco minutos que quedan de un partido de fútbol cuando el hombre tiene que sacar la basura.

«**Nada**». Significa «algo». Si le pregunta a una mujer qué le pasa y responde «nada» es que está a punto de estrangularle. «Nada» significa normalmente el principio de una pelea que va a durar «cinco minutos» y que acabará con un «muy bien».

«**¡Vete!**» (Frunciendo el ceño). Es un desafío que tendrá como consecuencia que la mujer se enfadará a propósito del «nada» y concluirá con un «muy bien».

«**¡Vete!**» (Sin fruncir el ceño). Significa: «Abandono» o «haz lo que quieras, yo me largo». Generalmente va seguido de un «¡vete!» (*frunciendo el ceño*) al cabo de cinco minutos, después de un «nada» y de un «muy bien». Ella le volverá a dirigir la palabra al cabo de «cinco minutos», cuando esté más calmada.

Gran suspiro. Significa que ella le toma por un idiota y se pregunta por qué pierde el tiempo discutiendo con él sobre «nada».

«**¿Ah...?**», al principio de la frase. «¿Ah...?» quiere decir generalmente que le ha pillado una flagrante mentira. Por ejemplo: «¿Ah...? He hablado con tu hermano de lo que hiciste ayer por la noche», o «¿Ah...? Y me lo tengo que creer, ¿no?». Ella continuará diciéndole que está «muy bien» mientras sacude toda su ropa por la ventana. Pero no intente salirse encerrándose en la mentira o se ganará un «¡vete!» (*con el ceño fruncido*). En un momento u otro, en el futuro próximo, pasará un cuarto de hora horrible.

«**Te lo ruego...**». Se trata de una invitación a hablar. Una mujer le da la posibilidad de tramar una excusa o razón para justificar algo que ha hecho. Si usted no dice la verdad, obtendrá un «no importa» al final.

«**¿De verdad?**». Ella no se cuestiona la veracidad de lo que usted ha dicho, le está diciendo que no se cree ni una sola palabra, le propone que se explique y le ofrece un «te lo ruego...». Después de que usted le haya dado todo tipo de excusas más fuertes y

sarcásticas vendrán los «¿de verdad...?», condimentados con el «¿ah...?», el fruncimiento del ceño y un gran suspiro final.

«**Bien, gracias**». Una mujer dice esto cuando usted se ha pasado de la raya. Indica que le ha ofendido enormemente y precede a un «gran suspiro». Si después del «gran suspiro» le pregunta qué pasa, ella le responderá «nada». La próxima vez que le dejará acercarse será «algún día...», lo cual tiene muchas posibilidades de ser «nunca más».

5. ¿Por qué las mujeres quieren saber siempre todos los detalles?

Una noche, Benito está leyendo el periódico y suena el teléfono. Descuelga, escucha unos diez minutos durante los cuales emite algún gruñido y dice: «Vale, de acuerdo. Además...», cuelga y retoma la lectura.

—¿Quién era? —le pregunta Natalia, su mujer.

—Roberto, un compañero de clase —responde Benito.

—¿Roberto? ¡Pero si no le has visto desde el colegio! ¿Cómo está?

—Muy bien.

—Y... ¿Qué te ha contado? —sigue ella.

—No demasiado... Está bien... Va tirando —responde Benito con ese tono que adoptan los hombres cuando quieren que les dejen leer tranquilos.

—¿Eso es todo lo que te ha dicho después de diez años? ¿Tirando? —insiste ella asombrada.

Entonces ella empieza a cocinar sin dejar de pensar en la conversación y preocupada por conocer más detalles. Desde el punto de vista de Benito la conversación ha terminado, pero Natalia quiere saber más.

Para Benito la historia es sencilla: Roberto dejó la escuela a los quince años y encontró un trabajo de vigilante para ayudar a su madre, que tenía depresión desde que se enteró de que su marido era transexual y quería abandonarla para ir a vivir con su hermano. Acabó suicidándose y Roberto cayó en las drogas para olvidar. Después trabajó como tragador de sables en el Circo de Moscú. Tras perder los testículos en un accidente ocurrido durante un número de circo, se alistó a la legión extranjera antes de hacerse misionero en Afganistán. Allí fue arrestado por proselitismo, después liberado con la condición de hacerse esclavo de los talibanes. Huyó una noche escondido en un camión cisterna y regresó al país con su nueva esposa, una exprostituta lesbiana que había conocido al vuelo y quería llevarla a África para crear una leprosería —eso es lo que quería hacer cuando fue excarcelado después de que se le declarara inocente de un delito de asesinato—. Con sus siete hijos brasileños que había adoptado, se hizo vegetariano y Testigo de Jehová, y se encontraba en plena forma... Eso es todo, nada de especial excepto que estaba muy bien.

Para Benito era así de simple. Lo principal era que Roberto estaba bien –no veía por qué había que rebobinar toda su historia–. Pero Natalia no puede dejar de acosarle hasta conocer toda la historia, con todos los detalles...

Esta conversación saca a relucir una diferencia esencial entre el cerebro masculino y el femenino. Para los hombres, los detalles no tienen ninguna importancia y por eso se limitan a transmitir lo esencial. Ahora bien, una mujer piensa que si un hombre le habla poco, es que no le quiere, ya que según ella las palabras sirven para afianzar una relación. Y a la inversa, un hombre piensa que una mujer que habla mucho es que intenta ponerle en cuestión.

Las mujeres están programadas para sonsacar los detalles

En su posición de protectora de la familia, la mujer tenía que rodearse de un círculo de amigos que pudieran cuidar de ella en caso de que el hombre no regresara de la caza o el combate. El grupo representaba para ella algo así como su policía. Su supervivencia dependía, pues, de su capacidad de establecer lazos con los otros miembros, lo cual implicaba conocer todos los detalles de la condición de cada individuo y de su familia, e interesarse activamente por ellos.

Cuando una pareja discute después de asistir a una recepción, la mujer sabrá a qué se dedican todos aquellos con los que ha hablado, sean miembros de su grupo social o de su familia. Conocerá sus sueños, sus objetivos, su estado de salud y el de sus allegados. Sabrá dónde tienen pensado pasar las vacaciones sus amigos y qué notas han sacado sus hijos. Los hombres, en cambio, sabrán qué «juguetes» nuevos les han ofrecido sus amigos, habrán inspeccionado con todo detalle el nuevo deportivo de Bruno, habrán discutido los mejores rincones para la pesca, las tácticas más eficaces contra el terrorismo, y habrán comentado la última victoria de Inglaterra contra Alemania... ¡Ah!, casi me olvido, también sabrán la última broma sobre los tipos que han naufragado en compañía de Elle MacPherson. Pero no sabrán gran cosa sobre la vida privada de los invitados, son las mujeres las que se lo contarán todo al llegar a casa.

No es que las mujeres sean indiscretas... Aunque... Es que la supervivencia a largo plazo forma parte del «disco duro» de su cerebro y les impulsa a querer conocer a cada persona de su grupo, a saber qué hace y en qué puede serle útil.

Solución propuesta para los hombres

Si usted es hombre tendrá que comprender que la curiosidad de una mujer por los detalles personales está inscrita en su cerebro y su finalidad es la de establecer relaciones sociales. Cuando hable, pues, con una mujer, intente darle más detalles de los que le daría espontáneamente. Póngase un calzado cómodo, llévela a dar un largo paseo y deje que hable. Esto, además, le ayudará a mantenerse en forma. No olvide que no le pedimos que se concentre ni que dé respuestas. Usted no ha de hacer el más mínimo esfuerzo.

Solución propuesta para las mujeres

Si usted es mujer, sea consciente de que la acumulación de detalles desconcierta a los hombres o les aburre a morir. En las reuniones de trabajo, vaya directa al grano, sea clara y concisa. Además, cuando tenga que hablar con un hombre, fije un momento y un tiempo concreto, y precísele que no tendrá que proponer soluciones, simplemente escuchar. Por último, absténgase de preguntarle: «¿Me estás escuchando?», o, «¿Qué acabo de decirte?».

CUARTA PARTE

PLANETA SEXO... ¡Y MÁS SI HAY AFINIDADES!

CAPÍTULO 7

¿DÓNDE ESTÁ EL AMOR EN TODO ESTO?



La unión monógama, es decir, de un hombre y una mujer, es el concepto general de vida de los humanos desde mucho tiempo atrás. Suele ser un acuerdo por el cual un hombre mantiene a su mujer favorita, o a sus mujeres favoritas, si es capaz de alimentarlas, por no hablar de un número incalculable de coitos furtivos por aquí y por allá. El matrimonio moderno es una invención de la moral judeocristiana que tiene un objetivo claro: el reclutamiento. Por medio de convencer a dos adultos que se comprometan bajo un conjunto de reglas y leyes, exigiéndoles obediencia y sumisión a un Dios superior, consiguen que los progenitores que nazcan de este matrimonio adopten automáticamente la religión de sus padres.

El matrimonio tiene su lado bueno. Nos enseña sobre la lealtad, el sentimiento de filiación, la tolerancia, la represión y otras cualidades a las que, a lo mejor, no daríamos tanta importancia si no nos casáramos.

De todas formas, desde el momento en que una actividad humana, sea la que sea, está sujeta a una serie de rituales sofisticados y declaraciones públicas, suele ser contraria a nuestra biología, y tiene como finalidad hacer que la gente haga algo que de forma natural no haría. Los pájaros, por ejemplo, no tienen necesidad de una ceremonia elaborada para «casarse», es su estado biológico. Insistir a un animal polígamo como el carnero que acepte contraer matrimonio con una sola oveja sería del todo ridículo. Por supuesto, no quiero decir con esto que el matrimonio no tenga su lugar en la sociedad moderna, nosotros mismos, los autores, estamos casados, pero sí que es importante entender la historia del matrimonio y su relación con nuestra biología.

Entonces ¿qué ventaja tiene el matrimonio para los hombres? Si hablamos en términos elementales de la evolución, ninguna. El hombre es como el gallo que necesita esparcir su semilla genética al máximo y, sin embargo, la mayoría de los hombres continúan casándose y los divorciados se vuelven a casar o a vivir en un estado casi marital. Todo esto se debe a la importante capacidad que tiene nuestra sociedad de refrenar a los hombres de que adopten costumbres biológicamente ligeras.

El sexo es para las mujeres el precio que han de pagar para casarse. El matrimonio es para los hombres el precio que han de pagar para tener sexo.

Cuando se les pregunta a los hombres: «¿Qué puede aportarte el matrimonio?», casi todos mascullan cualquier cosa sobre el hecho de tener un refugio cálido y seguro, alguien que les haga la comida y les planche la ropa. En resumen, lo que quieren es tener a alguien que sea un cruce entre su madre y una señora de servicio. Sigmund Freud dijo que la mayoría de los hombres tienen una relación madre/hijo con sus mujeres. Tan sólo el 22% de los hombres definen a su pareja femenina como su mejor amiga. El mejor amigo de la mayoría de los hombres suele ser otro hombre, porque ambos comprenden mejor el proceso de pensamiento del otro. Cuando se les pregunta: «¿Quién es tu mejor amigo?», el 86% de las mujeres afirma que es otra mujer, y es lógico, porque disponen de las mismas conexiones cerebrales.

Cuando están avanzando por el pasillo central de la iglesia, dirigiéndose hacia su prometida, muchos son los que consideran ese acto como el principio de la provisión sin fin de sexo a demanda, pero esta expectativa, que nunca se discute antes del matrimonio, no es igual para las mujeres. Las encuestas revelan que los hombres casados hacen más veces el amor que los solteros. De hecho, la mitad de los hombres casados de entre 25 y

50 años lo practican de media tres veces por semana, cuando sólo la mitad de los solteros consiguen este ritmo semanal siendo el promedio en estos últimos de menos de una vez por semana. En 1997, el 21% de los solteros australianos no había tenido relaciones sexuales durante el año en el que se realizó la encuesta, tampoco las habían tenido el 3% de los casados. Ya hemos comentado que el sexo es una cosa maravillosa para la salud en general. Los hombres no casados o viudos tienen una tasa de mortalidad prematura más elevada que la de los casados.

¿Por qué las mujeres necesitan la monogamia?

A pesar de que, desde un punto de vista legal, el matrimonio se ha convertido en las sociedades occidentales en el tigre desdentado (¿de papel?), sigue estando en el puesto más alto de las ambiciones de las mujeres, y el 91% de la gente continúa casándose. Esto se debe al hecho de que, para la mujer, el matrimonio constituye una declaración ante el mundo de que un hombre la considera «particular» o «especial» y quiere tener con ella una relación monógama. Este sentimiento de ser «especial» tiene un efecto espectacular sobre la actividad química del cerebro de una mujer. Hay estudios que demuestran que el número de orgasmos de una mujer es entre cuatro y cinco veces mayor en un lecho matrimonial, y entre dos y tres veces mayor en una relación monógama.

Entre las personas de más edad existe la sensación de que el matrimonio es una institución pasada de moda para los jóvenes. Un estudio realizado en 1998 a 2.344 estudiantes de ambos sexos de entre 18 y 23 años llegó a la conclusión de que no es así. Cuando fueron interrogados sobre su compromiso, el 84% de las mujeres y el 70% de los hombres declararon que acabarían casándose tarde o temprano. Sólo un 5% de los hombres y un 2% de las mujeres consideraban que el matrimonio era una institución anticuada.

El 92% de individuos de ambos sexos afirma que la amistad es más importante que las relaciones sexuales. El 86% de las mujeres defiende la idea de estar casada toda la vida con la misma persona, mientras que el porcentaje de hombres es algo inferior, un 75%. Tan sólo el 35% de las parejas tiene la sensación de que las relaciones actuales son mejores que las que tuvieron la generación de sus padres. La fidelidad figura en primer lugar de las prioridades de las mujeres: el 44% de mujeres de menos de 30 años afirman que pondrían fin a su relación por una infidelidad probada. Podemos concluir, pues, que cuanto más joven es una mujer, más dura es con respecto a los hombres «aventureros», y más importantes son la fidelidad y la monogamia en su escala de valores.

Es un hecho que la mayoría de los hombres no llegan nunca a entender. Ellos creen que una pequeña aventura no afectará a su relación porque no tienen ningún problema para distinguir entre sexo y amor. Pero para las mujeres, el sexo y el amor van entrelazados. Una relación estrictamente sexual con otra mujer podría ser considerada como la última de las traiciones y una buena razón para poner fin a una relación.

Por qué los hombres eluden el compromiso

Un hombre casado o que tiene una relación seria se inquieta siempre en silencio pensando en que sus colegas solteros hacen el amor y se divierten más que él. Se imagina fiestas de solteros endiablados, «apareamientos» sin compromiso y jacuzzis llenos de *top models* desnudas. Se angustia pensando en las oportunidades que ha tenido a su alcance y que ha dejado escapar. Poco le importa saber que cuando él era soltero, tales ocasiones nunca se presentaban. Ha olvidado por completo todas las noches que ha pasado solo, comiendo sardinas de la lata directamente, las veces que ha sido humillado por las mujeres que le han rechazado una y otra vez delante de sus amigos y los largos períodos de abstinencia sexual. No puede dejar de pensar en que el compromiso es igual a ocasiones perdidas.

Los hombres prefieren esperar a «pillar» a la pareja perfecta, pero en general, lo único que consiguen «pillar» es más edad.

¿Dónde se esconde el amor en el cerebro?

La antropóloga norteamericana Helen Fisher, de la universidad Rutgers, de Nueva Jersey, ha efectuado estudios innovadores gracias a la utilización de escáneres cerebrales para localizar el amor en el cerebro. Aunque sus estudios están todavía en una fase preliminar, ha conseguido ya localizar tres tipos de emoción en el cerebro: el deseo, el entusiasmo y el apego. Cada uno de estos sentimientos tiene su propia química cerebral específica que excita al cerebro cuando su propietario se siente atraído por alguien. En términos biológicos podemos decir que estos tres componentes del amor han evolucionado para realizar la función vital de asegurar la reproducción. Una vez está en marcha la concepción, el sistema se desactiva y el proceso amoroso se detiene.

La primera etapa, el deseo, es la atracción física y no verbal que aparece primero. Según la doctora Fisher, «el entusiasmo es un estado durante el cual una persona invade tu cerebro sin que puedas expulsarlo. Tu cerebro se concentra en las cualidades positivas del ser querido y oculta su lado malo».

El objetivo del entusiasmo es que el cerebro establezca un vínculo con una pareja potencial. Es una emoción tan potente que provoca una euforia increíble, pero si la persona es rechazada, el desespero que provoca podría ser inmenso, hasta el punto que podría convertirse en una obsesión, o acabar, en casos muy extremos, con la muerte de la persona. En la fase del entusiasmo el cerebro libera diferentes productos químicos que provocan una sensación de alegría. La dopamina nos da sensación de bienestar, la feniletilamina aumenta el nivel de excitación, la serotonina crea un sentimiento de estabilidad emocional y la noradrenalina induce la sensación de que podemos llegar a cualquier cosa. Un adicto al sexo es una persona que vive un fenómeno de adicción al

cóctel hormonal del estado del entusiasmo y que quiere mantenerse permanentemente en ese estado. Pero el entusiasmo es un sentimiento temporal que dura, de promedio, de tres a doce meses, aunque la mayoría de la gente lo denomina amor. De hecho, se trata de una artimaña biológica que la naturaleza nos impone para garantizar que un hombre y una mujer estén juntos suficiente tiempo para procrear. El peligro de este estado es que los amantes creen que sus deseos sexuales casan perfectamente, pero únicamente porque hacen el amor como los conejos. Las verdaderas diferencias entre sus deseos sexuales no se revelarán hasta el final del estado del entusiasmo y el principio del estado del apego.

El entusiasmo es una astucia biológica de la naturaleza para asegurar que un hombre y una mujer estarán juntos suficiente tiempo para procrear.

Cuando la realidad se adelanta al entusiasmo, puede ocurrir que alguno de los dos individuos rechace al otro (o ambos a la vez), o que surja el apego, cuyo punto central será un vínculo de cooperación que durará el tiempo suficiente para criar a los hijos.

Con el avance de las investigaciones y el progreso en el ámbito de la imagen médica, la doctora Fisher espera dar pronto con una fórmula para encontrar la sede del amor y de las emociones en el hombre y la mujer. El hecho de comprender estos tres estados permite abordar mejor el estado del entusiasmo y estar preparado para superar sus posibles inconvenientes.

El amor: por qué los hombres se derrumban y las mujeres lo superan

Se dice que el amor es perturbador y desconcertante, y lo es, sobre todo para los hombres. Están llenos de testosterona hasta los ojos, lo cual les conduce fácilmente a la fase lujuriosa del amor. Durante la fase del entusiasmo, los hombres están tan excitados por la testosterona que la mayoría son incapaces de distinguir su izquierda y su derecha. Cuando la realidad llama a la puerta, puede hacerlo de manera violenta. Esa mujer que tan excitante e inteligente le parecía la noche anterior, quizá no lo sea tanto a la mañana siguiente cuando salga el sol. En cambio, la mujer domina mejor su nivel de testosterona y en su cerebro los centros de la emoción y de la razón están mejor conectados, por lo que le costará menos apreciar si un hombre es o no una buena pareja. Por esto, casi siempre son ellas las que rompen con sus parejas mientras ellos se quedan descompuestos pensando en qué ha pasado. En una separación, las mujeres son amables incluso cuando son ellas las que toman la decisión. En las cartas de despedida que mandan a veces las mujeres a los hombres cuando les dejan, algunas concluyen con el dibujo de una cara sonriente como queriendo decir que siempre les amarán.

Por qué los hombres no saben decir «te quiero»

Decir «te quiero» no ha sido nunca un problema para una mujer. Las conexiones cerebrales de la mujer están llenas de sentimientos, de emociones, de comunicación y de palabras. Una mujer sabe cuándo se siente querida, y cuando está en el estado de apego es cuando ella está más cariñosa. Pero para un hombre las cosas no son así. Un hombre no está seguro de qué es el amor, y es bastante probable que confunda lujuria y entusiasmo con amor. Lo único que sabe es que no puede dejar de acariciarla y piensa que eso es el amor. Su cerebro está cegado por la testosterona, tiene una erección permanente y es incapaz de reflexionar. Muchas veces, han de transcurrir varios años para que el hombre admita que estaba enamorado, pero siempre lo hará *a posteriori*, de manera retrospectiva. Las mujeres saben enseguida cuándo no hay amor, y por eso son ellas las que ponen fin a las relaciones en la mayoría de los casos.

Hay muchos hombres que hacen del compromiso una verdadera fobia. Se asustan ante la idea de pronunciar la palabra con mayúsculas y que les comprometa para el resto de su vida. Esto significa para ellos el fin de toda posibilidad de conquistar a las *top models* lascivamente instaladas en el jacuzzi.

Las mujeres saben cuándo ya no hay amor. Por eso suelen ser ellas las que ponen fin a las relaciones.

Una vez ha dado el paso y ha dicho «sí, quiero», querrá decírselo a todo el mundo y en todas partes. Sin embargo, la mayoría de los hombres no notan el aumento del número de orgasmos de la mujer después de que él haya dicho que sí al compromiso.

Cómo pueden los hombres distinguir entre amor y sexo

Es raro que un hombre felizmente casado tenga una aventura, pero no lo es tanto en hombres «viajeros» felizmente casados. Más del 90% de las relaciones extramatrimoniales son cosa de hombres, pero en el 80% de los casos son ellas las que ponen fin a la relación. Esto tiene que ver con el hecho de que en cuanto la mujer empieza a darse cuenta de que esa relación no tendrá ningún compromiso emocional y que seguirá siendo una relación estrictamente física, empieza a querer dejarla. Por consiguiente, él está feliz de no tener más que una buena relación física –eso le exige toda su atención–. Todavía no se sabe con exactitud dónde está situado el amor en el cerebro, pero algunos estudios indican que el cerebro de la mujer dispone de una red de conexiones entre el centro del amor y el del sexo (el hipotálamo), y que el del amor tiene que estar activo antes de que la mujer se lance al sexo. Parece ser que los hombres no están dotados de estas conexiones y que por eso son incapaces de distinguir entre amor y sexo. Para un hombre, el sexo es el sexo y el amor es el amor, y a veces, ambas cosas se producen simultáneamente.

La primera pregunta que una mujer hace a un hombre cuando descubre que tiene una

relación extramatrimonial es: «¿Acaso la quieres?» La respuesta más habitual es: «No, es puramente una cuestión física. Nuestra relación no tiene ninguna importancia» Y seguramente es verdad, porque él es capaz de separar el sexo del amor. Por desgracia para ellos, el cerebro femenino no ha sido concebido para entender (¿admitir?) esta respuesta, y por esto les cuesta creer a un hombre que afirma que su «aventura» no es más que algo físico, porque para ella, el sexo equivale a amor. En el espíritu de una mujer, no es tanto el acto sexual con otra mujer lo que le duele sino el que haya violado el contrato emocional y de confianza que habían hecho juntos. En cambio, si una mujer tiene una aventura y afirma que no tiene ninguna importancia, es muy probable que esté mintiendo. Para que una mujer sobrepase la línea amarilla y haga el amor con otro hombre, tiene primero que haber establecido un vínculo emocional con ese hombre.

Para las mujeres, amor y sexo van juntos. El uno equivale al otro.

Mientras las mujeres hacen el amor, los hombres «echan un polvo»

Un viejo adagio dice que hacer el amor es lo que hace la mujer mientras el hombre echa un polvo, una idea que provoca bastantes disputas entre amantes de todo el mundo. Aunque un hombre llamará gato a un gato, y sexo al «sexo», la mujer tendrá tendencia a tomárselo a mal porque esta palabra no corresponde a su definición del sexo. Una mujer «hace el amor», lo cual quiere decir que necesita sentirse amada y tener sentimientos amorosos antes de querer... tener una relación sexual. La mayoría de las mujeres conciben el acto del «sexo» como un acto gratuito que se hace sin amor, porque las conexiones de su cerebro femenino no se identifican con esta definición.

Cuando un hombre habla del «sexo», a lo mejor se refiere solamente al acto físico, pero eso no quiere decir que no ame a su mujer. Es muy probable que cuando quiera «hacer el amor» le llame también «sexo», lo cual podría tener efectos negativos en la mujer. Pero a los hombres utilizar la expresión «hacer el amor» les suena a falso o a burla, porque lo que en realidad quieren es sexo. Si hombres y mujeres llegáramos a entender la perspectiva del otro y no emitiéramos juicios sobre la definición del otro, este obstáculo dejaría de ser el escollo de nuestras relaciones.

