

“LOS CAPÍTULOS DE MI VIDA TIENEN NOMBRE DE MUJER”: UN CASO DE DEPENDENCIA A LAS RELACIONES

Jordina Betoret

Emotional dependency is not exclusively a question of gender, as the case we will present in this article proves. The narcissistic necessity of being acknowledged by others makes people depend emotionally on their partners, who are used to that end.

Key words: Dependency, couple, narcissism, gender, psychotherapy.

INTRODUCCIÓN

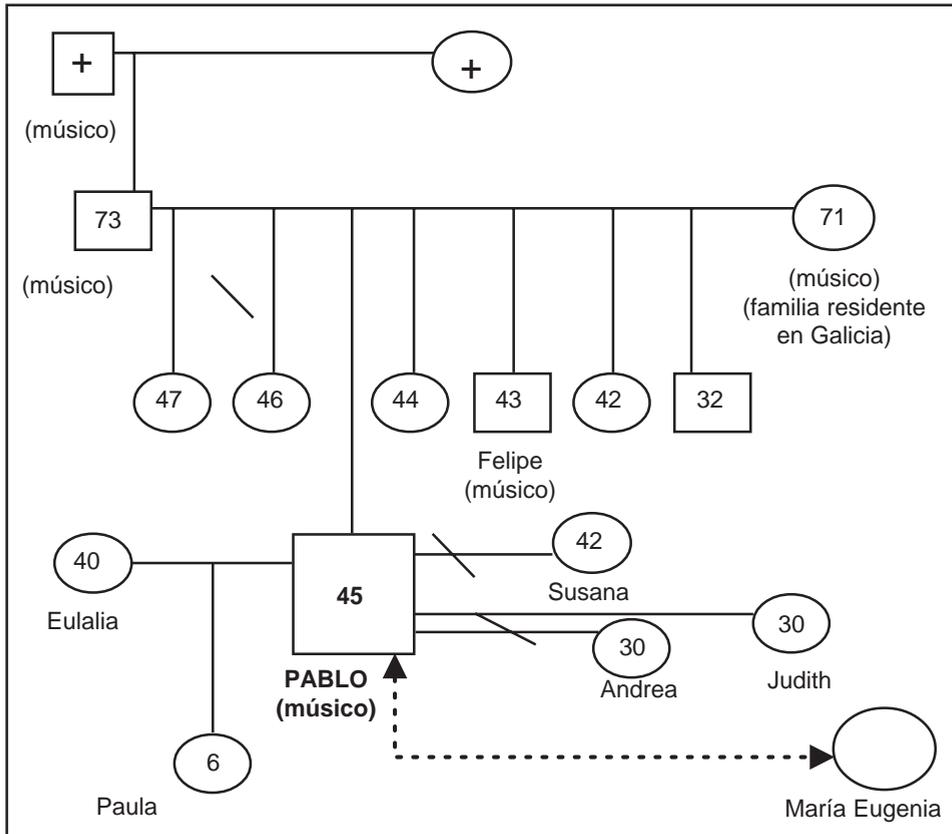
La demanda:

Pablo acude a psicoterapia derivado por la psiquiatra del centro quien le atiende desde hace 6 años. Él mismo ha solicitado la intervención psicológica. La demanda se centra en el malestar que siente en las relaciones amorosas que establece, en los problemas que tiene de control del dinero y en la tristeza general que siente al valorar su vida. Se presenta como alguien complicado, de quien voy a necesitar muchos datos para poderle ayudar. A continuación pasa a narrarme con detalles y fechas su vida por capítulos, todos ellos con “nombre de mujer”.

DATOS BIOGRÁFICOS RELEVANTES

Nacido en una familia de músicos de gran relevancia de Galicia (el abuelo, el padre y la madre), Pablo es el tercer hijo de siete hermanos, el heredero de la tradición musical de la familia y entendido como “*el talentoso*”, etiqueta que le da valor e importancia entre los demás hermanos (ver Genograma)

A los diez años, necesita clases de recuperación de piano, provocando un cambio en el concepto que de él se tenía en la familia e incluso una confrontación entre padre y profesor, quien intenta defender las cualidades de Pablo ante su padre.



Ahora lo ven como “un “vago”, “una calamidad”, aunque las expectativas generadas siguen siendo importantes: “tú no sabes lo que esperamos de ti”, le insiste la madre. Asimismo, el padre presiona: “si no es para hacerlo muy bien, no lo hagas”.

A los doce años, deja de ser “el brillante” para convertirse en “el rebelde”, dando lugar a la aparición de los primeros ataques de ansiedad en una etapa que coincide con dificultades con la autoridad paterna. Su madre, quien también padece de problemas de ansiedad, le invalida: “si no fuera por mí, estarías en un manicomio”.

A los diecisiete años, empieza a triunfar en la música y desaparecen los ataques de ansiedad. Consigue una beca para estudiar en Suiza, “siempre con problemas económicos”, pero con la habilidad para que alguien le saque de las dificultades.

A los veintidós años, se instala en Barcelona para estudiar y dar sus primeras clases en una academia de música donde conoce a M^a Eugenia, la amiga que aún le acompaña y le presta dinero cuando lo necesita. En este momento, se le presenta la oportunidad de realizar una audición ante “el mejor” profesor de piano, de nuevo en Suiza, y cuando éste declina la demanda de darle formación, Pablo lo vive como

un fuerte golpe a su autoestima, empezando a gestarse su “*fama de inestable*”.

Vuelve a Barcelona y empieza a trabajar en el conservatorio de la ciudad como profesor de piano. Centra su vida en el trabajo y se va “*hundiendo*”. En los primeros cursos, los problemas que tiene en el centro los entiende como la demostración de su naturaleza conflictiva, sin ver llegar el tan necesario reconocimiento. Nada de lo que hace le satisface aunque se muestre a los demás como un triunfador.

En el primer concierto para el cual es contratado, en el marco de un evento de promoción de la Generalitat en el extranjero, genera una imagen de sí mismo como “*mercenario*”, iniciándose las conductas que define como autodestructivas (relaciones con prostitutas, que además les suponen un elevado dispendio de dinero, consumo elevado de alcohol, conductas que desatan el miedo de infección de SIDA con la necesidad de hacerse análisis constantes).

