

Mapas del amor y la terapia de pareja

Javier Vicencio



ÍNDICE

<i>Agradecimientos</i>	vii
<i>Introducción</i>	xi
CAPÍTULO 1. LA PAREJA Y LA TERAPIA	1
En la búsqueda de una opinión más informada: la investigación	5
CAPÍTULO 2. LA PAREJA COMO INSTITUCIÓN AMOROSA	13
¿Cuáles son los factores que explican este cambio?	13
La pareja no flota en el espacio	20
CAPÍTULO 3. LA TERAPIA DE PAREJA EN EL TIEMPO	27
Breve historia de la terapia de pareja	29
CAPÍTULO 4. LA CREACIÓN DE UN MODELO TERAPÉUTICO	53
Pasos para la construcción de un modelo	55
La pregunta por la consulta en lugar de la pregunta por el problema	59
La exploración de la danza por medio del dolor en lugar del reproche	62
La pareja como institución no flota en el espacio	66
La pareja tiene un sentido que le da significado	68
La pareja gira sobre su eje para que el amor madure	77
CAPÍTULO 5. LA PRIMERA ENTREVISTA	89
Tipo de problemas más frecuentes en la consulta	114
CAPÍTULO 6. CUANDO EL INCIDENTE ES EL PROBLEMA: SEPARACIÓN, INFIDELIDAD Y VIOLENCIA	119
La terapia cuando el discurso amoroso se interrumpe: la separación	126
Cuando el incidente que promueve la consulta es un problema en sí mismo: la infidelidad y la violencia	132
Del incidente a la estructura del self	149
CAPÍTULO 7. DEL INCIDENTE A LA TERAPIA	153
Cuando la infidelidad es una oportunidad para la terapia	161
Cuando la infidelidad es una oportunidad para el cambio de la pareja	165
CAPÍTULO 8. LA CONSULTA DE PAREJA EN EL CONFLICTO CRÓNICO	171
CAPÍTULO 9. LA TERAPIA EN EL CONFLICTO CRÓNICO	189
CAPÍTULO 10. EL SISTEMA DE CREENCIAS DE LA PAREJA Y LA TERAPIA	205

CAPÍTULO 11. EL ENEAGRAMA EN LA TERAPIA DE PAREJA	221
Eneatipo I	225
Eneatipo II	227
Eneatipo III	229
Eneatipo IV	230
Eneatipo V	232
Eneatipo VI	233
Eneatipo VII	235
Eneatipo VIII	236
Eneatipo IX	237
El eneatipo y el amor	238
CAPÍTULO 12. LAS HISTORIAS DE AMOR COMO UNA CONSTRUCCIÓN SOCIAL	249
La historia del primer amor y de su eventual fracaso	250
<i>Epílogo</i>	263
<i>Bibliografía</i>	267
<i>Acerca del autor</i>	269

LA PAREJA Y LA TERAPIA

Uno de los principales motivos de consulta para un terapeuta, de cualquier orientación que sea, lo constituyen los problemas que surgen en la práctica de la vida amorosa de la pareja, ya sea de novios, esposos o convivientes, hétero u homosexuales. Si se le agrega, como motivo de consulta, a la experiencia de la separación, que es la crisis que con frecuencia cada vez mayor se presenta como uno de sus desenlaces posibles, la ruptura incluye como afectados no solamente a los amantes sino también a sus familiares.

En los inicios de la terapia de pareja, este tipo de problemas originaron a un nuevo profesional, el consejero matrimonial que comenzó a ejercer sus funciones alrededor de 1930, los años de la crisis económica conocida como la Gran Depresión que no sólo afectó a unos cuantos, en términos de ingresos y desempleo sino que también a muchos en su vida íntima, como lo atestigua la coincidencia temporal con los efectos en la condición humana producidos por el mal manejo de la economía en la actualidad.¹ Como siempre, un grupo de pioneros, en este caso de origen religioso, iniciaron una práctica basada en sus convicciones ideológicas sin alguna base teórica que les sirviera de sostén. Con los años, sin embargo, se fue consolidando como una profesión alternativa al psicoanálisis, la psicología y la psiquiatría que, como especialidades dedicadas a los trastornos de la salud mental, tenían un cartel más sólido dentro del marco científico y gremial, para establecerse legalmente como tal, por lo menos, en el estado de California, E.U., en 1964.

