

CAFÉ PSICOANALÍTICO EN LAIE

El amor

Mayo de 2016

Dra. Chbani – “Gracias por el Tú que me ha permitido encontrar mi Yo”. Y vamos a ver qué podemos ir entendiendo de todo esto entre nosotros. Es verdad que este tema es tan amplio que nos va a costar ir acercándonos a él. Pero si ya entendemos esto de que hay que empezar a amar para no enfermarse y enfermamos cuando algo interno o externo nos prohíbe amar, quizá ya podemos ir empezando a entender la importancia del amor y sus vicisitudes en el entendimiento del desarrollo humano.

Por supuesto, el psicoanálisis nos ha permitido estudiar todas las finuras de cada momento, de cada etapa de la vida, de cada etapa de crecimiento, etc., pero ya sabéis que aquí nos interesa más hablar de experiencias más cotidianas, más personales, más cercanas. Por supuesto que los filósofos y los poetas han hablado mejor que nadie de esta cosa tan misteriosa que llama al otro y al mismo tiempo nos quita algo de nuestra libertad, nos da algo de nuestro placer. Y es este movimiento cuerpo-mente, que es el tema de hoy que vamos a ir descubriendo juntos.

X – Has hablado, más que nada, como amor de pareja.

Dra. Chbani – No, no, amor al prójimo.

X – Ah, vale. ¿Puede haber amor con absoluta libertad? ¿Crees que es posible?

Dra. Chbani – ¿Con qué libertad?

X – Sin exigir nada.

Dra. Chbani – Eso es el amor, básicamente. Amar es no exigir, de entrada.

X – Para amar realmente tendríamos que ser perfectos.

Dra. Chbani – Por lo visto, no, porque ya ves, todo el mundo ama y desama.

X – Todo el mundo dice que ama.

Dra. Chbani – Es bastante común, en la especie. Y sabemos, desde el bebé, que sin amor no hay vida. Los bebés que mueren tempranamente mueren por falta de descubrir el amor. Y todas las enfermedades que siguen. Entonces, el amor es algo completamente inherente a la especie. Y después entramos en sus cualidades y sus defectos.

X – Claro, es que cuando aquí se dice “yo amo”, hay mucho egoísmo, en la mayoría.

Dra. Chbani – Pero desde todo lo que hemos hablado, desde hace dos cursos, podemos ya ir pensando que la salud mental está un poco más allá de lo que llamamos egoísmo, de las cosas sociales o relaciones sociales. Son cosas que se transmiten más internamente. Entonces, cada uno se dirige al otro según sus posibilidades internas.

X – Por eso digo que para amar habría que ser perfecto, entonces ya podrías amar realmente. Los defectos de uno ya están minando el amor. O sea, yo no podré entregarme a otro si yo tengo mis defectos.

Dra. Chbani – Pero sabemos, por conocimiento humano, que la base de la humanidad es aceptar nuestra insuficiencia. Si empezamos con la palabra “perfecto” no estamos en lo humano, estamos en una cosa mecánica. A partir del momento que estamos en algo animado, es decir, algo que tiene vida, ya sea planta, animal o humano, vamos a encontrar imperfecciones y debemos construir con ellas. El amor perfecto o el amigo perfecto no existe; ni el perro ni el árbol ni el pez perfecto, esto no existe. Existe el vivo.

S – Yo creo que todo lo contrario, cuanto más cerca de la perfección, más te alejas del amor.

X – Es que si eres perfecto y amas, será reefecto. ¿Por qué te vas a alejar del amor? Tú misma dices: “Si no puedes amar, enfermas”, entonces, en realidad ser perfecto sería saber amar, poder amar.

Dra. Chbani – Es que no tenemos elección. La especie humana, igual que la abeja busca la flor, no tiene elección, debe buscar el amor. Y en su búsqueda encuentra más o menos miel, o más o menos fiel... Pero es una energía de especie, que ya sabemos que es una energía fácilmente estropeable, transformable en odio o en violencia, pero es lo que nos define como especie. No podemos decir “somos humanos” sin eso, como la abeja no puede decir “soy abeja sin buscar la flor”, si no sería otra cosa. Sabemos, desde que llegamos y damos nuestro primer grito... Todos los que han observado bebés saben que la especie busca el acogimiento, etc.

E – Pero Hafsa, a mí me gustaría volver a la idea que decías al principio de tu intervención de que el amor requiere esfuerzo, trabajo, porque es una idea que en nuestra sociedad... A ver, se entiende que uno tiene que esforzarse para tocar muy bien un instrumento, etc., pero para tener una buena relación parecería que todos tenemos algo inmaduro dentro que dice: “Esto o está o no está”, que sería la fase de enamoramiento. Pero cuando ya es otro proceso...