Por qué las buenas parejas son más atractivas

Estudios realizados por el Instituto Kinsey revelan que en el transcurso del acto sexual la percepción que el hombre tiene de la mujer depende de la profundidad de lo que siente por ella. Esto significa que si está locamente enamorado de ella, la clasificará en un puesto muy alto en su escala de apreciación física, aunque los otros piensen que cuando está desnuda se parece al muñeco de Michelin. La misma mujer obtendrá un

nivel muy bajo en la clasificación si él no tiene nada que hacer, aunque sea un «cañón». Cuando un hombre es excitado por una mujer, el tamaño de sus piernas es lo que menos le preocupa. De hecho, sus piernas son ahora perfectas. Esto significa que la atracción física de una mujer es importante en el primer encuentro con un hombre, pero después la cooperación y la armonía pasarán a ocupar su lugar. Sin embargo, esto no es lo que ocurre en el caso de la atracción que una mujer siente por un hombre, y así lo han demostrado algunas encuestas realizadas en lugares de ocio para solteros. Las investigaciones han descubierto que cuanto más tarde es, más atractivas son las mujeres que todavía están disponibles para los hombres que quedan solos. Hablando claro, sobre una escala del 1 al 10, una mujer con un 5 de nota a las 19:00 horas, puede llegar a alcanzar un 7 a las 22:30 y un 8,5 a las 24:00, siendo el alcohol el que contribuye a incrementar estos resultados. En cambio, para las mujeres, un hombre que tenga una nota de 5 sobre 10 a las 19:00 horas, tendrá siempre la misma nota.

Para las mujeres, un hombre con una nota de 5 sobre 10 a las 19:00 horas tendrá la misma nota a las 24:00 horas, independientemente de lo que beban.

El alcohol no habrá aumentado su nivel de atracción, en algunos casos hasta lo habrá reducido. Las mujeres calculan la viabilidad de un hombre como pareja más por sus características personales que por su aspecto físico, sea la hora que sea, y la cantidad de alcohol ingerida. Los hombres calculan la atracción que puede tener una mujer en función de las probabilidades de que ella le deje hacer su trabajo de donante profesional de esperma.

¿Se atraen los contrarios?

Estudios innovadores realizados por científicos en 1962 descubrieron que nos sentimos atraídos por personas con las que compartimos los mismos valores, intereses, comportamientos y percepciones, y que con estas personas estamos inmediatamente «de acuerdo». Estudios siguientes demostraron también que los amantes tienen más posibilidades de establecer una relación de larga duración si cumplen esta condición, pero también es cierto que si el parecido es excesivo pueden tener problemas. Necesitamos que haya cierta cantidad de diferencias para que la relación siga siendo interesante y completar nuestra propia personalidad, pero si las diferencias son muchas podrían interferir en nuestro modo de vida. Por ejemplo, un hombre casero y tranquilo puede sentirse atraído por una mujer extrovertida y que le guste salir, y una mujer de naturaleza angustiada puede derretirse antes una persona serena, distendida y aparentemente despreocupada.

Los físicos contrarios se atraen

Observe los estudios o encuestas sobre qué es lo que nos atrae físicamente del sexo opuesto y descubrirá que preferimos rasgos físicos opuestos a los nuestros. Los hombres prefieren a las mujeres con formas y curvas suaves ahí donde ellos no tienen más que firmeza o... rectas. Los hombres prefieren a las mujeres menudas y de caderas anchas que a las de piernas largas y pecho generoso –atributos, por otro lado, que ellos no podrían tener jamás–. Prefieren también una nariz pequeña, un mentón pequeño y un vientre plano en la medida que ellos mismos no lo tendrán demasiado tiempo.

Las mujeres también prefieren lo opuesto a ellas: espaldas anchas, caderas estrechas, piernas y brazos gruesos, mentón fuerte y nariz grande. Sin embargo, hay excepciones interesantes. Por ejemplo, algunos estudios concluyen que los hombres que no beben prefieren a las mujeres con pecho pequeño, y las mujeres con pechos generosos prefieren a los hombres con la nariz pequeña, y los hombres con nariz grande adoran generalmente a las mujeres sin formas. Los hombres extrovertidos prefieren a las mujeres con pecho muy grande.

La relación caderas-cintura es LA solución

Si usted estudia el gusto de los hombres a lo largo de los siglos, verá que se han ilusionado con casi todo, desde los modelos entrados en carnes del siglo XVI hasta las *top models* flacuchas similares a una tabla de planchar. La única cosa que nunca ha dejado de atraer la atención de los hombres es la relación caderas-cintura de la mujer. Se ha demostrado que las mujeres cuya cintura corresponde al 70% del tamaño de sus caderas tienen una tasa de fecundidad superior y una salud mejor que otras mujeres. El doctor Devendra Singh, de la universidad de Cambridge, ha efectuado una encuesta a hombres de diferentes nacionalidades y ha descubierto que los hombres han aprendido de manera inconsciente a leer esta información en el pasado y que figura en las conexiones de su cerebro.

En todas partes del mundo las mujeres prefieren a los hombres con trasero pequeño, aunque pocas saben por qué.

La buena noticia para las mujeres es que si el contorno de su cintura está entre el 67 y el 80% del contorno de sus caderas, atraerán la atención de los hombres, aunque tengan cinco o diez kilos que perder, puesto que las curvas son criterios esenciales para ellos.

Las mujeres siguen prefiriendo a los hombres anchos de hombros, con espalda grande, cintura pequeña y brazos fuertes, así como otros elementos originales que fueron indispensables para el hábil cazador del alimento. En todas las partes del mundo, las mujeres prefieren a los hombres con trasero pequeño, aunque no saben bien el motivo de esta atracción. Los humanos somos los únicos primates dotados de un trasero salido cuyos objetivos son mantenernos de pie y asegurar que un hombre podrá dar, durante el

acto sexual, el último golpe de cadera indispensable para la fecundación.

Los hombres y el amor

No es que los hombres no quieran hacer la pelota a las mujeres, es simplemente que no entienden la importancia que puede tener eso para ellas. Los libros que compramos son una indicación clara de las cosas que nos interesan. Las mujeres gastan cada año mucho dinero en novelas de amor. Las revistas femeninas giran en torno al amor, al enamoramiento, cuentan historias de otros o cómo hacer más ejercicio, comer y vestirse mejor para tener historias de amor. Un estudio australiano ha demostrado que las mujeres que leen novelas de amor hacen dos veces más el amor que las que no las leen. De la misma manera, los hombres gastan mucho dinero en libros y revistas de bricolaje o de temas técnicos relacionados con la capacidad espacial que van desde el ordenador y los equipos mecánicos hasta las actividades de caza de alimento como son la pesca, la caza o el fútbol.

No es de sorprender que en el tema del amor los hombres no sepan qué hacer. El hombre moderno nunca ha tenido un rol de modelo; su padre tampoco sabía qué hacer, pero eso nunca le supuso un problema. En una conferencia, una mujer nos confesó que le pidió a su marido que fuera más afectivo con ella y él le lavó el coche. Esto demuestra cómo «hacen cosas» los hombres para demostrar que son atentos. El mismo esposo le compró un gato (de los de coche) para su cumpleaños, y para su décimo aniversario de boda consiguió dos asientos en las primeras filas para ver un partido de baloncesto.

No olvide nunca que una mujer es romántica. Aprecia el vino, las flores y el chocolate. Hágale saber que usted también lo es y que no olvida estas cosas... hablando de vez en cuando.

Aunque los europeos tienen fama de ser un poco exagerados en el arte de flirtear, la inmensa mayoría de los hombres no tienen la menor idea. Los hombres de generaciones anteriores estaban demasiado preocupados en cómo llegar a fin de mes como para inquietarse por semejantes tonterías. Además, el cerebro de los hombres está programado para la técnica, no para la estética. No es que el hombre no lo intente, es simplemente que no entiende la importancia de abrirle la puerta del coche a una mujer, de enviarle flores, de bailar, de cocinar o de cambiar el rollo de papel higiénico. Una mujer aborda una nueva relación buscando romanticismo y amor. El sexo no es más que una consecuencia. Los hombres abordan una nueva relación por el sexo, y después, solamente después, intentan saber si eso puede desembocar en una relación duradera.

Algunas buenas escapatorias para hombres

Las mujeres no tienen ningún problema cuando se trata del amor y el flirteo, pero la

mayoría de los hombres no tienen la menor idea del tema; lo único que intentan es estar siempre preparados para hacer el amor en cualquier circunstancia y en cualquier lugar. Las capacidades románticas (o su ausencia) de un hombre son un elemento importante por el cual una mujer se sentirá o no dispuesta a hacer el amor con él. Por consiguiente, le recomendamos seis cosas probadas y verificadas que funcionan hoy en día igual que funcionaron en sus ancestros, cinco mil años atrás.

¿Cómo saber que un hombre está a punto para el sexo?

Respira.

1. Preste atención al entorno. Sabiendo la sensibilidad que tienen las mujeres por su entorno y la alta receptividad de sus sentidos a los estímulos exteriores, es lógico que los hombres presten atención al entorno. Los estrógenos hacen que la mujer sea sensible a la iluminación; por ejemplo, una habitación con una iluminación difusa dilata las pupilas, y como las imperfecciones de la piel y las arrugas se ven menos, aumentará la atracción entre los individuos. La capacidad auditiva de la mujer es superior a la del hombre, lo que significa que habrá que poner una música adecuada; de la misma manera, una caverna limpia y segura es mejor que una caverna llena de niños o que pueda ser invadida por quien sea en todo momento. La insistencia de las mujeres en hacer el amor en la más estricta intimidad explica la ilusión habitual que tienen las mujeres de tener ganas de hacer el amor en público, mientras que la del hombre es hacer el amor con una desconocida.

2. Aliméntela. Por haber evolucionado como cazador de alimentos, usted piensa que el hecho de alimentar a una mujer podría excitar sus sentimientos primarios de mujer. Por esto, llevar a una mujer a un restaurante es un acontecimiento importante para ella, aunque no tenga hambre, porque con el aporte de alimentos le demuestra la atención que presta a su bienestar y supervivencia. Preparar una cena para una mujer tiene una significación aún más intrínseca, en la medida en que este gesto hace resurgir los sentimientos primitivos de hombres y mujeres.

3. Encienda un fuego. Coger algo de leña y encender un fuego para aportar calor y protección son dos gestos que siempre han hecho los hombres para las mujeres y que suelen avivar su romanticismo. Para crear una atmósfera romántica, es importante que sea usted quien encienda la chimenea, aunque sea una de esas de gas que ella misma podría encender fácilmente. La recompensa viene del acto de satisfacer sus necesidades, y no del fuego en sí.

4. Ofrézcale flores. Muchos son los hombres que desconocen el poder de un ramo de flores frescas. Piensan: «¿Por qué gastar tanto dinero en algo que se va a morir dentro de unos días?». Para ellos es lógico regalar una planta en un tiesto porque si la mujer se ocupa de ella y la cuida, la planta sobrevivirá, de hecho, podría incluso sacar un

beneficio. Por desgracia para el hombre, la mujer no lo ve de la misma manera, ¡ella quiere un ramo de flores frescas! Después de unos días, las flores se marchitarán, morirán y ella las tirará, así el hombre tendrá la oportunidad de regalarle otro ramo y reavivar su romanticismo al demostrar que se ocupa de sus necesidades.

5. Baile. No es que a los hombres no les guste bailar, es que muchos de ellos no tienen la capacidad del ritmo instalada en su hemisferio cerebral derecho. Vaya a una clase de aeróbic de cualquier gimnasio y verá a los hombres (si es que los hay) intentando seguir el ritmo de los ejercicios. Cuando un hombre toma clases de baile para aprender los rudimentos del vals o del rock, se asegura un gran éxito entre *todas* las mujeres de la clase. Se considera que la danza es un acto vertical para expresar un deseo horizontal y ésta es su historia: es un ritual que ha evolucionado para permitir el acercamiento y favorecer el contacto del cuerpo de un hombre y de una mujer enamorados, igual que han hecho otros animales.

6. Cómprele chocolate y champán. Esta combinación hace años que se viene asociando al flirteo, aunque muy pocas personas saben a qué se debe. El champán contiene una sustancia química que no se encuentra en otras bebidas alcohólicas y que aumenta el nivel de testosterona. El chocolate contiene feniletilamina, que estimula el centro del amor del cerebro de la mujer. Una investigación reciente realizada por Danielle Piomella, del Instituto de ciencias neurológicas de San Diego, ha descubierto tres nuevas sustancias químicas denominadas N-aciletanolaminas que se agarran a los receptores del cannabis del cerebro de la mujer, procurándole sensaciones similares a las de la marihuana. Estas sustancias químicas se encuentran en el chocolate negro y en el cacao, pero no en el blanco o el café.

Por qué los hombres dejan de tocar y de hablar

«Antes de casarnos, me cogía de la mano en público, me acariciaba la espalda y me hablaba constantemente. Ahora, jamás me da la mano y no quiere hablar ni tocarme más que cuando tenemos relaciones sexuales.» ¿No le recuerda a nada?

Después de casarse, un hombre sabe todo lo que necesita saber sobre su pareja y no tiene ningún interés en hablar demasiado.

Mientras intenta flirtear con ella, él la acaricia más que durante el resto de su relación. Se muere de ganas de «poner las manos sobre ella», pero como ella todavía no le ha dado autorización para las caricias sexuales, la acaricia por todas partes. En cuanto ella le dé luz verde su cerebro dejará de tener interés en volver a lo «anterior» y se concentrará en las «partes buenas». Mientras flirtea con ella, habla sin cesar para recoger información –fechas y datos sobre su amiguita– y para darle información sobre sí mismo. Una vez casados él sabrá todo lo que tiene que saber sobre ella y no tendrá

ningún interés en hablar de tonterías. Pero si un hombre entiende que el cerebro de la mujer está programado para comunicarse y que su sensibilidad a las caricias es diez veces más importante que la suya, podrá aprender a adquirir ciertas habilidades en estos ámbitos y la calidad global de su vida amorosa mejorará de forma espectacular.

¿Por qué los hombres «soban» y las mujeres no?

La oxitocina es una hormona que conocemos con el nombre de «hormona del mimo», que se libera cuando la piel de una persona es acariciada suavemente. Esta hormona tiene el poder de incrementar la sensibilidad a las caricias y la sensación de unión; además es un elemento esencial del comportamiento de las mujeres con los bebés y los hombres. Cuando una mujer empieza a dar el pecho, la oxitocina desencadena el reflejo de «relajación» que libera la leche del pecho.

Si una mujer quiere dar placer a un hombre acariciándole, lo hará normalmente de la manera que a ella le gusta que le acaricien. Le rascará la cabeza, la acariciará la cara, le masajeará la espalda o le pasará la mano suavemente por el pelo. Este tipo de caricias no tiene apenas ningún impacto en la mayoría de los hombres, e incluso lo pueden encontrar molesto. La piel del hombre es infinitamente menos sensible a las caricias que la de la mujer, de la misma manera que no sentirá apenas una herida o un dolor cuando esté cazando. Los hombres prefieren que les acaricien sólo una cosa, y cuanto más mejor. Esto provoca importantes problemas racionales. Si un hombre decide acariciar a una mujer de una manera sensual, le acariciará las partes que a él le gustan, a saber, los senos y la entrepierna. Ahora bien, las mujeres detestan que les toquen estas dos partes precisamente, lo que provoca el resentimiento tanto del hombre como de la mujer. Si un hombre y una mujer aprenden a prodigarse el uno al otro caricias sensuales teniendo en cuenta sus propias necesidades y la sensibilidad de la piel, sus relaciones mejorarán considerablemente.

¿Existe el amor en primavera?

El reloj biológico de la naturaleza funciona de tal manera que permite a las hembras parir durante la estación cálida del año para asegurar la supervivencia de sus crías. Si, por ejemplo, una especie tarda tres meses en dar a luz, la naturaleza hará que los machos estén más dispuestos durante la primavera para que las crías nazcan cuando llegue el verano. En el caso de los humanos, como la gestación dura nueve meses, el nivel de testosterona del hombre es más elevado nueve meses antes del verano, es decir, en otoño. El viejo adagio que dice que «en primavera el ánimo del hombre está en el amor» sólo se aplica a las especies animales porque la gestación es corta e inferior a tres meses.

El viejo adagio que dice que «en primavera el ánimo del hombre está en el amor» sólo se aplica a las especies animales porque la gestación es corta e inferior a tres meses.

Los estudios demuestran que el nivel más elevado de testosterona en los hombres es en marzo en el hemisferio sur y en septiembre en el norte. También se ha demostrado que los hombres son más capaces de leer mapas de carreteras en el transcurso de estos meses porque la testosterona mejora su capacidad espacial.

Cómo pensar en «sexo»

Puesto que el ánimo es un cóctel de reacciones químicas, es posible que una persona piense por sí misma en cosas atractivas. Esta técnica suelen enseñarla los sexólogos, y consiste en que la persona se concentre únicamente en los aspectos positivos de su pareja y recuerde experiencias sexuales excitantes que hayan tenido juntos. El cerebro entonces reacciona activando las sustancias químicas indispensables para sus deseos y necesidades sexuales y le incita a practicar el sexo. Esta reacción es evidente durante la fase del entusiasmo o del flirteo, puesto que un enamorado no ve más que los aspectos positivos de su pareja y su apetito sexual parece no tener límites. También es posible quitarse las ganas de hacer el amor concentrándose en los aspectos negativos de la pareja, ya que así inhibe el cerebro y le impide liberar esas sustancias químicas indispensables para la expresión de la libido.

Revivir un romance

La buena noticia es que de la misma manera que usted puede meterse en la cabeza pensamientos sexuales, también puede volver a la fase del entusiasmo cuando quiera recreando las rutinas del flirteo que existían al principio de su relación. Precisamente por esto, las cenas con velitas, los paseos románticos por la orilla del mar y los fines de semana románticos, funcionan tan bien para proporcionar a las parejas el «encendido» hormonal que necesitan –un sentimiento que suele describirse como un estado de «euforia natural» o una «embriaguez amorosa»–. Los amantes que esperan que esta euforia de la fase del entusiasmo dure siempre se decepcionarán, pero gracias a una organización eficaz, podrán recrear este sentimiento en cuanto sientan la necesidad.

Cómo encontrar una buena pareja

El amor empieza con el deseo, que puede durar unas horas, unos días o incluso semanas. A continuación viene el entusiasmo, que dura de promedio entre tres y doce meses, que es cuando lo sustituye el apego. Cuando los efectos deslumbrantes del cóctel hormonal se difuminan o se aplacan al cabo de aproximadamente un año, es cuando veremos a nuestra pareja a la luz del día y sus costumbres, que tan enternecedoras nos parecían, empezarán a ser un tanto irritantes.

La flor del amor es la rosa. Al cabo de tres días, los pétalos caen y no queda más que una cosa fea y pequeña.

Al principio le hará gracia que su pareja sea incapaz de encontrar algo en la nevera; ahora esta incapacidad le irritará enormemente. Antes disfrutaba escuchando cualquier cosa que le contara, ahora todas estas pequeñas cosas le aburren a morir. Usted entonces se pregunta en silencio: «¿Seré capaz de continuar así el resto de mi vida? ¿Qué tenemos de verdad en común?».

Es bastante probable que no tengan demasiadas cosas en común, ni siquiera el tema de conversación. El objetivo de la naturaleza es unir a hombres y mujeres con la influencia de un cóctel hormonal que les incita a procrear y sobre todo a no pensar. Encontrar la buena pareja significa que hay que encontrar un terreno de entente común con otra persona a largo plazo, y habrá que pensar en esto antes de que los efectos cegadores del cóctel hormonal empiecen a aparecer. Una vez haya pasado el entusiasmo –y pasará– ¿podrá disfrutar usted de una relación duradera basada en la amistad y los intereses comunes? Escriba una lista de características e intereses que querría encontrar en su pareja a largo plazo, y sabrá exactamente qué busca. A lo mejor un hombre tiene en su mente la lista de cualidades de su pareja ideal, pero en cuanto llegue la noche, su cerebro se quedará totalmente ofuscado por el flujo de testosterona y entonces su búsqueda se resumirá en la mujer «ideal» según sus impulsos hormonales: bonitas piernas, vientre plano, caderas marcadas, un buen par de tetas, y demás, características todas ligadas al corto plazo y a la procreación. Las mujeres quieren un hombre que sea sensible y atento, con torso musculado y gran personalidad. Todas estas «cualidades» tienen que ver con la educación de los niños, la caza del alimento y la protección. Se corresponden también con las necesidades biológicas a corto plazo y poco importan en una relación moderna. El hecho de escribir una lista de las cualidades que busca en su pareja a largo plazo y tenerla siempre a mano, le ayudará a ser objetivo ante una nueva pareja potencial por mucho que la naturaleza intente tomar el control de sus deseos y pensamientos.

La naturaleza quiere verle procrear lo más frecuentemente posible, y para conseguirlo utiliza sus «drogas». Si usted entiende el mecanismo de la naturaleza y ha hecho la descripción precisa de su pareja ideal a largo plazo, no conseguirá abusar de usted y tendrá más posibilidades de éxito en la búsqueda de su pareja perfecta con la cual vivir siempre una vida feliz y próspera.

CAPÍTULO 8

**¡SEÑORES, ADÁPTENSE A LOS
TIEMPOS MODERNOS!**

*¡Es alucinante!
¿Cómo se pueden
ignorar tantas cosas
sobre las mujeres?*

*¡Es que están
llenas de
recursos!*



GABS.

Muchas madres hacen de sus hijos parejas y maridos deplorables. Un chico dijo que el amor de su madre es incondicional, haga lo que haga siempre le querrá. Ella le ha enseñado que no hace falta que recoja sus cosas ni que participe en las pesadas tareas domésticas. Él no se siente obligado a invitarle a cenar ni a hablarle con respeto. Su madre le ha enseñado que el amor de una mujer es de una sola dirección y que no se espera de él que dé nada a cambio. Por esto, cuando el flujo hormonal desencadenado por una nueva relación se detiene, y esto tarde o temprano ocurrirá, la atmósfera pasional se evapora poco a poco y la libido desciende. Después de todo, él nunca tuvo que demostrar a su madre que la quería porque ella ya lo sabía, entonces ¿por qué esta nueva mujer necesita que le demuestre continuamente que la quiere? Un día, su compañera adoptará claramente el rol maternal: lavará su ropa, le dirá qué ha de comer y le cuidará. Pero ningún hombre tiene ganas de hacer el amor con su madre. El único momento en que una mujer puede hacer cambiar a un hombre, es cuando es pequeño.

Cuando usted intenta cambiar a un hombre adopta el rol de su madre, que le hacía la comida y supervisaba sus deberes.

Las necesidades de las mujeres han cambiado

Las mujeres de hoy en día esperan mucho más de una relación que sus antepasadas. Para demostrarle hasta qué punto la relación en pareja ha evolucionado, presentamos a continuación un extracto de una obra para chicas jóvenes reeditada en 1963 por una mujer titulada *La madre de familia realizada*:

«Cuando llegue la hora de irse a dormir, prepárese rápidamente para meterse en la cama. Si bien es cierto que la higiene femenina es sumamente importante, no haga que su marido tenga que esperar para entrar en el cuarto de baño, como espera cada día el tren de cercanías. Recuerde: cuando se vaya a la cama procure estar igual de bonita que durante el día. Procure estar atractiva, evitando al mismo tiempo seducir de manera ostensible. Antes de aplicarse la crema hidratante o los bigudíes, espere a que él esté dormido, ya que esta visión, la última antes de que se duerma, puede ser chocante para él. En cuanto a las relaciones íntimas con su marido, recuerde el compromiso que hizo con él y en particular la promesa de obedecerle. Si él prefiere dormir inmediatamente, deje que lo haga. En este terreno, como en todas las cosas, atienda sus deseos. Evite toda presión para incitarle a tener relaciones íntimas. Si su marido sugiere la unión, acéptela humildemente, sin olvidar ni por un instante que la satisfacción del hombre es más importante que la de la mujer. Cuando esté llegando al instante de la satisfacción, un gemido de su parte le estimulará y le servirá para indicarle el placer que usted ha sentido. Si su marido le sugiere alguna de las prácticas menos corrientes, acéptelo sin protestar pero hágale saber su reticencia guardando silencio.

«Es probable que su marido se duerma enseguida después de mantener relaciones sexuales con usted, aproveche entonces para arreglarse, lavarse y aplicarse los productos de la piel y el cabello. A continuación, váyase a dormir enseguida para levantarse al día siguiente un poco antes que él y tener tiempo de prepararle la taza de té para el desayuno».

Al leer este texto, es probable que algunos hombres suspiren por volver a esas épocas maravillosas. Lo que las mujeres del siglo XXI esperan de una relación conyugal no tiene nada que ver con lo que esperaban sus abuelas, porque las circunstancias son ahora totalmente distintas. Aunque las mujeres actuales se guían por sus preferencias ancestrales con respecto a los hombres, es cierto que han evolucionado considerablemente desde esa época. Su cerebro sigue estando condicionado por un pasado lejano, pero la sociedad moderna espera de ellas que hagan cosas y tomen decisiones que sus generaciones anteriores jamás tomaron.