En esos años, para ser más precisos en 1956, el grupo de Palo Alto, encabezado por G. Bateson publicaba su célebre artículo sobre el doble vínculo como una característica de la comunicación entre el esquizofrénico y su familia, que marcaría un hito en la fundación de la terapia familiar como especialidad. No cabe duda que, aún sin haber tratado con éxito a ningún paciente afectado por esta enfermedad psiquiátrica, como

lo reconocería el propio Bateson, con sus aportes propios y de su grupo de investigación, la terapia familiar obtuvo un fundamento científico moderno, basado en la cibernética y en la teoría de los sistemas aplicadas a la comunicación interaccional, inscribiéndola así, desde la partida, como una de las disciplinas más actuales y efectivas dentro del convulso mundo de la Salud mental de los sesenta.

Por otra parte, las primeras investigaciones sobre la pareja también se realizaron en la década de los 30 y fueron publicadas en un libro por Terman (1938). La pregunta que intentaban responder sigue aún vigente: ¿qué es lo que hace la diferencia entre parejas que viven felices en su matrimonio de las que se declaran como infelices?²

Sus respuestas apuntaban a encontrar características en la personalidad de los integrantes de la pareja que ayudaran a resolver la incógnita. Apoyados en las teorías de personalidad vigentes en la época, que le otorgaban al individuo y a sus características una primacía exclusiva en el desarrollo del sujeto como ente psicosocial, no sólo se encerraban dentro de un prisma muy estrecho para la observación adecuada del fenómeno sino que además se equivocaban con respecto al método de investigación. Su diseño utilizaba el cuestionario de tipo inventario de los rasgos de la personalidad, el cual no se considera válido por razones metodológicas, ya que no mide las correlaciones existentes entre los distintos rasgos y el grado de satisfacción marital, una medida más actual de la felicidad dentro de la pareja.

Aún así, Terman no encontró un tipo de personalidad que garantizara un matrimonio feliz. En cuanto a los matrimonios infelices, se señalaron una gran cantidad de rasgos que no ayudaban ni a la felicidad del matrimonio ni a la investigación porque los datos no permitían una conclusión definitiva.³

Los aportes posteriores del grupo de Palo Alto y particularmente de P. Watzlawick a la comprensión de la pareja como una díada en constante interacción que, en su evolución va originando patrones recurrentes que definen las actuaciones de los participantes, por encima de las características individuales de los mismos, constituiría, en su momento, una contribución fundamental y diferente. El acento se situaba en otro lugar: en las secuencias que configuran la interacción y por lo tanto, en las propiedades de la relación y no tanto en las que poseen los individuos que la forman (Watzlawick, 1981) y Jackson, 1965).

Clásicas resultan ahora sus descripciones sobre estos ciclos recurrentes en los que el esposo, por ejemplo, se queja de su esposa porque ésta lo persigue, con sus dimes y diretes, y que ésta, por su parte, no tolera su distanciamiento, porque le duele como si se tratara de un rechazo. Todo un problema creado por una percepción distinta pero coherente porque surge desde el lugar que uno y otro ocupan en la relación, o en un lenguaje más técnico, por un artefacto de la puntuación.