Dra. Chbani – Sí, es lo que he intentado introducir: a nadie se le ocurre subirse a un teatro a bailar sin ejercitarse antes durante millares de horas. Pero cualquiera quiere una relación amorosa bella. No hay esta conciencia, que es quizá la actividad que requiere más trabajo, más ejercicio.

E – Cuando hablabas de la abejita, que hace para estar en su especie, parecería que en el humano se requiere algo más que el placer...

Dra. Chbani – Sí ha logrado el placer ya no ha perdido su vida. Claro que puede pretender más que el placer, pero ya es otra... Si siente placer en su vida, ya es algo. Hemos hablado del placer... No es la descarga satisfactoria

pura, es este conjunto de cosas, que son múltiples, que crean el placer. Es como quien hace un buen movimiento artístico: son muchas horas de ejercicio, de trato con uno mismo. Porque amar al prójimo es tratar con nuestra composición, y es esto lo que nos requiere mucho tiempo y esfuerzo. Y este resbalón fácil del amor al odio nos complica también la tarea, porque son emociones muy cercanas, entonces la finura del límite entre las dos zonas nos hace el trabajo más fino.

Anna – Con esto de que es tan fácil ir del amor al odio, me ha venido como que hay algo del amor que se construye con el otro. O sea, que tú no me puedes amar en abstracto. Somos tan frágiles que necesitamos encontrar algo de lo que esperamos fuera para que se produzca el amor. No sé cómo decir...

Dra. Chbani – En los casos afortunados del encuentro humano reencuentras lo que esperas. Pero la atracción humana base raramente te lleva hacia lo fácil de amar, siempre esta especie es atraída, se enamora de una cosa muy difícil de conseguir. Es ley de vida. Es por eso que la especie existe todavía. Si sólo se amaran los que se aman...

Anna – Puede ser difícil, pero para que la cosa no se vaya al odio sino al amor, ha de ir habiendo un encuentro. No sé, es que ahora me imaginaba por qué enferma alguien por falta de amor. Pues por desencuentro.

Dra. Chbani – Es una prohibición interna o externa.

Anna – Pero que se forma por una exceso de desencuentro. Es decir, un bebé que no encuentra y no encuentra, lo tendrá difícil para...

Dra. Chbani – Por supuesto que hay prohibiciones internas y externas. Pero se han de trabajar. Es muy fácil decir: “Yo quería un niño y ha nacido una niña, no es lo que quería”.

Anna – Yo no quería decir eso...

Dra. Chbani – Ya, pero lo caricaturizo porque es así, también.

Anna – Yo lo quería decir por esta fragilidad constitutiva, que tiene algo que ver con que hay algo que también depende...

Dra. Chbani – Sí, pero la responsabilidad de cada uno es fundamental en este movimiento del otro.

J – Yo voy a plantear una pregunta, pero como me parece un poco difícil de plantear, voy a hacer un preámbulo. De una parte, víctima de esa prohibición interna o externa, habría gente que en ningún momento podría llegar a amar, como por ejemplo el caso paradigmático de Leonardo da Vinci, al que Freud hace referencia. Pero en otros muchos casos, y creo que con esto retomo un poco lo que decías tú, en la mayoría de los casos la gente llega a amar, de una forma u otra, con más o menos suerte pero llega a amar de algún modo. ¿Podría decirse que muchas formas de amar son patológicas, por ejemplo? Yo mismo he visto en los tribunales a una mujer con cicatrices de apuñalamiento pidiendo que se perdona al hombre que lo hizo y que no lo condenen. Ella pedía, por favor, que lo soltaran, etc. Ahí yo diría que es un amor muy patológico, y supongo que todo el mundo estaría de acuerdo. ¿Pero eso es amor? Si eso es amor, ¿se lo debe calificar de patológico? Y si es patológico

necesariamente hay un amor que no lo es. Es decir, si decimos que algo es patológico es porque lo podemos oponer a otra cosa que decimos que no es patológica, porque si decimos que todo es patológico es lo mismo que decir que nada es patológico. Si hay algo patológico es que necesariamente hay algo propio de la salud. Entonces, al final mi pregunta de verdad es: ¿cómo es la forma de salud de amar? ¿Cómo se quieren dos personas que se quieren sanamente? Exactamente, ¿cómo es eso?