Mi madre me ha dicho que antes de comprarlo lo pruebe

En los años cincuenta, el 60% de las mujeres tenían su primera relación sexual con su prometido o marido. Actualmente, esta cifra ha caído hasta el 1%. Una de cada cinco mujeres nacidas en un país occidental después de 1960, época en la que se generalizó el uso de la píldora anticonceptiva, no ha tenido hijos. Antes de los años sesenta, los nacimientos no deseados eran muy numerosos. En China actualmente, más de dos millones de mujeres se divorcian cada año. En el bolso de una joven del siglo XXI es fácil encontrar un preservativo junto con la barra de labios. Lo que motiva principalmente a las mujeres de hoy en día a buscar relaciones sexuales es mejorar su autoestima.

En Estados Unidos, el 42% de las mujeres que perciben importantes salarios no tienen hijos, y el 14% de ellas afirma que no quiere tenerlos.

La mayoría de las mujeres actuales a sus treinta años han tenido ya más de tres parejas sexuales. Estas mujeres han aprovechado los años posteriores a la adolescencia para conocerse mejor, pero no para casarse y fundar una familia. Casi todas las revistas femeninas determinan a sus jóvenes lectoras con artículos sobre la sexualidad y sus técnicas. Es raro no ver en la portada de una u otra de estas revistas las palabras «sexo» u «orgasmo» y, en las discotecas, tanto en los aseos de hombres como en los de mujeres, hay máquinas expendedoras de preservativos. Así mismo, en las telecomedias vemos continuamente hombres que adulan a las mujeres durante seis episodios antes de pedirles el matrimonio, como si éste fuera la consagración de la pasión amorosa. El dilema al que se enfrentan hoy en día las mujeres es que los hombres apenas han cambiado. No se parecen en nada a los héroes de las películas y series de televisión; muchos de ellos tienen las mismas actitudes y valores que sus padres y abuelos, y no han querido salir de la cómoda rutina que gira alrededor del trabajo y el deporte.

Los anuncios de la televisión explican a las mujeres que no hay nada de malo en tener aventuras de una noche, pero ellas siguen estando interesadas en las relaciones a largo plazo y se emocionan con las historias sentimentales de parejas de estrellas de cine tipo Johnny Depp y Vanessa Paradis o Brad Pitt y Angelina Jolie.

Las chicas quieren aprovechar la vida

Las mujeres que lideran la revolución sexual de hoy en día no son precisamente las veinteañeras, sino más bien las cuarentonas. Su carrera ha llegado a su apogeo, tienen hijos que ya son autónomos, muchas de ellas han decidido que ya no necesitan el matrimonio y que no hay nada peor que seguir consagrada de por vida a una relación aburrida y desencantada.

Para muchas mujeres, el matrimonio ha dejado de ser eterno: la vida es demasiado corta para preocuparse. Si uno se casa es para amar.

Antiguamente el matrimonio ofrecía a las mujeres un estatus social, el de esposa, y una cierta seguridad material; hasta los años setenta, eran casi siempre los hombres los que se ocupaban de las necesidades de su familia y por tanto de su esposa, la cual tenía ventajas económicas pero ningún beneficio en caso de ruptura conyugal. Este tipo de matrimonio ha dejado de existir, por lo menos con esta forma. El hecho de que actualmente muchas mujeres sean económicamente autónomas es lo que hace que tantos matrimonios terminen de un día para otro.

Es importante conocer cómo vivían las mujeres de antaño para entender cómo las mujeres actuales piensan y juzgan sus relaciones de pareja y por qué reaccionan como lo hacen. Las mujeres siempre han dado prioridad a sus relaciones sentimentales, y han medido su éxito y su valía personal en función de estas relaciones. Los hombres, por el contrario, siempre han medido su valía personal según su éxito profesional. Las mujeres de antaño prodigaban el afecto y aceptaban las relaciones sexuales porque necesitaban la seguridad que los hombres les ofrecían: les garantizaban la alimentación, protección y supervivencia, y el pacto estaba basado en este intercambio de buenos modos. Una mujer que rechazara ser amada por un hombre podía ser expulsada de la caverna, y caer en un mundo donde estaría a merced de enemigos y bestias salvajes. Las mujeres amaban y cuidaban a sus hijos para que se convirtieran en adultos capaces de transmitir a su vez su capital genético a la generación siguiente. Ellas también necesitaban dar y recibir amor de las otras mujeres del clan por si alguno de sus compañeros no regresaba de la caza o de la guerra: el apoyo mutuo entre mujeres era, pues, una necesidad vital. Así fue su modo de vida durante cientos de miles de años desde el punto de vista de la evolución global. La introducción de la píldora anticonceptiva a finales de los años cincuenta permitió por primera vez a las mujeres elegir entre la opción carrera y la opción hijos. El feminismo de los años sesenta animó a las mujeres a pensar y actuar de manera independiente y a conseguir su autonomía. En los años ochenta y noventa, la lucha por la igualdad de la mujer les ha permitido por primera vez tener puestos de poder e influencia. Sin embargo, la mujer del siglo XXI que satisface ella misma sus necesidades está encantada con la búsqueda primitiva de las mujeres de antaño; ella reclama un hombre para sentirse colmada y segura. Esta necesidad primordial no satisfecha provoca inseguridad, duda y culpabilidad en la mujer moderna, sin que logre entender de dónde vienen estos sentimientos negativos. Y aquí es donde está el problema. Han hecho falta miles de años para que su cerebro programe las reacciones que ella tiene hoy en día. Ahora bien, la emancipación de la mujer en el mundo empezó en el siglo XX. Su configuración neurobiológica está en contradicción con su época.

El hombre que triunfa es el que puede ganar más dinero que el que su mujer gasta. La mujer que triunfa es la que da con ese bicho raro.

Qué quieren las mujeres

Las investigaciones están poniendo al día las cualidades que de verdad buscan las mujeres en los hombres, cualidades que no siempre se corresponden con las que la mujer de hoy en día pretende querer. Y es que la mujer del siglo XXI sigue esperando de su compañero las mismas cualidades fundamentales que sus ancestros: que sea buen cazador y que la proteja a ella y a sus hijos. El resultado es que, actualmente, las mujeres quieren hombres que se ganen bien la vida, que hayan recibido una buena educación, que tengan un estatus social y autoridad, y que además demuestren sus capacidades. Esto hace que las mujeres se sientan atraídas por hombres ambiciosos, inteligentes, trabajadores, motivados y respetados por sus semejantes.

Anteriormente las mujeres querían hombres forzudos, grandes, más viejos que ellas, signos todos ellos de que eran buenos cazadores y protectores. Incluso en nuestro siglo XXI, políticamente correcto y por así decirlo, igualitario, las mujeres prefieren a los hombres con espaldas grandes, pero no demasiado, no sea que estén obsesionados con el *body-building*, y las tabletas marcadas en los músculos abdominales tienen hoy en día mucho valor. En cambio, las cualidades útiles para la caza, para atrapar a un búfalo salvaje, llevar a cuestras pesos pesados o matar serpientes, no tienen el más mínimo interés en los hombres del siglo XXI.

La atracción de las mujeres hacia esos atributos demuestra que su cerebro está programado para buscar exactamente las mismas características que sus ancestros.

En resumen, las mujeres buscan hombres que aseguren su subsistencia y la de sus hijos.

Algo que compartimos con los monos

En el año 2009 se descubrió que las hembras de determinadas especies de primates prefieren también a los machos que comparten sus recursos. Cristina Gomes y su compañero Christophe Boesch, del Instituto Max Planck, estudiaron chimpancés de una reserva de Costa de Marfil y comprobaron que los chimpancés de sexos opuestos intercambiaban carne por relaciones sexuales. Observaron que los machos cazaban y cambiaban lo que habían cazado por copulaciones. Ahora bien, aquellos que intercambiaban su comida con las hembras que no estaban en celo copulaban dos veces más que los otros, lo que incrementaba sus probabilidades de fecundarlas y mejoraba su régimen alimentario.

Este estudio, concluye la doctora Gomes, demuestra el vínculo causal que hay entre las buenas habilidades para la caza y las posibilidades de reproducción de los primates.

Una mujer necesita tiempo para evaluar si un hombre tiene o no un buen perfil. Puede tardar tres semanas o tres meses, y esto es debido a que las mujeres se enamoran más lentamente que los hombres, pero también lo hacen más profundamente que ellos a causa de los altos niveles de oxitocina que tienen. Olvídense del concepto de «metrosexual» que pasa su vida mirándose en el espejo, llora en el cine y adora contar su vida sentimental con todo detalle. Será un amigo genial, pero nunca una pareja sólida. Ya hemos dicho que el criterio decisivo para el hombre ideal es que sea capaz de satisfacer las necesidades de su familia.

El primer criterio de la seducción masculina, la capacidad de satisfacer las necesidades de su familia, sigue siendo el más decisivo para una mujer, y en este sentido se parece mucho a sus ancestros. Los científicos han demostrado que esta motivación es tan poderosa como el miedo innato que tienen las mujeres a las serpientes o el vértigo que tienen en la montaña.

El doctor David Buss, profesor de psicología evolutiva de la universidad de Texas, está especializado en las diferencias individuales. Ha realizado una encuesta multicultural sobre la formación de las parejas humanas y la ha pasado a 10.047 personas originarias de 37 culturas diferentes; es la encuesta más extensa jamás realizada sobre este tema. Ha integrado en su estudio culturas modernas y primitivas, países socialistas, comunistas y capitalistas, tradiciones mono y polígamas y todas las religiones; y sin embargo, ha constatado que en todos los niveles, la capacidad del futuro cónyuge de garantizar su futuro material es un punto decisivo para las mujeres. Sus investigaciones han confirmado lo que todos los tests llevan demostrando desde los años treinta: las perspectivas económicas de una pareja enamorada son un criterio de elección dos veces más importante para las mujeres que para los hombres.

Éstos siempre han tenido la necesidad de ser capaces de reconocer los signos de este potencial masculino de enriquecimiento. David Buss ha interrogado a 1.491 americanos utilizando los mismos tipos de tests y ha obtenido los mismos resultados que las encuestas realizadas en los años treinta. Su encuesta demuestra la importancia de lo material y económico para las mujeres a la hora de seleccionar a su pareja. Nosotros hemos estudiado 1.295 anuncios matrimoniales publicados en diversos periódicos y revistas y hemos descubierto que las mujeres citan el desahogo económico once veces más que los hombres. Mientras que ellos buscan salud y juventud en sus parejas, ellas buscan cierto nivel económico y «sinceridad», es decir, un hombre que esté dispuesto a compartir con ellas.

A las mujeres les atraen los hombres de clase social alta porque este estatus es la prueba irrefutable de la capacidad de un hombre de garantizarle cierto desahogo económico. Por esto no es raro ver a un boxeador con la cara abollada rodeado de jóvenes seductoras, que no hace falta que sean inteligentes, sino seductoras, es decir, portadoras de un buen potencial genético. Acuérdesse también de Hugh Hefner y del harén del que se ha rodeado en Manoir Playboy...

Todas las encuestas sobre las preferencias masculinas y femeninas en materia de parejas demuestran que mientras las mujeres dan mucha importancia al estatus social de su cónyuge, o sea, su poder y sus perspectivas económicas, los hombres no le dan más que una importancia muy secundaria. Las mujeres consideran estas características especialmente importantes en una pareja a largo plazo, pero menos si se trata de una pareja sexual ocasional. Estos estudios revelan también que las mujeres conceden una gran importancia a los estudios superiores como indicadores de recursos en el futuro, y el viejo cliché de que ellas se casan voluntariamente con un abogado o un médico no se aplica en la actualidad. En otras palabras, puede que su candidato no disponga de importantes recursos económicos en este momento, pero seguramente los tendrá en el futuro. Buss ha descubierto que en todos los países, las mujeres conceden más importancia que los hombres a los recursos económicos de su pareja futura. Una diferencia que es del 38% para las alemanas, 63% para las taiwanesas y 87% para las indias.

Las mujeres se quejan a menudo de que los hombres «disponibles» son raros y, sin embargo, todos los cafés, restaurantes, discotecas, gimnasios y despachos están llenos de hombres sin compromiso en los que estas mismas mujeres no se fijan. Esto se debe a que su definición de «disponibilidad» es muy específica: su futuro compañero ha de tener recursos suficientes o posibilidades de adquirirlos para satisfacer sus necesidades y las de su prole. Y raras son las mujeres capaces de distinguir un potencial de este tipo en el joven que está sentado en un bar o en un restaurante.

Los hombres que tienen ingresos modestos son invisibles para la mayoría de las mujeres.

Las mujeres tienen más orgasmos con hombres ricos

En 2008, el psicólogo evolutivo Thomas Pollett, de la Universidad de Newcastle (Gran Bretaña), y su compañero, el profesor Daniel Nettle, demostraron con una encuesta que el placer sexual femenino es proporcional al tamaño... de la cuenta bancaria de su pareja, y por tanto, de sus recursos financieros. Cuanto más rico sea un hombre, más orgasmos tendrá su pareja. Pollett y Nettle encuestaron a 1.534 chinas y a sus parejas, y estudiaron la información obtenida. Les preguntaron sobre su vida personal, incluida la sexual, sobre sus ingresos y otros parámetros.

De este estudio se desprende que 121 mujeres (8%) tuvieron orgasmos en cada relación sexual, 408 (26,5%) a menudo, 762 (49,6%) en alguna ocasión y 243 (15,9%) en raras ocasiones o nunca. Estas cifras están muy próximas a las de los europeos y occidentales en general. También descubrieron que la frecuencia de orgasmos femeninos crecía según los ingresos o riqueza de sus parejas. Aunque es cierto que hay otros factores que influyen en el número de orgasmos sexuales femeninos, el dinero sigue

siendo el más determinante.

Cuanto más elevados sean los ingresos y riquezas materiales de un hombre, más orgasmos tendrá su pareja.

Esta observación confirma algo que nosotros habíamos demostrado en *Por qué los hombres se rascan la oreja...y la mujeres giran su alianza*. Nosotros demostramos que la capacidad de la mujer de tener orgasmos depende de la simetría y de la seducción del cuerpo de su pareja, pero el estudio de Pollett y Nettle demuestra que los recursos financieros de un hombre son una ventaja más decisiva que la apariencia física.

Pollett, Nettle y Buss calculan que el orgasmo femenino tiene desde siempre como función principal forjar un vínculo emocional con los machos «de alto nivel» al indicarles que están sexualmente satisfactorias y que por tanto no pretenderán nunca tener relaciones sexuales con otros hombres. Y todo ello con la intención de lograr su compromiso a largo plazo... e hijos.

Conclusión: los hombres ricos son parejas más deseables y proporcionan más orgasmos a las mujeres.

Las cinco cualidades masculinas que buscan las mujeres

Las mujeres siempre han buscado hombres de cierto nivel económico o que sean capaces de ganar mucho dinero, y para ello cuentan con una serie de índices para evaluar el potencial económico de los hombres que les interesan, pero también para saber si compartirán esos recursos con ellas. Los machos humanos son los únicos que comparten sus recursos con las hembras. Los demás primates hembras tienen que apañárselas a solas para encontrar alimentos y protección.

He aquí las cinco cualidades esenciales que todas las mujeres del mundo esperan de los hombres:

1. El amor

Los cinco criterios que definiremos a continuación giran en torno al «amor», según la definición femenina. Una mujer quiere estar segura de que la aman, la adoran, y necesita constantemente pruebas tangibles de ese amor. Una mujer quiere oír «te quiero», pero esta declaración puede tener mil formas diferentes: «qué guapa eres», «nos has preparado una cena excelente», «la casa está espléndida», sin olvidar las llamadas telefónicas sorpresa para decirle que piensa en ella y los ramos de flores. Para una mujer el que su marido le diga que valora mucho todo lo que hace en casa dice tanto como una señal de amor. Y el amor de un hombre significa que compartirá sus recursos con ella. En los casos de divorcio, las mujeres suelen comentar que los hombres consideran su

trabajo doméstico rutinario como algo evidente y no les demuestran ningún reconocimiento. Esto se debe a que el hombre considera que su trabajo de asegurar la subsistencia de la familia, siendo él el que gana más dinero (algo que sigue siendo habitual en muchos hombres), de cambiar las bombillas y resolver problemas prácticos, son pruebas suficientes de su reconocimiento y de su amor.

Una mujer cree que si un hombre la quiere de verdad tendría que demostrárselo cada día con palabras *pero también* con sus actos. Las mujeres quieren pruebas de amor las 24 horas del día, una idea un tanto difícil de asimilar por un hombre que cree que es realizando las tareas que le han asignado como demuestra su amor a una mujer. El hombre corta el césped, repinta la casa, repara el coche, la lleva al cine, trabaja duramente y paga las facturas. El cerebro del hombre está organizado para evaluarse a sí mismo y su contribución en función de lo que hace o consigue, no de lo que dice o siente.

En nuestro libro *Por qué los hombres mienten y las mujeres lloran* hemos comentado que el cerebro femenino está mejor organizado para la comunicación verbal que el cerebro masculino. Las palabras son un tipo de preliminar amoroso para las mujeres. Los hombres tendrían que entender que las mujeres necesitan *oír* testimonios de su amor y de su reconocimiento para creerles. Y además, cada día. Son muestras de amor recordar las fechas importantes, los cumpleaños o el aniversario de bodas, los regalos, por pequeños que sean, una flor cogida en el jardín, unas palabras escritas a mano, o una carta. Lo que hay que tener bien claro es que lo que importa es el detalle, no el regalo. Muchos hombres se imaginan que el regalo ha de ser grande y generoso, sin embargo, una flor cogida del jardín, aunque sea el suyo, tiene muchos más puntos que ¡una tostadora! A veces, la mujer considera un ramo de doce rosas como una decoración para la casa, en cambio, una rosa sola lo considera como algo más personal.

2. La fidelidad

La fidelidad implica la promesa de que el hombre continuará compartiendo sus recursos con la familia de sus sueños. Pero la definición femenina de la infidelidad es muy diferente a la masculina. Los hombres temen que su mujer se acueste con otro hombre porque eso podría significar, en el peor de los casos, educar a unos hijos que no son suyos. La principal preocupación de una mujer engañada es el vínculo emocional entre su hombre y su amante. Por eso, la primera pregunta es siempre: «¿Acaso la amas?», dicho de otra manera: «¿Es con ella con quien vas a compartir tus recursos?». Las relaciones sexuales que haya podido tener con la otra pasan a un segundo plano. Si su compañero le responde: «No. Ha sido sólo una aventura sexual», seguramente no le creerá porque para casi todas las mujeres hacer el amor con alguien supone haber forjado un vínculo emocional con la otra persona. En cambio, para los hombres es así de simple: su cerebro puede diferenciar perfectamente entre deseo sexual y amor: el sexo es el sexo y el amor es el amor. Para las mujeres la sexualidad es igual a amor, lo que significa que va a tener una nueva pareja con quien compartir sus recursos. Si un hombre jura

fidelidad a una mujer, ésta entenderá que no compartirá sus recursos con ninguna otra persona.

3. La amabilidad

Según las investigaciones del doctor Buss, la amabilidad ocupa la tercera posición de las cualidades más buscadas por mujeres de 32 países, porque simboliza también el compromiso. A cambio de su capacidad de dar a luz, única y esencial de la mujer, ella se muestra muy selectiva con los candidatos en los que el amor, la sinceridad, la generosidad y la amabilidad son condiciones esenciales. La mujer de antaño buscaba un compañero generoso y huía de los rancasos porque esta generosidad significaba recursos abundantes para ella y sus niños, y por consiguiente, excelentes posibilidades de sobrevivir.

Las mujeres que poseen recursos propios, estatus y poder, también buscan hombres de cierto nivel económico. Buss concluye que prácticamente todas las mujeres, independientemente de su cultura, demuestran una clara preferencia por los hombres que triunfan económicamente, y que las que han triunfado en la vida, muestran una preferencia aún más clara por este tipo de hombres, porque las mujeres siempre quieren hombres más poderosos que ellas. Por esto es raro ver a una mujer rica y poderosa con un fracasado total. Hemos encuestado a una muestra de 624 directivas europeas: el 86% nos ha dicho que no les interesan nada los hombres menos exitosos que ellas y el 9% que lo pensarían. Solamente el 5% ha dicho que no le importaría que su pareja fuera menos poderosa. Evidentemente siempre hay ejemplos de estrellas de cine entradas en años que salen con hombres mucho más jóvenes que ellas. Suelen ser mujeres mayores que han triunfado y que están siempre rodeadas de una corte de jóvenes que no han triunfado (todavía). En primer lugar, desde un punto de vista evolutivo, estas uniones carecen de valor porque estas mujeres no pueden procrear, en cambio, un hombre de 60 años puede fecundar a una mujer de 25. Además, para cada cinco mujeres de 60 años, no hay más que tres hombres de edad equivalente disponibles; la elección de una mujer de una determinada edad está, pues, más limitada. Además, si les dan a elegir, los hombres de su edad preferirán salir con mujeres más jóvenes, casi siempre se sentirán más atraídos por mujeres de 35 años que por sexagenarias. Una mujer mayor querrá sentir la sensación de una segunda juventud con un caballero joven y apuesto, que aceptaría un compromiso de este tipo por los beneficios que recibiría en forma de dinero, poder, fama... En otras palabras, ella tiene los recursos (dinero, posición social, notoriedad y poder) y él quiere aprovecharlos. No hace falta decir que las parejas mujer mayor/hombre joven no suelen durar mucho.

Y a la inversa, la célebre unión entre Anna-Nicole Smith y su millonario de 87 años tiene sentido: el quería glamour y sexo con una rubia joven con grandes pechos y ella codiciaba su poder, prestigio y dinero. Él le dijo que la amaba y ella le mostró su amabilidad y le juró fidelidad al casarse. Es muy poco probable que ella se hubiera casado con un humilde funcionario jubilado de 87 años y una casa propia de jubilado. En

este caso, el jubilado tendría que conformarse sin ninguna duda con una jubilada octogenaria, y lo habría hecho para tener compañía. Es interesante destacar que todos los estudios coinciden en afirmar que los hombres se interesan en general poco por el nivel económico de las mujeres independientemente de cuáles sean sus recursos propios.

Regla amorosa n.º17 para los hombres. Tendrá que demostrarle una pena sincera y una enorme tristeza cuando el gato de su amiga se muera.

En otras palabras, tanto el presidente o director general de una enorme empresa como el vigilante de la entrada se sentirán atraídos sin duda por la misma becaria. Recuerde el caso de Bill Clinton y Monica Lewinsky.

4. El compromiso

Un hombre que jura fidelidad a una mujer se compromete a garantizarle su subsistencia en el futuro. Las mujeres de todos los países del mundo acusan a los hombres de eludir el compromiso y las relaciones sentimentales de larga duración, algo lógico si pensamos en lo que significaba el compromiso para las mujeres de otros tiempos. Para ellas, tener una relación sexual con un hombre implicaba un compromiso de diez a quince años como mínimo, el tiempo necesario para parir y educar a un hijo hasta que fuera autónomo. Para un hombre, el mismo encuentro no duraba más que un momento breve, quizá sólo unos minutos, y después partía en búsqueda de nuevas aventuras. El hecho de que un hombre está cerebralmente programado para propagar sus genes por todas partes, hace que muchos de ellos rechacen comprometerse con una única persona y volverse monógamos. Además, casi todos los hombres entienden que el compromiso significa que tendrán que compartir sus recursos.

«Quiero un compromiso por su parte», gritan las mujeres del mundo entero. Una mujer tarda nueve meses en dar a luz y cinco años en educar a ese niño hasta que pueda empezar a aprender a sobrevivir por sus propios medios. Compare estas cifras con los chimpancés: un bebé chimpancé es autónomo a las seis semanas de su nacimiento.

Tanto es así que el cerebro femenino ha acabado por concentrarse en los machos dispuestos a comprometerse por lo menos durante seis años, lo cual implica que participarán en la alimentación y protección de la madre y de su prole todo ese tiempo. Inconscientemente, todos conocemos este fenómeno, ya que se dice que un matrimonio empieza a peligrar a partir de los siete años aproximadamente. Si una mujer se compromete con un hombre y tiene hijos con él, pero poco después él la abandona, peligrará su supervivencia y la de sus hijos. Por esto las mujeres examinan con sumo cuidado lo que un candidato al «apareamiento» podrá ofrecerle para la buena educación de sus progenitores. Casi todas las mujeres opinan que el matrimonio es el compromiso máximo que garantiza que el futuro esposo no desaparecerá a la primera ocasión que se

le presente. La mujer se compromete a dar a luz y educar a los hijos, y espera de su marido el mismo compromiso. Por eso para ella es tan importante la confianza entre ambos.

