

Desde el hábito trágico del shakesperiano Otelo, pasando por la enajenada Glenn Close de *Atracción Fatal*, hasta los insuflados escandaletes mediáticos de las duplas Pampita Ardohaín/Benjamín Vicuña y Barbie Vélez/Fede Bal, los celos demuestran no distinguir época, género, ni clase social. Es una de las emociones más avergonzantes y con peor prensa que, sin embargo, se impone con apabullante transversalidad. El terror a perder la atención de la persona amada suele ser el disparador. Ese miedo puede surgir por motivos reales o ser el resultado de una fantasía paranoica. En cualquiera de ambos casos, la consecuencia es un vínculo destructivo, padecido por ambas partes: el del celoso (que se angustia y agrede) y el del celado (que se siente castrado, perseguido y se autolimita).

La idea de que los celos son románticos o de que representan una suerte de prueba de amor verdadero, queda descartada para los especialistas. Luis Buero, psicólogo social que durante diez años coordinó un grupo de autoayuda focalizado en el tema y escribió el libro *Los celos en los vínculos cotidianos* (Del Nuevo Extremo, 2011), es terminante al respecto: "Cuando nacemos, somos apenas un organismo viviente, creemos estar fusionados a otro ser, la madre. Pero un día descubrimos que hay un yo y un no-yo, y ahí nos preguntamos '¿De qué me disfrazo para ser único para ella?'. Por eso, los celos tienen que ver con el amor propio y no con un amor verdadero hacia el otro. En pequeña medida pueden ser un motor pulsional del deseo pero los celos tóxicos, obsesivos, paranoicos, son destructivos de cualquier vínculo".

Enredarse en la paranoia. "Nunca fui especialmente celoso, hasta que le metí los cuernos a Vero, mi pareja. Primero sentí mucha culpa y después empecé a desconfiar de ella. Si yo había sentido deseo por otra y había podido concretarlo con tanta facilidad, mi novia también. Entonces le empecé a revisar el mail, el Facebook, el WhatsApp maniáticamente. Aprovechaba cuando se duchaba, o salía a pasear el perro mientras Vero dormía, en plena madrugada, y me llevaba su



EL AMOR BAJO SOSPECHA

ESOS CELOS QUE NOS MATAN

Los casos de Pampita-Vicuña y Barbie Vélez-Fede Bal superan el marco mediático: la llamada "celopatía" puede apoderarse de cualquiera. ¿Cuáles son los límites entre la desconfianza, la paranoia y la locura?

POR MARIA FLORENCIA PEREZ · ILUSTRACION: DANIEL ROLDAN

teléfono. No esperaba encontrar mensajes de tipos porque suponía que ella los borraría, como había hecho yo en su momento. Pero buscaba los mails de su grupo de amigas donde se cuentan todo tipo de confidencias. Esta obsesión me llevó a desconectarme de mis obligaciones, perdí materias en la facultad por pasarme noches sin dormir. ¡Consultaba en Internet los consumos de su tarjeta SUBE para saber por dónde había estado! Hasta llegué a averiguar sobre programas para robarle las contraseñas. Quería vigilarla a la distancia, desde el trabajo, la facultad, donde fuera. Leer todo, todo, antes de que ella lo borrara". (*Juan, 27 años, estudiante de Farmacia*).

En tiempos donde los vínculos están atravesados por la tecnología, Internet y las redes sociales, la manía escrutadora del celoso encuentra en estos elementos fieles dispositivos de control que generan desde malentendidos y peleas hasta separaciones. Para la psicoanalista Silvia Ons, autora de *Amor, locura y violencia en el siglo XXI* (Editorial Paidós, 2016), este fenómeno es una de las grandes paradojas de los tiempos que corren: "Uno puede pensar que esta época predispone a la infidelidad porque el imperativo es que hay que gozar todo el tiempo, ser feliz constantemente. Cuando la pareja no responde al goce permanente aparece la posibilidad de algo nuevo con la ilusión de que lo que sigue va a ser mejor. Sin embargo, la tecnología genera que la infidelidad esté más controlada que nunca. El celoso tiene el ojo puesto en el otro y ahora que la imagen, los celulares y la computadora dominan todo, ese ojo se alimenta. Hay una fantasía de hipercontrol en este mundo paranoico que vivimos hoy".