(Risas)

Dra. Chbani – Hay una respuesta muy sencilla, y hay la Enciclopedia Universal para contestar. Por supuesto, la enciclopedia te la dejo, pero la respuesta más fácil es que cuando dos personas se aman están radiantes de su amor. Si quieres a alguien de verdad, este querer te ilumina. Si el amor no te hace crecer, no te ilumina, lo debes estudiar un poco más de cerca porque no es amor.

J – Entonces, la relación de violencia, por ejemplo, no es amor...

Dra. Chbani – No, esto no es amor. A lo mejor estas personas que llegan a acuchillarse se han amado en algún momento, y han maltratado ese amor. Porque la emoción, ya sea el amor o el odio, es un tercer interviniente en tu sistema. Cuando te emocionas con un cuadro, esta emoción se convierte en un interviniente en tu sistema interno. Si llegas a enamorarte y a descuidar tu amor, puedes acuchillar. No sé si contesto bien o mal, pero hay una respuesta fácil, que podemos compartir, y hay la Enciclopedia Universal de la contestación. Pero para aclararse, es muy fácil: cuando una persona ama, está radiante. Y si está vinculada a algo que no la hace radiante, se debe sentar a reflexionar que está pasando: ¿qué está descuidando en sus instancias internas para sentirse atraída, necesitada, etc., por esta persona que le estropea la vida? Porque el cuchillo no llega de un día para otro, se va afilando año tras año, y todo el mundo es responsable. Porque el punto de vista psicoanalítico sobre el maltrato no es el judicial ni el policial, esto es otro tema. Lo que nosotros tratamos no es lo que trata el juez. Ellos están hablando de algo y nosotros de otra cosa. Y cuando llega el cuchillo somos varios, los responsables. Hay las dos personas que están en el tribunal y el entorno cercano y más amplio. Si quisiéramos un día juzgar verdaderamente un maltrato deberíamos juzgarnos todos. Todos tenemos un delito en la maquinaria. Nadie coge un cuchillo y empieza así por loas buenas, sólo 1 psicópata de cada 100.000, que ya es una cifra importante, pero que no es la que nos concierne.

A – Creo que el amor se puede tratar de dos maneras. Porque hay un amor que es el incondicional, tanto si eres correspondido como si no: tú amas y ya está: el amor de la madre por los hijos es incondicional.

Antonio – O no.

Dra. Chbani – Has tocado un amor muy complicado. Puedes decir que un amor incondicional sería el de Santa Teresa de Jesús, o de San Juan de la Cruz, o algunos de éstos iluminados por su amor. Pero si bajamos a tierra, el amor de la madre al hijo es un amor muy condicionado.

A – Vale, pues teniendo en cuenta las madres que tienen amor incondicional por sus hijos, que no esperan que los hijos les devuelvan el amor... Y luego hay el otro tipo de amor, que no puede existir si no hay una correspondencia. Entonces, yo pienso que hay un tipo de amor que te hace feliz porque

manifestando este amor ya estás bien, y luego hay otro que si no es correspondido te hace infeliz, y es cuando enfermas.

Dra. Chbani – Habrá que buscar este amor sin correspondencia. A lo mejor existe. Yo no lo he encontrado mucho.

E – O sea, ¿estás diciendo que cuando amas te aman?

Dra. Chbani – No, si amas no necesitas que te amen.

D – En el caso que ponía el chico, a lo mejor la mujer si que lo quería, y el otro se aprovecha. Esto no lo veo claro.

B – Igual la mujer no se quería a sí misma, en su amor loco.

F – Pero llega un momento en que si no hay una cierta correspondencia... Yo no soy madre, pero yo pienso que incluso en el amor de madre, si no hay una cierta correspondencia, no sé si eso se puede sostener, tampoco. Esa es mi experiencia. Lo que pasa es que habrá algo interno que a lo mejor, a pesar de que el otro no te corresponda... Si ha habido una época buena, eso lo tienes interiorizado y eso no te lo quita nadie, es un amor bueno, no lo conviertes en malo, en odio.