Desde el punto de vista biológico, ella no quiere que su compañero se implique en la procreación y educación de los hijos de otra mujer, sino que quiere que consagre todos sus esfuerzos a la educación de sus retoños: la monogamia es, pues, en las sociedades contemporáneas (occidentales) una condición *sine qua non* para casi todas las mujeres. Si una mujer pierde la confianza en su marido, será difícil reparar la relación, y las mujeres que han pasado por varias rupturas se muestran generalmente escépticas en cuanto a la confianza que pueden tener en los representantes del sexo masculino.

Muchas mujeres jóvenes prefieren utilizar la palabra «lealtad» antes que «monogamia».

Hoy en día es mucho más fácil para una mujer obtener información sobre los recursos actuales o futuros de un hombre, pero si él no está dispuesto a compartírselos con ella o sus hijos tendrá un serio problema porque ella, sin su ayuda, se verá obligada a despabilarse por su cuenta. El primer criterio que sigue la mujer para medir las posibilidades de compromiso de un hombre es... el amor. Ya hemos comentado que las encuestas sociológicas sobre el amor demuestran que este criterio es valorado en todos los países del mundo. Buss ha establecido para su encuesta una lista de 115 «actos de amor» citados por las mujeres a las que ha interrogado. Los primeros evocados son los actos que revelan un compromiso y, por tanto, un amor auténtico. Entre ellos: renunciar a relaciones sentimentales y sexuales con otras mujeres, hablar de boda y de hijos, escuchar sus problemas, estar a su lado para apoyarla emocionalmente cuando lo necesita y no olvidar pequeños regalos.

La sinceridad es la cualidad más popular en los anuncios de encuentros que escriben las mujeres. Ellas piden esta cualidad cuatro veces más que los hombres, para ellas es sinónimo de compromiso, o sea, de compartir recursos.

5. La educación y la inteligencia

Se considera que un hombre inteligente con estudios superiores tiene más posibilidades de enriquecerse que otro que no los tenga. Cuantas más carreras tenga, más alta será la posición que ocupe en el trabajo y más poder tendrá, más prestigiosa será su posición social y más abundantes sus recursos. Una inteligencia brillante contiene más o menos las mismas promesas.

Aunque las mujeres de hoy en día están programadas para cautivar a hombres bien posicionados económicamente hablando, intentan cada vez más asegurarse ellas mismas su seguridad económica. Las generaciones anteriores no tenían que preocuparse por ello

porque el matrimonio significaba que el hombre estaría *siempre* a su lado para satisfacer las necesidades de su mujer y de sus hijos. Y como nuestros ancestros vivían en grandes familias, éstas se beneficiaban también de las ayudas de todos. Hoy en día, la mujer no tiene ninguna garantía de que el hombre estará a su lado para ayudarla. En Inglaterra, por ejemplo, el número de madres que crían solas a sus hijos es casi del 19,67%, o sea, una de cada cinco, mientras que en el caso de los hombres la cifra se reduce al 2,16%. La autonomía financiera se ha convertido en un verdadero objetivo para las mujeres de hoy en día.

Todo esto no quiere decir que todas las mujeres quieran casarse con un millonario, pero sí que todas evitarán hombres que sean fanáticos de los juegos de azar, tomen riesgos inconsiderados con el dinero o gasten demasiado en sus cosas. Las mujeres de generaciones anteriores no tenían más remedio que aceptar las imprudencias económicas de sus esposos y resignarse. Las del siglo XXIX consideran este comportamiento una irresponsabilidad y un síntoma claro de que no las aman ni respetan.

El compromiso: por qué un hombre no debe escatimar en el anillo

Cuando un hombre quiere comprar el corazón de una mujer para siempre, lo hace con un anillo. Cuanto más grande o más oneroso sea el anillo, más clara es la señal que envía a esa mujer, y a todas las demás, de que es con ella con quien desea compartir sus recursos. En otras palabras: cuanto mayor sea el anillo, más decisivo será considerado el compromiso por ella y por *todas* las mujeres. Señores, aunque estén en números rojos en el banco, les aconsejo que pidan prestado un poco de dinero y le compren a su prometida un anillo digno de su nombre antes que uno modesto o una joya de fantasía. Otra prueba que los hombres no acaban de comprender. Una mujer se mira regularmente su alianza y recuerda el compromiso que hizo con su pareja, además la compara con las de sus amigas para juzgar el compromiso de sus respectivos maridos. Una mujer puede vivir en una casa modesta y conducir un coche viejo, pero su anillo, comprado especialmente para ella, tiene un valor de declaración pública: significa la profundidad del amor masculino y sella un compromiso solemne.

Kevin, que sabía lo importante que era este criterio para las mujeres, le había regalado a la suya varias joyas espectaculares. En cambio él no llevaba nunca la alianza y sólo a veces llevaba reloj; no veía la necesidad de despilfarrar en joyas o accesorios para reafirmarse. Su hermano Glenn había aplicado esta visión masculina con su mujer Leanne, a quien le había regalado varios anillos raros comprados en Tailandia a bajo precio o en mercadillos. No podía ni imaginarse que su actitud estaba minando la confianza de su mujer, consciente de que tenía recursos suficientes para comprarle las mejores joyas. Glenn pensaba también que comprarle un ramo de flores a su mujer era una pérdida de tiempo porque las flores cortadas no duraban nada. Según su espíritu lógico masculino, era mucho más sensato regalar una planta en un tiesto porque duraba más, y así lo hizo, le regaló una planta en un tiesto, un rosal en concreto, porque la rosa

es «la flor del amor» precisó.

Pero para Leanne, el que su marido le comprara un nuevo ramo de rosas cuando se marchitaran, era una oportunidad más de demostrarle su amor.

Puesto que la voluntad de compartir sus recursos es un acto de amor espontáneo, ésta es la primera cualidad que una mujer espera de su compañero. Casi todos los estudios sobre la importancia del amor como condición de una relación sentimental a largo plazo demuestran que entre el 80 y el 90% de las mujeres esperan que sus parejas les demuestren su amor antes de comprometerse con una relación permanente, incluso antes de pensar en el matrimonio. Según un estudio de Sue Sprecher, coautora del libro titulado *Sexualidad*, el 89% de las americanas afirman que no se casarían con alguien a quien no amarán (el 11% sí lo haría) mientras que el 41% de las rusas dicen estar dispuestas a casarse con alguien aunque no le amen. Este resultado tiene mucho que ver con el hecho de que en Rusia el número de mujeres disponibles es más elevado que el de hombres y por eso éstos tienen menos tendencia a comprometerse. En Kiev (Ucrania), la longevidad media de los hombres era, en el año 2009, de 56 años, y por cada hombre de 20 años había cuatro mujeres disponibles. Señores, ¡pueden comprar sus billetes para Kiev en su agencia de viajes habitual!

Nuestro consejo para cualquier hombre sería el siguiente: puede saltarse muchas cosas en la vida, pero *nunca* deje de comprar una joya que podría regalarle a su mujer. Si al principio de su matrimonio le regaló un anillo sencillo porque no disponía de más dinero, cómprele uno más impresionante en cuanto se lo pueda permitir. Lo quiera o no, este detalle tendrá un impacto enorme en su vida amorosa y las otras mujeres verán su compromiso de otra manera. Hemos descubierto que las únicas mujeres que ponen en duda nuestro argumento son aquellas a las que sus maridos les han regalado una joya o un diamante minúsculo y se han quedado en eso.

Las diez cosas que una mujer no diría jamás

1. Me gustaría que nuestra relación fuera más física... Estoy cansada de ser solamente tu amiga.
2. Sobre todo deja la tapa del inodoro levantada, me encanta la sensación de la porcelana fría.
3. Encuentro muy sexys tus nalgas peludas.
4. Adoro el olor sutil de tus pedos.
5. Por favor, no tires nunca esta camiseta vieja. Los agujeros de las axilas son muy monos.
6. ¡Este diamante es demasiado grande!
7. ¡Tírame enseguida esta tableta de chocolate!

8. ¡Me importa un bledo que esté rebajado! 300 euros es demasiado para esta prenda.
9. ¿Me hace demasiado pequeño el trasero este pantalón?
10. Voy a dar una vuelta. ¿Por qué no llamas a tu ex?

Siete cualidades masculinas que las mujeres consideran seductoras

Los siete puntos siguientes son, además, señales que indican el potencial financiero de un hombre. No se presentan en ningún orden particular, lo que sí es cierto es que son cualidades que atraen a las mujeres:

1. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres que les hacen reír

Los hombres que tienen sentido del humor ocupan los primeros puestos en prácticamente todas las encuestas sobre cualidades masculinas que seducen a las mujeres, y es una cualidad que se menciona casi siempre en los anuncios de encuentros. Cuando una mujer ríe, su cerebro segrega endorfina, una sustancia químicamente próxima a la morfina, que le da una sensación de euforia y relajación. Las endorfinas son un analgésico que el organismo produce de manera natural y que participa en nuestras defensas inmunitarias y nos protege contra las enfermedades. La risa implica una reducción de las hormonas del estrés como es el cortisol, y rebaja también la presión arterial, lo que a su vez, reduce el riesgo de padecer problemas cardiovasculares. Los niveles de cortisol elevados suponen una caída de las defensas inmunitarias, de ahí los beneficios para la salud de reducir el cortisol. Las mujeres saben inconscientemente que un hombre que ve la vida de color de rosa será mejor para su salud, su bienestar general y su supervivencia a largo plazo. Evitará, pues, a los hombres negativos o que siempre están deprimidos o refunfuñando. Los hombres también conocen el poder del sentido del humor, y por eso rivalizan entre ellos para ver quién hace la mejor broma. Saben que aquel que hace reír a todo el mundo tiene una aura particular y que su sentido del humor es un argumento de seducción imbatible.

2. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres que quieren comunicarse

Entre el *top ten* de las cualidades de los hombres que atraen a las mujeres figura la capacidad de escuchar sus problemas y sus sentimientos sin interrumpir ni proponer soluciones. Si usted es hombre y su mujer le revela detalles sobre ella, imítela. Este tipo de «efecto espejo» creará enseguida una relación de confianza y complicidad. Esto no significa que los hombres deban comportarse como mujeres, sino simplemente que las escuchen con compasión y sin proponerles soluciones.

3. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres que cocinan

Desde hace un millón de años los hombres cazan para alimentarse y llevar alimentos a sus parejas. Cualquier hombre que prepare una comida para su mujer despertará

sentimientos primitivos en ella, aunque estemos en el siglo XXI. Éste es el motivo de que llevar a una mujer a cenar sea para ella un acontecimiento tan agradable, aunque no tenga hambre. El gesto de un hombre de querer alimentarla es un disparador emocional. Si usted es hombre, apúntese a un curso de cocina hoy mismo.

4. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres que bailan bien

La única finalidad del baile es llamar la atención, siendo entonces el sexo la motivación fundamental. Cuando las parejas bailan, se estrechan el uno contra el otro y copian los movimientos del otro igual que lo hacen los individuos de otras especies animales mientras se insinúan. Solamente un hombre de cada ocho tiene el cerebro equipado con el sentido del ritmo que le permitirá sentir la pulsación y seguir el ritmo con los dedos, cosa que la mayoría de las mujeres hacen por instinto. El objetivo del baile para las mujeres es captar la atención de posibles parejas, nada más. Todo hombre que esté de acuerdo en lanzarse sobre la pista se beneficiará de una gran ventaja y encontrará pareja. Si usted es hombre, apresúrese para llegar a la clase de baile en cuanto se acabe la de cocina.

«El baile es la expresión vertical de un deseo horizontal.»

George Bernard Shaw

5. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres que se afeitan

Hay tres cosas que provocan inseguridad en las mujeres: su aspecto físico, el dinero y la incertidumbre sobre el amor que le da su pareja. Una mujer quiere que le digan que es guapa, que huele bien, que tiene buen gusto y que su tacto es agradable. Dejar de decirle a una chica que ha cambiado el corte de pelo o que lleva zapatos nuevos, implica decirle que no vale la pena que la miren. Proclamar que está estupenda y halagar su estilo de vestir o su maquillaje hará que se sienta guapa y se pregunte si valdría la pena acostarse con el «halagador». Un hombre que llega tarde a su casa y no explica el motivo suscita automáticamente la sospecha y alimenta la inseguridad de la mujer, por eso procure siempre que pueda apaciguar sus temores telefoneándola para decirle dónde se encuentra, a qué hora volverá o si le hace falta algo.

«¿Me hace el culo grande este vestido?, pregunta ella. No, responde él, es todo el chocolate que engullas cada día lo que te hace el culo grande.

6. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres a los que les gustan los niños

La razón por la cual una mujer entabla una relación amorosa con un hombre es querer

fundar una pareja en la cual ella se sienta mimada, reafirmada y materialmente satisfecha. La aptitud de crear vida es exclusiva de las mujeres, pero todo hombre que demuestre que le gustan los niños jugando con ellos o leyéndoles cuentos antes de ir a dormir, obtendrá una nota excelente.

7. Las mujeres se sienten atraídas por los hombres de aspecto sano

La buena salud de un hombre es un criterio importante, incluso decisivo, de la lista de cualidades masculinas que buscan las mujeres. Y esto se debe a dos razones: la primera es que si el hombre tiene mala salud, quizá muera antes que ella o se vuelva inválido, con lo que se reducirían los recursos familiares. La segunda es que podría transmitir su patología a sus hijos o a ella, por el contacto físico o por sus genes. Un hombre con buena salud es la promesa de una prole potencialmente sana y próspera a largo plazo. Las mujeres consideran síntomas de mala salud la mala condición física, la higiene deficiente o el mal aliento.

La buena salud se ve por una buena condición física, tez clara y alto nivel de energía. Esto último se manifiesta con un andar enérgico y movimientos rápidos, y en general, una actitud alegre, además de otras características de los individuos de posición social elevada. Los hombres displicentes y poco animosos son percibidos como susceptibles de vivir más tiempo, pero también como personas carentes de motivación, son, pues, los pobres candidatos a acumular más riqueza a la larga. Si usted es hombre, no olvide hacer una visita al gimnasio antes de llevar a su compañera a cenar y a bailar.

Por qué ninguna mujer quiere un fracasado

Todos los estudios demuestran que los hombres que no tiene ambición son considerados por las mujeres como poco deseables; además la pereza, la pérdida del empleo o la falta de ambición son causas muy comunes de ruptura de las parejas. Un hombre que trabaja duramente y es ambicioso profesionalmente suele ser muy codiciado por las mujeres, y a la inversa, para los hombres estos mismos atributos en una mujer carecen de interés porque, como veremos en el capítulo siguiente, lo primero que ven los hombres en las mujeres es que sean portadoras de sus genes, sanos y fecundos.

«¿Cariño, cambiamos de posición esta noche?, propone él con un tono lascivo.

Encantada, mi amor, responde ella. Tú planchas las camisas mientras yo me tumbo en el sofá, con una lata de cerveza en la mano derecha y el mando a distancia en la izquierda.»

Algunas mujeres consideran esta actitud masculina un tanto fría y severa, pero si logran entender su significado progresarán espectacularmente en su estrategia amorosa.

El dinero será siempre una ventaja decisiva para las mujeres

Siempre son los hombres los que declaran las guerras, y éstas tienen como único objetivo meter mano en los recursos de otro. Estos recursos se presentan de dos formas distintas: tangibles, como son tierras, casas, objetos de arte, etcétera., y virtuales, que es la reproducción (¡las mujeres!). Durante toda la historia las tribus en guerra han hecho incursiones en territorios enemigos, han saqueado sus bienes, matado a sus hombres, viejos y jóvenes, y violado o secuestrado a las mujeres, a las que raras veces mataban porque daban a los asaltantes la oportunidad de transmitir sus genes.

La necesidad de los hombres actuales de acumular y controlar recursos financieros es una consecuencia de las preferencias femeninas por los hombres con gran poder de enriquecimiento. Las mujeres suelen criticar a los hombres por su tendencia a dedicar más tiempo a su trabajo que a su familia, por estar más preocupados por las rivalidades masculinas en su trabajo y por el volumen de negocio que por su vida familiar. Pero son ellas mismas las que al preferir a hombres «poderosos» han creado en ellos esta necesidad de acumular riquezas.

En resumen

La mujer de antaño examinaba atentamente las cualidades de su posible pareja a largo plazo porque una mala elección podía suponer que sus hijos murieran de hambre, fueran maltratados o abandonados. Estos criterios, que eran válidos para las mujeres de hace miles de años, siguen siendo prácticamente los mismos para las mujeres del siglo XXI, que tampoco quieren ser maltratadas, abandonadas ni pasar hambre. Esto no quiere decir que la única motivación de las mujeres sea la riqueza de los hombres, pero sí que su *motivación principal* es elegir hombres cuyas cualidades –inteligencia, oportunismo y ambición– les aseguren una buena economía en el futuro. Si un hombre no es ambicioso o carece de recursos, las mujeres en general no se interesarán por él a menos que presientan que tiene un gran potencial. Por ejemplo, un estudiante de 22 años sin blanca que estudia para ser neurocirujano, abogado o notario, probablemente será considerado una excelente inversión para el futuro.

CAPÍTULO 9

SEÑORAS, ¡SU TURNO!



Casi todos los hombres consideran que las relaciones sentimentales no tienen nada que ver con la promesa de felicidad eterna sino con los servicios que la mujer les puede ofrecer. Ella quiere sus recursos, él espera sus servicios. La base de la relación se resume, pues, en un intercambio de bienes y servicios. Si pedimos a un hombre que describa a la mujer de su vida, recurrirá siempre a los *servicios* que ella le presta: es buena cocinera, su casa está impecable, se ocupa perfectamente de los niños, es una compañera adorable, una buena amiga, es sexy, tiene un culo bonito, etc. Dicho de una forma un poco bestia: la mujer es un «paquete de servicios» por los cuales él le paga por horas. Si se le pide a una mujer que describa al hombre de su vida seguramente dirá que se gane bien la vida, que sea inteligente, que le haga reír, que tenga un buen trabajo, que sea propietario de la casa y otros bienes. En otras palabras: que le aporte *recursos*. La

sociedad ha bautizado este intercambio de bienes y servicios con el nombre de «compatibilidad», un término que suena bien y describe la relación de una manera políticamente correcta. Pero la relación hombre/mujer sigue siendo esencialmente un intercambio de bienes y servicios. Lo que interesa ante todo al hombre son los servicios que la mujer puede aportarle y su apariencia física.

Si usted es mujer quizá tenga la impresión de que tachamos a los hombres de superficiales y egocéntricos. Nada más lejos de nuestra intención. Vamos a demostrarle que las necesidades y prioridades de los hombres son bastante simples y que si sabe satisfacerlas en el momento oportuno, su pareja será un hombre feliz.

Los hombres sólo conocen dos emociones: el hambre y el deseo sexual.

Si no se le levanta, hágale un bocadillo.

Mucha gente, sobre todo las feministas, que ponen el grito en el cielo cuando se habla del prototipo de mujer seductora según los hombres, argumentando que es vulgar y se limita a la apariencia física. Sugiere también este grupo que se supriman o censuren todas las discusiones sobre las preferencias masculinas en materia de mujeres porque son envilecedoras para éstas. La realidad es que estas preferencias masculinas se pusieron de manifiesto hace cientos de miles de años, y por tanto, están profundamente arraigadas en nuestro cerebro y poco han cambiado. Es la evolución genética de la raza humana la que ha querido que los hombres prefieran la belleza física y la juventud. Es cierto que nuestra sociedad y nuestro estilo de vida actual son muy diferentes a los de hace miles de años, pero las preferencias masculinas respecto a las chicas siguen siendo las mismas, aunque éstas hayan derivado de un estilo de vida que hace tiempo que ha desaparecido. Negar la realidad de estas preferencias o rechazarla tendría el mismo efecto que enfadarse cuando llueve o indignarse porque los animales carnívoros prefieren la carne a las verduras al vapor.

Intentar cambiar las preferencias masculinas sería como obligar a los hombres a no tener pelo facial «porque a partir de ahora es inaceptable».

Aceptar la neurobiología del macho medio que explica sus preferencias en materia de mujeres le permitirá desarrollar una estrategia relacional muy eficaz con él. Han hecho falta millones de años para que a los peces les gustara el sabor de los gusanos y las lombrices. Si usted va a pescar, lo más ingenioso es utilizar gusanos y lombrices como cebos porque es la comida por la que los peces se vuelven locos. Sería absurdo que les diera alimentos que le gustan a usted, como también lo sería esperar a que el pez saltara

a su barca porque es lo más práctico. Para atrapar a los peces hay que entender cómo funcionan y poner en práctica estos conocimientos. De la misma manera, integrar la programación del cerebro masculino le permitirá controlar mejor sus relaciones con los hombres y desarrollar estrategias para «pescarlos» y manejarlos.

¿Cómo influyen los medios de comunicación en el punto de vista masculino?

Los medios de comunicación, empezando por las revistas femeninas, son siempre criticados porque nos imponen unos estándares de belleza femenina que parece que todas las mujeres tengan que cumplir. Esto que puede ser verdad para las revistas femeninas, no lo es para las masculinas. Las revistas femeninas nos muestran famosas, en general mujeres delgadas y altas. La imagen de la mujer con un cuerpo delgado y alto como una I viene de los desfiles de moda en los que modelos profesionales hacen función de percheros en movimiento a las que lo único que se les exige es que destaquen las últimas creaciones de los estilistas. Los estudios, sin embargo, demuestran claramente que cuanto más delgada y alta sea la silueta de una mujer, más se alejará de la relación caderas/cintura del 70% (véase capítulo 8), y por tanto, menos posibilidades tiene de concebir. El cerebro masculino está condicionado para detectar los índices biológicos que indican la fertilidad potencial de la mujer y por tanto se sienten más atraídos por la combinación caderas grandes/pecho generoso. Las revistas masculinas lo saben, basta mirar las revistas de automóviles para ver mujeres con formas generosas apoyadas en las máquinas que interesan a sus lectores. Ellas envían las señales biológicas que los hombres esperan de una mujer. Por eso nunca verá a una mujer tipo insecto anoréxico en una publicidad de Harley-Davidson. Más del 80% de los espectadores del concurso de Miss Universo son hombres, pero la proporción se reduce a menos del 5% en el caso de los desfiles de moda.

Mi mujer y yo estábamos mirando ¿Quién quiere ser millonario? en la cama cuando la miré y le pregunte:

—¿Quieres hacer el amor?

Ella me respondió:

—No.

Yo le dije:

—¿Es ésta tu última palabra?

Ella me fusiló con la mirada y me lanzó un «¡sí!» sin réplica. Entonces dije:

—En este caso voy a telefonar a un amigo...

Al estudiar el efecto que producen las imágenes de mujeres biológicamente perfectas sobre una muestra de voluntarios, el profesor Douglas Kenrick y sus colaboradores de la universidad del Estado de Arizona hicieron descubrimientos sorprendentes constataron que los hombres a los que se les mostraron imágenes de mujeres sexualmente atractivas encontraron después a sus parejas habituales menos seductoras y se mostraron insatisfechos por ello, en cambio a los hombres que les mostraron imágenes de mujeres más normales la reacción fue la contraria. Peor aún, los hombres que habían examinado las fotos de mujeres muy atractivas se describían a sí mismos, después de la prueba, como menos comprometidos, menos serios, menos satisfechos y menos cercanos a su pareja habitual. Incluso aquellos que habían clasificado a sus parejas de muy atractivas dijeron estar menos satisfechos después de haber contemplado mujeres sexualmente irresistibles. Estos resultados son preocupantes porque las imágenes de las mujeres que se pueden ver en las revistas para hombres y en internet reflejan en general el 1 o 2% del conjunto de mujeres que se encuentran en la vida real; en otras palabras, ellas no representan en absoluto la realidad del mundo en que vivimos. Durante la prehistoria, los hombres elegían a su pareja del grupo de mujeres disponibles que conocían y no habrían perdido ni un segundo de su tiempo mirando imágenes de mujeres perfectas, idealizadas, puramente fantasmagóricas. Podemos, pues, imaginar que los hombres de las cavernas estaban más satisfechos con sus mujeres que los del siglo XXI, porque carecían de fantasmas inútiles.

El cerebro masculino posee los circuitos necesarios para el proceso de evaluación y de selección de las parejas femeninas, pero ha sido engañado por la tecnología moderna, que exacerba las reacciones masculinas a un ideal femenino casi siempre inaccesible. Se les vende una mercancía incomedible, un poco como los restaurantes de comida rápida o hamburgueserías envían al cerebro señales químicas que hacen creer a los clientes que quieren comer cualquier cosa útil para sobrevivir. ¿Resultado? Diabetes, colesterol, obesidad.