La insistencia de G. Bateson por utilizar un diafragma visual imaginario para auxiliarse en la observación de los sistemas familiares tuvo no sólo consecuencias pragmáticas como es la utilización de la cámara de Gessell (Hoffman, L., 1981)⁴ en la terapia sistémica y el entrenamiento del terapeuta familiar sino también teóricas, como por ejemplo, la diferenciación de las parejas de acuerdo con la presencia de patrones simétricos o complementarios (Bateson, G., 1978).⁵ La detección de estos patrones constituye uno de los primeros pilares en la formación de los terapeutas de pareja, aún en la actualidad.

Don Jackson, otro de los integrantes del grupo de Palo Alto, conocido también como fundador del Mental Research Institute (MRI) e impulsor de la metáfora de la homeostasis en la familia (que ha dejado de tener vigencia sólo en las últimas décadas para ser reemplazado por la "coherencia sistémica"), propuso el concepto de "quid proquo" para analizar a la pareja en el nivel interaccional. En su definición original, se trata de "un enunciado metafórico que da cuenta del contrato implícito entre ambos cónyuges y que define las reglas por las que se rige su relación" (Jackson, 1965). Aunque se trata de un concepto que enfatiza la importancia de las reglas que se establecen a través de las secuencias conductuales que se observan y se repiten en la relación, Jackson no deja de lado los aspectos inconscientes debajo del ambiguo uso de los términos "metáfora e implícito".

Sin embargo, la esencia es conductual y cognitiva aunque encubre parcialmente la dimensión inconsciente en este contrato implícito y no escrito: se trata de responder al otro de tal manera que se preserve la identidad de cada uno, o por lo menos, no se estrelle con su seguridad afectiva.⁶

Pero es quizá Virginia Satir como integrante de este grupo quien mayor influencia tuvo a nivel de un público más amplio, en parte por la gran difusión y éxito de ventas que tuvieron sus publicaciones y por la actitud compasiva y enormemente empática que caracterizaba a sus presentacio-

LA PAREJA COMO INSTITUCIÓN AMOROSA

La existencia de la pareja como institución social tiene una historia más larga que la relación amorosa que hemos estado analizando, basada en el romance, la pasión y la libre elección de los protagonistas. En efecto, se puede decir que la pareja amorosa como la conocemos actualmente, es una invención “reciente”, que no tiene más allá de 150 años de evolución en la historia social del hombre.

En los últimos 50 años, la pareja ha cambiado radicalmente en cuanto a su estado, especialmente en lo que se refiere a su permanencia y terminación. De cifras que no sobrepasaban el 10% de divorcios en 1867 hasta la muerte como el final predecible en 70% de los casos como ocurría a principios del siglo XX, se ha llegado al divorcio como el desenlace final más posible, al cabo de 20 años de matrimonio, a partir de 1974, año en que el mayor número de separaciones se produjo, de acuerdo con las estadísticas demográficas en EU y de otros países europeos. Desde entonces, las cifras del divorcio se mantienen alrededor de 50%.

¿CUÁLES SON LOS FACTORES QUE EXPLICAN ESTE CAMBIO?

El factor más importante, de acuerdo con diversos autores, es el aumento en la expectativa de vida experimentado a lo largo de este siglo. En efecto, la vida se ha alargado en 25 a 30 años, como resultado de los avances de la medicina y de la calidad de vida, por lo menos en los países occidentales, dentro de los cuales América Latina se ubica en un lugar ambiguo si se toma en cuenta sus niveles de desarrollo, especialmente cuando los índices de pobreza ascienden en México, por ejemplo a cifras cercanas a 50% de la población.

Las parejas tienen demasiados años por delante para envejecer juntos y, por lo tanto, el amor tendría que durar cerca de 40 años y no como

antes, que con 15 o 20 años era más que suficiente porque lo más probable era que terminara con la muerte en lugar del divorcio.

El segundo factor se relaciona directamente con los cambios sociales y laborales experimentado por las mujeres a lo largo de la segunda mitad del siglo XX, y no se trata únicamente del feminismo, que también ha jugado un papel importante en esta transición: el cambio comenzó con la práctica del uso de los anticonceptivos en sus diferentes modalidades, que tuvo como consecuencia natural un descenso considerable en las tasas de fecundidad y una mayor capacidad para lograr su autonomía e independencia.