Todo cambia cuando Darío, su mejor amigo y músico también, se traslada de Galicia a Barcelona para vivir con él e inician un proyecto en común: un trío musical. Pero el trío dura poco por problemas relacionales con uno de sus componentes, el “*trompeta*”.

Entonces conoce a Susana, también profesora del conservatorio, con quien inicia una relación amorosa. Pero desde el primer momento, él descubre en ella cosas que no le gustan, sobre todo la inestabilidad. Ella le pide que se casen y él se asusta, pues hay dificultades importantes en la relación, como la poca aceptación, por parte de Susana, de M^a Eugenia y su rol de apoyo económico.

En el ámbito, musical siguen generándose proyectos, esta vez un sexteto, con el que ganan un concurso y en el que también participa su hermano Felipe, con quien aparecerán tensiones que acabarán con el proyecto.

Finalmente, rompe con Susana, pero a los dos meses se reconcilian. Al poco tiempo se da cuenta de lo difícil que le resulta la relación y convence a Susana de hacer un curso de formación especializada en gestión de conservatorios en Alemania. El curso lo financia M^a Eugenia.

Inicia otro proyecto laboral con su hermano y Darío. Los conflictos relacionales entre ellos imposibilitan de nuevo progresar y esta vez Darío decide volver a Galicia. Entonces Pablo empieza a sentirse solo: “*me hundi, nunca he vuelto a recuperar la ilusión por un proyecto*”. Susana finalmente se instala en Madrid mientras M^a Eugenia sigue ayudándole en los problemas económicos.

A los ocho meses, Susana ya tiene una nueva pareja en Madrid suscitando en Pablo una crisis. Va a buscarla, reanudándose la relación, pero las dificultades se mantienen y finalmente ella se va de nuevo a Berlín. Se siguen viendo hasta que, habiéndola dejado embarazada, ella le exige que le pague la mitad del aborto: “*yo no pude decidir*”. A los diez días, se reinician los ataques de ansiedad, la sensación de descontento total, la concepción de sí mismo como “*mercenario*”, así como las relaciones con prostitutas y el abuso del alcohol. Pero la ansiedad aumenta de tal manera que tiene que dejar de tocar, ciñéndose a su papel de profesor en el

conservatorio.

A los dos años, conoce a Eulalia y se inicia una época de ilusión en esta nueva relación: ella es una “buena madre”, con una vida muy distinta a la suya. Surgen problemas con M^a Eugenia y se distancian: “nos alejamos, pues siempre me quitaba la ilusión en los proyectos”. Eulalia se queda embarazada también y esta vez sí decide: “yo no quise el aborto”. Pactaron vivir juntos con la niña y desde su nacimiento, Pablo se centra en su hija: “solo me importaba ella”. Como él indica, “me tiré un año sin salir de casa” hasta que empezó el tratamiento psiquiátrico.

A los dos meses de tomar medicación, empieza de nuevo con el piano e inicia estudios; y siete meses más tarde se separa de Eulalia. Pero medio año después se encuentra muy mal, aunque tiene muy claro lo que para él es fundamental: “a mí lo que me gusta es tocar el piano”.

Pasará un año en que la ansiedad tiene una presencia muy notable, la cual se traduce en su incapacidad de subir al escenario. Pero durante el 2002, conoce a Judith. De esta relación -que de hecho continúa en la actualidad- destaca la inestabilidad, pues, tal y como explica Pablo: “rompíamos cada 15 días, siempre era el último polvo”. Pero ella constituye, a su entender, el motor de su ilusión, la responsable de que pueda formar parte de nuevo de una orquesta y consecuentemente el foco de su “obsesión”.

Profesionalmente Pablo sigue en su rol de profesor en el conservatorio pero a partir de la relación con Judith puede volver a su carrera de intérprete, formando parte de distintas orquestas, según el momento.

La relación con Judith se rompe en febrero del 2007, momento en que Pablo conoce y se vincula amorosamente con Andrea. Durante esta etapa, Pablo decide dejar la orquesta de la que forma parte, porque no vive ese proyecto como propio, le obliga a realizar largos desplazamientos en coche, suscitando molestias muy significativas, y además no le permite dedicar el tiempo deseado al rol de padre. Tomar esa decisión le será complejo y, según él, sentirse “apoyado” por Andrea facilitará poder tomarla. La relación durará solo tres meses, pues ella acaba por romper la relación, y entonces Judith reaparecerá en la vida afectiva de Pablo.

PABLO Y SUS MUJERES: DESCRIPCIÓN FENOMENOLÓGICA DE SUS RELACIONES AMOROSAS

Susana: “mi primera relación importante”

Pablo conoce a Susana en 1988, en el conservatorio, donde los dos trabajan como profesores, e inician una relación sentimental al poco tiempo. Pero ya desde el mes y medio de relación, empieza a valorar características en ella que no son de su agrado. La inestabilidad que ella presenta, marcada por un carácter con habituales cambios de humor, le genera frecuentemente falta de confianza, pues “tenía la sensación de que podía irse en cualquier momento”. Aunque muy nerviosa, la

define como alegre, divertida, muy loca y con la habilidad para conseguir las cosas que se propone, *“todo era juerga”*.

En otoño de ese mismo año, ella le propone casarse, pero él no lo ve claro porque *“a los dos nos gustaba demasiado el riesgo”*. Durante esa relación, fundamentada en la diversión y la inconsciencia, el estilo de vida que emprende Pablo le lleva a endeudarse con el dinero y a consumir mucho alcohol.

Durante el verano de 1989, dejan de verse, retomando la relación durante el mes de septiembre, no obstante, Pablo es consciente que esta relación no funciona, aunque insiste en ella. A las pocas semanas, él se ofrece a pagarle un curso en Alemania. La relación se mantiene en la distancia, mientras en Barcelona Pablo comienza proyectos profesionales que desatarán conflictos con su amigo Darío. Es, pues, un momento de miedos e ilusiones frustradas, con algún que otro enamoramiento de breve duración, como con Montse, una señorita de clase alta a quien invita en varias ocasiones a conciertos, pero que no dura más de un par de meses.

