

La infidelidad en la pareja

"Cuando una vela se acaba, siempre hay tiempo para encender otra".

Una pareja funciona de manera adecuada cuando ambos miembros pueden confiar uno con el otro. Se supone que cuando estableces la relación es porque deseas estar con esa persona y le serás fiel, pero a veces todo y tenerlo muy claro en un momento determinado, nos sentimos atraídos hacia otra persona distinta a nuestro cónyuge.

Cuando esto sucede no siempre las consecuencias son las mismas. Generalmente el enamoramiento es una emoción intensa y apasionada y si se dispone de libertad horaria para el flirteo, tendemos a vivirlo.

La mujer normalmente es más fiel que el hombre pero también es posible que esto sea de este modo porque dispone de menos oportunidades que las que tiene el hombre. Los dos, hombre y mujer, tras años de estabilidad matrimonial, no rompen la relación por simples flirteos, lo cual conduce a menudo a supuestas infidelidades a pesar de quizás amar más a tu pareja que al amante. Lo que sí es cierto es que antes de proceder a romper el equilibrio matrimonial los miembros del mismo viven en paralelo los posibles devaneos. Muchas veces se dice como justificación que "no se pudo evitar" "te acosaron hasta que cediste" o simplemente "se te puso a tiro".

La realidad, queridos amigos, es que todo ser humano tiene poder de elección y nunca hacemos nada que nosotros no queramos, por tanto si somos infieles es porque nos apetece serlo.

La infidelidad no tiene justificación si la pareja funciona bien en todos los aspectos. Es el camino del cobarde que prefiere el engaño a la verdad. Cuando no hay amor, no hay deseo ni excitación hay que romper el vínculo porque la permanencia en ese estado dificulta el crecimiento personal de cada cual.

¿Cómo afecta la infidelidad del hombre en la mujer?

La mujer actual es independiente y activa y no tiene porqué convivir con la infidelidad de su marido. Si se siente engañada provocará la ruptura sin atender las justificaciones de su marido. Ella no tiene que responsabilizarse de su error.

La mujer de ayer aceptaba las debilidades de su pareja porque era dependiente y no se preocupaba de su autoestima. El hombre mandaba y tenía poder sobre ella. Las opiniones de ella no contaban para nada. La mujer de hoy es libre e independiente, confía en sí misma y en sus posibilidades, se siente segura de sus cualidades y se gusta. Estas características le proporcionan una riqueza interior para manejar cualquier problema que se desencadene en su vida afectiva.

¿Cómo vive el hombre la infidelidad de su esposa?

El hombre es machista por naturaleza, se cree en superioridad en la relación y que su mujer tenga un amante es algo tremendamente humillante. Son capaces de pegarse con el "tercero", de amenazarlo cuando el problema real es la mujer infiel.

La mujer a diferencia del hombre es más reacia a vivir aventuras y cuando las vive es porque realmente ama y desea sentir con todo su ser le pertenece al otro. Por esa condición más fiel e independiente, es también la más solícita a pedir la ruptura.

Al hombre le preocupa su imagen deteriorada en grado sumo si la mujer le ha "puesto los cuernos". Se preocupa más de ser el hazmerreir que de equilibrar la convivencia para evitar la

infidelidad. Pero cuando ellos tienen un romance no piensan en ningún momento en su cónyuge. Su slogan es "yo puedo hacerlo porque por eso soy hombre pero a ellas que no se les ocurra".

Por suerte cada vez quedan menos mentes tan estrechas en el grupo masculino y la monogamia es condición elegida en la mayoría de parejas que desean serlo.

Seamos honestos con nuestros sentimientos

Lo de jurar amor eterno evidentemente es una utopía pero sí es verdad que tenemos que prometer una relación honesta por el bien de todos. Esto quiere decir que si sentimos pasión y deseo por otra persona distinta a la que actualmente se llama nuestra pareja tenemos que ser nobles con esos sentimientos y aceptarlas pero no antes sin comunicárselo a nuestra actual pareja. ¿Qué quizás rompemos una relación por un simple enamoramiento pasajero? Posiblemente pero si no lo hacemos estamos traicionando a quién nos dio su confianza.