Las imágenes mediáticas de las mujeres perfectas son una de las causas de las relaciones extramatrimoniales de los hombres actuales, menos comprometidos y más tentados que nunca al vagabundo sexual. Estas imágenes aprovechan también el deseo femenino natural de incrementar su poder seductivo para cautivar a los hombres. Nunca las mujeres han recurrido tanto como ahora a la cirugía estética y a los productos de belleza para captar su atención.

Lo que de verdad quieren los hombres

Hay cuatro cosas que los hombres siempre han querido de sus mujeres:

1. Sexo.
2. Servicios básicos: platos básicos, camisas bien planchadas, pequeños cuidados.
3. Ser amado y ocupar el primer puesto.

4. Que les dejen tranquilos frecuentemente.

Nada demasiado complicado, ¿no? Todo lo que los hombres hacen y dicen se remite a estas cuatro necesidades. Si usted es capaz de adivinar cuál de ellas ha de satisfacer y en qué momento, seguro que se lleva muy bien con su pareja. El único problema es que lo que es importante para el hombre no suele serlo para la mujer, y viceversa. Por ejemplo, para un hombre trabajar hasta tarde, hacer horas extra o trabajar en dos sitios a la vez, representa un sacrificio que hace por su familia, a la que procura darle todas las comodidades que él considera necesarias. Pero quizá para la mujer esta ausencia de su marido representa que no se interesa por ella ni por su familia, solamente por su trabajo.

Lo que los hombres quieren que sepan las mujeres (n.º 153):

Siempre que pueda dígame lo que tenga que decirle durante los anuncios publicitarios.

En una relación amorosa casi todos los hombres harán todo lo necesario para obtener de su compañera aquello que satisface estas cuatro necesidades básicas; lo cual significa que la invitará al restaurante, la llevará a bailar, le mostrará su «lado femenino» cotilleando con ella y no dejará de decirle que ella es la única, la mujer más maravillosa que jamás ha conocido... ¡ustedes ya conocen la canción! Pero su objetivo primordial es y será siempre encontrar a la mujer capaz de satisfacer una de sus necesidades elementales y, si es posible, cuanto antes. Si en un momento preciso ella tiene necesidad de hablar mirándole a los ojos sobre «el amor eterno», él lo hará. ¿Y qué hombre dudaría en halagar a una mujer sobre su aspecto si con ello consigue incrementar sus posibilidades de acabar en la cama con ella? Todos los medios son válidos cuando el objetivo que se persigue es noble y justo...

No espere jamás de un hombre que le conceda ocupar el primer puesto de su lista de prioridades. Entre sus prioridades principales quizá estén sus hijos, sus amigos, su equipo de fútbol favorito, su coche o su trabajo. Quizá esté usted.

Aquello que un hombre estaría dispuesto a hacer para tener relaciones sexuales

Un hombre está dispuesto a prestar muchos servicios a una mujer si tiene alguna posibilidad de acabar en la cama con ella o de obtener otras ventajas, y las mujeres lo saben. «Llévame de compras», dicen ellas. «Arregla el horno, llévame al cine, al restaurante, a casa de mi madre, acuesta a los niños, pinta el garaje, etcétera.». ¿Cómo sabemos que los hombres quieren que les paguemos por estos servicios con relaciones

sexuales? Porque servicios de este tipo no se los pedirían a otros hombres, o si lo hicieran, contraerían una deuda que tarde o temprano tendrían que pagar.

Víctor vivía con Cristina y los dos hijos de ella. Él y Cristina habían tenido tiempo atrás una relación amorosa que había durado casi un año. Estaba en el paro y había tenido que abandonar su apartamento. Él la ayudaba en las tareas domésticas, sacaba el polvo, lavaba la ropa sucia, pasaba el aspirador, sacaba la basura y jugaba voluntariamente con sus dos hijos. También les compraba regalos y una vez por semana llevaba a toda la familia a cenar a un restaurante. Él le pagaba a Cristina una pequeña suma de dinero por el alquiler de la casa. Dormían en habitaciones separadas y él no quería volver a tener relaciones íntimas con ella, pero Cristina seguía queriéndole y deseaba reconciliarse para siempre. Cuando Víctor le dejó bien claro que no había ninguna posibilidad de relación amorosa entre ellos, ella le pidió que se marchara. No volvió nunca más a esa casa y dejó de ver a los niños. Piensa que no le debe nada a ella por haberle pagado con sus servicios el alojamiento que ella le ofreció, como tampoco siente la necesidad de volver a verla.

Si un hombre no tiene relaciones sexuales con una mujer pero pasa el tiempo prestándole servicios, esperará que ella le pague de una manera u otra, igual que ella esperaría lo mismo de un hombre. Tendrá que pagarle por su trabajo sea con relaciones sexuales o con servicios de otro género.

Cuenta la historia que sir Walter Raleigh extendió en el suelo su abrigo bordado en oro para que la reina pasara por encima de él y no por el barro. ¿Por qué? Porque había navegado durante quince meses y quería acostarse con ella a cualquier precio. Ningún hombre sensato haría una cosa parecida con su mejor traje.

La amenaza de verse privado de estos servicios explica por qué cuando un hombre negligente y poco solícito ha recibido amenazas de abandono de su pareja, le jura su amor y fidelidad eterna e incluso le afirma que se casará con ella y tendrán hijos. Le dirá todo lo que considere oportuno con tal de no verse privado de sus platos, de su ropa lavada y planchada y de sus «enormes achuchones». Y afortunadamente para los hombres, las mujeres suelen tragarse este tipo de promesas. ¿Cuál es la lección que hay que aprender? Que pase un buen momento con su pareja si es lo que le dicta el corazón, pero no se trague ninguna de las promesas que le haga para seducirle.

Al principio Dios creó la Tierra y descansó. Después Dios creó al hombre y descansó. Después Dios creó a la mujer.

Desde entonces, ni Dios ni el hombre han podido volver a descansar.

Los hombres no piensan en relaciones amorosas

En nuestro libro *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas* ya comentamos que el cerebro masculino se estimula con todo aquello que requiera su aptitud para la caza, su sexualidad y sus movimientos en el espacio. Las revistas masculinas reflejan claramente estas necesidades combinando sabiamente artilugios tecnológicos, páginas deportivas y mujeres con poca ropa.

En ninguna revista masculina leeremos artículos como: «El día de su boda: planifíquelo todo de la A a la Z», «Cómo asegurarse de que ella no se vaya con otros», «Elija el traje con el que impresionarla», «La mujer de su vida: cómo elegirla y conservarla».

En las revistas masculinas encontrará más bien artículos del tipo: «Cómo hacer fortuna rápidamente», «Cómo tener unos abdominales perfectos», «Hacer el amor toda la noche sin cansarse», «Multiplicar las conquistas».

Las mujeres leen revistas de «gente» y se interesan por las relaciones sociales y mundanas: *Marie-Claire*, *Paris Match*, *ELLE*, etc.

Y entre los miles de libros que hay sobre las relaciones amorosas, no hay prácticamente ninguno que explore las vivencias de las mujeres, porque esto no suele interesar a los hombres. Lo que quieren ellos es que les cuiden, les quieran, que se den un revolcón con ellos, y después, que les dejen en paz. Pocos libros sobre relaciones hombre/mujer tratan estos temas, porque la mayoría de las obras de desarrollo personal están escritas por mujeres y el 90% de sus lectores son también mujeres. Si la mayoría de los hombres no están dotados para construir una relación de pareja armoniosa es porque no se molestan en pensar en ello, y cuando lo hacen, se imaginan niños berreando, problemas económicos, calvicie, perros falderos ladrándoles, una barriga inmensa, en resumen, el infierno de la monogamia para siempre.



El mando a distancia perfecto (para hombres)

Muchos son los hombres, sobre todo jóvenes, que consideran una relación amorosa como un freno a todas las maravillosas oportunidades que pueden surgir en cualquier momento. Después de todo, si Tommy Lee se hubiera casado con la primera fan que se lanzó sobre él, no habría podido revolcarse con Pamela Anderson, Heather Locklear y tantas otras rubias carnosas, ¿es verdad o no? Y aunque estos escenarios no le ocurran más que al uno por ciento de los hombres, ninguno está dispuesto a «jubilarse», quién sabe... Esto es lo que piensan los hombres.

«Hasta que la muerte nos separe», es la expresión por excelencia que les paraliza.

Lo que los hombres quieren que sepan las mujeres (n.º 43)

«Sí» y «No» son respuestas perfectamente aceptables para casi todas las preguntas.

Cómo decodificar el lenguaje masculino

Los hombres tienen un repertorio de frases estándar que utilizan para convencer a las mujeres de que les presten alguno de los cuatro servicios básicos que esperan, empezando por el sexo.

He aquí las cantinelas *top ten* de los hombres y su traducción:

1. «Eres preciosa/magnífica/cañón.»

Tienes el rostro con rasgos regulares y simétricos, lo cual indica que podrías transmitir perfectamente mis genes. Hagamos el amor.

2. «Estás genial esta noche.»

Quiero hacer el amor contigo lo antes posible.

3. «Seamos amigos.»

No siento ningún deseo por ti o ya no te deseo más. Espero que no te pongas a llamarme o a enviarme mensajitos de texto cuatro veces al día para pedirme eso que fabrico.

4. «¡Estás irresistible con esta ropa!»

Esta ropa resalta tu relación caderas/cintura ideal y tus senos. Siento cómo me sube la testosterona por segundos y quiero hacer el amor contigo enseguida.

5. «¿Quieres subir a tomar un café?»

Revolquémonos y echemos un polvo como dos bestias ya que estoy medio borracho... y sin encender la luz, para no ver tus defectos.

6. «¿Te puedo ofrecer algo para beber?»

Con un poco de alcohol será más fácil acceder a ti y conseguir mis objetivos.
(Variante al cabo de un rato: «¿Otra cerveza?».)

7. «No puedo trasnochar hoy, tengo que madrugar.»

Gracias por el polvo. Yo me largo.

8. «Quiero una relación abierta y honesta.»

Si alguna vez tuviera una amante, siempre podría recordarte que te había prometido ser honesto contigo.

9. «Ya te llamaré. Quedamos cuando cierre la discoteca.»

Si no me como un rosco esta noche, siempre podré acostarme contigo.

10. «No es culpa tuya, es mía.»

Es totalmente culpa tuya, ¡lárgate!

No hay duda de que son expresiones graciosas; el problema está en que las mujeres están tentadas de decir que esconden parte de verdad, y la mayoría de ellas incitan a los hombres a atenerse a estas expresiones. Por esto mismo hay muy pocas mujeres que sean

capaces de distinguir a los hombres serios para una relación duradera. Si fueran capaces de decodificar estas frases y de entender lo que de verdad quieren decir, distinguirían mejor entre futuros padres de familia fiables y ligones irresponsables.

Los hombres se interesan por el potencial reproductor de las mujeres

Nuestros ancestros preferían a las mujeres que eran capaces de traer muchos hijos al mundo y determinaban esta capacidad basándose en dos criterios: la juventud y la salud. Cuanto más joven era una mujer, más fértil era. La fertilidad de una mujer a los 20 años es elevada, a los 30 media, a los 40 baja y a los 50 nula. Por eso los hombres de hoy en día prefieren, igual que sus ancestros, a las mujeres jóvenes, por su potencial reproductor. También por esta razón las jóvenes corren más riesgo de violación. Estadísticas norteamericanas demuestran que el 85% de las víctimas de violación tienen menos de 36 años, una cifra que refleja el potencial reproductor de las víctimas.

Todos los hombres prefieren compañeras más jóvenes que ellos (entre dos y cuatro años). Por otro lado, cuanto mayor es el hombre más joven se la buscará. En un estudio realizado por Kenrick y Keefe sobre preferencias de edad concluyen que los hombres de 20 años prefieren chicas de 18, que los de 35 prefieren mujeres de 30 y que los de 48 buscarán mujeres diez años más jóvenes que ellos. Un quincuagenario se interesará por mujeres que rondan los 30 años.

Los hombres saben por instinto que la relación entre recursos y capacidades atrae a las mujeres más jóvenes. El etnólogo Karl Grammer ha analizado los datos de un sitio de encuentros de internet al que están inscritos 2.638 internautas masculinos y femeninos. Ha descubierto que cuanto más elevados son los ingresos del hombre más jóvenes son las mujeres que buscan. Así, los hombres que ganan 10.000 euros al mes buscan mujeres de entre cinco y quince años más jóvenes que ellos, mientras que los mileuristas se contentan con mujeres cinco años más jóvenes. Por cada mil euros más de sueldo, se reduce un año la edad de la compañera ideal. Dicho de otra manera, los hombres reconocen que cuanto más elevados son sus recursos materiales, más posibilidades tienen de seducir a mujeres jóvenes y más importante es su potencial reproductor.

Un hombre que acepte consagrar sus recursos a una mujer en particular, incrementa sus posibilidades de obtener una pareja de «gama alta» porque las mujeres más codiciadas son también las más empeñadas en obtener lo que ellas quieren por encima de todo, a saber, un compromiso a largo plazo.

¿Significa esto que si usted es una mujer de más de 50 años sin potencial reproductor está destinada a quedarse sola el resto de su vida? No. Significa que, como las chicas más jóvenes, una mujer de cierta edad también tendrá que esforzarse por seguir siendo seductora si quiere tener alguna posibilidad con los hombres. Las revistas femeninas están llenas de artículos sobre técnicas para mantener una apariencia juvenil, porque es su cuidado y belleza física lo que atrae a hombres de todas las edades, y no el hecho de

que no pueda tener más hijos. Piense en Joan Collins, Cher, Ivana Trump o Madonna.

Lo que quieren los hombres que sepan las mujeres (n.º 22)

Si alguna cosa que yo digo puede ser interpretada de dos maneras diferentes y una de ellas te enoja o te entristece, estaba pensando en la otra.

Ninguna de estas preferencias masculinas será admitida por una mujer como justa, sensible, sensata o políticamente correcta, pero es la realidad y poco importa que usted la acepte o no. Si entiende el origen de las preferencias masculinas y que derivan de un condicionamiento cerebral muy antiguo, podrá descifrar mejor los comportamientos masculinos y por consiguiente tener una mejor relación con su pareja.

Vayamos al grano

La lista de preferencias masculinas a largo plazo:

1. Personalidad
2. Seducción
3. Inteligencia
4. Sentido del humor
5. Cuerpo bonito

Si comparamos esta lista con la siguiente, la de las preferencias femeninas para una pareja a largo plazo, verá que son muy parecidas, siendo la personalidad la que ocupa el primer lugar de ambas. La gran diferencia suele ser que las mujeres quieren un hombre que sea también sensible, mientras que los hombres quieren una mujer que sea seductora.

He aquí la lista de cualidades que las mujeres buscan en una pareja a largo plazo:

1. Personalidad
2. Sentido del humor
3. Sensibilidad
4. Inteligencia
5. Cuerpo seductor

Las mujeres prehistóricas no eran demasiado exigentes con las cualidades de los hombres; lo único que querían era que supieran manejar bien el arco y la lanza para conseguir el alimento y defenderlas de posibles agresores. Los hombres prehistóricos no

tenían que tener sentido del humor, ni saber jugar al ajedrez ni entender sus sentimientos para impresionar a las mujeres. Estas últimas tenían muchas menos dificultades que nuestras contemporáneas para encontrar una pareja, porque la cirugía estética, las cremas y las sesiones de estilistas no formaban parte de sus argumentos de seducción. Para las neandertales, las reglas de juego eran claramente más rudimentarias que las nuestras.

A continuación una astucia que muchas mujeres desconocen: los hombres tienen dos listas de criterios para seleccionar a su pareja, mientras que ellas sólo tienen una. Cuando una mujer mira a un hombre y se pregunta si le elegiría como pareja de larga o corta duración, utiliza siempre los mismos criterios. Los hombres, en cambio, tienen una lista para las parejas de larga duración y otra para las relaciones breves.

Lista de criterios masculinos para relaciones breves:

1. Seductora
2. Cuerpo bonito
3. Pechos grandes
4. Trasero
5. Personalidad

Habría podido observar que esta lista de criterios está basada en criterios visuales que disparan la actividad hormonal en el hipotálamo y la amígdala. Esta lista está, pues, estrechamente ligada al placer sexual. David Buss tiene un repertorio de 67 características preferidas por hombres y mujeres para una pareja ocasional. Las personas interrogadas citan sobre todo lealtad, sociabilidad, honestidad, salud, amabilidad, inteligencia, encanto, educación, generosidad, responsabilidad y cooperación. Ha descubierto que los hombres conceden mucha menos importancia que las mujeres a estas cualidades en una pareja ocasional. A los hombres les preocupan menos que a las mujeres las características negativas (vagabundeo sexual, alcoholismo, nivel sociocultural modesto, bisexualidad y violencia psicológica) en las parejas ocasionales, y sin embargo, cuando se trata de parejas a largo plazo, las rechazan por completo. Para una relación breve citan como rasgos desmotivantes: exigencia de compromiso, fealdad física, mujeres peludas, libido reducida.

Los hombres rechazan para una relación ocasional a las mujeres que les exigen un compromiso y, sin embargo, el compromiso es muy importante para ellos cuando se trata de una pareja de larga duración o una esposa. También consideran más atractiva como amante a una mujer casada que a una soltera, porque aquella no espera de una pareja ocasional que se comprometa a largo plazo.

La lista masculina de cualidades requeridas para una relación breve es la que se utiliza en los clubes, bares, playas, gimnasios y todos los lugares donde los hombres se encuentran con mujeres. Está sobre todo vinculada a criterios físicos porque, tal como demuestran las IRM cerebrales, los hombres son esencialmente visuales, y la cara y el

cuerpo femeninos son los principales blancos de su atención. Y lo quieran o no, definen a las mujeres en relación a esta lista. Pero cuidado, estos criterios no son los que atraen a los hombres para una relación de larga duración. La mujer que se viste como una «furcia» o una «vampira» será competitiva para una aventura de una noche: las minifaldas, las blusas ajustadas y escotadas, el maquillaje excesivo... son formas de interiorizar los criterios masculinos; por esto, las mujeres que se corresponden con este perfil suelen tener muchas relaciones cortas. Para tener una relación larga con un hombre, la mujer debería estudiar la lista de criterios de «larga duración» y adaptar su apariencia física y sus actitudes consecuentemente, sabiendo siempre adaptarse a la otra lista cuando se trate de focalizar la atención inmediata de su pareja.

Lo que revelan los anuncios de encuentros

Los pequeños anuncios de encuentros revelan claramente las diferencias entre las preferencias femeninas y masculinas. Los hombres insisten tres o cuatro veces más en las características físicas, mientras que las mujeres mencionan como objetivo primordial el desahogo material, es decir, un hombre que tenga, como mínimo, trabajo, coche y alojamiento.

El psicólogo Mark Mason, del Nene College de Northampton (Gran Bretaña), ha analizado 2.200 anuncios de encuentros para clasificar las demandas más frecuentes y para definir las características del anuncio más rentable. La fórmula ideal, según su estudio, consiste en hablar de uno mismo el 70% del anuncio y de lo que espera de su pareja el 30% restante.

Un anuncio que ha obtenido excelentes resultados y que por tanto entra en la categoría de muy eficaz es el siguiente:

«Hombre, 28 años, ingresos elevados, sincero y auténtico, sentido del humor, busca joven seductora y afectuosa para relación auténtica.»

Este anuncio ha obtenido buenos resultados porque ofrece a las lectoras femeninas lo que buscan, o sea, recursos, y expresa claramente lo que el anunciante busca, salud y juventud, es decir, una promesa de descendencia.

Compare este anuncio con las exigencias típicas de las mujeres, tal y como las encontramos en el siguiente anuncio, también extraído de las páginas de encuentros de una revista y que tiene mucho éxito:

«Joven seductora, buen tipo, cariñosa y sensible, busca hombre con ingresos elevados, independiente, sincero, sentido del humor, para relación auténtica.»

En este anuncio, la candidata al gran amor ofrece sus atributos físicos y su sentido maternal a cambio de recursos financieros. Toda discusión sobre qué esperan hombres y mujeres desencadena inevitablemente un concierto de protestas de gente que ha escrito anuncios muy diferentes a estos y han obtenido buenos resultados. No olvide que este libro tiene como finalidad presentar los principios de base que funcionan bien la mayor

parte del tiempo y para la mayoría de la gente, y no es nuestra intención analizar comportamientos minoritarios o excepcionales.

¿Por qué la seducción se ha convertido en algo tan importante?

Un estudio sobre la pareja realizado entre 1940 y 1990 medía los criterios masculinos y femeninos de la pareja ideal. Las respuestas recogidas cada década por los encuestadores revelan que los hombres consideran la seducción femenina como algo muy importante, en cambio las mujeres piensan que la seducción masculina es una ventaja, pero no es decisiva. En 1990, el número de hombres y mujeres que ponían la seducción a la cabeza de sus exigencias había crecido un 50% en relación a 1940, y en 2008 un 65%. Este fenómeno está vinculado a la globalización y a la mayor disponibilidad de parejas eventuales a finales del siglo XX. Por otro lado, los medios de comunicación del mundo entero están ahora obsesionados con la imagen del cuerpo perfecto, masculino o femenino, tal y como testimonian las portadas de las revistas. Esta evolución demuestra que la importancia atribuida a la seducción no es algo innato sino que varía en función de las circunstancias. Nosotros somos actualmente más exigentes en este sentido de lo que lo eran nuestros ancestros. También los estudios demuestran que este fenómeno se ha generalizado en los hombres y que no se limita a determinadas culturas. Los letones quieren mujeres seductoras, los griegos, islandeses, chinos, marroquíes, esquimales y zulúes, también. Los hombres siempre han preferido parejas físicamente seductoras, y estas preferencias masculinas suelen ser las responsables de la aparición de la industria de la belleza (cosméticos y cirugía plástica), con unas cifras de negocio colosales. Los investigadores de estas industrias saben qué señales aumentan la secreción hormonal en el cerebro masculino, y sus productos y servicios prometen a las mujeres que producirán esas señales capaces de atraer a los hombres.

De pie delante del espejo de la habitación, una mujer desnuda se examina de pies a cabeza.

Descontenta con lo que ve, le suelta a su marido: «Estoy deprimida, se me ve vieja, gorda y horrible. Necesito que me digas algo bonito ahora mismo». A lo que su marido replica: «Tu sentido de la observación es extraordinario».

Otra razón por la que los hombres quieren mujeres seductoras es que la capacidad de conquistar a una mujer bonita es una señal de estatus social. Una mujer seductora del brazo de un hombre demuestra que éste es capaz de ganar mucho dinero. Es la motivación de la «mujer trofeo». Una pareja femenina atractiva ocupará siempre un lugar preferente al lado de otros signos externos de riqueza, a saber, coches bonitos, obras de arte, relojes de oro y villas al lado del mar, y contribuye, pues, a incrementar el

potencial de seducción de un hombre ante otras mujeres. Los estudios de Buss demuestran que, en casi todas las culturas, una mujer poco seductora rebaja el estatus social de su marido, mientras que a la inversa, no tendrá más que un pequeño impacto en el estatus social de la mujer, incluso aunque su marido se parezca a Mike Tyson en el peor de sus días. Si él tiene dinero y poder, su compañera siempre será considerada una excelente presa, aunque sea pequeña, obesa y bizca.

El significado de «seductor/a»

Una mujer «seductora» es la que consagra tiempo y esfuerzos a subrayar sus cualidades físicas y a enmascarar sus defectos. Se esfuerza siempre por sacar el mejor partido a su apariencia física y nunca olvida que los hombres se motivan más por las apariencias que por la realidad. La seducción física de una mujer está directamente relacionada con su estado de salud, razón por la que los hombres siempre han concedido tanta importancia a su aspecto exterior. Si una mujer madura se viste y maquilla con esmero es una mujer seductora porque se esfuerza en recrear su aspecto y en emitir las señales de una mujer en edad de procrear. Casi todas las mujeres saben esto por intuición, y las industrias que venden productos de belleza, pastillas para adelgazar o tintes de pelo les venderán toda una colección de productos para seducir.

El psicólogo Paul Rozin preguntó a una muestra de hombres y mujeres cómo percibían el cuerpo femenino ideal. Les mostró a todos una serie de fotos de cuerpos femeninos, desde los más menudos hasta los más desarrollados. Absolutamente a todas las mujeres les pareció más seductor el cuerpo pequeño, «aquel que me gustaría tener a mí». En cambio, los hombres dijeron sentirse más atraídos por los cuerpos con formas normales. Esto demuestra que las mujeres modernas están muy equivocadas cuando se imaginan que los hombres prefieren a las mujeres delgadas y sin formas. En general, ellos las prefieren de tamaño normal y caderas anchas. Veremos por qué más adelante.