Susana vuelve de Alemania, pero decide vivir en Madrid, distanciándose de Pablo. Sin Darío ni Susana empieza a instaurarse el sentimiento de soledad que genera una de las crisis más importantes de su vida. Es mayo de 1990, fecha que él mantiene en su recuerdo de forma muy amarga, Susana, ya instalada en Madrid, rehace su vida e inicia una nueva historia de amor con otra persona. *“Yo me encuentro muy mal”*, dice Pablo, *“y me acuerdo de Susana. Entonces tengo la sensación de que sin ella soy incapaz de vivir, y voy a buscarla, me obsesiono con ella, y hasta que no lo consigo no lo dejo. Ella vuelve conmigo a Barcelona, pero al mes de convivencia yo ya no la soporto y de nuevo la convenzo para que coja un trabajo en Berlín.”* La relación no se rompe, se siguen viendo y ella se queda embarazada. Es entonces cuando le llama para pedirle el dinero correspondiente a la mitad del aborto, sin que él pueda decidir nada, activando una intensa sensación de exclusión en la relación, así como la aparición de los ataques de ansiedad. *“El aborto nos hizo estar un tiempo más juntos, pero la relación ya estaba rota. En ella yo deposité mucha ilusión hasta que ya no pude contar con ella”* explica. Rompen definitivamente, él se centra solo en el trabajo, y deja de poder actuar en público.

Eulalia: “la madre de mi hija”

Pablo conoce a Eulalia en 1994, a través de un compañero del conservatorio, ya que ella es su amante. Después de coincidir los tres en distintas comidas, éste le pide a Pablo, como favor, si puede quedar con Eulalia los fines de semana y distraerla, pues al ser un hombre casado no dispone de ese tiempo. Pablo accede a tan especial proposición y empiezan a salir. Cuando la conoce, la ve como una mujer seductora y muy especial, con fuerza y carácter, porque veía que *“ella trataba muy mal a Jordi”*, su compañero, estando a la vez separada y con una niña de cinco años. En una de estas salidas, se acuestan y al día siguiente ya son novios. Entonces él le pide exclusividad e inician una relación formal, con mucha ilusión sobre todo por

parte de Pablo; él la ve como una buena madre, ya que es capaz de pensar primero en la niña que en ella, y también sufridora, alguien que lleva una vida muy distinta a la suya, y eso le agrada.

Pero los primeros problemas en la pareja aparecen a causa de M^a Eugenia, la amiga de Pablo. Eulalia no acaba de entender la relación que existe entre ella y Pablo, considerando que esta fomenta sus dificultades para afrontar las responsabilidades (como el dinero, etc.). Tal es el disgusto que Eulalia siente hacia M^a Eugenia que hasta le llega a prohibir hablar con ella. Se inicia una dinámica en la cual, según Pablo *“ella me quitaba la ilusión a todos mis proyectos pues a todo me respondía Y ¿qué?”*. Se van distanciando y en enero de 1999, cuando prácticamente llevan vidas separadas, ella se queda embarazada. Pablo explica: *“yo no quise que abortara y pactamos vivir juntos. Me hizo prometer que M^a Eugenia se iría del conservatorio. Yo lo hice, sabiendo que eso (que se fuera) no podría ser”*. Cuando nace la niña, la pareja prácticamente ni se habla. Tal y como la define Pablo *“llevábamos una relación insana”*, pero es incapaz de romper.

En marzo del 2001, empieza con el tratamiento psiquiátrico, cree que por el bienestar de su hija él debe reaccionar, puesto que la ansiedad lo tiene encerrado en casa. Dos meses con la medicación, según explica, le permiten retomar su vida, y continúa sus estudios. En casa, las cosas siguen igual o peor. Ese verano, Eulalia se va sola de vacaciones con la niña, sin decir ni a dónde; simplemente desaparece, y la angustia y la preocupación llevan a Pablo a consultar a un abogado acerca de sus derechos como padre. Los trámites y acuerdos de separación empiezan y cuando la niña cumple los dos años (octubre del 2001) *“ella se fue de casa quedándome yo fatal pero con la medicación”*.

Judith: “mi última oportunidad de ser querido”

Pablo conoce a Judith durante el 2002 en la consulta de su dentista, del cual ella es la secretaria. Al saber que Pablo es músico, se interesa verbalizando que, de siempre, su ilusión fue aprender a tocar el piano, pero que sus padres no le dejaron. Él insiste en que aún puede aprender y se ofrece para instruirla. Así empiezan a verse.

Pero en los inicios de sus relaciones amorosas (febrero del 2003), ella solo quería *“un lío”* pues mantenía una relación sentimental con su hermanastro Héctor. Tal y como Pablo relata, *“cada vez que aparecía Héctor yo no podía dar señales de vida”*. Asimismo, para Judith, el hecho que Pablo tenga una hija también le resulta un problema para formalizar su relación. Según cuenta él: *“para ella sólo era un lío, pues decía que nunca podría estar un hombre con una hija porque querría la familia sólo para ella”*.

Pablo define a Judith como muy buena chica, maltratada por la vida y con muchos problemas.

En julio del 2003, Héctor y ella se van a vivir juntos, pero rompen al poco

tiempo y el hermanastro inicia una relación con otra chica. Pablo y Judith siguen viéndose, aunque en septiembre del mismo año ella mantiene en paralelo otra relación con un portugués durante apenas ese mes. En octubre, noviembre y diciembre prácticamente ya viven juntos Pablo y Judith, en el piso de ella junto a su gato. Durante el 2003 Pablo cree llevar la iniciativa en la relación pero el miedo a perderla le quita ese rol pues ella le da “*ilusión*”. En 2004 ya se entienden como pareja, ya que según él “*Judith no me dice que no, pero rompíamos cada quince días*”. Siguen existiendo episodios durante este año 2004 en que Pablo tiene que irse sin poder ni siquiera llamarla, generando muchísima angustia en él, obsesión por Judith, que alterna con citas con otras mujeres que conoce por Internet. En una ocasión Judith se entera de uno de estos encuentros “*para tomar café*” y “*la lía*”. Pablo explica: “*mi reacción fue decirle que nunca pensé que le importara tanto, pues hasta entonces todo habían sido desprecios*”.

