

Me he enamorado ¿y, ahora qué?

Buscar la sensación de plenitud

Cuando nos enamoramos la intensidad de los sentimientos nos incita a ir al encuentro de la persona amada. No podemos apartarla de nuestro pensamiento y empujados por las ganas de colmar el deseo, inventamos mil estrategias para provocar un encuentro a pesar de que el miedo al rechazo nos atenace. La experiencia de enamorarse se suele mirar por el lado de la plenitud cuando el deseo es correspondido o de la frustración cuando éste es rechazado, pero no es posible entenderla en su complejidad sin tener en cuenta la insuficiencia como condición humana. Ese estado carencial de la condición humana empuja a juntarse unas personas con otras con el afán de alcanzar la deseada plenitud.

La sensación de plenitud es el efecto de colmar lo que se echa en falta, sea el afecto, la compañía, la satisfacción sexual... Alguna vez habremos dicho "¡solo quieres lo que no tienes!" o quizás, lo hemos escuchado con desagrado de labios de alguien que ha dado donde nos duele. No es nada fácil reconocer y acoger nuestras más íntimas carencias aunque en su seno se alojen nuestros deseos más legítimos. Aquellos deseos que actúan como motor de nuestra vitalidad al impulsarnos hacia el encuentro con otras personas para establecer una relación amorosa.

En este artículo dejaré de lado el enamoramiento como un deseo colmado o frustrado y me centraré en la experiencia del enamoramiento desde la perspectiva de la carencia, es decir, cuando desde el vacío emerge un deseo. Un vacío que habita en nuestro interior actuando como motor vital al motivarnos a alcanzar lo anhelado. Esta perspectiva permite un proceso de investigación hacia los menesteres más íntimos, acercarnos a los miedos que atentan los deseos y a la plenitud que los colma. Desear implica activar los miedos por el riesgo que supone emprender su camino



sea por los obstáculos que puedan salir al paso como por su desaparición por el hecho de colmarlo. Por consiguiente, la andadura desde esa carencia interior que ha generado un deseo que infunde vitalidad es compleja al tener que arreglárselas con los miedos, las circunstancias que rodean la situación en concreto y la lógica del propio deseo, pues cuando este se colma desaparece. ¿Con la desaparición del deseo colmado qué alentará la vida?

Para ilustrar cómo arreglárselas con las vicisitudes de un enamoramiento desde la perspectiva de la carencia expondré el proceso de un joven al que llamaré Àlex.

El caso de Àlex

Desde hace un tiempo, Àlex se siente enamorado de una chica. No la puede apartar de su pensamiento e intenta coincidir con ella en los lugares que ambos frecuentan. Otras veces se había enamorado sin que por ello tambaleara nada que pudiera afectar a sí mismo, ni a su relación de pareja. En esta ocasión, Àlex se plantea cómo puede arreglárselas con las inquietudes y el sufrimiento que el enamoramiento le está ocasionando y, con ello, acude a mi consulta.

La evolución del proceso

Àlex vive atormentado. Sufre con las inquietudes generadas por el enamoramiento y el aumento de la intensidad de un sinfín de dudas que ya le abrumaban anteriormente. Una de las dudas no verbalizada es si ha escogido el tratamiento que necesita.

Tantea unas veces alargando la frecuencia de las sesiones y otras anulándolas siempre exponiendo muy buenas razones. Entiendo que espera una respuesta por mi parte e investigo si el tanteo obedece a una prueba de confianza. La respuesta es afirmativa. No obstante las dudas, dice que necesita ayuda y acepta la frecuencia de las sesiones comprometiéndose a asistir. A pesar de tomar la decisión, Àlex se muestra dividido entre lo que pretende y lo que le surge de dentro: el dudar y dudar. Así es como presenta lo que quiere y a la vez su dificultad ante el compromiso. ¿Para qué necesita saber comprometerse? Dice ser un irresponsable y considera que "no es un buen ejemplo para sus hijas".

Me intereso por sus dificultades respecto su quehacer como padre. Àlex cuenta que sus hijas como buenas adolescentes evaden algunas responsabilidades importantes y, él, no encuentra el valor suficiente para introducir un límite a esa irresponsabilidad. Solo lo hace de malas maneras cuando no puede más. Entonces se siente mal y aún le asaltan más las dudas sobre su capacidad de educar a sus hijas a través de su ejemplo.

¿Cómo es que teniendo claro que debe introducir un límite y aun queriéndolo llevar a cabo no puede? ¿Dónde pierde la fuerza? El trabajo de elaboración de lo que Àlex va exponiendo en las sesiones permite descubrir que él ve, en sus hijas, su propia imagen de irresponsable. ¿Cómo va a pedirles lo que él no es capaz de mostrarles? Siempre ha tendido a sortear las responsa-

bilidades, pero la de hacer de padre no la quiere evitar.