El profesor Donald Symons, del departamento de antropología de la universidad de California, ha sido uno de los primeros en demostrar que en un país como Estados Unidos, donde la alimentación es abundante, los hombres se sienten más atraídos por mujeres más menudas, mientras que en los países donde escasea el alimento, las prefieren rollizas. Concluye diciendo que la asociación de ideas con la abundancia alimentaria fue determinante en la seducción femenina.

Imiten a los indios de Amazonia

Para captar la atención de los hombres, las mujeres de ciertas tribus de Amazonia se pasean con los senos descubiertos y vestidas con una especie de tanga que resalta sus nalgas. A las mujeres de nuestras civilizaciones podría sorprenderles este comportamiento cuando, en realidad, no difiere demasiado de lo que hacen ellas para cautivar a los hombres. Ocultan sus defectos de la piel con base de maquillaje, se ponen rimel para alargar las pestañas, se pintan los labios de rojo para sugerir el flujo de sangre

en la boca, se tiñen el pelo de rubio para parecer más jóvenes, se hacen rellenar las arrugas para olvidar su verdadera edad, llevan sujetadores apretados para realzar el busto, minifaltas, tacones altos y muchos otros artificios destinados a responder a las demandas masculinas de juventud y salud. Ya hemos comentado que esto explica también por qué los hombres se enamoran antes que las mujeres: el impacto de las señales visuales es decisivo.

Una precisión: no estamos sugiriendo a nuestras lectoras que renuncien a estas estrategias, simplemente les explicamos su *significado*.

Qué buscan los hombres en la belleza

Para los animales el concepto de belleza no existe. Ningún gato, ningún perro, ningún elefante, se ha sentido jamás atraído por la belleza de una puesta de sol, de un cuadro de Monet o de una sinfonía de Mozart. Para un animal no existen chimpancés, gatos o caballos «feos». En el mundo animal la «seducción» de una hembra opera a un nivel mucho más básico: si ella está en celo, es la más bonita del mundo.

Nosotros los humanos tenemos unas opiniones sobre la belleza de lo que nos rodea, una tendencia que nos viene directamente de nuestros ancestros. Consideramos que una imagen o una pintura es seductora cuando imita las cosas que componen desde siempre el cuadro de la vida de la especie: un bonito paisaje, los animales, el cielo, las emociones sobre un rostro, los lugares donde se desarrolla nuestra vida...

Los hombres evalúan la belleza femenina basándose también en los índices de fecundidad, a saber, una tez de melocotón, una cabellera espesa y brillante, una excelente tonicidad muscular, unos ojos claros, una piel suave y un alto nivel de energía. En resumen, todos los puntos clave que indican un alto potencial reproductivo sobre los cuales los cosméticos femeninos, cremas, champúes, base de maquillaje y otros, concentran sus esfuerzos. Desde un punto de vista evolutivo, la mujer joven y sana indica que es capaz de procrear una descendencia numerosa y asegurar así al hombre más posibilidades de transmitir su capital genético. Por esto, una mujer que se preocupa de su higiene es universalmente considerada más atractiva que una que no lo hace; además, la falta de higiene personal está directamente relacionada con la enfermedad y, por consiguiente, con una tasa inferior de supervivencia de los hijos.

El profesor Randy Thornhill, biólogo evolutivo de la universidad de Nuevo México, ha interrogado a hombres y mujeres sobre la seducción de una serie de imágenes de rostros femeninos. Los más viejos han sido catalogados de menos seductores por ambos sexos, siendo los hombres los que han sido más críticos en sus juicios. Este estudio demuestra, sin embargo, que las mujeres han integrado perfectamente la importancia de este criterio, razón que explica la popularidad creciente de los *liftings*.

Un concurso de belleza planetario

El mundo se ha convertido actualmente en un inmenso concurso de belleza en el que participan prácticamente todas las mujeres del mundo. Nunca en la historia de la humanidad las mujeres habían gastado tanto dinero como ahora en mejorar su aspecto. El 94% de las portadas de las revistas femeninas están centradas en la belleza femenina, en comparación con el 18% de los años cuarenta, cuando los temas más comunes eran la elegancia en el vestir, consejos culinarios, domésticos o educativos. Actualmente, la cifra de negocio generada por la cirugía plástica, los cosméticos y los productos dietéticos en Estados Unidos es superior a los cien mil millones de dólares anuales. Es cierto que la industria cosmética no es la que ha inventado la imagen de la mujer ideal, pero sí que ha sabido explotarla a fondo. Las feministas insisten en que las mujeres que obedecen los dictados de la industria de la belleza son víctimas inconscientemente manipuladas por los hombres y condicionadas por los medios de comunicación. Pero si la industria de los cosméticos y de la cirugía plástica prosperan es por el hecho de la encarnizada competición que se libran las mujeres por seducir. Ellas saben por instinto que estos esfuerzos aumentan considerablemente sus posibilidades de éxito; el único problema de todo esto es que los medios de comunicación les tientan con proezas estéticas que, muchas veces, están por encima de sus posibilidades. De aquí la frustración de millones de mujeres que se enfrentan a su propia imagen y la distorsión de un universo que ignora los otros factores que atraen a los hombres para formar una pareja duradera, como son la personalidad, el sentido del humor y la inteligencia.

Nuestra atracción por los rostros bonitos es innata

En el año 2003, Judith Langlois y sus colaboradores de la universidad de Austin (Texas) demostraron con sus investigaciones que la reacción humana a los rostros seductores es innata, y no adquirida culturalmente como se creía. Mostraron imágenes de gente más o menos guapa a bebés de entre 8 y 12 semanas y a un segundo grupo de entre 6 y 8 meses y descubrieron que ambos grupos pasaban mucho más tiempo mirando los rostros más seductores y se desinteresaban enseguida por los rostros menos armoniosos. Después dieron muñecas con rostros más o menos atractivos o feos a niños de un año y observaron que los bebés jugaban más tiempo con las más seductoras y les prodigaban más sonrisas.

Cuando un hombre contempla a una mujer desnuda en un Playboy, no se pregunta si es buena cocinera, si toca el piano o si tiene buen carácter.

Otros estudios han demostrado que existe una fórmula universal, es decir, multicultural, de la belleza: casi todos los seres humanos estamos más o menos de acuerdo en qué es una cara bonita. En *Por qué los hombres mienten y las mujeres lloran* hemos probado que cuanto más simétrico es un rostro femenino, más seductor es

considerado. A medida que una persona envejece, la asimetría del rostro se acentúa, siendo por tanto los rostros jóvenes más simétricos y seductores.

El factor de excitación número uno para un hombre: la proporción caderas/cintura del 70%

Ya hemos mencionado en varias ocasiones la importancia que para los hombres tiene esta proporción. Los hombres están programados para buscar esta proporción cintura estrecha/caderas anchas, y se ha demostrado que las mujeres cuya fisiología corresponde a estos estándares son las más fértiles. Esta relación del 70% entre las caderas y la cintura se utiliza en prácticamente todos los anuncios que utilizan mujeres para vender productos a los hombres, ya que aunque la mujer esté obesa, siempre atraerá su atención porque lo que importa es que la proporción se cumpla. Esta proporción indica en efecto una fertilidad óptima y una masa grasa importante acumulada en los muslos y en las nalgas que les capacitará para amamantar a los bebés.

Muchos hombres piensan que la inteligencia de una mujer es inversamente proporcional al tamaño de sus pechos.

Más bien lo contrario: cuanto más grandes sean los pechos, más idiotas se vuelven los hombres.

En general, lo que atrae a los hombres del cuerpo femenino son todos sus aspectos no masculinos: ahí donde él tiene ángulos, ella tiene curvas. Ahí donde ella es mullida, él es duro. Así pues, en materia de diferencias físicas, no hay ninguna duda en que los contrarios se atraen.

Lo que repele a los hombres

La mujer que está constantemente quejándose de sus pretendidos defectos y de esas características que atraen a los hombres, acabará repeliéndolos. «Tengo las piernas demasiado gordas», «Tengo barriga», «Tengo demasiada celulitis», «Estoy gorda o estoy demasiado delgada», «Tengo el pelo demasiado fino», «Empiezan a verse mis arrugas», «Tengo el pecho demasiado pequeño, caído», «Tengo estrías, tengo demasiado vientre»...

El hombre que vive con una mujer se siente atraído por sus características físicas más destacadas, y no suele ver sus defectos. Si un hombre ha conquistado o está intentando conquistar a una mujer, está tan chutado de dopaminas y otras hormonas que los defectos que ella se imagina tener son absolutamente invisibles para él.

Los hombres son criaturas muy básicas por lo que a las mujeres se refiere. Si el tamaño o las formas de un cuerpo femenino casi nunca repelen a un hombre, la inseguridad obsesiva de una mujer con respecto a su cuerpo puede llegar a desesperarles.

Una encuesta australiana (2008) realizada a mujeres de entre 13 y 28 años concluye que el 86% de esas mujeres está insatisfecha con su apariencia física y ha intentado algún método, como la cirugía plástica, para modificarla. Pero los hombres de hoy en día están cansados de estas quejas que, además, no entienden. Cuando un hombre está excitado, encuentra atractivas las piernas gordas de su chica, geniales sus pechos grandes, y perfecto su peinado. En cambio, una mujer que recrimina constantemente su aspecto físico, le desespera. Es así de simple.

Cómo eligen su pareja gays y lesbianas

Elizabeth Hill, profesora adjunta de psicología en la universidad de Detroit, y su colaborador William Jankowiak han pedido a hombres y mujeres heterosexuales y homosexuales que clasifiquen la seducción física de hombres y mujeres a partir de una serie de fotos. Han descubierto que los hombres homosexuales y heterosexuales prefieren prácticamente los mismos criterios, sobre todo la juventud, en sus posibles parejas, mientras que las lesbianas apenas conceden importancia a este rasgo. En su análisis de anuncios de encuentros publicados en diversas revistas, Hill y Jankowiak han visto que el 30% de heterosexuales hombres y mujeres y los hombres homosexuales, pedían una foto de su pareja eventual, mientras que tan sólo una lesbiana entre ocho la solicitaba. Además, tres hombres de cada cuatro homo o heterosexuales mencionaban rasgos físicos en sus anuncios, mientras que tan sólo una mujer heterosexual de cada cinco y una lesbiana sobre catorce los tenía en cuenta.

Blumstein y Schwarz han estudiado a 12.000 parejas, entre las que había 969 parejas de gays y 788 parejas de lesbianas, y han demostrado que estos criterios se aplican también en las relaciones estables. Han comprobado que el 57% de los homosexuales y el 59% de los heterosexuales consideran importante que su pareja tenga un aire sexy, contra el 35% de las lesbianas y el 31% de las mujeres heterosexuales. La conclusión es que los machos homosexuales o heterosexuales tienen las mismas preferencias en cuanto a sus parejas potenciales, la única diferencia reside en el sexo femenino.

Cómo el gobierno ha sustituido a los maridos

La castidad y la fidelidad femeninas están directamente relacionadas con su dependencia material y financiera. En los países donde los gobiernos han instaurado sólidos programas de ayuda social a las divorciadas, como en Australia, Gran Bretaña o Suecia, las mujeres son cada vez menos dependientes de los recursos materiales masculinos porque el gobierno los ha sustituido en este rol, es decir, les garantiza este sostén material. Ésta es una de las principales razones por las que la sexualidad prematrimonial y extraconyugal ha explotado en los países de alto nivel de protección social, mientras que sigue siendo reducida en los países dotados de un sistema de protección mediocre o nulo, como China o India. En estos países los hombres acaparan los recursos y las mujeres no los quieren perder.

Adrián se presenta en mi oficina de la seguridad social para pedir beneficiarse de la cobertura médica para la tercera edad. La mujer de la taquilla le pide el carné de identidad para verificar su edad, pero se lo ha olvidado en casa. Entonces él le dice que volverá a buscarlo. Ella le pide que se levante la camisa, él obedece y deja al descubierto un torso lleno de pelos rizados y canosos. «Estos pelos canosos son una prueba suficiente para mí», le responde ella antes de registrar su petición. De camino hacia su casa, el hombre le cuenta lo que le ha pasado a su mujer. «Deberías haberte bajado el pantalón...», replica ella con maldad, «habrías podido conseguir la pensión de invalidez además».

En resumen

Casi todos los estudios realizados desde hace sesenta años sobre la atracción que tienen los hombres por las mujeres han llegado a las mismas conclusiones que los pintores, poetas y escritores de antaño: la apariencia y el cuerpo de una mujer, y todo lo que puede hacer, es mucho más importante para ellos que su inteligencia y su riqueza. Y esto sigue siendo cierto en el siglo XXI, a pesar de las cantinelas políticamente correctas que intentan inculcarnos. El hombre de hoy busca en una mujer las mismas características que sus antepasados: ha de ser capaz de transmitir sus genes, amamantar y cocinar para él y su prole. En una relación sexual ocasional, busca la salud, juventud y disponibilidad. Sin embargo, para una pareja a largo plazo, prefiere que tenga una personalidad interesante, sentido del humor, inteligencia, afecto y disponibilidad.

Lo que de verdad quieren las mujeres:

ser amadas, respetadas, creídas, buscadas, mimadas, consoladas, felicitadas, adoradas, cautivadas, halagadas, mantenidas, protegidas, abrazadas, idolatradas.

Lo que de verdad quieren los hombres:

Dos entradas para la final del partido Champions.

Por desgracia para él, el hombre se enfrenta en una buena semana a más de quinientas imágenes de mujeres «perfectas» en las revistas o la televisión. La mayoría de estas imágenes han sido retocadas por profesionales de la imagen y, por lo tanto, están lejos de parecerse al aspecto físico verdadero de la mujer en cuestión...

Por último y respecto a la sexualidad, ¿qué quieren de verdad los hombres? La respuesta es simple: todo. No importa cuándo, no importa dónde y prácticamente en cualquier condición. Una mujer puede encontrar una pareja para hacer el amor en cualquier momento porque ella domina el juego. En cambio, los hombres siempre han tenido que cazar y luchar con sus semejantes para obtener los alimentos y para encontrar una compañía, y su instinto de perpetuación de la especie les impulsa a diseminar sus

genes con cuantas más mujeres mejor. Esto explica el que los hombres se hayan convertido en «oportunistas sexuales». Las mujeres, por su parte, necesitan siempre una razón para tener relaciones sexuales, en cambio, el hombre no necesita más que unas condiciones favorables.

CONCLUSIÓN



GAB3S.

Parece que es genial ser hombre, porque uno puede pasear con el torso descubierto por las playas de Túnez sin correr el riesgo de ser lapidado, o que no tiene que acordarse de dónde ha dejado sus cosas o que puede comerse un plátano delante de los obreros de un edificio. Es genial ser mujer, porque una se puede comprar ropa, cruzar las piernas sin tener que «acomodarse la masculinidad» y dar una bofetada a un hombre en público, y todo el mundo pensará que tiene razón. Hombres y mujeres somos diferentes.

Ni peores, ni mejores, diferentes. La ciencia lo sabe, pero lo políticamente correcto hace todo lo posible por negarlo. Existe una visión política y social según la cual hombres y mujeres deberían ser tratados por igual, argumentando que ambos son la misma cosa. Podemos fácilmente demostrar lo contrario.

Hemos encuestado a más de diez mil participantes a nuestras conferencias en seis países en los que lo políticamente correcto está de moda y hemos descubierto que el 98% de los hombres y el 94% de las mujeres tienen la sensación de que lo políticamente correcto se ha convertido en un concepto opresor que reprime su libertad de decir lo que sienten sin censura alguna.

Lo políticamente correcto, por lo que se refiere a ambos sexos, estaba en principio destinado a luchar contra los comportamientos y el lenguaje sexista, por la desigualdad entre hombres y mujeres. Las mujeres estaban aparentemente oprimidas por los hombres dominadores, pero es obvio que lo políticamente correcto no obtiene los votos de todo el mundo.

¿Se conseguirá algún día? Los científicos dicen que es poco probable. Se ha necesitado un millón de años para llegar al estado en el que estamos ahora y probablemente se necesite otro millón de años más para convertirnos en seres basados en un entorno políticamente correcto. El principal problema al que ha de hacer frente la humanidad ahora es que sus nobles ideales y conceptos del comportamiento están a un millón de años de ventaja sobre la realidad genética.

Nuestra biología apenas ha cambiado

A los chicos les gusta jugar con cosas; a las chicas dialogar con la gente. Los chicos quieren controlar, dominar y alcanzar la cima; a las mujeres les preocupa la moralidad, las relaciones y la gente. Las mujeres siguen siendo minoritarias en el mundo de los negocios y de la política, no a causa de la opresión masculina, sino simplemente porque a las mujeres no les interesan esas cosas.

Durante muchos años, los kibutz de Israel han intentado borrar los estereotipos sexuales entre chicas y chicos. La vestimenta, los zapatos, el corte de pelo, el modo de vida de los niños, todo se determinaba según un modelo neutro o asexual. Se estimulaba a los niños a jugar con muñecas, a coser, cocinar y hacer tareas domésticas, y a las niñas a jugar a fútbol, trepar a los árboles y jugar a los dardos.

La idea generosa de los kibutz era llegar a una sociedad sexualmente neutra en la que

no existiera ninguna cortapisa rígida para ninguno de los dos sexos, y que cada uno de sus individuos tuviera las mismas oportunidades y responsabilidades en el seno del grupo. El lenguaje sexista y expresiones del tipo «los niños mayores no lloran», o «las niñas no se revuelcan en el polvo», estaban prohibidos, y los kibutz afirmaban poder demostrar el total intercambio de roles entre ambos sexos.

¿Y qué ha pasado? Después de noventa años de existencia, los estudios han demostrado que los niños de los kibutz continúan manifestando un comportamiento agresivo y desobediente, creando grupos de poder, luchando entre ellos, formando jerarquías e incumpliendo los «acuerdos», mientras que las niñas cooperan las unas con las otras, evitan conflictos, actúan con afecto, hacen amigas y comparten las unas con las otras.

Tienen libertad para elegir sus propios cursos y temas, pero cada uno los elige en función de su sexo; así pues, los chicos optan por la física, la mecánica y los deportes, y las niñas prefieren ser profesoras, consejeras, enfermeras y directoras de personal. Su biología les dirige hacia empleos y ocupaciones propias a sus conexiones cerebrales respectivas.

Estudios realizados sobre niños educados de manera neutra en estas sociedades, demuestran que la supresión del vínculo madre/hijo no ha reducido las diferencias entre los sexos o las preferencias de los niños, sino que más bien ha creado una generación de niños que se sienten ignorados y confundidos, y que probablemente de mayores serán adultos difíciles.

Últimas palabras

Las relaciones entre hombres y mujeres funcionan a pesar de las enormes diferencias sexuales.

El mérito de este funcionamiento es de las mujeres, porque disponen de las capacidades necesarias para crear relaciones y familia. Están dotadas de la capacidad de sentir las motivaciones y captar el sentido oculto de palabras y comportamientos, y por consiguiente, pueden prever resultados o actuar con suficiente antelación para evitar problemas. Este factor por sí solo podría hacer de nuestro mundo un mundo mucho más seguro si todos los países estuvieran gobernados por mujeres.

Los hombres están equipados para cazar y llevar a casa el alimento, encontrar su camino de vuelta a casa, descansar y procrear, y ya está. Ellos, igual que las mujeres, tienen que aprender nuevos métodos para la supervivencia moderna.

Las relaciones se hacen difíciles cuando hombres y mujeres se niegan a admitir que son biológicamente diferentes y esperan que el otro viva en función de sus propias expectativas. Gran parte del estrés que sufrimos en las relaciones se debe a la falsa idea de que hombres y mujeres somos parecidos, que tenemos las mismas prioridades, antojos y deseos.

Por primera vez en la historia del hombre, criamos y educamos a nuestros hijos e hijas de la misma manera, enseñándoles que son iguales y que cada uno es tan capaz como el otro. Después, cuando llegan a la edad adulta, se casan y se despiertan una bonita mañana descubriendo que son diferentes en todos sus aspectos y formas. No es de sorprender que las relaciones y los matrimonios de los jóvenes sean tan desastrosos hoy en día. Todo concepto construido sobre la uniformidad sexual es peligroso de base porque exige el mismo comportamiento de ambos sexos cuando ambos tienen cerebros totalmente diferentes. Cuesta entender por qué la naturaleza ha puesto esta incompatibilidad aparente entre ambos sexos, pero no es más que una apariencia, porque nuestra biología está en contradicción con nuestro entorno actual.

La buena noticia es que una vez hayamos entendido y admitido los orígenes de estas diferencias, no solamente nos será más fácil vivir con ellas, sino que podremos acabar dominándolas, apreciándolas y quizá incluso adorándolas.

Los hombres quieren poder, éxito y sexo. Las mujeres quieren relaciones, estabilidad y amor. Sentirse contrariado por esto es tan útil como bailar mirando al cielo para que llueva. Si se pone a llover, se pondrá un impermeable o se cubrirá con un paraguas, y no tendrá ningún problema. De la misma manera, anticipar las dificultades o las situaciones conflictivas que pudieran surgir en las relaciones a causa de sus diferencias, le permitirá anticiparlas y desactivarlas antes de que se produzcan.

Cada día los escáneres cerebrales descubren cosas fascinantes sobre la manera de funcionar de nuestro cerebro y nos dan explicaciones sobre un montón de cosas que consideramos evidentes. Cuando una niña sufre anorexia se mira al espejo y se ve gorda, obesa. Lo que ve es, de alguna manera, una distorsión de su realidad. En 1998, el doctor Bryan Lask, del hospital Great Ormond Street, de Londres, hizo escáneres cerebrales a adolescentes anoréxicas y descubrió que casi todas tenían reducida la circulación sanguínea de la parte del cerebro que dirige la visión. Este estudio no es más que uno entre los muchos que nos permiten ahora entender mejor lo que pasa en el cerebro cuando las cosas van mal.

Existen pruebas sólidas e irrefutables de científicos del mundo entero que demuestran que la bioquímica del útero forma y dirige la estructura de nuestro cerebro que, a su vez, dicta nuestras preferencias. Pero la mayoría de nosotros no necesitamos un escáner para saber que los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas; este equipo tan sofisticado a veces sólo sirve para explicar algo que es evidente.

Al escribir este libro hemos presentado datos e información que quizá usted ya conozca en su subconsciente, pero sobre los que a lo mejor nunca se haya parado a pensar. Es sorprendente que a comienzos del siglo XXI todavía no se enseñe en las escuelas a entender las relaciones entre hombres y mujeres. Preferimos estudiar ratas que deambulan por los laberintos o mirar cómo un mono hace un salto peligroso hacia atrás cuando está condicionado por la recompensa apetitosa de una banana. La ciencia es una disciplina lenta que avanza poco a poco, y no será hasta dentro de algunos años cuando

introduzcamos estos descubrimientos en el sistema educativo.

Por lo tanto, es usted, lector, quien ha de autoeducarse y hasta que no lo haga no espere tener las relaciones felices y enriquecedoras que todo hombre y mujer se merecen.

ANEXOS: TESTS Y QUIZ



Test A: ¿Se escuchan el uno al otro?

Gracias a las preguntas siguientes, usted podrá poner a prueba a su cónyuge sin que él (ella) le engañe. ¿Le escucha de verdad, o lo hace ver? ¿Sabe él (ella) de verdad lo que le gusta y disgusta a usted? ¿Tiene tendencia a esperar demasiado de él (ella) y de su capacidad de palabra? ¿Es usted capaz de adaptarse a sus debilidades? El test que viene a continuación le servirá para conocer la verdad.

Si usted es hombre rellene el test que aparece en primer lugar y si es mujer rellene el test que aparece en segundo lugar. Cada uno debe rellenar su propio cuestionario sin

haber leído las respuestas de su compañero/a, evidentemente. Las evaluaciones de los tests aparecen al final de todos ellos.

Evaluación

Nombre:

1. ¿Qué es lo que más le ha preocupado durante los últimos ocho días?

.....

2. ¿Tenía algún animal doméstico cuando era pequeño? ¿Cuál?

.....

3. ¿Se acuerda de qué pasaba en su último sueño?

.....

4. ¿Qué película le ha afectado más en las últimas semanas o meses?

.....

5. ¿Qué día es el cumpleaños de su mejor amiga?

.....

6. ¿Cree usted en Dios?

.....

7. De entre las costumbres de su pareja, ¿cuál le exaspera más?

.....

8. ¿Cómo puede su pareja saber que le está haciendo feliz a usted?

.....

9. ¿Qué libro acaba de leer o está leyendo?

.....

10. ¿Tiene usted la impresión de que su cónyuge le escucha cuando habla?

.....

11. ¿Siente que está, usted y sus problemas, en buenas manos con ella?

.....

12. ¿Tiene un ídolo? ¿Quién es?

.....

13. ¿A qué país le encantaría viajar?

.....

14. ¿Qué propósitos hizo el primer día del año?

.....