En abril de ese año ya viven juntos pero ella presenta celos constantes y demandas de que Pablo no le presta atención suficiente. Tanta es la presión que ella ejerce, que llega Pablo a pensar en que no lo soporta más. Entonces deciden dejarlo otra vez. Al mes y medio sin verse Pablo la echa de menos y la llama, ella en cambio mantiene relaciones sentimentales con dos hombres pero vuelven de nuevo a reemprender la pareja.

El 2005 se caracteriza por la misma sensación de presión “*pues todo era poco para ella*”. La obsesión por Judith no disminuye, sino al contrario, aumenta. Pablo explica: “*me machaca, me afecta y la obsesión por ella me hace sentir imbécil, pero ella representa recuperar la ilusión olvidada. Ella me destrozó la autoestima desde el primer momento diciéndome viejo y que solo era para un lío.*” Pero a la vez él se da cuenta que el miedo a quedarse solo es lo que lo mantiene enganchado a esta relación tan dolorosa, esa “*necesidad de alguien para tapar el agujero*”.

Pablo se da cuenta que al principio Judith fue una ayuda “*para arrancar del maltrato psicológico de Eulalia*” pues “*ella me daba seguridad acompañándome, admirándome, sintiéndome querido, mostrándome apoyo incondicional*”. Ese “*apoyo*” valora Pablo es lo que evita el sentirse solo, apoyo recibido a través de enseñar y ayudar a la otra persona. Con Judith incluso se siente más joven pues ella es diez años menor.

Pero justo antes del verano del 2006 (momento en que Pablo ya frecuenta las sesiones de psicoterapia) Judith se lía con un señor y le manda por error a Pablo un mail de amor de este señor y su respuesta. Rompen de nuevo pero esto le mantendrá en vilo durante todo el verano, pendiente de ella, llamándola, mandándole mensajes a pesar de que ella se niega a verle pero sí le contesta sus misivas. Llega el cumpleaños de Pablo en el mes de agosto y ella reaparece diciéndole “*este día soy tuya*”. Pasan un día maravilloso. Pero al día siguiente se va de vacaciones con el señor. Él sigue con los mensajes y ella también.

En octubre se vuelven a ver y Pablo decide contarle todo lo que piensa de ella.

La respuesta de Judith es “te quiero” desencadenando en él de nuevo la “ilusión” “como si todo hubiera vuelto a su sitio” pues Judith sigue suponiendo para Pablo “la última oportunidad de ser querido”.

No es hasta diciembre de ese mismo año que vuelven a verse. Pablo explica “echo de menos tener a esa persona que yo imaginé a mi lado, haciendo mi vida fácil”. Él es del todo consciente que la separación de Judith no está asimilada, sufriendo por haber llegado a tal situación de dependencia, que genera a la vez una imagen de si mismo “patética” pero sin verse capaz de dejar de enviarle mensajes.

En enero vuelven a tener una cita. Explica:

“ayer la vi porque yo quise, pues el año pasado se moría su gato, pero cada vez me veo más obsesionado por ella y pendiente de sus mensajes. ¡Necesito hablar con ella! No he desconectado de ella, no ha cambiado nada en mí ¡y eso que me ha dado motivos suficientes para no estar interesado! Es cutre pero me falta carácter y no me entiendo ni a mi mismo”.

Según Pablo el problema principal con Judith es que “ella cree que no le doy atención y me veo dando apoyo a una actitud que tampoco comparto” pues Judith, al entender de Pablo, “es una víctima, me da pena y lo dejo todo para atenderla, la veo resignada y le va bien que yo la espabile”. De hecho Pablo se siente responsable de que la relación no funcionara: “ella creía que me daba igual que se acostara con otros hombres (...) y no le di la suficiente atención” y le sigue echando en falta con una inmensa sensación “de vacío, que a uno le falta algo vital”. Hay momentos, sobre todo después de la evocación de ciertos capítulos de su relación en terapia, que surge otros sentimientos de culpa, de no haber sido capaz de cuidarse de él, “de haber tragado demasiado”. Asimismo la obsesión se mantiene, como él mismo cuenta:

“el final con Judith ha sido traumático para mí. No me gusta ella ni su entorno, pero me obsesiono en lo que echo de menos de ella, que es sobre todo ser importante para ella. Y cuando me siento solo, me veo vacío y contesto sus mensajes, e incluso le envié una carta con lo que ella quiere oír... soy un mentiroso. Le encantó y me dijo que me respondería. Estuve pendiente de su respuesta y cuando finalmente llegó fue terrible. Me había olvidado de su actitud prepotente y del desprecio. Me dice que ahora tiene un nuevo novio y que esta relación es más sana porque conmigo ha aprendido.”

Su entorno, sobre todo Darío, presente a través de larguísimas llamadas telefónicas intenta consolar el malestar de Pablo insistiendo en que la sensación de soledad es lo que le hace echar de menos a Judith, pero que en realidad con ella “todo está resuelto”. Dice Pablo:

“soy consciente de cuando estaba cerca de Judith no podía hacer mi vida pero lo importante que yo parecía para ella, ese sentirme útil es lo

contrario al vacío y sigo refugiándome en eso para no ver otras cosas como mi mala opinión sobre mi mismo y el ver que no tengo la vida que yo quería. Quizás si vuelve recuperaré ese momento de calma, el sentirme seguro". Pero en el mes de febrero del 2007 empiezan los cambios, aparece Andrea.

Andrea: "ahora me veo protegido"

En el mes de febrero del 2007, en medio de una crisis importante, Pablo conoce a Andrea a través de la madre de una alumna, Teresa. Andrea es a la vez, vecina suya y coinciden en el restaurante de delante de su casa donde frecuentemente come. Él comenta:

"me están pasando cosas positivas. ¡He conocido a una chica! Una chica con una situación compleja... ¿no me estaré aprovechando de su situación difícil?".