Tergiversar la realidad. "Nunca me fijo en tipos lindos porque no me dan seguridad. Los elijo más feos que yo y muy protectores porque tengo terror al abandono. De cualquier forma siempre aparecen mis dudas. Hace unos años empecé a salir con alguien de mi laburo. Hice todo lo posible porque me trasladaran a la misma área que él. Quería controlar sus charlas, sus comentarios, sus miradas. Perdí concentración en mi trabajo y me metí en problemas por eso. También lo empecé a poner a prueba. Organizaba salidas con mis colegas y a

BUENOS CONSEJOS

Sintetizando las ideas de los profesionales, nada mejor que pasar en limpio algunos tips para no caer en la celopatía.

PARA EL CELADO

• **Aprender a reconocer los intentos de manipulación. Ignorar las malas caras y las tentativas de victimización por parte de la pareja.**

• **Resistir a las demandas excesivas. La forma de vestir, las amistades y las actividades personales están fuera de negociación.**

• **Establecer límites. No entrar en el juego de dar constantes explicaciones. Plantear la confianza como condición sine qua non de la convivencia.**

• **Pedir ayuda. Alejarse paulatinamente de los seres queridos y los intereses personales es una mala señal.**

PARA EL CELOSO

• **Evitar las conclusiones sin fundamento. Discriminar entre una amenaza real y una imaginaria.**

• **Trabajar la confianza en la pareja. Respetar los tiempos y la intimidad del otro. Compartirlo todo desgasta.**

• **Trabajar la autoestima. Su pareja no puede ser proveedora de su amor propio. Diversificar intereses. Apostar y alimentar sus puntos fuertes.**

• **Buscar atención profesional. Los celos excesivos implican violencia física o verbal. Es una situación de riesgo que amerita un tratamiento psicológico urgente.**

último momento inventaba excusas para no ir pero le insistía a él que fuera. Una hora y media después caía de sorpresa para chequear si mi novio había logrado alguna conquista. Nunca lo enganché en nada. Si por alguna razón no estábamos juntos, después lo interrogaba, le hacía preguntas de diferentes maneras, en distintos momentos del día para que pisara el palito. Mis amigas me decían que estaba loca, que él era un santo por tenerme tanta paciencia pero eso no me aliviaba. Siempre encontraba una excusa para desconfiar". (*Sol, 36 años, periodista*).

En toda relación de pareja atravesada por la problemática de los celos hay una dinámica tortuosa planteada por una de las partes que distorsiona la realidad y somete y la otra, que en su afán de disolver el conflicto, restringe sus libertades individuales y tolera en exceso. Para María Esther de Palma, profesional de la *Sociedad Argentina de Terapia Familiar*, esto plantea un círculo vicioso: "El celoso ve lo que quiere ver y trata de llevar al otro a que actúe para confirmar sus dudas. Esto genera un círculo de interacción negativa muy difícil de romper pues el celoso tiene muchas dificultades para reconocer que su situación tiene pocos elementos de la realidad", explica. "Y el celado no logra comprender que lo que sucede escapa a lo que haga o deje de hacer, no puede ayudar al otro a generar confianza y se culpa de las situaciones que suceden en su relación. Trata de ser más tolerante, está atento a no generar conflicto, esto a su vez aumenta la desconfianza de la pareja que piensa: 'Algo habrá hecho para tener esta conducta, está tratando de disimular lo que pasa'".

Llegar a la violencia física. "Me defino como una celosa global. Cuando estoy en pareja quiero ser el todo del otro, el centro de su vida. Me siento fácilmente desplazada, me pongo mal por su profesión, sus salidas, sus logros. Lo no compartido me angustia. Hace tres años inicié una relación con Fernando, un flaco casado, diez años mayor que yo. Los fines de semana, cuando él estaba con su familia y me quedaba sola, yo enloquecía. No paré hasta conseguir que se separara. Un año después lo tenía viviendo conmigo. Pero si él salía de casa para trabajar, para ver a su hija o a algún amigo, estaba convencida de que me hacía lo mis-



DOS GRANDES CELOSOS DEL CINE



EL OTELO, ASESINO Y SUICIDA

El actor y director Orson Welles se hizo famoso por "El Ciudadano", pero también interpretó en 1952 al gran arquetipo del hombre celoso: el Othello de Shakespeare. Embetunado hasta quedar bien negro como "el moro de Venecia", el Othello de Welles cae en las redes de su sirviente Yago, quien le mete en la cabeza que su mujer, Desdémona, le es infiel. Othello la ahoga, pero luego al enterarse de que todo fue un plan macabro de Yago, él termina suicidándose. La versión de Welles es la más lúgubre de todas: luces y sombras de la mente humana.