En efecto, la fertilidad bajó de 3.5 % en 1961 a 1.5-1.2% que es la cifra que actualmente prevalece en EU y en los países europeos, entre los cuales España lleva la delantera, por debajo de las cifras de mortalidad.

Por otra parte, el ingreso de las mujeres al mercado de trabajo y el ascenso en el ingreso les ha abierto la opción de separarse también a ellas, al conseguir una independencia económica que antes no tenían, debido a la total o parcial dependencia del esposo. Para una mujer no basta con *querer* separarse: primero tiene que luchar, recuperarse de la depresión que resulta de no haber podido cuidar lo suficiente de la relación (papel que asumen por una socialización de género que les encarga que las relaciones familiares funcionen bien) y poseer los medios económicos para liberarse, ya que es muy probable que no cuenten con el apoyo económico ni emocional del esposo en el corto plazo y menos aún cuando el tiempo pase.

En tercer lugar, un factor que no ha podido establecerse con claridad, se relaciona con la representación social que el matrimonio otorga y la identidad que conlleva para los contrayentes y que no se corresponde con los cambios culturales y legales que han tenido lugar como resultado del aumento de los divorcios. En realidad, aún permanece la creencia que mantener un matrimonio es mejor que separarse, salvo pequeñas excepciones de autores que le atribuyen al divorcio un valor positivo. Lo que ha disminuido es el estigma, especialmente cuando a la mujer divorciada se le atribuía el calificativo de "demasiado fácil". La verdad es exactamente la opuesta, porque la mayoría de las mujeres divorciadas no se arriesgan a una segunda opción tan a menudo como los hombres.

Para algunas mentalidades más tradicionales, de profundas convicciones religiosas, con una historia familiar exenta de divorcios y que sa-

ben que serán reprobados por su contexto social en caso de tener que recurrir al mismo, la separación es casi imposible de concebir y menos de llevar a la práctica. En Chile, por ejemplo, país en el cual se ha promulgado recientemente una ley de divorcio para reemplazar al subterfugio legal que permitía la anulación por supuestos errores en el domicilio de los contrayentes, se aducía que no era conveniente legislar sobre este tema, porque conduciría a una epidemia de divorcios, sin considerar que no hay datos que confirmen que las parejas se separen más o menos en función de las dificultades que el sistema judicial les imponga.

Conviene entonces preguntarse, ahora que las posibilidades que las uniones amorosas se interrumpan son iguales o incluso mayores de que se continúen, ¿será que la monogamia humana es tan real como se sostiene habitualmente o más bien se trata de que existen individuos con inclinaciones para mantenerla como opción preferencial y que para otros, a la inversa, la opción más viable sea la poligamia o, por lo menos, una monogamia seriada? O más claramente ¿el amor es un elixir que dura para siempre o se agota igual que lo advierte Tristán, al cabo de los años?

La respuesta no es sencilla ya que existe una serie de factores que ayudan a que prevalezca la continuidad en las relaciones amorosas a diferentes niveles: en lo social, interaccional e individual.

Por ejemplo, a nivel social, aun cuando las condiciones económicas, culturales y de pertenencia a un determinado contexto religioso o ideológico sean equivalentes, es más probable que predomine la tendencia a la unión y no a la separación por razones que derivan de las tradiciones familiares que provienen de las generaciones previas que preferían sopor-tarse en lugar de separarse.

Además, las parejas se constituyen entre sujetos que pertenecen a un medio homogéneo, con relaciones sociales de afinidad entre ellos, que une y configura redes de pertenencia y complicidad que tiene reglas de lealtad que no simpatiza con las rupturas.