El amor se basa en respeto mutuo y confianza y cuando éste termina tenemos que plantearnos el relevo. Muchos diréis que se puede amar a dos personas a la vez pero eso no es del todo cierto. Los tipos de amor son distintos y deberemos elegir qué queremos vivir. Jugar a dos bandas no es justo para ninguno de los tres miembros implicados por eso debemos evitarlo.

Si no hemos de ser capaces de mantenernos fieles en el seno conyugal vivamos con promiscuidad, sin compromisos, pero, si aceptamos la relación monógama, seamos honestos con nuestros sentimientos a lo largo de toda nuestra andadura conjunta.

© Gloria Marsellach Umbert – Psicólogo

INFIDELIDAD CAUSA O CONSECUENCIA DE LA CRISIS DE PAREJA

PSIC. HILDA BEATRIZ SALMERON GARCIA

La infidelidad es vivida como una de las peores traiciones que enfrenta la pareja y en general se piensa que el infiel es el culpable, sin embargo, la infidelidad es sólo el resultado de las crisis de pareja y ésta no es sólo sexual pues el cónyuge infiel buscará aspectos que su pareja no le brinda y estos pueden ser intelectuales, sexuales, físicos y emocionales.

Te invitamos a que leas el artículo a fin de que te enteres acerca de las causas de estas conductas, pues francamente es a lo que más tememos y a veces tomamos conductas destructivas que no nos llevan a nada, y si en cambio a vivir tan tremendo evento.

Si no quieres leerlo todo, puedes ir a los aspectos que te interesen:

Resumen

Introducción

Hacia un concepto

Factores predisponentes

El conocimiento de la relación

¿Es la infidelidad índice de salud?

Conclusión

Bibliografía

RESUMEN

En el presente artículo se analizan los problemas que la infidelidad implica, se abordan varios autores, unos a favor y otros en contra de la manifestación de dicha conducta; se indagan los factores predisponentes de tal situación para cuestionar si la conducta infiel puede tomarse como índice de salud o no, teniendo como marco a la pareja.

INTRODUCCION

El matrimonio como institución, ha sido cuestionado de manera fuerte como una institución ideológica de control y de coerción que permite la recreación del orden establecido. Al ser el matrimonio una institución social es difícil que la familia pueda modificar a la sociedad, más bien ocurre que lo social construye tanto a la intimidad como a la privacidad.

El tema de la infidelidad, de los amantes o de las relaciones extraconyugales es uno de los puntos de partida para exaltar o desvirtuar a la familia y al matrimonio como el rector del statu quo, ideal, sólido e invulnerable.

Hablar de la monogamia o de la poligamia como la "naturaleza" dentro del matrimonio, además de falso -ya que no hay naturaleza humana, sino que, utilizando la frase de I. Caruso, "el hombre es por 'naturaleza' un ente cultural" - resulta la piedra de toque para abordar el punto de vista intrapsíquico e interindividual de la pareja que si bien es social, no deja también de contener fuertes relaciones psíquicas.

No podemos soslayar el hecho de que la moralidad, junto con sus valores, costumbres, normas, etc. incitan al individuo a normar su conducta, pero también, sería por demás arbitrario, pretender "conocer" al individuo sólo desde afuera o desde el grupo sin intentar siquiera apuntar hacia los factores inconscientes y/o intrapsíquicos que desencadenan a la infidelidad.

Rougemont habla de la paradoja del matrimonio ya que se le piden dos cosas opuestas: la pasión y el amor, es decir, aquella llama de la pasión que rompe, mueve y enfrenta y aquel amor de rutina hundido en la certeza de la monotonía.

El presente trabajo tiene como finalidad abordar el tema de la infidelidad, analizándolo como un síntoma dentro de la crisis de la pareja, para tal fin, se incluyen autores que están tanto a favor como aquellos en contra de considerar las relaciones extramaritales sanas, posteriormente, se revisan las consecuencias de cuando el cónyuge engañado se entera, para intentar esclarecer si esto trae como consecuencia la ruptura o la muerte de la pareja.

Finalmente, se analiza, a partir de los datos anteriores, si este tipo de conducta puede ser considerado maduro o saludable.

Hacia un concepto

Por infidelidad, relaciones extraconyugales, amantes, etc, entendemos la relación fuera del lazo conyugal que uno de los miembros establece con otra persona sea esta del mismo sexo o del sexo opuesto, y con quien obtiene algún tipo de relación amorosa -no solamente genital-, ésta puede ser a corto o a largo plazo.