En estas coincidencias en las comidas, donde a veces también está presente Teresa, Andrea evoca su situación personal. Cuando decide dejar un trabajo asfixiante y nada enriquecedor muere su madre, afecta de una larga enfermedad. A los dos días y debido al shock de la pérdida, muere su padre también, quien no presentaba ningún problema significativo de salud. Andrea lógicamente *"está muy afectada"*. Pablo la define de la siguiente manera: *"es de esas chicas que no sabe lo que quiere, pero es diferente a Judith porque ella, Andrea, tiene muchos intereses"*. A la semana de verse con Pablo con más regularidad, Andrea deja a su novio, acción que a Pablo le agrada:

"ella no es como yo, ¡es coherente total! Pues siente alivio cuando lo deja con el novio."

Pablo lleva de nuevo la iniciativa, invitando a Andrea a conciertos donde él cree que Andrea disfruta con ganas e interés. Se siente a la vez más fuerte:

"en mayo del 90 se rompió algo, ese proyecto con Felipe, hacia el que tenía importantes expectativas y apareció la obsesión con Susana. Judith al principio me ayudó a superar lo de Eulalia. Ahora no tengo miedo con lo de Judith pues no me encuentro solo. Sin apoyos sí que podría entrar de nuevo en mi vida (Judith), pero ahora me veo protegido por Andrea".

La vinculación entre ellos es definida sobre todo como "cercana", aunque tiene Pablo presentes ciertas dificultades, como la existencia de *"ese exnovio histérico"* o *"el problema de sus padres que justo ahora va saliendo"*. La familia de Andrea, que tiene siete hermanos, también es percibida por Pablo como *"compleja, da miedo"* por su apariencia en una foto. Se abre, sin embargo, una temporada de alegría: *"estoy contento, incluso más ágil, más capaz. Me han dicho que hasta parezco más joven"*, pero a la vez el frecuentar las amistades de Andrea, es decir, Teresa y otras amigas con sus familias, le incomoda, pues teme que pueda interferir en su dinámica de profesor. A la vez Pablo confiesa en terapia sentirse atraído por Teresa.

Al mes de relación, Pablo empieza a sentirse “bajo”, las dudas asoman la cabeza. Esa sensación de cercanía tan significativa que sentía hacia Andrea empieza a desaparecer: “*hemos discutido y es muy peleona. Me ha marcado mucho lo que puedo y lo que no puedo hacer*”. El tema principal de desacuerdo son las dificultades de Pablo para relacionarse con los amigos de ella pues “*le molesta que no quiera entrar en su mundo*” echándole en cara que no muestre el suficiente interés. Sensaciones de inseguridad van ocupando el espacio emocional de Pablo, quien ve grandes dificultades para comunicarse con Andrea pues dice ser “*muy complejo*” hablar con ella. Explica:

“me veo forzado a contárselo todo pues ella lo cuenta todo y insiste de manera forzada. Y después se lo cuenta todo a sus amigos y ¡vienen y te comentan! A mi esto no me gusta ¡están los padres de mi alumna!”

La dinámica de interacción con la familia de ella no es mejor, ya que Pablo no se siente entendido, valorado como un tío raro, y poco a poco, esa cercanía inicial se transforma en distancia. La crisis personal, de presencia sintomática significativa, no tarda en instalarse, así como un criterio relativo a Andrea de carácter más bien negativo. Empieza a dudar de la relación que “*deja de ser interesante por sus concepciones de la vida, sus amistades*” que no le gustan, expresando la sensación de agotamiento pues comparten “*la cama y los cafés*”. Valora:

“me cuesta entender a una persona que a esta edad (30) no sepa lo que quiere, a que quiere dedicar su vida. No tiene muchos intereses y los que tiene son de forma superficial y con ella me aburro”.

Paralelamente al desencanto de Andrea, Pablo expresa su atracción hacia Teresa pues cerca de ella se vive “*con más poder*”. A finales del mes de abril del 2007 la tristeza y la culpa por no tener ganas de estar con Andrea, por no sentirse atraído sexualmente por ella se compensan con nuevos encuentros con Judith, que de nuevo da señales de vida.

En mayo Andrea toma la iniciativa y recoge todas sus cosas de casa de Pablo y se despide definitivamente con un molesto “*que te vaya bien*”. Y entonces él empieza de nuevo a sentirse solo, a notar que algo le falta y consecuentemente a pensar obsesivamente en Judith, entendida de nuevo como la solución a todos sus problemas. Pablo argumenta:

“las chicas siempre son para mi fantasías evasivas de la realidad, pero me veo con aquella angustia femenina de que encuentras pareja o eres una “solterona”, ¡soy como una mujer buscando su príncipe azul!”

pues su vida sin una relación amorosa estable es un fracaso.

La reaparición de Judith: “una solución al vacío”

Un mes después de la marcha de Andrea, Pablo empieza a verse de nuevo con Judith que está mal y necesita que Pablo le anime. Él valora: “*atender a Judith me descentra de mis problemas. Con Andrea me he sentido muy raro, difícil, el*

culpable de todo". Pero, tal y como explica, darle espacio al "*deseo*" le distrae de las cosas que le preocupan siendo "*una solución al vacío*" o "*una manera de alegrarse*". A los pocos días vuelven a emprender la relación amorosa, centrada en la búsqueda del "*cariño*" que tanto necesita. Se da entonces la finalización del proceso terapéutico al no asistir más a las sesiones.

EL CONFLICTO: la construcción de la dependencia

Desde sus primeras relaciones Pablo se ha mostrado dependiente, en todas ellas aparece como común denominador el **malestar** pero también la dificultad para asumir la **ruptura**. Tal y como él mismo dice

"todas las relaciones me han ido mal, nunca he estado con alguien pensando que era con quien quería estar. El ideal de las relaciones lo tengo perdido por las malas experiencias, pero estar con alguien siempre es mejor que estar solo."