A nivel interaccional, las investigaciones de Gottman se han encargado de demostrarnos que existen cuatro factores o “jinetes del Apocalipsis” que, con su presencia en una filmación de no más de cinco minutos, le son suficientes para predecir el divorcio en casi el 100% de los casos al cabo de 4 años. Sin embargo, no está tan claro cuántas de estas parejas, destinadas al divorcio o a la infelicidad en cautiverio, procedan a una separación efectiva o se mantengan unidos por otras razones.

A nivel individual, las respuestas sobre la continuidad o la ruptura requieren abordar las características y compatibilidades derivadas de la personalidad de cada uno, aunque como ya lo hemos señalado, ahí surgen una serie de ambigüedades en lo conceptual y metodológico.

Aún así, según McAdams (1995) la personalidad podría dividirse en tres componentes para tomar en cuenta, desde lo más profundo y por lo tanto genético hasta lo más superficial y por ende, contextual: temperamento, construcciones personales e identidad.

Para los investigadores de la personalidad ha sido más sencillo ponerse de acuerdo sobre el primer componente, o sea la disposición temperamental, hereditaria, transmitida genéticamente y compuesta, a su vez, según los estudios clásicos de H.J. Eynsenk (1963, *Eynsenk Personality Inventory*, Londres, University of London Press) por cinco factores: extraversión-introversión, grados de neuroticismo, disposición hacia nuevas experiencias, disposición al orden y método, y grados de agradabilidad. Es fácil especular que es difícil para alguien que sea tímido o demasiado preocupado, o ansioso y además no muy agradable socialmente, mantener una relación amorosa por mucho tiempo o a la inversa, quien esté dispuesto a soportarlo.

El segundo componente, de las construcciones personales, es más interesante porque se refiere al sistema de creencias, valores, mecanismos de defensa, estilos de apego y estrategias para enfrentar la carencia de amor experimentada en las primeras experiencias de vida en contacto con las respectivas familias de origen.

Desde hace varios años en el trabajo terapéutico con parejas que se separan y acuden a terapia por ese motivo, es decir, para superar la crisis y el duelo que le sigue, ha sido muy útil un mapa que aborda este nivel específicamente. Difundido por Claudio Naranjo (1994) aunque proveniente de las enseñanzas de Gurdieff y de O. Ichazo, y conocido como Eneagrama, me ha servido para conducir la indagación a niveles más profundos, en concreto el de las construcciones personales.

En efecto, el dolor de la separación es habitualmente tan intenso que lo que ayuda a tolerarlo un poco más en lugar de sucumbir a la angustia de un final casi insoportable, lo proporciona la estructura del carácter, aunque se refiera a este mismo nivel, es decir, de las construcciones personales tempranas.

La inclusión de las construcciones personales de acuerdo con el eneagrama, de origen transpersonal y también sistémico en el sentido de lo

LA TERAPIA DE PAREJA EN EL TIEMPO

Desde mucho antes que existiera la terapia, incluso la literatura escrita como lo atestigua la tradición oral y los mitos griegos, reaparece en los textos romanos de los primeros siglos después de Cristo y en la actualidad, en la que las telenovelas que han sido sobrepasadas por los “reality shows”, los conflictos amorosos destacan por el interés que despiertan en la amplia audiencia que los escucha diariamente.

La historia de la terapia de pareja es más reciente. La mayoría de los autores la remonta a los comienzos de los 30, en que simultáneamente se crearon uno o dos centros en Estados Unidos en los que se formaban como consejeros matrimoniales a sacerdotes, ministros y pastores protestantes, médicos obstetras, enfermeras y trabajadores sociales para que desempeñaran un rol de apoyo para parejas que atravesaban una situación difícil. En muchos casos, se trataba de proporcionar ciertas guías de tipo preventivo y educativo para evitar desastres mayores, sin contar con un apropiado desarrollo de teorías ni de técnicas que les sirvieran de base. Sin embargo, el consejero matrimonial se fue consolidando como un profesional de buena fe, que habitualmente se desempeñaba en ambientes religiosos o de la salud hasta mediados de los 60, cuando fueron finalmente incorporados a la AAFMT (Asociación Americana de Terapia Familiar), en el caso de que cumplieran con los requisitos más formales, que los acreditara como terapeutas de familia y de pareja al mismo tiempo.