ELLA: LA "HERVIDORA DE CONEJOS"

La película "Atracción Fatal" (1987) dejó un prototipo (un poco sexista, hay que decir) de la mujer "celópata", capaz de lo peor por enfermarse de amor. Glenn Close (foto) hacía de la apasionada Alex, quien tras una aventura con un hombre casado, Dan (Michael Douglas), entra en la paranoia más demandante. Llega a cocinar la mascota del hijo de Dan, un conejo, para hacerlo sufrir. Desde entonces, se le llama "Bunny boiler" (hervidora de conejos) a este prototipo de mujeres. Cuidado...

mo que a la ex y se lo reprochaba todo el tiempo. Los escándalos eran cotidianos y cada vez con más violencia. Se nos fue todo de las manos cuando empecé a hacerle escenas en lugares públicos. Yo me sacaba y él también. La última vez fue en una playa. Lo agarré mirando a una piba y me volví loca. Nos fuimos a las manos e intervino la policía. Eso fue el fin de la relación". (Viviana, 25 años, peluquera).

Hay una regla en la que todos los especialistas acuerdan, en todo vínculo contaminado por los celos hay violencia. Y no se trata sólo de embates físicos: atormentar a la pareja, perseguirla, acecharla o darle indicaciones sobre su vestimenta, vulnera su subjetividad. Mariana Palumbo es investigadora y forma parte del equipo del Programa contra la violencia de género de la Universidad Nacional de San Martín. En su tesis de maestría sobre amor y violencia en noviazgos jóvenes analiza este tema desde una perspectiva estructural: "El amor romántico asume la idea de posesión: 'Yo soy todo para el otro y el otro es todo para mí', por eso aparecen los celos que están basados en el control, una práctica en sí misma violenta. Ambos géneros son celosos por igual pero ejercen el control de diferente forma. La violencia física de parte de una mujer no es vista como una amenaza para el hombre. Por eso la mujer tiende a buscar un efecto con violencias laterales como puede ser vulnerar la intimidad de la pareja. En cambios ellos sí acuden a la violencia física que es una forma de reafirmar sus masculinidad y su autoridad".

Hacerse la película. "Cuando la conocí a Marcela pensé que nunca me iba a dar bola. Linda, joven, simpática, exitosa: tenía todo para estar con quien quisiera. Logré seducirla, pero el idilio duró poco. Cuando empezamos a salir enseñada me salió el monstruo inseguro de adentro. La agobí con mis demandas. Le pedía que se reportara a toda hora, que no se vistiera tan llamativa, le reclamaba que le prestaba más atención a sus amigos que a mí. Al principio, ella cedía a todo pero al final se cansó y me puso un ultimátum. No más reclamos, no más reportes ni indicaciones. Me mandó a terapia. Pasaba el día sin tener noticias de ella y mi imaginación estaba desbo-

EN TIEMPOS DE INTERNET Y REDES SOCIALES, LA MANÍA DEL CELOSO ENCUENTRA AHÍ DISPOSITIVOS DE CONTROL, LOS CUALES GENERAN MALENTENDIDOS Y PELEAS. INCLUSO, HASTA SEPARACIONES.

...

cada. Mi psicóloga me recomendó que redactara todo lo que se me pasaba por la cabeza como si fuera una ficción. En una agenda empecé a escribir hora por hora, día por día los detalles de la vida 'paralela' de Marcela. Tipo: 8 AM se despierta y responde los mensajes que tal ex le mandó durante la madrugada. 9.30 AM su jefe X la pasa a buscar en auto por la casa. 13 PM. Aprovecha la hora del almuerzo para irse a un telo con X. Con Marcela me terminé separando, pero encontré un hobby, empecé un taller literario y escribí mi primer cuento con toda esta historia". (Pablo, 39, sociólogo).

Hay que reconocerlo: pocas emociones entrenan tanto la imaginación y la capacidad de análisis como los celos. Y el recurso de sublimar tanta obsesión, angustia y dolor a través del arte no es poco frecuente. Luis Buero, que además de psicólogo social es escritor y guionista recuerda un caso célebre: "El propio Damián Szifrón confesó en entrevistas que su primer filme, *El fondo del mar*, donde Dolores Fonzi engaña a Daniel Hendler con Gustavo Garzón, refleja las inseguridades y la paranoia que sentía con respecto a su novia en ese momento. Escribir es sanador, lo mismo que usar el humor porque desdramatiza. Sobre todo cuando la persona consigue afrontar una asignatura pendiente, como puede ser producir una obra de arte y empieza a recibir reconocimientos y caricias de otros ámbitos ajenos a la pareja. Esto es una posibilidad con los neuróticos, que somos la mayoría. En cambio, no funciona con el psicótico, que tiene una certeza delirante y es incapaz de reflexionar". ■