15. ¿Tiene principios? Si es que sí, anote los tres más importantes.

.....

.....

.....

Nombre

1. ¿Qué es lo que más le ha preocupado durante los últimos ocho días?

.....

2. ¿Tenía algún animal doméstico cuando era pequeña? ¿Cuál?

.....

3. ¿Se acuerda de qué pasaba en su último sueño?

.....

4. ¿Qué película le ha afectado más en las últimas semanas o meses?

.....

5. ¿Qué día es el cumpleaños de su mejor amiga?

.....

6. ¿Cree usted en Dios?

.....

7. De entre las costumbres de su pareja, ¿cuál le exaspera más?

.....

8. ¿Cómo puede su pareja saber que le está haciendo feliz a usted?

.....

9. ¿Qué libro acaba de leer o está leyendo?

.....

10. ¿Tiene usted la impresión de que su cónyuge le escucha cuando habla?

.....

11. ¿Siente que está, usted y sus problemas, en buenas manos con él?

.....

12. ¿Tiene un ídolo? ¿Quién es?

.....

13. ¿A qué país le encantaría viajar?

.....

14. ¿Qué propósitos hizo el primer día del año?

.....

15. ¿Tiene principios? Si es que sí, anote los tres más importantes.

.....

.....

.....

¿Se escuchan el uno al otro?

(Respuestas al test)

Compare sus resultados con los de su pareja y anote el número de respuestas:

- idénticas
- parecidas
- contrarias

Cuenta 5 puntos por cada respuesta idéntica, 3 puntos por cada respuesta parecida y 0 puntos por cada respuesta contraria. Por cada pregunta sin respuesta cuenta 0 puntos.

Número de **respuestas idénticas** 3 5 puntos = ...

Número de **respuestas similares** 3 3 puntos = ...

Número de **respuestas contrarias** = ...

Total = ...

De 75 a 65 puntos

Pueden fiarse el uno del otro. Su resultado demuestra que se escuchan perfectamente. Sigán por este camino. Una buena comunicación es la base de una relación duradera.

De 64 a 45 puntos

Tienen algunos problemas de comunicación, pero en conjunto, su capacidad de escuchar y hablar funciona bien. Si los dos están satisfechos, no han de cambiar nada. Si, en cambio, encuentran que deberían mejorar, prueben alguna forma de mejorar el diálogo.

Menos de 45 puntos

¡Alerta! No se puede decir que la comunicación entre ustedes dos sea la mejor. A lo mejor es que hace poco que se conocen... Si no es así, lean (o releen) cuanto antes en nuestro primer libro *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas*, los consejos que les proponemos para mejorar esta situación.

Test B: Defina a su pareja ideal

Tanto si usted ya vive en pareja como si tiene intención de hacerlo, empiece definiendo claramente la imagen del hombre o mujer de sus sueños. Realice el test que hay a continuación y después páseselo a su pareja para comparar los resultados. Solo/a o en pareja, el ejercicio le servirá de mucho.

En este caso no le daremos resultados: el objetivo es aprender a evaluarse. Después de todo, usted es el mejor para juzgar sus gustos comunes, complementarios o contradictorios.

Haga una cruz a todos los elementos que considere importantes de las tres listas

propuestas a continuación:

Los aspectos físicos y materiales que considera importantes en su pareja ideal:

- ☐ La silueta
- ☐ El pecho
- ☐ El aspecto físico
- ☐ Las nalgas
- ☐ Las manos
- ☐ La musculatura
- ☐ La estatura
- ☐ El cabello
- ☐ Fumador/ra o no
- ☐ La familia
- ☐ Si tiene barriga o no
- ☐ Los ingresos
- ☐ Los ojos
- ☐ El círculo de amigos
- ☐ El físico
- ☐ El nivel de estudios
- ☐ El rendimiento sexual
- ☐ La profesión

Las cualidades que busca en su pareja ideal:

- ☐ El sentido del humor
- ☐ El amor por los animales
- ☐ La capacidad de hacer concesiones
- ☐ El ingenio
- ☐ La espontaneidad
- ☐ El amor por los niños
- ☐ El interés por el deporte
- ☐ La independencia
- ☐ El temperamento dinámico

- ☐ La honestidad
- ☐ La personalidad fuerte
- ☐ La buena voluntad
- ☐ La inteligencia
- ☐ La tendencia política
- ☐ La facultad de empatía
- ☐ La generosidad
- ☐ La adaptabilidad
- ☐ La religión
- ☐ La lealtad
- ☐ La fidelidad
- ☐ La tolerancia
- ☐ La discreción
- ☐ La paciencia
- ☐ La ternura

Sus propios centros de interés y lo que cuenta para usted:

- ☐ Los viajes
- ☐ El placer de vivir
- ☐ La gastronomía
- ☐ La religión
- ☐ El buen vino
- ☐ El cine
- ☐ Las vacaciones en el mar
- ☐ La música
- ☐ Las vacaciones en la montaña
- ☐ La cultura
- ☐ La lectura
- ☐ El éxito profesional
- ☐ La vida en la ciudad

☐ La vida en la naturaleza

Sus pasatiempos favoritos:

.....

.....

.....

.....

.....

Test C: ¿Es usted romántico/a?

¿Es usted uno de esos a quienes el amor les da alas y les hace ver la vida de color de rosa? ¿O es una persona realista y racional, que no conoce el significado de la palabra «romance» y raras veces se deja llevar por desbordamientos amorosos? El test siguiente revelará si es usted romántico o del género prosaico empedernido.

Evaluación

1. En su opinión ¿qué relación hay entre el amor y el sexo?

- a) El sexo es una cosa, el amor es otra, y no coinciden más que excepcionalmente.
- b) El verdadero amor no existe. No es más que una sentimentalidad excesiva.
- c) El sexo y el amor están infaliblemente relacionados.
- d) El sexo, es evidentemente, mucho más gratificante, puesto que está vinculado a sentimientos verdaderos, pero las relaciones sexuales sin amor no son nada despreciables.

2. ¿Qué le sugiere la idea de un fin de semana romántico con su pareja?

- a) La visita de una ciudad extranjera, un día junto al mar, un paseo por la montaña...
- b) Dos días haciendo las actividades que le gustan a su pareja para ganarse un agradable revolcón.
- c) Una estancia en un hotelito de montaña todo cubierto de nieve, un paseo en trineo a la luz de la luna con el cielo lleno de estrellas y sin nubes, una cena romántica con velas y una noche íntima junto al fuego.

d) No es más que reencontrarse cara a cara, lo cual no quiere decir gran cosa.

3. ¿Le cuesta decir «Te quiero»?

a) Le cuesta mucho, pero lo hace para complacer a su pareja, normalmente cuando se lo pide.

b) Por supuesto. Usted ama a su pareja, pero es consciente de que no se lo dice con demasiada frecuencia.

c) No es una declaración para hacer así como así. Pocas veces lo dice, pero cuando lo hace, son palabras que de verdad le salen del corazón.

d) Sí. Además, detesta las declaraciones de amor.

4. Su pareja le pide que ponga un CD. ¿Qué hace?

a) En su casa, nada de música.

b) Según su estado de ánimo, pone música clásica o pop, pero siempre un CD que les guste a los dos.

c) Elige un CD que usted le ha regalado pero que nunca escucharía solo.

d) Elige la música que considera más sentimental y melosa para disfrutar plenamente de este momento de intimidad.

5. ¿Qué representa para usted el matrimonio?

a) Es el precio que uno ha de pagar por tener relaciones sexuales regularmente.

b) Es el objetivo y la realización de toda relación feliz.

c) Es una institución plena de significado que le permite expresar su amor.

d) El sexo es el precio que hay que pagar para poder casarse.

6. ¿Cómo juzgaría una infidelidad?

a) Es una traición imperdonable que implica necesariamente la separación de la pareja.

b) Si dos personas se quieren de verdad y son felices en pareja, las infidelidades no deberían ocurrir. En el caso de que ocurrieran, querría decir que algo no funciona. Estaría dispuesto a perdonar una infidelidad en función de su gravedad.

- c) No considera que una infidelidad sea un problema, y por supuesto, no tiene nada que ver con su pareja. Simplemente, quiere variar sus placeres. «¡Un poco de cambio nunca ha hecho daño a una pareja!»
- d) Usted se atiene al adagio: «Ojos que no ven, corazón que no siente», y no aceptaría una infidelidad si se enterara.

7. Si su pareja le reprocha que no le manifiesta suficiente amor, ¿qué hace?

- a) Saca la basura, le compra un ramo de flores, pasa el aspirador, lava el coche, va a buscar la ropa a la tintorería o cocina un plato. Lo que importa es el gesto.
- b) Él (ella) jamás le reprocharía algo así porque usted está siempre haciendo pequeñas sorpresas o regalos para recordarle lo mucho que le ama.
- c) Le respondería que esa queja no tiene ningún sentido. Si no le amara, no viviría con él (ella).
- d) Se excusa por haber sido poco delicado/a últimamente y le pregunta qué le haría ilusión en el futuro.

8. Al principio de su relación, los días (y las noches) le parecían cortos. Se pasaban las horas de la mano, acariciándose, hablando... pero las cosas han cambiado desde que se han casado. En su opinión ¿por qué han cambiado?

- a) No sabría explicar los motivos. Es su pareja, que parece haber cambiado sin motivo. Tiene la impresión de que él (ella) ya no le ama.
- b) Ahora ya lo sabe todo sobre su pareja, y por lo tanto, no tiene ningún interés en pasarse horas hablando con él (ella).
- c) ¡Así es la vida! Mientras todo vaya bien entre ustedes y se lo pasen bien en la cama, no le inquieta que las cosas hayan cambiado.
- d) Le sabe mal e intenta de vez en cuando cambiar esta situación. Pero reconoce que es quizá inevitable que la pasión desenfrenada del principio desaparezca.

9. ¿Qué piensa usted del entusiasmo del principio de una historia de amor?

- a) No es más que una estratagema de la naturaleza para garantizar la procreación.
- b) Es una fase de euforia a la que se le concede demasiada importancia,

aunque nunca dura mucho tiempo. Tarde o temprano, habrá que volver a tocar con los pies en el suelo.

- c) Es uno de los sentimientos más maravillosos del mundo, un estado que tendría que durar toda la vida, aunque los biólogos pretendan lo contrario.
- d) Es un momento mágico que hay que aprovechar al máximo.

10. Cuando está enamorado/a...

- a) ... muestra siempre una plácida sonrisa, está como en otro planeta, está en las nubes, es incapaz de tener una idea coherente.
- b) ... hasta los problemas más graves le parecen irrisorios. Una energía milagrosa le anima y nada puede ponerle de mal humor.
- c) siente una fuerte atracción física hacia su pareja que ocupa todos sus pensamientos. Le desea constantemente.
- d) la euforia amorosa no es nada más que una extrema atracción física, lo cual, por supuesto, no tiene nada malo.

¿Es usted romántico/a?

Respuestas al test

Sume sus respuestas A, B, C y D. Lea el párrafo correspondiente al tipo de su puntuación más elevada.

- | | | | |
|---------------|-----------|-----------|-----------|
| 1. a) Tipo C | b) Tipo D | c) Tipo A | d) Tipo B |
| 2. a) Tipo B | b) Tipo C | c) Tipo A | d) Tipo D |
| 3. a) Tipo C | b) Tipo A | c) Tipo B | d) Tipo D |
| 4. a) Tipo D | b) Tipo B | c) Tipo B | d) Tipo A |
| 5. a) Tipo D | b) Tipo A | c) Tipo B | d) Tipo C |
| 6. a) Tipo A | b) Tipo B | c) Tipo D | d) Tipo C |
| 7. a) Tipo C | b) Tipo A | c) Tipo D | d) Tipo B |
| 8. a) Tipo A | b) Tipo D | c) Tipo C | d) Tipo B |
| 9. a) Tipo D | b) Tipo C | c) Tipo A | d) Tipo B |
| 10. a) Tipo A | b) Tipo B | c) Tipo C | d) Tipo D |

Tipo A

Usted es un/a romántico/a empedernido/a. Sólo la idea de un baile a dúo en una playa desierta, de una cena a la luz de las velas o de una petición de matrimonio con una rosa roja en la mano, le hace saltar las lágrimas y temblar las piernas. De todas formas, llegará un momento en que este romanticismo desenfrenado empezará a interferir en su sentido de la realidad o suscitará en usted unas expectativas imposibles de satisfacer. Esto podría generar en su vida en pareja problemas más graves que el que su pareja sea hermética al romance.

Tipo B

Tiene una dosis de romanticismo, toca con los pies en el suelo y no pierde el sentido de la realidad. Esta mezcla es sana y su pareja no le debe de decepcionar a menudo. El romanticismo no es para usted una cosa de clichés (paseos a la luz de la luna, declaraciones de amor apasionadas, etc.), pero sabe encontrarlo en los momentos privilegiados; esto es lo que hace que sea tanpreciado por usted.

Tipo C

El romanticismo es para usted un medio más que un fin, sobre todo si responde a los fantasmas de su pareja. Por lo que a usted respecta, es bastante realista: la visión de una hoguera en la montaña no le pone la piel de gallina, como tampoco dispara su endorfina el ver a una pareja de jóvenes casados. Pero si eso hiciera feliz a su pareja y les evitara altercados, estaría dispuesto a hacer lo que hiciera falta.

Tipo D

Lo menos que podemos decir es que usted no es nada romántico/a. Además no lo oculta, pero tampoco sabe cómo el amor de su pareja podría hacerle cambiar. Es sincero/a, considera este gusto por el romanticismo ridículo y perjudicial, considera que no sirve más que para que la publicidad y el marketing hagan su agosto (para usted San Valentín es un invento de los floristas). Está claro que no va a caer en esta trampa. No es de sorprender que este temperamento le haga perder el tiempo en discusiones agotadoras, sobre todo si su pareja es un/a romántico/a empedernido/a.

Test D: ¿Está listo/a para el matrimonio?

¿Tiene intención de casarse pronto? ¿Tiene ganas de casarse aun sabiendo que su pareja no durará mucho? Haga el test siguiente y enseguida saldrá de dudas. Sabrá si su relación está edificada sobre un terreno sólido y si se puede lanzar con los ojos cerrados a la aventura del matrimonio, o si por el contrario, tendría que esperar un poco o cambiar de opinión.

Evaluación

Elija las afirmaciones que le corresponden.

- Usted y su pareja tienen muchos intereses en común y piensan que eso es importante.
- Tienen ganas de envejecer juntos.
- Han acondicionado su casa juntos al gusto de los dos.
- Ríen mucho, sobre todo cuando están juntos.
- Después de una bronca, uno u otro siempre da el primer paso para la reconciliación.
- Continúan viendo a sus amigos respectivos.
- Tienen los mismos objetivos en la vida.
- Están de acuerdo en la idea de tener hijos.
- Siempre están felices y se sienten seguros el uno con el otro.
- Están de acuerdo en las cuestiones económicas.
- A los dos les gusta su trabajo y le conceden la misma importancia.
- Aceptan los defectos de su pareja.
- Admiran y respetan a su pareja.
- Cada uno de los dos conoce los deseos del otro en materia de sexo y de vez en

cuando hablan de ello.

- Están convencidos de que las crisis refuerzan a la pareja.
- Están los dos dispuestos a hacer concesiones.
- Los dos se entienden bien con la familia del otro.
- A sus amigos les gusta su pareja, y viceversa.
- Los dos son capaces de reconocer sus errores y no pretenden hundirse el uno al otro.
- Confían el uno en el otro.

¿Está listo/a para el matrimonio?

(Respuestas al test)

Cuente las afirmaciones que ha elegido y lea a continuación los resultados que le corresponden.

Entre 0 y 5

Debería replantearse seriamente la idea del matrimonio. Usted y su pareja no parecen estar de acuerdo sobre demasiadas cosas. Con estos parámetros de partida, es bastante probable que su futuro en pareja sea poco duradero.

Entre 6 y 14

En función de si está en la parte baja o alta de la horquilla le conviene ser prudente. No sabríamos recomendarle el matrimonio sin reservas. Los puntos de desacuerdo entre ustedes dos son quizá demasiado numerosos. Reflexione seriamente: ¿de verdad quiere vivir con él (ella) el mayor tiempo posible? Si es que sí, arregle los malentendidos antes de pasar por el altar.

Entre 15 y 20

Le aconsejamos el matrimonio. El éxito, evidentemente, nunca está asegurado al cien por cien pero en su caso, cumplen las condiciones necesarias y tienen muchas posibilidades de durar. Obedezca al proverbio: «Quien no arriesga, no gana» y láncese con confianza a los preparativos. ¡Tiene todas las probabilidades de triunfar!

Test E: El supertest detector de mentiras...

En general, tenemos dos razones para mentir: nuestro propio interés y el miedo a herir. Por suerte, la mayoría de la gente, cuando miente, siente remordimientos y muchos son incapaces de ocultarlo, así los demás pueden intuir que han mentido. Con un poco de práctica, se puede saber cuando uno miente, aunque evidentemente no existe un detector de mentiras infalible, siempre puede haber un error. Hemos visto a mentirosos profesionales no manifestar ningún signo de tensión durante los tests, y quedar bastante

mejor que las personas honestas, a las que los exámenes muchas veces les ponen nerviosas. Las situaciones que proponemos en las páginas siguientes ofrecen algunos índices que le pueden ayudar a desenmascarar a un mentiroso. No espere, por eso, maravillas. Fíese también de su intuición y sentido común.

Los hombres responderán la primera parte del test, las mujeres la segunda. En uno y otro caso, marque con una cruz la reacción que mejor se adapta a su pareja en una situación similar. Puede no escoger ninguna respuesta o varias para cada pregunta.

Evaluación

Primera parte

1. Al abrir el armario de los zapatos, donde los suyos ocupan tres cuartas partes del espacio, se cae un par aparentemente nuevo que usted nunca había visto. Está claro que su pareja ha hecho una nueva compra. ¿Qué responde ella cuando le pregunta sobre eso?

- ☐ Ella susurra, con una sonrisa turbada: «¡Ah, sí! Olvidé comentártelo. Son bonitos, ¿no?».
- ☐ Intenta torpemente eludir la cuestión y balbucea: «¿Estos?... Hace mucho que los tengo... pero nunca me los he puesto...».
- ☐ Ella se enerva y le responde con un tono ligeramente agresivo: «Me los ha prestado Miriam. ¿Es que no me crees?».
- ☐ «¡Caramba! ¿Y estos zapatos?», pregunta ella fingiendo amnesia. Después susurra «No tengo ni idea...»:
- ☐ «¡No eran nada caros! Una ganga, de verdad», exclama ella con un tono un poco más estridente de lo normal.

2. Desde hace un tiempo, usted sospecha que su compañera no siempre va a jugar a tenis con su amiga cuando se lo dice. No sospecha que tenga un lío con alguien, pero sí tiene la impresión de que le oculta algo. Decide preguntarle con calma y sin rodeos. ¿Qué pasa?

- ☐ Ella se escandaliza: «¡Te juro que juego a tenis con Sara!», dice con la voz temblorosa.
- ☐ Indignada, le exige que llame inmediatamente a su amiga para verificar que es totalmente honesta con usted. Ella misma le acerca el teléfono, pero entorna los ojos ligeramente.
- ☐ Se frota las manos con nerviosismo mientras proclama que juega

regularmente a tenis y añade: «¿Cómo puedes acusarme así?».

- ☐ Está absolutamente pasmada: «¡No tengo por qué mentirte!», pero corta de golpe las otras preguntas afirmando que no quiere meterse en ese tipo de conversación.
- ☐ Está fuera de sí y le acusa de tirarle a los brazos de otro con sus celos estúpidos. Mientras habla, retuerce la comisura de los labios y sus pupilas se contraen ligeramente.

3. Ha decidido limpiar su coche a fondo y busca unos tejanos viejos que había guardado para ocasiones así. Después de buscar por toda la casa, no los encuentra. Desesperado, le pregunta a su compañera si sabe dónde están. ¿Qué responde ella?

- ☐ Se indigna y le dice con un tono burlón: «¿Es acaso culpa mía que no sepas ordenar tus cosas? Yo no tengo por qué ocuparme de tus ropas viejas», y se marcha de la habitación.
- ☐ Se sonroja y desvía la mirada antes de murmurar con un tono de voz prácticamente inaudible: «Francamente, no tengo la menor idea».
- ☐ «Quizá estén en la cesta de la ropa sucia...», balbucea. Después lanza un ligero suspiro y le propone en un tono amable: «¿No prefieres ponerte el pantalón viejo de tela?».
- ☐ ¡Ni idea!, dice ella antes de proponerle: «Ven, voy a ayudarte a buscarlos», algo que no suele hacer.
- ☐ «Ah, ¿tus tejanos viejos?... Los puse el otro día en la secadora... y se han encogido. He tenido que tirarlos. Lo siento mucho, tenía que habértelo dicho pero...»

4. Acaba de comprar un apartamento con su pareja y han decidido apretarse el cinturón. Usted respeta estrictamente este compromiso, pero ella aparece un día con un jersey nuevo. ¿Cómo justifica su compra?

- ☐ Mientras se mira las uñas le dice que es un regalo de su mejor amiga.
- ☐ Sin el menor signo de remordimiento de conciencia, pero elevando la voz una octava, le dice: «Cariño mío. ¿No vas a montarme un número por un jersey, verdad?».
- ☐ Ignora deliberadamente el sentido de su observación y replica: «¡Lo

necesitaba! ¿No querrás que vaya a trabajar desnuda?».

- ☐ Le lanza una sonrisa burlona e intenta darle la vuelta: «Estaré tan sexy con este jersey que todos los hombres tendrán envidia de ti».
- ☐ Se rasca la nariz con aire burlón y dice: «He hecho una compra. Emma también se ha comprado uno y la vendedora nos ha hecho un precio especial por los dos. Me he ahorrado mucho dinero».

5. Su madre les ha invitado a comer el domingo a los dos. A ella no le gusta que sus invitados lleguen tarde. Su pareja se ha ido por la mañana con una amiga y le ha prometido regresar a tiempo para ir a casa de su madre, pero evidentemente todavía no ha llegado. ¿Qué excusa le da por llegar tarde?

- ☐ Empieza a contarle su mañana con pelos y señales, dramatizando cada acontecimiento, pero sin decir el motivo del retraso.
- ☐ Juguetea con los botones de su abrigo y dice: «Es culpa de Lisa. Es ella quien me ha retenido, te lo prometo. Pregúntale a ella si no me crees».
- ☐ Habla más alto que de costumbre: «¡Estoy apesadumbrada! El coche no quería ponerse en marcha y se me ha agotado la batería del teléfono».
- ☐ Se contenta con decir: «No ha sido culpa mía. Tienes que creerme»
- ☐ Elude sus reproches tratando a su madre de pequeña burguesa, cuyos principios le ponen nerviosa.

Segunda parte

1. Su compañero vuelve a casa a las cuatro de la madrugada de una salida «profesional» con amigos. Su aliento huele a menta (él detesta la menta). Se esmera en no hacer ruido para no despertarla, pero sin éxito. Usted refunfuña y le pregunta con tono de reproche si está borracho. ¿Qué responde él?

- ☐ Farfulla: «Noooo... paaaraaaaaa naadaaaa...».
- ☐ Le cuenta su noche con el tono más anodino posible, pero hablando más alto y más rápido que de costumbre.
- ☐ Se contenta con responder: «¡No he bebido mucho, te lo prometo!».
- ☐ Lo niega categóricamente, pero sin mirarle a la cara.

☐ Responde: «No. ¡Que el cielo caiga sobre mi cabeza si estoy mintiendo!».

2. Tenía que ir a escuchar un concierto con una compañera saliendo del despacho, pero se ha cancelado en el último minuto y regresa a su casa antes que su compañero. Encuentra en el contestador automático un mensaje de una tal Charlotte, a quien usted no conoce, que le llama «querido» con voz dulce y le pide que la llame. A su regreso, le pregunta quién es esa tal Charlotte. ¿Qué responde él?

☐ «¿Quién puede ser?», murmura él frunciendo el ceño... «No, decididamente no voy a...».

☐ «¡Ni idea!, seguro que es alguien que se ha equivocado de número», dice mientras se mira el maletín.

☐ «¡Bah! Es una broma de mal gusto», explica sin mirarle a la cara.

☐ «¿Es que no puedo estar en paz cuando vuelvo del trabajo?», replica en un tono un tanto agresivo, «¡No tengo ningunas ganas de oír insinuaciones ridículas!».

☐ «No conozco a esa tal Charlotte», protesta él con una mirada de cachorro, «¡te lo juro sobre la tumba de mi madre!»

3. Hace tiempo que han decidido ir a la ópera y su pareja debía ocuparse de comprar las entradas. A usted le gustaría asistir al estreno, por lo que hay que comprarlas cuanto antes. Cuando le pregunta sobre las entradas, él le dice que en la taquilla ponía que estaba completo. Usted se enfada y le pregunta que por qué no ha ido antes a comprarlas. ¿Cómo reacciona él?