Como consecuencia de esta incorporación, el final del consejero matrimonial como profesional sería bastante abrupto ya que por un lado, se habían afiliado inicialmente al psicoanálisis, en búsqueda de una teoría que les sirviera de sostén para la comprensión de las “distorsiones” en la comunicación que habían observado como una constante en los individuos que se aquejaban de conflictos de pareja y por el otro, surgía la terapia familiar basada en una lectura sistémica de los trastornos mentales, en abierto antagonismo con el psicoanálisis como explicación de los mismos

y que se transformaría en un eje conceptual más adecuado para comprender a la pareja como una interacción entre pares.

Desde otra perspectiva, en la medida que la pareja no fue, como la familia, el *locus operandi* de esta nueva teoría basada en la cibernética y la pragmática de la comunicación, la terapia marital se alimentó de diversas fuentes: el psicoanálisis (principalmente la escuela inglesa de las relaciones objetales), el conductismo (la teoría del aprendizaje social), las terapias centradas en la experiencia emocional (proveniente de los escritos de Virginia Satir (1967) y del Instituto Esalen) y eventualmente de la terapia sistémica.

Resulta entonces que, aunque la terapia de pareja es una disciplina más antigua que la terapia familiar, no ha seguido el mismo curso histórico. Incluso en los textos clásicos de Terapia Familiar se menciona a la pareja sólo colateralmente, desconociendo que, en la práctica, la mayoría de las consultas, a nivel público y privado se derivan de la demanda de parejas o de individuos que presentan conflictos conyugales (63% de las quejas que se presentan como motivo de consulta en una investigación hecha con terapeutas familiares por Rait (1988) se refieren a la pareja).

Revisiones más recientes como las realizadas por Simmons (1995) y Doherty (1996) señalan que quienes practican terapia familiar en EU tratan a dos parejas por una familia y que los problemas de pareja ocupan el 59% de las consultas. En México no existen datos de investigaciones sobre el tema, pero no habría razones para pensar que la situación sea muy distinta. Por el contrario, con la influencia del postmodernismo y la terapia narrativa, la familia y la pareja han sido reemplazadas por individuos que consultan y son tratados en forma individual por problemas familiares o de pareja. No sucede lo mismo con las parejas, ya que la práctica más común consiste en la entrevista marital conjunta, salvo para los psicoanalistas, que se resisten al cambio de encuadre y prefieren las entrevistas individuales con cada uno de los integrantes para centrarse en el análisis de la transferencia con el terapeuta y/o entre los mismos cónyuges como elementos centrales para lograr el *insight* y la eventual transformación de los problemas que los aquejan.

Si se considera el creciente índice de separaciones y divorcios que habitualmente producen una crisis familiar y que requieren de una atención especializada y se le agregan otros motivos de consulta frecuentes,

como por ejemplo: el distanciamiento emocional, luchas por el poder, dificultades para resolver conflictos, problemas de comunicación, celos e infidelidades, insatisfacción sexual, violencia, violaciones, abuso sexual, el panorama del problema adquiere magnitudes más grandes.

En efecto, si se considera en conjunto a las adicciones y a los conflictos de pareja, éstos se convierten en los problemas psicosociales más frecuentes en lo epidemiológico, y no cabe duda que representan el mayor reto para quienes nos dedicamos a las diversas disciplinas de la Salud Mental.