Dra. Chbani – Cuando hay una frustración... La no correspondencia crea una frustración. Esta frustración va a empezar a alimentar otra emoción, este sentimiento se va a transformar, ya no será amor. Este amor se va a transformar en necesidad, o en... Poco a poco va a haber una degradación hasta llegar al odio, o peor: a la indiferencia, al olvido... Pero el odio está, nosotros lo observamos mucho cuando el amor está frustrado. Sabemos que el sistema humano está en un movimiento perpetuo, no nos paramos en el odio: nos odiamos, nos peleamos, y al día siguiente nos amamos, y así a veces toda la vida. Y estos casos que escuchamos cada día en las noticias es verdad que es un tema a estudiar para entender el amor, porque se hacen mucho daño pero continúan necesitándose. Y hay también en las relaciones profesionales, amistosas... El tema de la relación padres-hijos es un “temón”, porque es el laboratorio de todas estas contradicciones. Todos sabemos (o no), pero todos hemos observado que los padres entran en unos furores enormes contra los hijos y los hijos contra los padres. Este modelo que aparentemente es el modelo idílico del amor es el que está lleno de conflictos. Es quizá el más conflictual y el que da más desgracias en la vida, porque una relación de pareja te toca relativamente, pero una decepción de hijo es mucho más difícil de reconducir. Es esta cosa que nos es imprescindible y que al mismo tiempo se nos escapa.

U – Yo quería hacer referencia al comentario que ha hecho antes sobre la patología y la salud, preguntando si es aceptable ese término que oímos tan a menudo de “es un amor patológico”, porque en términos de salud sí que se ha creado la palabra patología (del griego *phatos*) para definir la ausencia de salud, de normalidad, pero esto es una cosa empírica, podemos comprobar que estamos enfermos o que estamos sanos. Pero en el terreno de la emoción o de la psique, ¿qué es estar enfermo o estar sano?, ¿lo define la normalidad, la mayoría? Lo que hace 100 era una patología, hoy en día no se considera una patología. La persona que tiene una relación sadomasoquista hoy es normal y hace 50 años le aplicaban electrodos en la cabeza para curarle. Entonces, ¿es correcto utilizar el término “amor patológico”?

Dra. Chbani – No, el lenguaje es una convención social. Hoy en día hay una convención de que cuando una emoción es productiva de destrucción la llamamos “patológica”, pero es para entendernos, no es para ir a la etimología de las palabras. Por supuesto que a nivel etimológico lo normal y lo patológico tienen fronteras muy movibles, pero hay cosas que son destructivas del ser y cosas que son constructivas de ser, y en el lenguaje acordado llamamos patológico lo que describe el ser y sano lo que lo hace crecer, pero es una convención del lenguaje.

J – Sobre lo que acabas de comentar, hago un matiz sobre mi intervención anterior, refiriéndome a Freud, pero no porque lo dijera él sino porque me parece bien dicho. Él dice en varios momentos: “todos somos un poco histéricos, un poco neuróticos... Todas las pulsiones están presentes en todos nosotros, las sádicas, las masoquistas..., todas. Y estamos fijadas a ellas en mayor o menor medida”. Entonces, cuando yo hablaba de salud o patología no lo hacía en el terreno éste. Obviamente entre el estado de la absoluta perfección y la absoluta salud, que es un estado ideal pero que ningún ser humano reúne todos los requisitos para estar en él..., pero entre eso y la absoluta patología (la concurrencia de todas las enfermedades y todas las patologías juntas) estamos toda la humanidad, entre un punto y el otro. En este sentido, Freud ya lo comenta hace más de un siglo: ninguno de nosotros está del todo sano ni tampoco está del todo enfermo. En este sentido, estrictamente, si ninguno está del todo sano, pues ninguno está sano, por eso Freud usa el término de “normalidad”, como diciendo que el normal no es el sano, el normal es el que puede trabajar, tener una relación y vivir más o menos feliz. Lo que yo quería decir es: si nosotros llegamos a la conclusión de que dos personas que dicen que se quieren pero que se están maltratando físicamente y verbalmente y que sufren a horrores y que se acaban suicidando, incluso, si llegamos a la conclusión de que eso es indeseable, lamentable, dañino, en la medida en que calificamos eso con esos términos significa que hay alguna otra cosa que no lo es, necesariamente. Esto es una cuestión indudable.

Dra. Chbani – Por eso ahora, en lugar de utilizar la palabra “normal” y “patológico”, acordamos hablar de lo constructivo y lo destructivo. Esto nos ha ayudado un poco a salir de este debate de lo normal y lo patológico. Por otra parte, esto de que todos somos histéricos, etc., esto es así, como todos vamos al lavabo y tenemos algo que no va, un poco de caca todos tenemos. Pero hay enfermedades, por desgracia. Porque no vamos a comparar una persona, como tú dices, adaptada a su vida profesional, a su vida emocional, etc., con una persona delirante o paranoica o suicida. Hay cosas que son verdaderamente destructivas para el ser y que son un disfuncionamiento del amor. El disfuncionamiento del amor es una rama, pero cualquier destrucción es policausal, no hay una sola causa. Freud, Lacan, toda la gente que ha trabajado el amor, ha encontrado herramientas para evitar enfermar, evitar de destruirse o de destruir al otro, y así evitamos este debate interminable de lo normal y lo patológico. Hay relaciones destructivas... La perversión es algo muy destructivo. Claro que todo el mundo tiene un grado de perversión, pero a veces la dosis es realmente destructiva.