☐ Se enfada. Grita con vehemencia inesperada y no logra tranquilizarse. Acaba diciendo que de todas formas no tiene ganas de ir con usted a ninguna parte.

☐ Le cuenta, para justificarse, una historia sin sentido y complicada, acompañándola de varios «¡Créeme!».

☐ Le ofrece un recital interminable de sus intentos de ir a comprar las malditas entradas, mientras se rasca los ojos y la nariz continuamente.

☐ Le sonríe como apesadumbrado y le dice que todas las entradas estaban ya vendidas cuando usted le pidió que comprara dos.

☐ Intenta, ruborizado, cambiar de tema de conversación.

4. El día de su aniversario de boda no han podido verse por la mañana porque él se ha tenido que ir muy pronto al despacho. Cuando regresa por la noche, usted no saca su regalo y espera a ver qué pasa. Cuando él se sumerge en la lectura del periódico, usted ya sabe que se ha olvidado de comprarle algo. Le pregunta amablemente sobre su regalo, pero sin reprocharle nada. ¿Qué hace él?

- ☐ Hace ver que se lo ha olvidado en el coche; se marcha y vuelve al cabo de diez minutos con un ramo de flores y una sonrisa en los labios.
- ☐ Declara con un tono algo más bajo de lo habitual: «Pero, cariño mío, ¿no hace falta que nos demostremos nuestro amor con cosas materiales...».
- ☐ Con las manos en los bolsillos, empieza a explicarle con todo detalle que la culpa ha sido de su secretaria, por desorganizarle el día.
- ☐ Se pone a buscar su regalo por toda la casa porque ha olvidado dónde lo escondió. Al día siguiente, cuando por fin lo encuentra, se lo entrega.
- ☐ Intenta hablar, pero no consigue darle una explicación, cosa rara en él, que siempre se expresa con total claridad.

5. Están los dos invitados a casa de unos amigos a la fiesta de fin de año. Se trata de una fiesta bastante formal y usted quiere ir muy bien vestida. Después de probarse todo el vestuario, acaba por ponerse lo primero que se probó y le pide su opinión a su pareja. ¿Qué responde él?

- ☐ «¡Perfecto, cariño mío!», dice sin apenas mirarle.
- ☐ Se ajusta el nudo de la corbata, siempre impecable, y murmura con un tono de voz casi inaudible: «¡Siempre estás perfecta, pero tenemos que irnos o llegaremos tarde!».
- ☐ «Sabes que siempre te encuentro encantadora», exclama con un tono de voz lo más serio posible.
- ☐ «¡Estás superbien!, de verdad. Sabes que siempre digo lo que pienso.»
- ☐ «¡Estás magnífica!», dice mientras abandona la habitación.

El supertest detector de mentiras...

(Respuestas a las preguntas)

Independientemente de que usted sea hombre o mujer, y por tanto de que haya hecho el primero o segundo test, si ha marcado más de una respuesta por pregunta, tenga casi por seguro que su pareja le miente.

Si tiene sospechas, o si la mayor parte de las reacciones propuestas son propias de su pareja, es urgente que le pida explicaciones. No suelte prenda, ya que es su única oportunidad de incitarle a ser sincero.

De todas formas, no olvide que determinadas señales corporales o vocales que hemos citado son indicadores de ansiedad y no necesariamente de estar mintiendo. Existen mentirosos expertos que saben muy bien cómo evitarlas o controlarlas, y fanáticos religiosos o militantes políticos que creen de verdad en sus propias mentiras, que manifiestan sin la menor emoción. Pero lo más normal es que los mentirosos dejen escapar siempre alguna pista.

Si la mujer es más hábil que el hombre en descubrir mentiras, es gracias a la configuración de su cerebro: las imágenes IRM revelan que la mujer es capaz de hacer trabajar entre catorce y dieciséis zonas, repartidas entre los dos hemisferios, durante una comunicación cara a cara. Estas áreas cerebrales, que le permiten decodificar los cambios de entonación y de volumen de la voz, así como también las señales del lenguaje corporal, son en gran parte las responsables de lo que denominamos «intuición femenina». En el mismo tipo de situación, el hombre sólo activa entre cuatro y siete de estas zonas, y esto se debe a que el cerebro masculino está especializado en las capacidades espaciales.

Su enorme competencia en la comunicación permite a las mujeres leer las señales corporales mientras escucha y habla al mismo tiempo. En cambio, el cerebro monotarea del hombre se concentra sólo en la información del discurso y deja de lado las señales vocales o gestuales.

Test F: La comunicación con la pareja:

¿Es usted capaz de comunicarse bien con su pareja o sus conversaciones no son más que diálogos para sordos? El test que hay a continuación le dará una respuesta por escrito a la calidad de su comunicación y le ayudará a conocerse más a sí mismo y a los demás.

En las páginas siguientes encontrará dos cuestionarios idénticos. Responda primero el primero y después pídale a su pareja que responda el segundo, evidentemente, sin leer sus respuestas, ya que los resultados no tendrían el mismo valor.

Evaluación

Nombre de la persona que realiza el test:

Nombre de la pareja:

.....

- 1. ¿Cuáles son los temas de conversación que más le interesan? (Tres respuestas como máximo.)**

.....

.....

.....

- 2. Dejando a un lado los asuntos materiales, ¿de qué otras cosas han hablado hoy?**

.....

.....

.....

- 3. Si un hada madrina le concediera tres deseos, ¿cuáles serían?**

.....

- 4. ¿Considera que su pareja es una persona con la que se puede hablar fácilmente?**

.....

- 5. Cuando está preocupado/a o inquieto/a, ¿espera encontrar en su pareja la comprensión y el apoyo que necesita?**

.....

- 6. ¿Qué hace cuando su pareja parece preocupada?**

.....

- 7. ¿Qué espera de él/ella cuando es usted quien está preocupado/a?**

.....

- 8. ¿Considera que sabe escuchar (usted)?**

.....

9. En su opinión, ¿cree su pareja que usted sabe escuchar?

.....

10. ¿Escucha siempre los deseos y preocupaciones de su pareja?

.....

11. ¿Aprecia los momentos de silencio con su pareja o los considera desagradables?

.....

12. ¿Cuando discute con su pareja, saca a relucir algún tema que él/ella haya rechazado tiempo atrás?

.....

13. Si ha respondido que sí a la pregunta anterior, ¿qué espera conseguir con eso?

.....

14. ¿Tiene necesidad de reconciliarse para poder pasar buena noche?

.....

15. ¿Piensa que la necesidad de hablar de su pareja es parecida a la suya?

.....

16. ¿Se despierta de mal humor y se refugia detrás del periódico o se despierta con ganas de hablar?

.....

17. ¿Está satisfecho/a de la forma en que se comunica con su pareja?

.....

Nombre de la persona que realiza el test:

.....

Nombre de la pareja:

.....

- 1. ¿Cuáles son los temas de conversación que más le interesan? (Tres respuestas como máximo.)**

.....

.....

.....

- 2. Dejando a un lado los asuntos materiales, ¿de qué otras cosas han hablado hoy?**

.....

.....

.....

- 3. Si un hada madrina le concediera tres deseos, ¿cuáles serían?**

.....

- 4. ¿Considera que su pareja es una persona con la que se puede hablar fácilmente?**

.....

- 5. Cuando está preocupado/a o inquieto/a, ¿espera encontrar en su pareja la comprensión y el apoyo que necesita?**

.....

- 6. ¿Qué hace cuando su pareja parece preocupada?**

.....

- 7. ¿Qué espera de él/ella cuando es usted quien está preocupado/a?**

.....

- 8. ¿Considera que sabe escuchar (usted)?**

.....

9. En su opinión, ¿cree su pareja que usted sabe escuchar?

.....

10. ¿Escucha siempre los deseos y preocupaciones de su pareja?

.....

11. ¿Aprecia los momentos de silencio con su pareja o los considera desagradables?

.....

12. ¿Cuando discute con su pareja, saca a relucir algún tema que él/ella haya rechazado tiempo atrás?

.....

13. Si ha respondido que sí a la pregunta anterior, ¿qué espera conseguir con eso?

.....

14. ¿Tiene necesidad de reconciliarse para poder pasar buena noche?

.....

15. ¿Piensa que la necesidad de hablar de su pareja es parecida a la suya?

.....

16. ¿Se despierta de mal humor y se refugia detrás del periódico o se despierta con ganas de hablar?

.....

17. ¿Está satisfecho/a de la forma en que se comunica con su pareja?

La comunicación con su pareja: El supertest

(Respuestas al test)

Compare las respuestas de ambos y cuente el número de veces que la respuesta es idéntica o similar. Si su resultado es superior a siete, se puede decir que su comunicación es buena o muy buena. Por debajo de esa cifra, considere replantearse la cuestión.

Test G: EL CUESTIONARIO DE LA SEDUCCIÓN

Evalúe su nivel en el mercado

Este cuestionario ha sido creado para evaluar su nivel de seducción, es decir, para determinar a qué nivel le sitúan las personas del sexo opuesto (ésas que tienen una programación cerebral opuesta a la suya) en la escala del deseo. Es un cuestionario útil para todos aquellos que quieran mejorar su nivel de seducción y aspirar a un nivel superior. Le ayudará a descubrir sus puntos débiles y las áreas en las que no rinde demasiado bien. No importa la categoría en la que se clasifique, siempre y cuando se sienta bien. Si por el contrario, no está a gusto en esa categoría, el cuestionario le ayudará a progresar ahí donde lo necesite. Hemos constatado que las personas que hemos interrogado son en general muy severas con ellas mismas, por eso, a fin de obtener respuestas más fiables, le aconsejamos que otra persona que le conozca bien responda con usted las preguntas. De esta forma descubrirá cómo se ve a sí mismo y cómo le ven los demás. Muchos de ustedes se sorprenderán al ver que hay marcadas diferencias entre sus respuestas y las de sus conocidos.

Para ser lo más honesto posible, responda a todas las preguntas antes de consultar nuestro sistema de puntuación y análisis final.

Cuestionario para hombres

PRIMERA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
1.	Mi índice de masa corporal está en la media.			
2.	Si una mujer me lanza miraditas en un bar, le sigo el rollo.			
3.	Enseguida veo las segundas intenciones de la gente.			
6.	Me atribuyo las acciones que yo he hecho, no las de los otros.			
7.	Cuando veo un objeto que sería un regalo perfecto para un/a amigo/a, se lo compro.			
9.	Cuando tengo una relación amorosa, le mando mensajes y le escribo notas.			
10.	La mayoría de la gente considera que tengo sentido del humor.			
12.	Sé qué es el punto G y cómo encontrarlo.			
13.	Sé escuchar a los otros e intento satisfacer sus necesidades.			
14.	La gente que me conoce dice que soy educado.			
16.	Tengo una estatura	Inferior a la media	Media	Grande
Total de puntos en cada columna				

SEGUNDA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
17.	Soy sociable, me gusta conocer gente, hacer nuevos amigos.			
18.	Sé reírme de mí mismo.			
19.	Siento cuando alguien sufre o está triste.			
20.	Renuevo regularmente mi vestuario, sobre todo mi ropa interior.			

SEGUNDA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
21.	Siempre me pregunto cómo hacer sentir a mi pareja que la amo.			
22.	Río a menudo y con facilidad en la vida cotidiana.			
23.	Los que me conocen dicen que tengo sentido común.			
24.	Tengo en cuenta las necesidades de la gente que me importa.			
25.	Tengo cuidado de mi apariencia exterior; siempre llevo el pelo, las uñas y el cuerpo limpios.			
26.	Aprecio los placeres y me río de las bromas.			
27.	Cuando me encuentro con una mujer con la que me gustaría tener una relación y que se interesa por mí, hago todo lo posible por conseguir mi objetivo.			
28.	Siempre digo «Te quiero» a mi pareja.			
29.	Preparo siempre la comida, lavo los platos y dejo que mi pareja salga sin mí.			
30.	La mayoría de la gente me considera una persona honesta y recta.			
31.	Confío en mi apariencia y en mis capacidades físicas.			
32.	Cuando las cosas van mal, siempre encuentro un motivo para ser positivo.			
33.	Cuando decido hacer alguna cosa, llego siempre hasta el final.			
34.	Si a alguien se le cae un billete de 20 euros, lo cojo y se lo doy.			
35.	La gente que me conoce dice que toco con los pies en el suelo.			
36.	Mi cuerpo es simétrico.	No	Casi simétrico	Sí
Total de puntos en cada columna				

Resultados:

TERCERA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
37.	Tengo una relación positiva con la vida y unos objetivos claros. Soy ambicioso.			
38.	Quiero compartir mis recursos con mi pareja.			
39.	Reconozco que en todas las relaciones las primeras impresiones son muy importantes.			
40.	Me esmero en incrementar mis recursos.			
41.	La forma de cuidarme y de vestirme puede influir en la opinión que otros tienen de mí.			
42.	Nunca tendría secretos con mi pareja y estoy convencido de que la honestidad es la mejor opción.			
43.	Cuando surge un obstáculo en mi vida suelo encontrar soluciones creativas para superarlos.			
44.	Me esfuerzo en mejorar mis competencias.			
45.	Ponga la palma de la mano mirando hacia usted, ¿es su índice más largo que el anular?	Más largo	Igual	Más corto
46.	Comparado con la media, sus ingresos y patrimonio son...	Inferiores a la media	Medios	Superiores a la media
Total de puntos en cada columna				

PRIMERA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por:	1	2	3
Total:			

SEGUNDA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por:	1	4	6
Total:			

TERCERA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por	1	6	9
Total:			

TOTAL	Raramente	A veces	Casi siempre
Suma total de los puntos obtenidos			

Suma los puntos obtenidos en cada columna y obtendrá su NIVEL DE SEDUCCIÓN.

Cuestionario para mujeres

PRIMERA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
1.	Cuando surge un obstáculo en mi vida, suelo encontrar soluciones creativas para superarlo.			
2.	Sé reírme de mí misma.			
3.	Mi índice de masa corporal está en la media.			
4.	Río a menudo y con facilidad en la vida cotidiana.			
5.	Sé escuchar.			
6.	Incluso en los momentos difíciles encuentro ocasiones de reír.			
7.	Me gustan las bromas de los hombres y me hacen reír.			

PRIMERA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
8.	Hago ejercicio o deporte regularmente.			
9.	Presto atención y escucho antes de sacar conclusiones prematuras.			
10.	La gente que me conoce dice que toco con los pies en el suelo.			
11.	Cuando decido hacer alguna cosa, llego siempre hasta el final.			
12.	Cuando estoy con gente que ha triunfado mucho, hablo con ella con toda normalidad.			
13.	La mayoría de la gente considera que tengo sentido del humor.			
14.	Los que me conocen dicen que tengo sentido común.			
15.	Mi estatura, comparada con la media es	grande	mediana	pequeña
Total de puntos en cada columna				

SEGUNDA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
16.	Soy sociable, me gusta conocer gente, hacer nuevos amigos.			
17.	Tengo la piel y la tez bonitas.			
18.	En medio de un grupo de hombres, mi pareja siempre es el número 1.			
19.	Soy sociable y hablo con la gente con facilidad.			
20.	Soy limpia, me cuido.			
21.	No hablo de mis relaciones con mis ex o mis amantes.			
22.	La atracción que tienen los hombres por la pornografía no me molesta nada.			
23.	Tengo una actitud positiva frente a la vida.			
24.	Cuido mi aspecto y hago todo lo posible por mejorarlo cuando no estoy satisfecha con él.			

SEGUNDA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
25.	Me tomo mi tiempo antes de decidir tener relaciones sexuales con una nueva pareja.			
26.	Sé cómo hacer que un hombre se sienta inteligente e importante.			
27.	Mi cuerpo es simétrico.	No	Casi simétrico	Sí
Total de puntos en cada columna				

TERCERA PARTE		Raramente	A veces	Casi siempre
28.	La fidelidad a mi pareja es muy importante para mí.			
29.	Tengo orgasmos.			
30.	Tengo más de un conjunto interior sexy.			
31.	Soy creativa en las relaciones sexuales y tomo la iniciativa.			
32.	Tengo una proporción caderas/cintura del 70% más o menos.			
33.	Ponga la palma de la mano mirando hacia usted, ¿es su índice más largo que el anular?	Más largo	Igual	Más corto
34.	¿Parece usted más joven o mayor de la edad que tiene?	Más joven	Mi edad	Mayor
Total de puntos en cada columna				

Resultados:

PRIMERA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por:	1	2	3
Total:			

SEGUNDA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por:	1	4	6
Total:			

TERCERA PARTE	Raramente	A veces	Casi siempre
Total de puntos en cada columna			
Multiplicados por	1	6	9
Total:			

TOTAL	Raramente	A veces	Casi siempre
Suma total de los puntos obtenidos			

Sume los puntos obtenidos en cada columna y obtendrá su NIVEL DE SEDUCCIÓN.

Resultados al cuestionario de la seducción

Hombres: puntuación comprendida entre 46 y 109

Mujeres: puntuación comprendida entre 34 y 77

Los individuos de este grupo son los que presentan el nivel de seducción más bajo, por lo que las perspectivas de progreso son las más importantes: ¡sólo pueden mejorar! Las personas que han obtenido una puntuación baja dentro de esta horquilla no se preocupan demasiado por su aspecto, posición social y posibilidad de mejora, ni por su salud y bienestar general.

Los lectores que se sitúan en este grupo buscarán parejas del mismo nivel y de esta manera se sentirán satisfechos. Sus parejas potenciales no verán ninguna necesidad de cambiar y seguramente no leerán nunca este libro.

Las personas que se sitúan en la parte alta de la horquilla son las que podrían estar más tentadas a leer este libro y a querer progresar, porque quieren ver evolucionar su vida.

Es importante saber en qué ámbitos ha obtenido las puntuaciones más bajas para tener más posibilidades de realizar progresos importantes. Tome cursos, lea libros sobre desarrollo personal, inscribese en un gimnasio, asista a seminarios... cualquier cosa que le sirva para estimular e incrementar la confianza en sí mismo. Empiece por un ámbito, concéntrese y progresa en él, antes de pasar al siguiente.

Hombres: puntuación comprendida entre 110 y 215

Mujeres: puntuación comprendida entre 78 y 150

Aquellos que se sitúan en esta zona intermedia son susceptibles tanto de retroceder como de progresar, pero para progresar tendrán que movilizar toda su energía. Es en esta horquilla donde se encuentra la gran mayoría de seres humanos.

Mucha gente será más feliz quedándose en esta categoría porque es aquí donde encontrarán más parejas posibles. Alcanzar el escalón superior exige un gran esfuerzo, pero si se quiere se puede conseguir. Las parejas más deseables se encuentran en las escalas superiores.

Si alguien de esta categoría no está contento con su aspecto físico, podría recurrir a los servicios de un entrenador, asistir a seminarios, leer libros, consultar a un especialista en asesoría de imagen o apuntarse a un gimnasio. Este trabajo tendrá consecuencias positivas en su vida personal, pero también repercutirá en su vida profesional, lo que le permitirá incrementar sus ingresos y su éxito en todos los ámbitos.

Hombres: puntuación comprendida entre 216 y 258

Mujeres: puntuación comprendida entre 151 y 180

Las personas que se clasifican en esta horquilla son las que más confianza en sí mismas tienen. Saben exactamente lo que esperan de la vida y hacen todo lo que hay que hacer para conseguirlo. Casi siempre consiguen sus ambiciones, salvo que caigan en una crisis importante, en cuyo caso, tarde o temprano la superarán y remontarán. Si tienen un problema, no hace falta que nadie se lo diga, porque seguro que ya están intentando solucionarlo gracias a la cantidad de recursos de los que disponen. Es en este grupo donde se encuentran las estrellas de cine, los millonarios, los grandes dirigentes y los consejeros delegados, también las parejas más deseables se encuentran en este grupo.

PEASE INTERNATIONAL PTY LTD (AUSTRALIA)

Pease International Ltd (UK). PO Box 1260. Buderim 4556. Queensland. AUSTRALIA

Tel: +61 (7) 5445 5600

Fax: +61 (7) 5445 5688

email: info@peaseinternational.com / ukoffice@peaseinternational.com

web: www.peaseinternational.com

Allan y Barbara Pease son los autores de obras sobre relaciones con más éxito de la industria. Han escrito un total de 15 bestsellers –incluidos 9 números uno– e imparten seminarios en hasta 30 países al año. Sus libros están disponibles en más de 100 países, se traducen a 51 lenguas y se han vendido más de 25 millones de copias. Aparecen regularmente en los medios de comunicación de todo el mundo y su trabajo se ha trasladado a 9 series de televisión, una

obra de teatro y a un éxito de taquilla que atrajeron la atención de más de 100 millones de espectadores.

Su empresa, Pease International Ltd., produce vídeos, cursos y seminarios para negocios y gobiernos de todo el mundo. 20 millones de personas de 25 países leían su columna mensual sobre las relaciones. Tienen 6 hijos y 5 nietos, y están afincados en Australia y Gran Bretaña.

También de Allan Pease

Programas en DVD

Body Language Series

Silent Signals Series

How To Be A People Magnet - It's Easy Peasey

The Best Of Body Language

How To Develop Powerful

Communication Skills - Managing the

Differences Between Men & Women

Programas Audio

The Definitive Book Of Body Language

Why Men Don't Listen & Women Can't Read

Maps

Why Men Don't Have A Clue & Women

Always Need More Shoes

How To Make Appointments By Telephone

Questions Are The Answers

It's Not What You Say

Libros

The Definitive Book Of Body Language

Why Men Don't Listen & Women Can't Read

Maps

Why Men Don't Have A Clue & Women

Always Need More Shoes!

Why Men Want Sex & Women Need Love

Easy Peasey - People Skills For Life

Questions Are The Answers

Why He's So Last Minute & She's Got It

All Wrapped Up

Why Men Can Only Do One Thing At A

Time & Women Never Stop Talking

How Compatible Are You? - Your

Relationship Quiz Book

Why Men Don't Have A Clue

Why Women Always Need More Shoes!

Talk Language

Es fácil meterse a la gente en el bolsillo,

Barcelona, Bresca Editorial (2007)

Por qué los hombres no se enteran y las

mujeres siempre necesitan más zapatos,

Barcelona, Editorial Amat (2005)

Por qué los hombres no escuchan y las

mujeres no entienden los mapas, Barcelona,

Editorial Amat (2007)

El lenguaje del cuerpo, Barcelona, Editorial

Amat (2009)

El arte de negociar y persuadir, Barcelona,

Editorial Amat (2009)



www.PeaseInternational.com



Otros libros de Allan y Barbara Pease



Allan y Barbara Pease

Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas

ISBN 978-849735-261-1

Págs. 296

Formato 16,5x23cm



Allan y Barbara Pease

El lenguaje del cuerpo

ISBN 978-849735-254-3

Págs. 408

Formato 16,5x23cm

Visita nuestra WEB:

www.amateditorial.com





Allan Pease
**El arte de negociar
y persuadir**

ISBN 978-849735-351-9
Págs. 112
Formato 16,5x23cm



Allan y Barbara Pease
Escribir bien es fácil

ISBN 978-849735-280-2
Págs. 144
Formato 16,5x23cm

Visite nuestra WEB:

www.amateditorial.com





Allan y Barbara Pease

Por qué los hombres no se enteran y las mujeres siempre necesitan más zapatos

ISBN 978-849735-244-4

Págs. 328

Formato 16,5x23cm



Allan y Barbara Pease

Por qué los hombres mienten y las mujeres lloran

ISBN 978-849735-068-6

Págs. 320

Formato 16,5x23cm

Visite nuestra WEB:

www.amateditorial.com



Índice

Referencias	4
Introducción	7
Primera parte. El regreso a los orígenes	8
Capítulo 1. ¿Cómo hemos llegado a este punto?	9
Capítulo 2. ¿Y si nuestros cerebros estuvieran programados de manera diferente?	20
Segunda parte. Comportamientos y emociones masculinas y femeninas	44
Capítulo 3. A los chicos les gustan las cosas, a las chicas, la gente	45
Capítulo 4. ¡Hormonas al poder!	64
Tercera parte. Los secretos: los hombres explicados a las mujeres y viceversa	80
Capítulo 5. Los mayores misterios de los hombres revelados a las mujeres	81
Capítulo 6. Los mayores misterios de las mujeres revelados a los hombres	100
Cuarta parte. Planeta Sexo... ¡y más si hay afinidades!	118
Capítulo 7. ¿Dónde está el amor en todo esto?	119
Capítulo 8. ¡Señores, adáptense a los tiempos modernos!	135
Capítulo 9. Señoras, ¡su turno!	154
Conclusión	176
Anexos: Tests y quiz	181