La situación empeora un poco más cuando se considera a otros problemas asociados indirectamente con dificultades conyugales como por ejemplo: ansiedad, depresión, intentos de suicidio, homicidios, predisposición a los accidentes, a las enfermedades agudas y crónicas (infarto e hipertensión arterial), y al contagio más frecuente de enfermedades transmitidas sexualmente. Más aún, si se considera que los niños que conviven en hogares con conflictos de pareja sufren de ansiedad, depresión, trastornos de conducta y fragilidad generalizada frente a las enfermedades epidémicas, el número de afectados aumenta exponencialmente.

Aunque la frase de H. Maturana cuando define lo que describe como la biología del amor no es pertinente, por estar fuera de contexto, viene al caso repetirla, para subrayar la magnitud del problema: en su opinión, cuando menos el 80% de los males que conocemos como enfermedades se deben a la falta de amor.

Una forma de darle continuidad a esta frase consiste en definir a la terapia de pareja como la disciplina que se ocupa de los dolores que los amores producen para que, con el arte de las palabras, de preguntas, intervenciones y rituales, en una conversación en la que damos vueltas en conjunto con los propios afectados, intentamos disolverlos para remediarlos.

BREVE HISTORIA DE LA TERAPIA DE PAREJA

Además de los consejeros matrimoniales de origen religioso, los psicoanalistas también se interesaron por la pareja desde los años 30, con temas tales como los determinantes de la elección amorosa, el efecto del psicoanálisis sobre el cónyuge que no estaba en terapia y la *folie a deux*.

CUANDO EL INCIDENTE ES EL PROBLEMA: SEPARACIÓN, INFIDELIDAD Y VIOLENCIA

La separación es uno de los motivos de consulta más frecuentes para el terapeuta de pareja y al mismo tiempo, una de las crisis más profundas que afectan a los integrantes de las relaciones amorosas y familiares actuales. Por lo tanto, requiere de un análisis más detallado porque representa una de las consecuencias de los cambios psicosociales más importantes de los últimos cincuenta años.

En realidad, las crisis de la pareja se suceden a lo largo del tiempo con una periodicidad tal que se puede incluso pronosticar que, cada cinco a siete años se cuestionará su permanencia, el grado de satisfacción mutua que proporciona y la posibilidad de una renegociación que implique una mejoría o eventualmente, la separación. Aproximadamente a los 10 años de relación, la pareja adquiere una identidad propia como consecuencia de una configuración particular que se manifiesta en el manejo de la cotidianidad, de los rituales y de los significados e intereses compartidos.

La relación amorosa adquiere un modo particular de funcionamiento que no sólo se expresa con una coreografía, que se repite en diversos escenarios sino que también, como una historia que proporciona un determinado sentido a quienes participan de la misma.

Aunque el mito de que el amor dura para siempre, enunciado y jurado con las palabras del ritual católico y de otras religiones con las palabras que expresan "hasta que la muerte nos separe" aún persista, pese a que las evidencias sean suficientemente consistentes y lo desmientan, no tienen el peso para contrarrestar al amor romántico como amor pasión, que termina con la muerte y que predomina tan ampliamente en la cultura occidental.

Sin embargo, es más aconsejable aceptar que no hay amor que dure 100 años, o mejor aún, más de diez años sin que se requiera de una re-

visión de los términos de su contrato implícito y del grado de goce y placer que proporciona. Hay autores que lo han planteado claramente desde antes que la separación fuera un fenómeno tan común y corriente, y no como un dato característico de la pareja de la aristocracia o de la burguesía acomodada, como se acostumbraba al comienzo del siglo pasado.

¿Cuándo puede decirse pues que una pareja está muerta? Pues bien, cuando su "corazón" ha dejado de latir. Su corazón, esto es el conjunto de procesos vitales de la pareja como pequeña célula individualizada capaz de defender su diferencia con ayuda de esta danza entre polo mítico y polo del ritual. En resumen, una pareja está muerta cuando se vuelve incapaz de preservar su diferencia, su íntimo, así como cierta relación con el mundo exterior que le permite no ir a la deriva sin puntos de referencia [Neuberger, R. (1998), *Nuevas parejas*, Buenos Aires, Paidós, pág. 38].