J – Entonces, lo que haría al enfermo sería el grado, la cantidad de patología o de perversión, no el hecho de que tenga algo que no tiene nadie más.

Dra. Chbani – Lo que hace es el grado destructivo es dar el timón a la parte enferma. Si cogemos esta metáfora, es dejar la parte traumatizada al mando del sistema total. La salud es saber dónde está mi fragilidad y cómo la tengo a raya, cómo no le dejo ejercer un fascismo sobre mi persona, es descubrir mi

fragilidad y tenerla en sus límites. Lo primero es descubrirla, porque la dificultad en la patología amorosa es que hay tanto chantaje afectivo que es difícil de descubrir, de limitar, de ponerla en su sitio. Descubrirla ya es una manera de ser libre. Saber decir “esto es destructivo para mí” ya es un paso a la salud. Pero ya sabemos que toda la educación y la formación se ha empeñado en llenarnos de culpabilidad, de miles de cosas que nos hacen muy difícil impedir que la parte enferma mande. A menudo gana, porque si no nos sentimos malos.

F – Pensaba que quizás, para orientarnos un poco en esta dicotomía de salud-patología, quizá estaría bien al origen de lo que decías, que amar tiene que ver también con ese descubrirse uno en el otro, y por tanto en esa apertura, esa disposición a salir de uno mismo. En ese sentido podríamos volver a hacer un mapa... Quizás lo enfermo en el amor sería esta incapacidad de salir de uno mismo, de dejarse atravesar por el otro, y que seguramente tiene mucho que ver con dónde aprendemos o empezamos a ser queridos y a querer, que es en la relación padre, madre, hijo. Quizás tiene que ver con eso, un poco. En cuanto somos capaces de trascender desde nosotros hacia lo que hay fuera... En ese sentido también lo relacionaría un poco con lo de la correspondencia. Hay amores que no son correspondidos, y quizá son amores muy exagerados... Pero el amor a Dios o el amor religioso no tiene por qué ser correspondido, como pensamos la correspondencia en una pareja, o el amor a la humanidad... Pensemos en gente que ha hecho acciones..., Gandhi, por ejemplo, que ha hecho la acción pacífica aun recibiendo violencia. O sea, que quizá lo patológico y lo sano lo marcaría esta capacidad de salir de nosotros o de estancarnos en nosotros.

Dra. Chbani – En la conciencia de que sólo existo a través de otro, que todo lo que pienso de mí cuando lo pienso aislado del otro está sujeto a dudas. Es al pasarlo por el filtro del prójimo que me aclaro de quién soy. Mi manera de tratar al otro, o de tratar con el otro, me define como persona, me saca de la oscuridad de mi deslumbramiento de mi ser. Porque cada uno se conoce un poco en la oscuridad, en una cosa muy borrosa, y es la confrontación con el otro, a través de varias emociones (el amor y la amistad son dos pilares, pero hay otros) que te afina el quién eres, y la persona a la que vas a amar en la vida es una persona que te va a ayudar a saber quién eres.

S – ¿Eso lo aprendemos en la familia, en el amor familiar, aunque sea en el extremo más patológico posible? Porque antes lo comparábamos con tocar un instrumento, pero no tenemos elección, nacemos en un entorno en el que o se supone que hay amor o hay algo...

Dra. Chbani – No es sólo el entorno familiar. Por ejemplo, yo he terminado con una anécdota para estar un poco en el mundo actual. Yo me pregunto cómo vamos a hablar del amor en los años que vienen, en una época en que el primer amor es un teléfono móvil. Es una anécdota, pero es algo que va a cambiar la humanidad. Porque hasta hace 10 años el primer amor del adolescente era la compañera de clase; ahora, lo primer que pide de cuerpo y alma es un móvil. Y cuando pasa un poco la adolescencia, ¿dónde va a buscar el placer? Lo va a buscar en Internet. ¿Esto va a cambiar la especie? Empezamos a vislumbrar que con toda esta ausencia de amor humano el mundo está oliendo ya a fuego, ya vemos que hay mucha violencia en todas partes. No estamos lo suficientemente vigilantes a todos estos artefactos que nos están atacando la especie. Entonces, claro, si tu primer amor, es decir, si en tus relaciones primarias hubo una primera herramienta te llevas un poquito mejor con el tema, y si no vas un poco peor con el tema. Pero estamos entrando en una época todavía más complicada de la que venimos. La

problemática amorosa de hoy es una problemática muy interferida. Y la responsabilidad de cada uno de nosotros está todavía más solicitada, porque según lo que vamos a permitir todos tendremos el mundo que nos merecemos. Es decir, si aceptamos que el amor al prójimo ya no es tan interesante porque de todas maneras cada uno puede solucionar el tema solo con su ordenador.