El lazo conyugal alude no al hecho jurídico de contraer matrimonio sino a la posibilidad de que la pareja haya aceptado llevar una relación más o menos duradera, de manera voluntaria y comprometiéndose moral y físicamente el uno con el otro.

El tema de la infidelidad, en este sentido, no puede ser abordado como una entidad en sí misma, sino que tiene que ser entendido como una de las crisis, una de las consecuencias de las relaciones de pareja.

Las relaciones de pareja, igual que todo tipo de relación contiene cargas ambivalentes de amor y odio, en donde, de acuerdo con la teoría kleiniana, se van proyectando e introyectando partes del objeto bueno/malo, de manera dialéctica, es decir continua e ininterrumpidamente.

Apegándonos a la teoría de los impulsos de vida y muerte, y considerando que actualmente el matrimonio en nuestro país, es más o menos voluntario, vemos así que en la unión (instinto de vida) está ya dada su muerte (thanatos) o separación por medio de toda la gama de conductas agresivas y destructivas. Esto, evidentemente, replantea el concepto vulgar y común de amor en donde se utilizan patrones maniqueístas que hablan de una pureza y de una eternidad que en el hombre no pueden darse, dada su condición finita.

Aunque no sería del todo exacto hablar de las causas de la infidelidad, podemos intentar describir, de acuerdo con Streaun, Lemaire y Trodjmán, aquellos factores o mecanismos predisponentes para que este fenómeno ocurra; teniendo siempre presente que, como clínicos, debemos observar las ganancias primarias y secundarias que tanto la víctima como el victimario poseen, pues la pareja es un sistema que reaccionará a cualquier tipo de modificación que afecte a algún miembro dentro de la unidad total.

Factores predisponentes

Uno de los factores predisponentes de la infidelidad se remite a la elección del compañero. De acuerdo con Lemaire esta "decisión" está dada tanto por factores conscientes como inconscientes y además, restringidos al hábitat de cada individuo, es decir, la elección no es al azar sino que está altamente determinada de acuerdo con las actividades realizadas que nos permiten "conocer" o relacionarnos con otras personas.

Si nos adecuamos a la teoría de la "tendencia a la simetría de Newcomb" o de la "teoría del balance de Heider", de los campos y atracciones sociales, es más fácil que las personas se sientan atraídas hacia personas que realizan el mismo tipo de actividad o comparten gustos similares que hacia aquellas personas con quienes no tienen los mismos marcos de referencia.

Tampoco hay que desconocer la presión ejercida en muchos medios sociales con los noviazgos largos o los noviazgos en general, respecto a la "necesidad", socialmente establecida, de contraer matrimonio. Como tampoco al hecho de "elegir un buen partido" que podría interpretarse como "del gusto de la familia de origen o con éxito".

De acuerdo con Freud, la elección del compañero puede hacerse por varios caminos:

1. El tipo narcisista puede amar:
 - a. lo que uno es (a sí mismo)
 - b. lo que uno fue
 - c. lo que uno quisiera ser
 - d. a la persona que fue parte de uno mismo

2. El tipo anaclítico puede amar:
 - a. a la mujer nutriz
 - b. al hombre protector

El esquema anterior explica por qué existen elementos de amor y odio en las relaciones amorosas. Al proyectar parte del yo en el otro y llegar a la frustración se desencadena el odio. Ya que mediante el mecanismo de la proyección se supone que el otro "debe" satisfacer mis necesidades; esto ocurre tanto a nivel consciente como inconsciente.

La pareja necesita para su supervivencia y para el desarrollo de cada uno de los integrantes, de movilidad; así, el tipo de elección inicial puede ser modificada. Por ejemplo, la pareja complementaria, en donde uno "manda" y es considerado mejor, más capaz, etc., puede verse seriamente afectada cuando el miembro "menor" obtiene una serie de logros que lo hacen salir del esquema anterior. En este ejemplo, el miembro "débil", realiza una elección del tipo anaclítico pero dados los logros, su relación se transforma en una de tipo narcisista. La relación continúa siempre que la elección sea ratificada por ambos miembros de la pareja.

Puede darse el caso de un cónyuge de carácter oral o simbiótico que, en su afán de evitar la depresión, haga una elección de tipo anaclítico y cuando descubra que por medio de su compañero no solucionará sus fantasías, podrá entonces buscar una relación extra.

