

El Amor



Se acerca el 14 de febrero, San Valentín, y como todos los años nos saturarán de amor romántico dulce y pegajoso.

El amor romántico es uno de los modelos que fundamenta la monogamia y las relaciones de pareja estables en las culturas modernas, principalmente las occidentales.

El amor es idealizado y se considera un sentimiento, diferente y superior, que está por encima de las necesidades básicas de las personas, como la sexualidad. Implica una mezcla de deseo emocional y sexual, anteponiendo lo emocional.

Algunas de sus características son:

- Aparece de repente.
- Implica los sacrificios necesarios para mantenerlo.
- Hay que probar que se ama y dar pruebas del amor.
- La pareja se fusiona en una sola, olvidando la propia vida y necesidades.
- Crea expectativas mágicas, como la de que encontramos a un ser totalmente complementario que, por lo tanto, conoce nuestros deseos y necesidades.
- Crean modelos de pareja como la media naranja o la pareja inclusiva.

Este modelo de amor crea falsas expectativas que conducen a la frustración y al fracaso afectivo al confundir Amor, estado afectivo de larga duración, con Enamoramiento, proceso previo de corta duración.

El amor es posterior al enamoramiento. Mientras en el enamoramiento no vemos a la otra persona, sino a nuestro ideal, a lo que queremos encontrar, nuestro príncipe azul, en el amor

vemos la persona tal cual es, con sus virtudes y defectos. Si consideramos tolerables los defectos, surge el amor. Aquí queda todo un proceso de negociación y construcción.

Desde la perspectiva del amor romántico se produce la anulación personal al renunciar a nosotras mismas, a nuestros deseos, expectativas... y puede conducir a la violencia de género.

El ideal romántico, inserto totalmente en nuestra cultura, nos dice lo que es de verdad el amor y los sentimientos que debemos experimentar además de cuándo, cómo y con quién.

Se basa fundamentalmente en que el amor puede con todo, por lo que va a producir cambios si se necesitan para ajustar la pareja, y en su nombre se perdona todo. Está predestinado, hagamos lo que hagamos no tenemos escapatoria, dando lugar a la media naranja, a que es eterno y su razonamiento es emocional. Es lo más importante en la vida y exige una entrega total por lo que es posesivo, opresivo y exclusivo.

Desde este modelo de amor la sexualidad es entrega y puede que renuncia al placer en aras del placer de la pareja, las expectativas son reproductivas y siempre será la pareja la responsable de nuestro placer, si no lo obtenemos, renunciamos porque no es lo más importante de la relación, lo que nos produce frustración y con el tiempo, puede que, falta de deseo sexual.

Mitos de este tipo de amor son los amantes de Teruel, Romeo y Julieta y la mayoría de los amores que podéis ver en películas, libros, etc.

Y como llevo hablando todo el rato de la media naranja os voy a contar de donde sale este mito. Tiene que ver con uno de los Diálogos de Platón. Un día, en uno de los banquetes, le preguntaron por el amor, y él contestó que en el limbo las personas estábamos formadas por un hombre y una mujer unidos por la espalda y que al venir a la tierra, en el viaje, nos partíamos por la mitad, de tal forma que llegábamos una mujer y a otro lugar un hombre. Como nos sentíamos incompletas continuamente buscábamos nuestro complemento. Y así nació el mito de la media naranja. Ruego me disculpéis la licencia que me he tomado para resumir este diálogo.

Seguiremos hablando del amor porque este suele dar lugar a la pareja, y el modelo de pareja que adoptemos va a influenciar directamente en el modelo y el placer de nuestra sexualidad.

REFERENCIA CURRICULAR



Ofelia López Belay es licenciada en Psicología, con dos especialidades: Clínica e Industrial. Además, es terapeuta sexual y máster en sexualidad por la Fundación Sexpol. Durante su carrera profesional ha impartido cursos y seminarios sobre sexualidad, en particular sobre sexualidad para adolescentes, personas adultas y mayores. Atiende y asesora en consulta a personas con problemas sexuales y/o de pareja, tanto de manera presencial como por vía telefónica e internet. Igualmente, trabaja en la Escuela Municipal de Salud de Móstoles, donde, además de abordar problemas relacionados

con la sexualidad, imparte cursos sobre memoria, sueño, salud psicosocial de la mujer, control del estrés, habilidades sociales, drogas, comunicación y deshabituación tabáquica.

Secciones: **Con placer**, **Sexualidad**