S – ¿Me permites hacer de abogado del diablo? Cuando se inventó la imprenta también hubo la misma sensación, hubo un periodo también de crisis.

Dra. Chbani – Sí, y ha cambiado mucho el mundo.

S – Mucho. Quizá pasaremos una crisis fuerte y volvamos a encontrar el equilibrio.

Dra. Chbani – Yo soy de las que piensan que estamos pasando una crisis bien marcada, y a ver qué vamos a hacer de esto. De la escritura hemos sacado algún provecho, y supongo que de esto también sacaremos algo, pero lo que vamos a perder es responsabilidad de todos. Yo llamo a una vigilancia aguda, no por temor al cambio, al contrario, pienso que nuestra especie no puede hacer otra cosa que cambiar, pero depende de lo que deja por el camino, o lo que gana... A lo mejor ganaremos algo que no sabemos ni lo que es. Pero el momento de crisis, el nivel de violencia la que hemos llegado llama la atención, en las casa, en las instituciones, en las parejas, en los países... Hay algo que cuestiona el amor. ¿Dónde está el amor? Hasta el amor religioso, que era el amor digamos más valorado, etc., ahora es fuente de violencia profunda. No es la primera vez, la humanidad está acostumbrada a que la religión cree violencia, pero hay algo potente. Y a mí este tema me interesa compartirlo con todo para ver si hay alguna idea sobre cómo defender esta necesidad humana... Todos los que habéis venido en autobús habréis visto que nadie mira a nadie, que todo el mundo mira su móvil. ¿Lo dejamos hacer o hacemos algo?

Antonio – Quizá, para ayudar a entender todo eso, habría que pensar en el vacío. Hablar del vacío y del lleno, de la búsqueda de la completud. Desde que nacemos se produce la primera separación y automáticamente hay la búsqueda de eso que falta, de eso que nos completa. Ver qué papel juega el vacío o qué papel juega la manera en cómo se soporta y se puede vivir el vacío. Porque no es lo mismo una pareja que se relacione desde las ausencias, desde lo que falta, que una pareja que, aunque tengan sus partes incompletas, se aporten se sumen. Por eso, el papel del vacío en el amor...

Dra. Chbani – Sí, poder aguantar un poco de vacío siempre es bueno. Pero no veo muy bien qué quieres decir en relación con esta emoción.

Antonio – Por ejemplo, la mujer de la que él hablaba antes, que en lugar de aceptar el vacío de quedarse sin ese hombre prefiere que la maltrate. Es igual que el niño: el niño sufre más cuando es ignorado que cuando es pegado, prefiere ser maltratado que ignorado. Es la dificultad de soportar el vacío.

Dra. Chbani – ¿Quieres decir ejercitarse en soportar el vacío?

Antonio – Sí. O el móvil: cuando ves que estás continuamente llenando ese espacio, que vas en autobús y no hay ni un momento en que dejes ir la mirada hacia el paisaje, hacia ese espacio de vacío donde pueden aparecer pensamientos, ensoñaciones... Hay que estar haciendo algo, no hay espacio

de vacío.

H – En relación a lo que él dice, yo trabajo con niños y creo que es muy importante cuidar esa sensación que tienen los niños cuando son pequeñitos. La primera vivencia con el amor es lo que nos marcaría a todos. Siempre hay que vivir ese vacío, pero si ese vacío te remite a una experiencia súper dolorosa uno quiere llenarlo desesperadamente, porque no puede soportarlo. Yo creo que eso viene muy de la infancia, del tiempo que dedicamos a los niños, de cómo los cuidamos. Yo creo que para recuperar el amor habría que empezar por la infancia.

