

UNA PASION MONTADA EN EL FILO DE UN CUCHILLO: LOS CELOS O LA ADICCION AL AMOR

— Salomé Baltar Pombo —

La Historia del Hombre ha estado marcada desde sus orígenes por un término que ha ido variando en sus manifestaciones y en su concepción. Hablamos de un término que nadie puede delimitar ni definir porque cada uno lo interioriza, exterioriza y vive de manera diferente y, que además, no sólo es un concepto personal sino también histórico. Estamos hablando del AMOR, elemento casi siempre vivido como determinante para alcanzar la Felicidad.

Parece lógico pensar que cuando el objetivo es amar para conseguir la felicidad o el bienestar, la relación con la otra persona se puede convertir en algo parecido a una carrera de obstáculos en la que el amante se encuentra siempre «al borde del abismo». Y será precisamente uno de estos abismos el que nos interese: LOS CELOS.

¿Qué es lo que ocurre cuando una persona se hace, por así decirlo, adicta al amor? ¿Qué es lo que ocurre para que nazca esa dependencia absoluta hacia el amado? ¿Por qué se ve así misma constantemente «al borde del abismo»? ¿Qué siente que ocurrirá si irremediablemente y, después de todo, se cae?

Querámoslo o no, y a pesar de la vivencia personal del Amor, en cada una de las épocas el hombre ha ido creando y manteniendo una serie de creencias que han estado en la base de su comportamiento. Creencias o mitos, muchos de los



cuales han ido heredándose de unas épocas a otras y que nos han permitido y permiten comprender y explicar la conducta humana.

EL AMOR DEL QUE NACEN LOS CELOS

Si los celos son un sentimiento y para entender los sentimientos hay que conocer los pensamientos de los que parten, parece necesario recordar que nuestra idea del Amor está fundamentada en un gran número de creencias románticas que nos ayudarán a comprender el sentimiento de los celos.

Si partimos de algunas de esas creencias que están vigentes en la actualidad, tales como

- «El amor romántico verdadero dura toda la vida»
- «Puedes amar apasionadamente a una, y sólo a una persona a la vez»

«El amor romántico es muy superior al amor conyugal, al amor de amigos, al amor no sexual, y otras clases de amor, y tu existencia será dura si no lo experimentas intensamente» (Ellis, A. y Grieger, R. 1190, Manual de Terapia racional emotiva. Vol. 2 DDB, Bilbao)

podremos explicarnos esa NECESIDAD que existe hoy en día de «conseguir» el amor.

Dogmas como «No puedo ser un ser humano verdaderamente pleno y feliz si no me ama alguien» o «El amor de pareja es necesario para alcanzar la felicidad», nos llevarán a una dependencia amorosa o lo que es lo mismo, a sentirnos incapaces de asumir la responsabilidad de nuestra vida emocional. Nos vemos envueltos en deberíamos y tendríamos que, que nos transforman en personas obsesivas, depresivas, hostiles y autocompasivas.

Pensamientos como,

«No podría soportar perder a mi pareja»

«Sólo el amor de mi pareja puede hacerme a mí y a mi vida valiosos»

«Si mi pareja deja de quererme significará que no valgo, que soy indigno»

«Mi pareja es la única en el mundo para mí»

«Tengo que hacer lo que sea por conseguir que mi pareja me siga queriendo»

«...»

reflejan el abismo sobre el que camina el/la amante celoso/a. Así, el sentirse amado se convertirá en necesidad absoluta, más que en una opción deseable. Reclamaremos exclusividad y caminaremos en la cuerda floja ante el temor de perder a aquel o aquella gracias al cual nos sentimos alguien.

CUANDO LOS TEMORES SE CUMPLEN

¿Qué ocurre cuando todos nuestros temores se ven cumplidos? ¿Cuándo se pierde el amor del compañero?. Será entonces cuando todo nuestro ser se tambaleará llegando incluso al autoaborrecimiento. Será entonces cuando pensamientos como

«No puedo ser feliz de ninguna manera si tú no me quieres»

«Si tu me rechazas es que hay algo radicalmente erróneo en mí»

«Yo quisiera, si fuera verdaderamente atractivo e inteligente, ser capaz de ganar el amor de cualquier persona que realmente quisiese».

«...»

serán la semilla para un futuro en el que nos sentiremos emocionalmente trastornados, trastocando así todos los ámbitos de nuestra vida. Intentaremos todo lo que esté a nuestro alcance para recuperar a nuestra pareja e incluso podremos llegar a obsesionarnos durante años, ya que pensaremos que éste será nuestro último tren para alcanzar el amor y, por lo tanto, la tan codiciada FELICIDAD.

Y para concluir, nos queda una cuestión en el aire a la que padres y educadores deberíamos intentar responder: **¿Cómo**

podríamos potenciar a través de la educación una vivencia amorosa psicológicamente más saludable?