Asimismo en la primera relación significativa, Susana, ya existe una dinámica de ruptura y reconciliaciones seguidas al poco tiempo de nuevas rupturas, que suscitan a la vez una sensación de malestar que obligan a Pablo a intentar rehacer el vínculo afectivo. En la crisis del 1990 explica como su sufrimiento evoca el recuerdo de Susana, que vive en Madrid con otra persona, y surge la "*sensación que sin ella*" es "*incapaz de vivir*", manifestándose la "*obsesión*" que le empujará a ir a por ella. La relación es mantenida a pesar del criterio que él mismo tiene objetivamente de ella. No obstante al final se separan de mutuo acuerdo, aunque la consecuencia para Pablo será dejar su carrera de pianista intérprete.

En el episodio vivido con Eulalia, también habla de malestar ya desde casi los inicios, siendo la dificultad para acabar con la relación mayor que con Susana, Finalmente será Eulalia quien abandone el hogar conyugal, quien tomará la iniciativa para resolver tan "*insana*" pareja, dado que Pablo se ve "*incapaz de romper*". Este abandono deja a Pablo "*encerrado en casa*", sin poder trabajar ni como profesor.

Es a través de una nueva relación, Judith, que vuelve la ilusión a su vida, y así afronta los escenarios, restableciéndose en su profesión. Con Judith recupera ese "*apoyo*" para resurgir del "*maltrato*" sufrido con Eulalia, pero supone a su vez cohabitar con la angustia, el "*desprecio*", la "*obsesión*", obviando de nuevo su opinión tal y como él mismo explica: "*no me gusta ella ni su entorno, pero me obsesiono en lo que echo de menos de ella que es sentirme importante para ella*". Las consecuencias negativas que produce el mantenerse enganchado en esta pareja será lo que obligue a Pablo a acudir a Psicoterapia.

Con Andrea vemos exactamente la misma dinámica, la necesidad de huir de sus propios fantasmas, de encarar los propios déficits, de sostenerse en alguien para elaborar la ruptura "*traumática*" con Judith. Andrea también será quien decida irse de la vida de Pablo, quedando él "*solo*", desprotegido, vulnerable y en la búsqueda

de nuevos apegos o refugios, facilitando la reaparición de Judith e intentando paliar así el dolor del nuevo fracaso sentimental a través del cariño y del deseo.

Él mismo establece que “*los capítulos de mi vida tienen nombre de mujer*”. Las sucesivas relaciones amorosas le permitirán huir de la realidad aunque el riesgo será el depender de la existencia de esta vinculación para poder ser feliz, recuperar la motivación. Según Pablo una relación

“hace más fácil el día a día, me distrae, me da ilusión y alegría”, “me descentra de mis problemas”, y tiene como aliciente el sexo.

Pablo otorga también similitudes entre sus mujeres: “*ellas son pasivas: me motiva mucho hacerlas descubrir un mundo*”, según él resultado de la influencia del papel de profesor (**Pigmalión**), fundamental para él y en el centrará sus relaciones, sobre todo en las dos últimas. Esta pasividad es la que a la vez produce, después del periodo de pasión inicial, dificultades pues esta unidireccionalidad de los recursos acaba por apagar la llama de la pasión. Es entonces cuando el malestar cohabita con la necesidad de mantener la pareja a pesar de que esta ya lleve un signo negativo en sus valoraciones más íntimas, obligándole a vivir bajo los efectos de la contradicción interna. ¿Entonces, qué es lo que ata a Pablo a estas relaciones?

El papel en la relación: simetría y complementariedad

Entrando a analizar el rol que asume Pablo en las relaciones, tenemos en cuenta las aportaciones de distintos autores al respecto. Así, Manuel Villegas (en este número) entiende las vinculaciones amorosas desde dos ejes. Partiendo de la concepción de que las posiciones de los individuos en una relación no son estáticas, establece dos coordenadas: **simetría** y **complementariedad**. Simetría definirá el grado de poder asumido en la relación de pareja y complementariedad la vivencia de satisfacción de la misma.

Pablo adopta en los inicios de la creación de una pareja una **posición dominante asimétrica**, elaborando propuestas, enseñando su mundo, la música, a su amada, quien adopta entonces una actitud pasiva, de receptáculo. En esta fase es habitual en él el invitarlas a conciertos de música, espacio donde él se esgrime en un rol de entendido y ellas de aprendices. El centrarse en los problemas personales de ellas, atenderlas y aconsejarlas, desde una posición de madurez, también es una tónica en su conducta, como se ejemplifica con estas palabras a propósito de Judith: “*es una víctima, me da pena y lo dejo todo para atenderla, la veo resignada y le va bien que yo la espabile*” o en las siguientes también en relación a Judith: “*Me dice que tiene un nuevo novio y que esta relación es más sana porque conmigo ha aprendido*” o en las siguiente en referencia a, Andrea: “*he conocido a una chica, una chica con una situación compleja... no me estaré aprovechando de su situación difícil? (...) es de esas chicas que no sabe lo que quiere, pero es diferente a Judith porque ella, Andrea, tiene muchos intereses*”. Poco a poco esta posición, la de Pablo, va cambiando. Ya en la relación con Susana, pero sobre todo

en la de Judith, la constante amenaza de pérdida le va colocando en un grado más **sumiso**: “*me generaba falta de confianza, sabía que en cualquier momento ella podía irse*”. Pero Judith es mucho más explícita y por consiguiente la sumisión de Pablo mucho más evidente:

“cada vez me veo más obsesionado por ella, pendiente de sus mensajes. ¡Necesito hablar con ella! No he desconectado de ella, no ha cambiado nada en mí, ¡y eso que me ha dado motivos suficientes para no estar interesado! Es cutre pero me falta carácter y no me entiendo ni a mí mismo ... me veo dando apoyo a una actitud que tampoco comparto... tengo la sensación de haber tragado demasiado”

En una relación amorosa, existen, según Sternberg (.....) tres entidades fundamentales: la pasión, es decir, el deseo, que generará la interacción sexual; la intimidad, lazos de afinidades y complicidades que permitirán que aflore el Eros o amor; y el compromiso motor de la implicación necesaria para que nazca el esfuerzo para el mantenimiento del amor. Según este autor para poder comprometerse, el individuo tiene que tomar la decisión y encarar los riesgos que esta implica, concienciándose y asumiendo las renunciaciones que tal acción va a implicar.