Dra. Chbani – Sí, hay esta orientación, y es cierta. Nadie hoy discute que las primeras experiencias dejan huella. Pero si justamente hay un montón de investigadores y de personas trabajando día y noche es justamente para no estar esclavos de esta historia personal. Si estamos reflexionando es para no estar sujetos a la historia personal, al destino, a lo que nos ha tocado vivir. No hay padres perfectos ni infancias “nirvanescas”. Todo el trabajo de la reflexión es ver cómo liberarse de tu destino. Cómo liberarse de una madre deprimida, cómo liberarse de un padre alcohólico, cómo liberarse de lo que me ha pasado... No he elegido dónde he nacido, pero yo trabajo para que las personas puedan elegir cómo se van a morir. Y por eso estamos en esta lucha del conocimiento, de la divulgación, para que las personas dejen de sentir que “como a mí me ha pasado esto, ya mi vida está...” Por supuesto que hay que cuidar mucho los primeros momentos de la vida, y hay que cuidar todos los momentos de la vida. Hay traumas de la delincuencia, hay traumas del primer amor... Por eso yo me preocupo tanto por estos adolescentes que empiezan por amar a su móvil. Hay traumas del primer amor que marcan mucho en la vida, y traumas de la vida continuada, porque puedes ser una persona adulta y vivir una decepción, una frustración en el amor que te perturba el sistema. Yo defiendo no exagerar con la primera infancia, pero estoy de acuerdo.

S – Cuidar esa base. Pero no quiere decir que dependa sólo de eso. Yo creo que también tenemos que ser más responsables con el autoconocimiento.

Dra. Chbani – Yo hablo siempre del amor al prójimo, no a la pareja o al hijo... Empezar a crecer es amar sin distinción, no solamente al que me interesa, o al que me lo va a devolver. No, tienes una responsabilidad con el funcionamiento del otro, y si lo olvidas estás fomentando el desamor general, no sólo el desamor dentro de tu sistema.

T – Yo quería plantear una pregunta. Voy a hablar del amor de pareja. Hay gente que dice que no hay que buscar la media naranja, sino que uno debe ser la naranja completa. No buscar que el otro te haga feliz, sino responsabilizarte de tu propia felicidad, cuidar tu autoestima, porque si no se crean relaciones de dependencia. Y luego estar muy atento a emociones como el miedo, los celos, el ego... O sea, no buscas que el otro satisfaga tus necesidades, eliges estar con el otro no porque lo necesites sino porque eliges compartir la vida con esa persona.

A – Relacionarse de naranja a naranja.

D – Yo creo que es así. Si tú estás bien contigo, tienes tu autoestima y crees que puedes vivir solo y aparece alguien de repente, tú ya eres feliz, pero esa persona te da más color.

T – Exactamente, tu vida tiene que tener ya color de por sí, tienes que estar lleno de amor para poder dar amor, porque si eres un mendigo de amor...

A – Yo creo que es importante lo que has dicho tú de cuidar el miedo, porque a veces yo creo que lo que impide el amor es no aceptar que el otro es diferente, pero no ya el amor de pareja, el amor en general.

T – Hace un año hablábamos aquí del miedo, y creo que es el gran enemigo del amor. En el momento en que tienes miedo de que la otra persona te deje, de que se enamore de otro, estás perdido, no hay que dejarse vencer por el miedo.

A – O te da miedo no poder conseguir eso que te gusta tanto de él.

T – Puedes tener miedo a perder esa situación idílica que estás viviendo ahora.

S – Pero mientras lo controles... Hay que asumirlo. Ya asumes miedo en otras situaciones. Si eres músico o actor, te da miedo subir al escenario, pero lo asumes y juegas con él. Si lo asumes, te dará energía, también.

Dra. Chbani – Yo quería decir algo respecto a esta cosa de la media naranja. Decir que uno debe ser la naranja completa me cuesta un poco. La naranja completa es una cosa intelectual, teórica, ideal, que no se tiene por qué no intentar conseguirlo, pero que es una cosa ideal. En las relaciones humanas no somos naranja. El ser humano, por definición, no puede llegar a ser una naranja completa, y en la relación de pareja menos. Porque si te sientes naranja completa no buscarás pareja.

J – Sería el narcisismo, el encontrar la satisfacción sólo en uno mismo, el autoerotismo.

Dra. Chbani – Asumir que a todos nos falta alguien. Y cómo no sabemos quién nos falta nos va bien abrirnos a todo el mundo. Son ideales. El funcionamiento humano es mucho menos pretencioso. Estar dispuesto a desarrollar en el otro sus mejores partes y que el otro las desarrolle en mí es una forma de amar. Y cuando una persona es incapaz de reconocer la parte de naranja que le falta es muy difícil entrar en un proceso amoroso.

Ester – Pero yo creo que lo de la media naranja, socialmente, es entendido como media naranja, es decir, es mi Yo idealizado puesto fuera. Yo creo que va en ese sentido, de que estás buscando no al diferente, sino a ti, porque con esa media naranja te vas a llevar perfectamente.