Tirando del hilo de las responsabilidades que procura evitar surge la de comprometerse en su relación de pareja. Durante las sesiones recuerda que cuando conoció a Isabel era muy joven y tenía miedo de que ninguna chica le quisiera. Así que fue saliendo con ella mientras no encontraba la de "verdad", de modo que pasaron más de 20 años, durante los cuales nacieron sus hijas. Ya es hora de hacerse cargo de su forma de vida. Tanta duda alimenta su incapacidad de comprometerse y todavía se escabulle más. Isabel, quizás no sea la chica de "verdad" pero, es con quien comparte la vida de pareja y de familia mostrándose satisfecho. A partir del momento que reconoce como un hecho la relación de pareja con Isabel, Àlex trabaja una a una sus dificultades ante el compromiso hasta superarlas.

Durante el tratamiento, el enamoramiento con la chica ha dibujado altos y bajos sin desaparecer. Lo que ha cambiado es como se las arregla como enamorado. Ya no piensa si la chica amada podría ser su pareja de "verdad". Ahora piensa que es una chica que inspira su vena romántica. Con esa inspiración, en lugar de poner en duda su relación de pareja, puede dar rienda suelta a su creatividad artística.

Saber hacer

A través del proceso de Àlex podemos ver como aprovecha la crisis interna provocada por el enamoramiento para encontrar el modo de hacerse cargo de sus quehaceres como padre y como pareja, sin tener que negar su deseo de vivirse como amante.

Para realizar dicho proceso ha sido necesario abordar las dudas dando el peso del significado a las palabras que Àlex usaba. ¿Para qué le servía pensar en "la chica de verdad"? Así, descubrió que su anhelo de juventud ya no tenía ningún sentido y pudo librarse de él. Al contrario ocurrió con su afán de "ser un buen ejemplo para sus hijas". Ese afán, le llevo a reunir el valor suficiente para llevar a cabo sus responsabilidades.

También le fue menester disponer de un lugar atendido por un profesional donde depositar su aflicción y sus dudas sin dañar a nadie, afrontar sus dificultades y situar su deseo como amante.

La forma de proceder por mi parte, ha sido dar lugar a su aflicción y a sus dudas, estorbar la tendencia a dejarse capturar por la perplejidad y las contradicciones, suspendiendo los juicios de valor para dar espacio y tiempo para abordar como operaban las palabras en Àlex. Las personas tendemos a pensar en cosas sin pensar, a hablar sin dar a las palabras el peso de su sentido, para ello basta disponer de palabras. Las palabras dan cuerpo pero, no quiere decir que comprendamos mucho de ellas. Por consiguiente, nos guían palabras las cuales no tenemos una idea muy clara. Se trata, entonces, de dar a las palabras el peso de su sentido para detectar la distancia entre como las usamos y el significado que les otorgamos. Descubrir el efecto que nos producen las palabras que usamos permite hallar la trampa donde se está atrapado. Àlex, nos lo ha mostrado con "la chica de verdad" desprendiéndose de esa servitud que sin darse cuenta había condicionado por largo tiempo su relación de pareja y, por el contrario, sostener el peso del significado de "ser un buen ejemplo para sus hijas" le ha impulsado a hacerse cargo de esa función parental. Por último, el enamoramiento que había causado la demanda de ayuda al desestabilizar su vida interior paso a ocupar el lugar de fuente de aspiración artística desapareciendo del primer plano de su vida anímica.

ROSALINA SICART
PEDAGOGA Y PSICOANALISTA
INTEGRAL, CENTRE MÈDIC I DE SALUD

**ASISTENCIA SANITARIA
ESPECIALIZADA EN MEDICINA
NO CONVENCIONAL**

MEDICINA NATURISTA

MEDICINA HOMEOPÁTICA

MEDICINA TRADICIONAL CHINA-ACUPUNTURA

GINECOLOGÍA Y MEDICINA DE LA MUJER

PSICOLOGÍA Y DESARROLLO PERSONAL

OSTEOPATÍA

FISIOTERAPIA GLOBAL ACTIVA

QUIROMASAJE

DRENAJE LINFÁTICO

REFLEJOTERAPIA PODAL

SHIATSU

ESTÉTICA NATURAL

SOFROLOGÍA

ASESORAMIENTO SOCIO-FAMILIAR

MÉTODO TOMATIS®

TRATAMIENTOS CON FANGO SULPHATHERM

PARA AMPLIAR INFORMACIÓN:

www.integralcentremedic.com

Teléfono: 934 677 420

C/ Diputación, 321, 1º 1º. 08009 Barcelona

info@integralcentremedic.com