Judith, durante los 4 años de relación, ha puesto en duda su compromiso. Constantemente manifiesta dudas de querer estar al lado de Pablo, y el juego del refuerzo intermitente, que Pablo denomina como “*ahora sí ahora no*”, ocasionan una invalidación constante que lo coloca a su merced, pendiente de ella, de que finalmente se decante por el “sí”, que le quiera, que le valore, que se comprometa.

Las constantes apariciones de otros hombres en la vida de Judith le sacuden, generando rabia primero y ansiedad después: “*ella me destroza la autoestima, me siento un imbécil*”. Cuando la actitud de ella es contraria, cuando manifiesta compromiso hacia Pablo, vuelve la ilusión, la esperanza de que esta sí sea la vez en que ella se quede a su lado para siempre.

En las relaciones de dependencia la **COMPLEMENTARIEDAD DEFICITARIA** (Manel Villegas, en este número) es el mecanismo que genera el mantenimiento de la relación a pesar del sufrimiento. Así pues, Pablo vivirá la relación como una manera de compensar sus **déficits** personales. Tal y como el mismo expresa

*“la mujer es un recurso, pues me cuesta sentirme capaz, necesito a alguien para **tapar el agujero**, para **no estar solo**”, “tener una relación es **sentirme importante, útil**, lo contrario a **vacío**”.*

Las relaciones son entendidas y vividas como una salvación, y en aquellos momentos difíciles, cuando sus proyectos personales han fracasado, ha intentado rehacerse a través de la vinculación amorosa, es decir, no atendiendo el conflicto sino saliendo de él, evadiéndose. En el episodio de Susana ya podemos apreciar que cuando ella rehace su vida y se establece con una nueva pareja en Madrid, el apego a ella deja de ser el recurso para resolver sus dificultades con su vida (el descontento

es total, se siente un mercenario, no disfruta), iniciándose los ataques de ansiedad así como las relaciones con prostitutas y el alcohol, que no deja de ser, una forma de no pensar, de abandonarse, de escapar de su propio **vacío**. Recuperar ese apego será pues vital, obligándole a salir corriendo a buscarla, pues el encontronazo con el dolor, con el reflejo de la propia imagen, será percibido como inabarcable. En el capítulo de Eulalia apreciamos los mismos fenómenos. Ante las dificultades propias el método es esconderse detrás de una relación. Así, las crisis debidas a su carrera profesional, a la valoración de su vida en general, no se atienden y por lo tanto no existe la posibilidad de reconstruir nada. Simplemente se esconde en casa, bajo el manto de la ansiedad, sin ningún tipo de reflexión hasta que ella, Eulalia se va. Este cambio en su realidad cotidiana, es el que decreta cierta movilización que, de la mano con la medicación, asentará cierta transformación en Pablo, quien entonces empezará a retomar su vida desde una posición activa, que le conducirá a reiniciar su carrera profesional como profesor. Pero la necesidad de ser salvado será la que le eche a los brazos de Judith y a los de Andrea ya que vuelve a ser más resolutivo la actitud pasiva que la activa, que le salven que salvarse a si mismo y todo lo que ello implica. Según Mariela Michelena (2007) esta actitud pasiva, típicamente femenina, queda representada por la imagen de Ofelia deshojando margaritas preguntando “me quiere, no me quiere” hasta alienarse totalmente hasta la muerte, mientras Hamlet se busca a si mismo. Así podemos vislumbrar a Pablo, preguntándose si es querido, qué hacer para ser querido y si será eterno este amor, siempre con el yo como complemento agente y nunca como sujeto. Como él mismo dice, “*como una solterona, buscando su príncipe azul*”.

La Baja autoestima:

Una de las carencias fundamentales que precisan de compensación en Pablo, es la existencia de un criterio de él mismo negativo, es decir, una baja autoestima.

Pablo recuerda cómo a los diez años cambió la valoración que de él tenían en su casa. Nacido en el seno de una familia de músicos importantes de la provincia, explica: “*yo era el sucesor y me sentía importante*”. Al necesitar clases de refuerzo de piano pasó de “*talentoso*” a “*vago*” o “*calamidad*” recordándole que en él estaban depositadas muchas expectativas. A los doce años, cuando deja ya de verse como “*el brillante*” para pasar a ser “*el roquero*” o “*rebelde*”, choca de frente con las normas del buen hacer dictadas por la figura de autoridad de la casa, su padre, generando la primera aparición de síntomas: la ansiedad. La invalidación entonces ya no sólo es des de el padre sino también des de la figura de la madre “*si no fuera por mi, estarías en un manicomio*”. Cuando empieza tener éxito como pianista, a los 17 años, desaparece la ansiedad. La invalidación familiar es entonces una de las causas de la confección de un criterio propio muy pobre, que es entendido por Pablo mismo como poco fiable. El episodio que Pablo vive en Alemania a los 22 años, cuando “*el mejor profesor de piano*” se niega a darle clases, es vivido con dolor,

como fracaso. Ese momento vital así mismo le conlleva consecuencias, la etiqueta de inestable, como si no fuera adecuado pasar por etapas dolorosas en la vida: “*soy raro, la gente no me entiende, extravagante, pirado, no caigo bien*”. Las experiencias relacionales que Pablo va teniendo en su vida, sobre todo en el entorno laboral, no permiten generar una nueva visión de él mismo, o flexibilizarla, sino al contrario, van afianzando aun más esa idea de no apto: “*soy intransigente y demasiado radical. Meto la pata: la gente es prudente, no dice lo que piensa. Yo doy miedo*”. El padecer de nuevo ataques de ansiedad, lo conducen también a construirse como deficitario: “*tengo ansiedad y por lo tanto **necesito** apoyo incondicional*”, así como las conductas de abandono de sí mismo, las relaciones con prostitutas y el alcohol, que conllevan en él un dispendio económico importante, generadoras, a la vez, de mucha vergüenza. Pablo posee otros recursos conductuales para aplacar la tristeza que genera la contemplación de sí mismo: “*si te sientes poca cosa, coges la tarjeta y la tienda es tuya*”. Las consecuencias de “*un desmadre*” consumista son brutales, aparece de nuevo la necesidad de que alguien le controle, le gestione el dinero, pues él no es **capaz**. Y así entendemos la funcionalidad de M^a Eugenia, esa amiga-gestora que soluciona sus problemas financieros pero que tantos conflictos le causa, sobre todo consigo mismo y con sus parejas.

