

## **“Inmasculinidades”**

### **Sobre el desamor**

El desamor es salapastrozo. Sa-la-pas-tro-zo. Llevo años pensándolo como frase. Es un proceso tan ahuecante, tan existencial, que solo se lo deseo a mis peores enemigos. Luego de sentirse uno no correspondido las primeras cien veces, ya sea por desamor, por exclusión social o por cartas de rechazo profesional, desarrollamos unos fabulosos *mecanismos de defensa*. Estos mecanismos de defensa que tenemos a nuestro alcance, cual recurso natural de la síquias humana, son muchos y muy variados, y se adaptan con gran facilidad a cada una de nuestras necesidades. Mencionaré algunos de mis favoritos personales para ilustrar.

(Visite: [psychcentral.com/lib/15-common-defense-mechanisms](https://psychcentral.com/lib/15-common-defense-mechanisms))

La regresión. El humano decide volver a ser un infante de alguna manera misteriosa a etapas formativas, a la luz de pensamientos o impulsos inaceptables para su realidad. Llenarse de coraje, perretas y tantrums para luego incurrir en la regresión. Mi favorito es la práctica de meterme en la cama, como si fuera el vientre materno y “no poder levantarme”. Soy un campeón en esto. Puedo dormir entre 10 y 14 horas corridas por varios días, y llevo más de dos décadas con esa habilidad, que a decir verdad es tortuoso cuando ya no hay más sueño, y hay que ir a trabajar, o tu hija te levanta para jugar a las 6:30 de la mañana del sábado.

La proyección. Cuando el humano le atribuye al otro sus propios sentimientos, pensamientos o impulsos negativos. La proyección ocurre en particular cuando el humano que dispensa estas declaraciones, experimenta sentimientos inaceptables para sí mismo. Me encanta atribuirlle la cualidad de pasivo agresivo a los demás. Por ejemplo decirle al otro: “Me molesta de sobremanera ¡CUANDO ME LEVANTAS LA VOZ!” Me queda muy bien esta movida. Llevo años escuchándome decirlo.

La intelectualización. Nadie más formalito que yo. La intelectualización es el sobre enfatizar analíticamente asuntos emocionales. Cuando se sangra por las arterias del corazón, cuando se

cojea de la pata del amor, cuando se pela unos las rodillas corriendo hacia el abrazo, usamos estrategias de distanciamiento racional para poder bregar con el dolor asociado a las emociones. Por ejemplo: “Quintín, esto no está funcionando. Quintín ¿qué estamos haciendo? Yo: Claro que sí, puedo entender tu punto y no hay problema en realidad, no será ni la primera ni la última vez que me pasa, podemos seguir siendo amigos”. Cuando en mi realidad emocional sonaría más como: Claro que no, no entiendo tu punto, estoy perdido y confundido, en realidad hay muchos problemas y espero que sea la última vez fracase en el amor, de nuevo. Y no, no podemos seguir de amigos. Mejor si no te veo nunca más. Vete a la isla del Carajo. Ahí la diferencia entre la intelectualización y la perreta.

El punto es que todos hemos padecido de estos dolamas, no importa cuán fuerte seamos o cuanta experiencia hayamos ya tenido en la vida. No es fácil deconstruir todos los momentos que se impregnán de memorias y asociaciones sentimentales. A continuación algunos de los ejemplos que más me duelen.

Las fotos: que ya no son de papel casi nunca, que son álbumes digitales de miles de imágenes que vemos por unos segundos antes de darle “swipe” o “scroll”, y que funcionan como latigazos, uno tras otro, como suplicio masoquista en el que nos permitimos enredarnos, ignorando a sabiendas que nos hará daño, porque hay un goce intenso ahí. El placer de revivir los muertos y las muertas. La mayoría de las veces que miramos fotos no son más que idealizaciones escencialistas, acumuladas y atribuídas a la imagen. Añoramos sentir una realidad que ya no existe, y que tantas veces no tuvo nada que ver con lo que sí sentimos en ese momento, o sea que probablemente nunca existió.

La ropa: Cada pieza de ropa lleva consigo la memoria de su uso. El pantalón que te regalaron de cumpleaños, que usaste para que te vieran con ellos puestos un día, después de dejados, día el cual te informaron que se iban de viaje con su nueva pareja. Las botas que compraron juntos, sobre la cual tu entonces pareja tuvo enorme influencia para la decisión, y que ahora que llevas usando varios años corridos, y finalmente entiendes como perdura el fantasma del otro/otra en ti,

y te acompaña a todos lados que caminas. La noche en que usaste tu camisa favorita, y que mientras una nueva persona te la desabotonó y cae al piso, te das cuenta que esa camisa ha caído al piso de tantas maneras. Una camisa por la que se ha pelado, por estar sobre la silla, la cual no es un closet. Una camisa por la que se ha pelado, por salir a la calle y no estar planchada. Una camisa por la que se ha pelado, porque le cayó pintura porque fuiste demasiado vago para cambiártela, y que ahora te la arrancan de prisa sin saber lo mucho que duele, el que te recuerdes de todo eso en un mismo segundo.

Las imperfecciones: ¿Cuánto puede enamorarse uno de las rarezas del otro/otra? Enamorarse de una nariz tal vez demasiado grande o aguileña. Enamorarse de las estrías en las caderas porque crecimos muy de prisa o engordamos en la adolescencia. De los dedos torcidos, demasiado largos o que no doblan por completo. Enamorarse de los olores del cuerpo, los aceites de una buena melena de pelo aún por lavar. Enamorarse del sudor en cada uno de los dobleces del cuerpo o del aliento afrodisíaco mañanero (por lo general durante el primer año de relación). Es amar lo inesperado y completamente desarmante. Ahora uno entiende estas imperfecciones del cuerpo humano como suyas, y al aprender a amarlos, al desear poseerlos, sentimos una compenetración subcutánea, un acuerdo tácito, algo no verbal, algo ilógico y completamente hermoso. El aprender a amar las imperfecciones es aprender a conocerse uno mismo y los propios límites del corazón. Entonces, se van.

Andar con el corazón roto no es cosa fácil, especialmente cuando vivimos en una sociedad machista, la cual no está aclimatada para lidiar con lo vulnerable que nos vemos cuando padecemos del estado emocional del desamor. Cuesta mucho esconderlo. Arrastramos los pies, miramos el pavimento mugroso en vez del lujo que es cielo azul del Caribe. Para colmo, socialmente no se practica casi nunca el respeto por la privacidad ajena. “¿Nene que te pasa? Cambia esa cara que no es para tanto. Piensa en que hay personas con problemas de verdad”. Yo pienso por dentro que tienen razón, pero ¡que manera tan poderosa de desautorizar los sentimientos!