Así es como a nivel inconsciente, se puede elegir compañero por la idealización que se hace del objeto, puesto que cuando la persona se relaciona con alguien a quien considera valioso, se valorará mejor a sí misma; o bien, puede sentirse apoyada de manera más sólida.

Hay que destacar que también puede elegirse pareja para no relacionarse y evitar la fusión y proximidad del otro.

Las situaciones anteriores, hacen referencia a patologías, en la medida en que se hacen modos de relación rígidas y estereotipadas y así, ante cualquier crisis o problema "vital" de la pareja, resultarán las conductas inoperantes para resolver o cuando menos llevar a buen término los problemas que la aquejan.

Sea cual sea el tipo de elección que se haya realizado, los miembros de la pareja pueden sentirse defraudados una vez terminado el período de luna de miel y entonces, las expectativas sufrirán un golpe cuando se enfrenten a la pareja "real" y no a la idealizada.

El desplazamiento del odio, virtualmente operante, dentro de la "luna de miel", se torna ahora ineficiente a pesar de la represión, que ante una crisis se resquebrajará de tal suerte que un miembro de la pareja puede elegir como amante a una persona diametralmente opuesta a su cónyuge, conservando a su pareja como objeto bueno. Este mecanismo explica aquellos casos en donde se busca un amante con el objeto de continuar idealizando la figura del cónyuge y descargar así, lo negativo en el otro. Esto es frecuente, en personas que comparan la relación sexual con actividades excretoras y pueden entonces "desahogarse" con prostitutas, conservando en un buen concepto el nombre del "cónyuge decente".

Aquí también podemos encontrar, según Streaun un tipo de masoquismo o sadismo encubierto. Ambos tipos de patología, pueden ser "causa" de una relación extraconyugal, que puede servir para castigarse mediante la autodenigración o bien, castigar y denigrar al otro. Lo anterior remite a la satisfacción de la necesidad de perder o de ganar que tienen algunas personas y que depende de lo que para ellos implique la relación extraconyugal positiva o negativamente hablando.

En este sentido, hay que mencionar otro tipo de relaciones extramaritales en donde la genitalidad no es lo más importante tanto como la necesidad de sentirse escuchado y atendido por otra persona.

Partiendo del supuesto de que toda pareja necesita cierto grado de dependencia, dada la necesidad de adecuar los roles; pueden encontrarse ciertas "desviaciones" respecto a la dependencia como el caso de individuos que tienen amantes cuando sienten que el cónyuge amenaza su independencia y autonomía y que tienen miedo a quedar atrapados, en este sentido, se observan sujetos que una vez que el/la amante inicia sus exigencias, buscarán nuevamente otra relación que los "salve" tanto del cónyuge como del amante "devorador" o bien, pueden mantenerse así para evitar ser absorbidos por ambas. Esta situación incluye el mito de "don Juan" en quien cabría la interpretación psicoanalítica del "miedo a la fusión" puesto que al relacionarse con muchas personas, la persona no puede involucrarse con ninguna.

Respecto a los límites de la pareja, es necesario que se establezca cierta independencia y autonomía respecto a las familias de origen. Cuando esto no se logra, Streaun menciona que la búsqueda de un amante se inicia, con el objeto de saciar la necesidad de encontrar imágenes paternas. Esta conducta alude a una regresión de tipo adolescente en donde, por medio del amante se evitan responsabilidades tanto de dependencia como de apoyo hacia el cónyuge.

Puede suceder también, que la infidelidad ocurra para satisfacer la necesidad del enamoramiento. Como con el cónyuge la luna de miel llega a término, podemos encontrar sujetos para quienes es necesario estar continuamente en la etapa de idealización y de fusión para sentirse amados.

Tordjman menciona el factor curiosidad como motor para la relación extraconyugal, sin embargo, esto es tan amplio y tan ambiguo que no nos explica el por qué en personas consideradas curiosas pueda no darse esta actitud, además de que sería ingenuo desconocer el enganche que se establece, amantes o cónyuges, para que una persona se relacione con otra.

También es importante subrayar el hecho de que la infidelidad puede darse como consecuencia de la desconfirmación del otro o como intento de "salvarse" de una relación asfixiante.