Ahí van alguna sugerencias:

- Orientando la educación hacia la AUTOESTIMA
- Orientando la educación hacia la INDEPENDENCIA o AUTONOMÍA
- Orientando la educación hacia la FELICIDAD DENTRO DE UNO MISMO
- Orientando la educación hacia todo tipo de SENTIMIENTOS AMOROSOS
- Orientando la educación hacia el SABER ESTAR SOLO
- Orientando la educación hacia la BÚSQUEDA DE SENTIDO de la propia vida.

- ...

Domingo, 19 de septiembre de 1993

Hoy he pasado un día más de mi vida, en el que las discusiones con Jorge son ya el denominador común de mi existencia.

Hemos empezado ya por la mañana, le he pedido que fuésemos a tomar el aperitivo juntos, pero él prefirió ir con sus amigos. Los domingos es mi día de tormento, no sé adónde va ni con quién está y eso me desespera. Durante las horas que está fuera no soy capaz de hacer nada, ya que mis pensamientos están con él. La sola idea de que pueda conocer a otra mujer me atormenta. ¡¡¡Cuánto le quiero!!! ¿Qué haría yo sin él?

Mi vida está llena de su trabajo, de nuestras relaciones sociales... Sin él no tendría más que soledad. Y es que su amor me llena, es todo lo que necesito para ser feliz.

Es atractivo, inteligente, sociable, seguro de sí mismo... ¿Qué puedo hacer para que él me ame como yo lo amo a él?. Necesito que me de una garantía de su amor.

He estado curioseando en su maletín, es una necesidad para mí el saber todo lo que tiene, lo que escribe, con quien se ve...

Mirando uno de los bolsillos de la chaqueta encontré una tarjeta con un nombre de mujer, marqué el número de teléfono, y el contestador automático respondió. Estarán ahora juntos. Lo sabía. Me ha dejado de querer, no soy digna de su amor. Ya no podré ser feliz de ninguna manera.

Jorge llegó a las tres, le pregunté dónde había estado y me respondió lo mismo que me responde cada domingo: «Estuve con mis amigos». Me enfadé porque sabía que me estaba mintiendo. Decidí seguirle el próximo domingo.

Ana.



ACTIVIDADES

1. Elaborad una lista con todos los sentimientos que creéis que refleja Ana en su diario.
2. Elaborad otra lista con los sentimientos opuestos a los que habéis citado en la actividad anterior.
3. Escribid pensamientos o comportamientos que creéis que podrían ayudar a Ana a «combatir» los sentimientos que describe en su diario.
4. ¿Cómo describiríais la personalidad de Ana?
5. Si vosotros fueseis Jorge, ¿cómo intentaríais ayudar a Ana?
6. Si pudieseis «reeducar» a Ana, ¿en qué valores lo haríais?
7. ¿En qué creéis que consiste la felicidad de la pareja?
8. Citad todos los caminos posibles que se os ocurra para conseguirla.
9. Y como novena actividad

Antonio Gala enhebró su novela «La pasión turca» con algunos textos como éstos.

Para quien así habla:

1. Amar es ...
2. Los celos son...
3. No tienen remedio porque...
4. Puestos a brindar una alternativa
5. Tú ¿qué tesis defiendes?:

A: Los celos son señal de que hay amor.

B: Si hay celos no amas: o posees o te sometes.

Como con una goma elástica estoy atada a él. Puedo alejarme; puedo hasta proponerme escapar de su lado; puedo apartar de él mi pensamiento... Y de pronto, con mayor fuerza que antes, algo me arrastra y me encuentro más pegada a él que nunca.

(Antonio Gala: *La pasión turca*)

«También los celos son una pasión, una pasión muy grande. Yo la he sentido y aún la siento: injustificada o no, subjetiva o no, montada en el aire como un fuego de artificio, montada en el filo de un cuchillo. De un cuchillo que, más de una vez, he tenido la tentación de usar y matar o matarme».

(Antonio Gala: *La pasión turca*)

«Porque cuando se nos priva de la totalidad que necesitamos para vivir de lo que es nuestra agua y nuestro pan, levantar el cuchillo no es ya una venganza sino un gesto instintivo, una legítima defensa».

(Antonio Gala: *La pasión turca*)

«Creo que lo amo tanto –me decía– que ni la vida (no sólo la mía, la de nadie) ni la muerte tiene sentido para mí, sin él. Y, no obstante, estoy segura de que lo amo mil veces más de lo que creo... No soy digna de tener a nadie un amor tan grande. Por tanto no puedo dedicarme a otra cosa que a eso».

(Antonio Gala: *La pasión turca*)

«Los celos, los míos: ansian la muerte de la persona temida, la que trata de arrebatarnos o puede tratar o creemos que va arrebatarnos lo nuestro. Y es que la muerte es un dolor más natural que el del amor».

(Antonio Gala: *La pasión turca*)