A quién no se le puede censurar en cuanto a la duración de su matrimonio es a C. Whitaker, uno de los pioneros de la terapia familiar, quien estuvo casado con la misma esposa de toda la vida y que comenta en un texto autobiográfico, *Meditaciones nocturnas de un terapeuta* (1985) que su éxito y felicidad conyugal se debía, en gran parte, a las múltiples separaciones. Éstas se producían periódicamente, como si se tratara de un divorcio emocional, y duraba a veces, hasta por un par de años.

No es muy probable que el crecimiento personal de dos personas que se unen, siga por un rumbo paralelo, como si se tratara de las vías del tren, máquina por cierto característica de la revolución industrial y un poco pasada de moda para nuestras realidades virtuales más actuales. Por el contrario, se necesita de un mayor grado de autonomía y diferenciación para que las relaciones se mantengan sanas y sirvan de estímulo para el crecimiento y el goce mutuo.

No hay que olvidar, por cierto, que la permanencia de la pareja monogámica es parte del discurso dominante que contribuye al diseño de uno de los perfiles característicos del modernismo: una pareja de pares que comparten el afecto y el compromiso y que surgen a la vida en común luego de un episodio de enamoramiento que les hace pensar que el otro va a cumplir con la mayoría de las expectativas: económicas, culturales, afectivas, sexuales, etcétera. Pero lo más importante es que son socios en la práctica de la vida cotidiana, lo que implica una serie

de demandas que pueden resultar excesivas y a menudo, imposibles de cumplir.

No es extraño entonces, que como tal, la pareja fracase en 50% de los casos y que incluso, para quienes sostienen que su permanencia es fundamental, el resultado sea parcialmente exitoso porque coincide, a menudo, con una disminución del erotismo y del deseo.

Desde esta perspectiva, se puede considerar a la separación como una realidad necesaria para que la vida amorosa se renueve y continúe. Es preferible concebirla como una crisis, en el sentido chino de la palabra, es decir como un reto y una oportunidad para el cambio, que no está desprovisto del peligro de un descalabro.

Se sugiere incluirla como una de las fases del ciclo vital de la pareja, como insinúa Tzeng (citado en Diaz Loving, 2002) cuando dibuja a la pareja en su coreografía al compás de una danza en el tiempo que sigue el ciclo de *acercamiento-alejamiento* y puntualiza que el conflicto, en la medida que se vuelve crónico, erosiona el gusto de estar con el otro y favorece, en primer lugar, la separación y al final, el olvido.

Este esquema del ciclo vital contribuye a no etiquetar al divorcio como patológico sino como una realidad para la cual vale más la pena estar preparado, especialmente cuando es muy probable que sea una más de las experiencias del amor de pareja. Sirve también para aconsejar a los novios de lo conveniente que resulta realizar una revisión de los términos del acuerdo o del contrato implícito establecido antes de casarse. Se trata de hacerlo explícito, además de replantearlo, por lo menos cada diez años, para que se implemente preventivamente bajo la consigna de su posible renovación... o cancelación...

En el fondo, se trataría de proponer un “rito de pasaje”, que la pareja programa con anticipación para llevarlo a cabo en un tiempo y en un lugar determinado (Van Genneep, 1986).

Esta experiencia la he implementado personalmente, aunque cada cinco años, y la recomiendo ampliamente a mis pacientes, como una forma de revisar su contrato, su *quid pro quo* (Jackson, 1965) y acordar explícitamente los términos del acuerdo (si es que existe) para el futuro próximo.

Pero, con respecto al terapeuta ¿es preferible contar con uno que haya vivido la experiencia de una ruptura en comparación con aquel que ha continuado unido en la misma relación a lo largo de su vida, cuando la pareja acude con una demanda de separación como motivo de consulta?