

Acerca de la infidelidad

Javier Gómez Zapiain

Una visión realista de la felicidad consiste en lograr un estado razonable de bienestar. Ello se consigue a través de la satisfacción de necesidades básicas. Entre ellas, la principal consiste en alcanzar un grado suficiente de estabilidad emocional, de equilibrio personal. Para ello es necesario satisfacer, entre otras, necesidades afectivas (vinculación afectiva) y sexuales (deseo erótico).

El desarrollo humano se produce en base al vínculo afectivo con la madre, y personas que ejerzan este cometido, desde el momento mismo del nacimiento. Éstas actúan como figuras de apego cuya función es ser base de seguridad y puerto de refugio ante la adversidad. En estos momentos primigenios se establece el grado de seguridad básica que nos acompañará toda la vida. Además, las figuras de apego se convierten en la plataforma de apoyo necesaria para impulsar al individuo a la exploración, tanto de su mundo interior como del exterior, que le llevará a la madurez a través del desarrollo personal. La experiencia, positiva o negativa, con las figuras de apego va construyendo los modelos internos que intervendrán en todas las relaciones interpersonales a lo largo de toda la vida. Los modelos internos son al psiquismo como el sistema operativo al ordenador. La seguridad básica protege a las personas de la soledad y el aislamiento y aporta los recursos necesarios para establecer con éxito vínculos con otras personas. La literatura científica indica que la calidad del modo en que se establecieron los vínculos, marcan en las personas perfiles de personalidad expresados en tendencias hacia la ansiedad o la evitación en las relaciones y predice la estabilidad emocional y el equilibrio personal.

En la vida adulta todos necesitamos figuras de referencia, plataformas de apoyo, que sean percibidas por nosotros como incondicionales, accesibles y permanentes. Una de las figuras más relevantes en este sentido es la pareja.

Para el logro de la estabilidad emocional es necesario también atender a las necesidades eróticas. El deseo erótico no es un instinto automático, sino un pulsión que no tiene prefijados sus destinos. Debe ser regulado desde la razón, es decir, puede ser satisfecho directa y libremente, puede ser aplazado, incluso se podría renunciar a él si existen razones suficientes. También podría ser reprimido. El deseo sexual, el erotismo, es un potencial que puede desarrollarse o no en función de las prioridades vitales de cada persona.

Para conseguir un estado razonable de estabilidad emocional es necesario gestionar ambas necesidades, las afectivas y las sexuales. Para ello, es preciso comprender que el sexo (deseo erótico) y el amor (vinculación afectiva) son dimensiones independientes que tienen un origen distinto, responden a necesidades diferentes, y no deben confundirse. Funcionan independiente y sinérgicamente de modo que pueden potenciarse entre sí (no hay mayor afrodisíaco que sentirse enamorado/a) o pueden alterarse gravemente, dando lugar a muchas dificultades e incluso trastornos. Por tanto, la estabilidad emocional dependerá del modo en que se gestionan ambas necesidades.

La pareja humana es un sistema diseñado para satisfacer las necesidades de sus miembros, aunque no es la única opción. Existen otras formas de vinculación que permiten garantizar la satisfacción de necesidades básicas, por ejemplo a través de personas realmente significativas como los amigos, o algunos familiares.

La fidelidad consiste en el cumplimiento de los compromisos que uno adquiere respecto a su pareja. En el acervo común el concepto de fidelidad se circunscribe principalmente al ámbito de la sexualidad, de tal modo que una persona infiel es aquella que mantiene relaciones sexuales fuera de su pareja. La teoría de sistemas aplicada a las relaciones humanas dice que el sistema funciona en base a reglas explícitas e implícitas que regulan las interacciones entre sus miembros. La fidelidad sexual suele ser una regla implícita. Lo es porque normalmente no se negocia, se da por sobrentendida.

Llegados a este punto podemos plantearnos qué sentido tiene la fidelidad. ¿Cuál es su origen? ¿Puede ser cuestionada? ¿La fidelidad contribuye a la estabilidad emocional y el equilibrio personal o, al contrario, restringe, socaba y desequilibra el desarrollo personal dentro del sistema de pareja? ¿Son las personas infieles inmaduras psicológicamente? ¿Sería posible una cultura en la que las relaciones sexuales abiertas sean la norma y no la excepción?

Como ya se ha dicho, la estabilidad emocional surge de una adecuada gestión de dos necesidades básicas. a) Necesidades afectivas: Todo ser humano, necesita de vínculos estables, que le protejan del miedo a la pérdida y al abandono. b) Necesidades eróticas. El deseo impulsa al individuo a la búsqueda de placer sexual cuya principal motivación surge del imaginario erótico. Vemos como estas dos dimensiones se entrecruzan e interactúan entre sí. Si cualquier experiencia erótica, al margen de la relación principal, fuera solo eso, una experiencia intensa, no amenazante, que se comparte con alguien, todos seríamos muy tolerantes. Pero si esto ocurre, es inevitable que surjan dudas muy razonables: ¿y si se enamora de la otra persona? ¿y si el otro/a es mejor que yo? Estas dudas pueden generar, de modo no consciente, angustia ante el abandono. Ante ello surge como respuesta un mecanismo elemental protector: la exigencia de fidelidad como defensa ante la amenaza de la pérdida o abandono. Tal vez por ello, la fidelidad es una regla implícita, no explícita, no pactada, porque poner esta regla sobre la mesa y negociarla moviliza demasiada angustia.

Según la calidad de la historia socio-afectiva las personas se puedan agrupar en seguras o inseguras. Estas últimas, a su vez, pueden mostrarse ansioso-ambivalentes o evitativas. Deducimos, por tanto, que las personas inseguras son más vulnerables a la angustia de separación. Las ansioso-ambivalentes tenderán a ser muy celosas, tratarán de mantener obsesivamente el vínculo, mientras las que tienden a la evitación relativizarán su importancia.

Aceptando que el deseo sexual y la vinculación afectiva son dimensiones independientes su gestión es muy personal. Como todo en la vida, se trata de tomar decisiones. El deseo sexual generalmente no se agota en la pareja, la cuestión consiste en qué hacer con el excedente. Uno tiene que decidir si le compensa poner en riesgo la estabilidad emocional que le aporta la vinculación afectiva hacia su pareja por la satisfacción del excedente de deseo sexual, o bien, renunciar a parte de él.

Las personas emocionalmente más inseguras necesitan mantener la regla de la fidelidad porque les protege de la angustia del abandono. Sin embargo, en la medida en que la experiencia erótica al margen de la pareja, no es percibida como una amenaza, ésta puede ser más fácilmente asumida e integrada en el sistema.

Podemos pensar que existe un principio de economía psicológica según el cual tendemos a elegir como pareja a aquella persona que es para nosotros figura de apego y objeto de deseo. Ello requiere de ajustes y toma de decisiones. Así, podría compensar la renuncia a parte del deseo erótico en favor del mantenimiento del vínculo o, por lo contrario, mostrarse abierto a otras experiencias sin que se ponga en riesgo la estabilidad emocional.

Es un error moralizar esta cuestión. Se trata de tomar decisiones acerca de las necesidades que intervienen en la estabilidad emocional, que solo la pareja puede realizar. Estas decisiones requieren de la madurez de las partes y de la ética de la lealtad que implica no engañar, no tergiversar.

En cierta ocasión preguntaron a Simone de Beauvoir si no había contradicción entre sus relaciones sexuales con otras personas y su pareja, a la sazón, Sartre. Ella contestó: No existe contradicción alguna, es que Jean Paul es mi relación principal.