Dra. Chbani – Es lo que te va a completar. Lo que yo intentaba decir es que no somos naranjas. Somos una complejidad, y entonces esto de que podemos ser naranjas mejor dejarlo de lado. Claro que las metáforas nos ayudan a pensar, pero quería introducir ese matiz.

Antonio – La naranja es una visión muy estática, es decir, hay algo dinámico que falta.

Dra. Chbani – Eso. Estamos vivos, y entonces todo esto es una olla hirviendo, que sube, baja, sale, entra... Y entonces todos los ejemplos desde algo estático no nos ayudan mucho.

Antonio – Justamente, por eso hablaba del vacío antes. Hay un vacío que si es excesivo se puede hacer insoportable y puede generar una sensación de deshacerse, de desestructurarse porque falta el otro, pero también hay esa

ausencia de vacío, que sería una relación muy simbiótica, que puede generar una relación de amor y odio, también, por no dejar un espacio donde uno se desarrolle individualmente, aparte del otro.

Dra. Chbani – Entonces, según tú, a la naranja le debe faltar uno o dos gajos.

Antonio – No, un espacio que sea modulable, dinámico, que se acerca y se aleja, pero que se mantiene en la órbita.

Dra. Chbani – Eso, que se llena, que se vacía... Pero otra vez está vivo. Lo que intento decir con esta diversión sobre esta metáfora es llegar a ver que lo que mi ser necesita del otro es algo también en movimiento y que va a cambiar la mitad base. Esa mitad base, cuando encuentra algo, se transforma también. Es un injerto. Es decir, somos más nectarinas que naranjas.

T – Seguramente la metáfora de la media naranja es del amor platónico. Probablemente, como decíamos antes, es la perfección...

S – Es que yo dije “perfección”, pero quizá debería decir sabiduría. Porque tú hablas del movimiento, del conocerte... La madre que quiere muchísimo a su hijo pero no lo sabe educar, a lo mejor es demasiado rígida... La madre tiene que ser sabia para educar bien a su hijo.

Dra. Chbani – O al menos intentar bajar el nivel de ignorancia.

J – Por una parte me da la impresión que el ejemplo de la media naranja, y la crítica que tú hacías a eso, yo lo entiendo como... Es un poco difícil de expresar, pero supongo que quizá quisiste decir lo siguiente: la idea de que hay otra persona ahí fuera que es para mí, que es perfecta, que me va a llenar la vida, está puesta ahí por una divinidad y sólo esa es para mí... Esas estupideces, conservadoras, retrógradas, etc., son algo... En ese sentido, estrictamente, yo diría que sí que hay que ser una naranja completa, es decir, hay que procurar darle un sentido a la propia vida y esperar cosas de los demás y dar cosas a los demás. En ese sentido, uno no puede buscar la felicidad en otro. Pero juego, por otra parte, nada en nuestras vidas tendría sentido sin los demás. Por ejemplo, el proyecto político más bello no te serviría si uno tuviera que vivir al margen de todos los demás. Para mí no tendría sentido nada de nada, ¿para qué voy a existir si no hay humanidad? En ese sentido yo no soy una naranja completa, porque necesito absolutamente a los demás, no sólo para vestirme, comer, etc., porque yo no sé hacer ropa ni cultivar la tierra, sino también en un sentido mucho más trascendente de proyecto de vida. Pero luego, por otra parte, está la cuestión de que buscar que alguien venga a resolverte todo, pues no debe ser así. No sé si así se conecta un poco tu crítica de la media naranja con la crítica de la naranja completa.

T – Sí, estamos de acuerdo. Yo no quería excluir al otro, el otro está perfecto como está, te hace de espejo, te hace crecer y es necesario. Yo no quería defender el individualismo, simplemente me refería a hacerse responsable de uno mismo, de tu propia felicidad, no volcar toda tu felicidad en que te la dé el otro, y estar tú lleno por dentro para poder dar.

Antonio – Es casi la hora, o sea que hemos de pensar en cómo concluir.

Dra. Chbani – Bueno, no vamos a concluir, cada uno continuará pensando en

este tema, que como en muchos temas terminamos diciendo que el tiempo es corto y nos gustaría hablar más, pero no vamos a hablar más. Sólo deciros que el próximo Café es el último del curso y que penséis en lo que os apetece para continuar con este espacio. El año pasado la gente había escrito sus temas en papelitos y los habíamos ido sacando uno a uno. Podemos hacer lo mismo la próxima vez o hacer otra cosa. Nos encontramos con mucho gusto siempre y estoy abierta a toda sugerión.

Antonio – El próximo Café será sobre la fragilidad.