La necesidad de gustar: la validación externa

Esta concepción de sí mismo como poco válido e incapaz (propio del trastorno de personalidad narcicista que Pablo presenta), le coloca en la tesitura de buscar en la valoración efectuada por los demás aquello que de sí mismo no surge. Desde la valoración externa entonces compensaremos esa imagen negativa de él mismo, pues entramos en la cabeza del otro, en las consideraciones del otro, no en las propias. Tal y como él mismo describe, su función de profesor, cuando es valorada por sus alumnos, ejerce también ese papel de reconstituyente, pero cuando no se da, como en el período vacacional “*no me vuelve nada*”. La figura de una mujer a su lado tendrá entre otras la función de compensar esa baja concepción del Yo: “*con Judith me obsesione en lo que echo de menos de ella: **ser importante** para ella*”. Él mismo lo define “*Tener una relación es la oportunidad de que me quieran*”, esto es recibir de algún lado un reflejo positivo de su imagen, que calme esa voz interna de desagrado, de no aceptación de su propia esencia. Después de una noche de amor explica “*volví pensando que ella pensaba que yo valía la pena*”. Y eso lo justifica todo. El dolor que él vive en una relación colmada de infidelidades, basada en el refuerzo intermitente del “*ahora te quiero, ahora ya no*” no será atendido, pues la **necesita**: “*Judith me da seguridad acompañándome, admirándome, queriéndome*”. Lo que él piensa acerca de la calidad de la relación del momento, no es tenido en cuenta, solo la necesidad de recibir ese aporte de validación externa. Otros ejemplos del mismo esquema los tenemos en las otras relaciones significativas de Pablo. Con Susana él explica que la dificultad era la variable más destacable de esta

relación, llegando a no tolerar la convivencia con ella. La sensación de que sin ella no puede vivir no tiene que ver con los sentimientos hacia ella sino de la concepción de que sin ese eco de validación no se puede subsistir. En la experiencia junto a Eulalia aún es más evidente este proceso. Con ella llega a constituir una dinámica de relación que calificará de insana, pero no la dejará, Andrea no le atraerá sexualmente, no sentirá interés por ella, pero no podrá pasar sin ella, pues ella le dará cobijo, protección y luz, que de la nada de precipita hacia el ser, el existir..

El vacío existencial: dificultad para estar solo

Desde la construcción de un Yo negativo, Pablo siente la necesidad de vincularse afectivamente con otra persona y así conseguir una voz que cante sus excelencias. ¿Que pasa pues si esa voz no está y en su lugar queda el silencio? Los desencantos de Pablo acerca de su vida, de su profesión, de él mismo lo acercan al vacío existencial, al desconcierto. No atenderse, es una manera de posponer el **responsabilizarse** de todos los entuertos de su vida. Es más sencillo pues quedar colgado a otro árbol cual manzana, que tomar conciencia de árbol, pues eso implicará atenderse y batirse con el dolor. *“Tengo miedo a quedarme solo”* nos dice. Al poco recapacita *“mi vida se me hace pesada porque atenderme a mi me deprime: soy incapaz y no me gusta la vida que llevo, esos trabajos que no me apetecen de mercenario, no tengo ilusión, pero necesito dinero.”* El trabajo, en ciertos momentos ha tenido la función de *“llenar”* su vida. Pero cuando los proyectos han generado conflictos y no han aportado satisfacción, aparece de nuevo ese vacío y el consiguiente miedo. Dejar los proyectos musicales que no desea le será muy dificultoso pues *“cuando no trabajo no tengo aliciente, me siento vacío, con la sensación de que te falta algo. No me apetece nada.”* El ser conciente del vacío automáticamente le genera una sensación de tristeza, que intenta siempre resolver a partir de la acción, del hacer, y no de la recapacitación, del centrarse en ello e intentar descubrir que esconde: *“cuando siento la flojera busco qué hacer, estar con alguien”*. *“cuando me despierto necesito gente: a alguien a quien le importe algo, que me cuiden”*. Estar solo es algo a evitar y se entiende que el ser autónomo implica automáticamente ser solitario y consecuentemente triste, pues ese es el sentimiento que aflora cuando mira directamente el vacío que se abre a sus pies.

A modo de conclusión

La necesidad que Pablo ha generado de estar vinculado amorosamente con alguien parte de la dificultad de quererle a si mismo por el simple hecho de *ser*, sin condiciones, quedando pues supeditado a la valoración externa y consecuentemente a la imposibilidad de conectar con su propia esencia, por no aceptar, tolerar la naturaleza de la misma. Depender de alguien pues le permite alejarse de este conflicto básico y estructural, obligándole a la vez a vivir de la limosna afectiva de los demás, y no permitiendo el resurgir de un yo renovado a través de la purificación

en el infierno de la conciencia y del dolor. Este viaje iniciático hacia lo más profundo de su ser, mirándose directamente el alma, conectando consigo mismo y conviviendo con el dolor y la tristeza que ello conlleva podría conducir a Pablo a superar sus apegos. De ese proceso es posible el nacer de un nuevo ser, un individuo con luz propia, que consciente de sus virtudes y limitaciones pueda encarar la vida con autonomía y responsabilidad, construyendo proyectos de vida acordes a su propio criterio y consecuentemente productores de felicidad.

La dependencia emocional no es una cuestión exclusiva de género, como demuestra el caso que se describe en este artículo. La necesidad narcisista de ser reconocido por los demás coloca a las personas en situación de depender emocional y afectivamente de las parejas, que son utilizadas a este fin.

Palabras clave: *Dependencia, pareja, narcisismo, género, psicoterapia*

Referencias bibliográficas:

MICHELENA, M.(2007). *Mujeres Malqueridas*. Madrid: La esfera

STENBERG, R.J.(1989). *El triangulo del amor: intimidad, amor y compromiso*. Barcelona: Paidós