Igual que el dinero, los hijos, las propiedades, etc., manifestaciones del poder en la pareja, la posibilidad de ser más atractivo y de tener mayores potencialidades sexuales y atracción hacia el sexo opuesto, es otra ostentación de poder en la pareja.

A partir de las supuestas "causas" de la infidelidad, habrá que tener en cuenta el papel que desempeña el otro. Hay situaciones en las que el cónyuge es quien, por problemas sexuales, defensas, etc., estimula abierta o encubiertamente a su pareja para que tenga relaciones extramaritales, en el caso de que a la pareja le produzca angustia y rechazo.

Se pueden encontrar infidelidades homosexuales o bien encubrirse una homosexualidad latente permitiendo que el compañero tenga relaciones sexuales con otra persona.

El conocimiento de la relación

Abordamos ya, algunos factores predisponentes para que la infidelidad ocurra, sin embargo, intentaremos ahora elucidar las consecuencias que la infidelidad trae en la pareja, pues contrariamente a lo que se piensa la infidelidad no es causa de la ruptura de la pareja.

Independientemente de que el cónyuge "engañado" se entere o no, y sin perder de vista que la confesión suele llevar gran carga de hostilidad, aunado a las diferentes fases por las que atraviesa el cónyuge, víctima de la infidelidad, después de "conocer la verdad", este tema puede consolidar la relación siempre que se hable del por qué y no del cómo, pues la pareja podrá estrechar aún más sus lazos. Es necesario iniciar la metacomunicación y salir del estereotipo de engañado contra engañador para superar la crisis.

En opinión de Rogers, la infidelidad puede ser sólo una de tantas modalidades del matrimonio, él describe parejas que están de acuerdo ya sea en cambios de parejas sexuales o en aceptar el idilio del cónyuge con otra persona. Menciona diversos tipos de reacción que van desde la indiferencia hasta la cólera más abrupta y la consiguiente ruptura.

Aunque la infidelidad no es el factor desencadenante para el divorcio, confirma lo dicho por Tordjman respecto a que es una gran prueba para la educación tradicional a la que estamos sometidos.

Sin embargo, Rogers menciona que, a partir del conocimiento de las relaciones extraconyugales del cónyuge, la satisfacción sexual puede aumentar debido a la gran carga erótica que esta situación posee.

Por otro lado, las relaciones extramaritales no siempre son duraderas. Hay aventuras que no amenazan a la pareja pues se basan en el supuesto efímero de su existencia.

Caruso menciona que ningún amante está psicológicamente preparado para enfrentar a la sociedad haciendo de su amor ilícito algo público. Así, todos los amantes serán boicoteados por su estructura super yoica que les prohíbe salirse de los cánones de las morales establecidas.

Para Caruso, el amor de los amantes está cargado, desde un inicio, del impulso de muerte, pues los amantes aceptan que su relación es sacrificable, que tiene que ser dolorosa y tormentosa, resignándose a gran dosis de dolor y muerte. Lo anterior explica conductas suicidas de los amantes después del rompimiento.

De lo visto hasta ahora, resultaría ingenuo pensar que el hombre tiende más hacia la infidelidad que la mujer o bien que las mujeres que trabajan tienen mayor posibilidad de relacionarse extraconyugalmente que aquellas que no trabajan pues pensando así, perdemos de vista a la pareja; pues recordemos que también el otro toma parte activa aún en la "pasividad" más exigua.

¿Es la infidelidad índice de salud?

Respecto al problema de si un individuo adúltero puede ser considerado sano o no, Streaun supone que "un matrimonio feliz consta de dos seres humanos felices", en este sentido, si bien acepta que la relación íntima conyugal es un catalizador para que surjan las patologías individuales, dada su múltiple necesidad de satisfacer necesidades arcaicas, concluye que, desde el punto de vista psicoanalítico, la patología y las necesidades de satisfacción infantil son las que hacen propicia la relación extraconyugal. Considera que un individuo, para ser feliz, no necesita de aventuras ni de la poligamia.

Hay que tener presente que la fidelidad no es síntoma de felicidad, ni de salud; podría hablarse del tipo de matrimonios simbióticos descritos por Scheffen, en donde las relaciones bipersonales regresivas se tornan tan asfixiantes que un amante, aunque utópico pensarlo en esas relaciones, resultaría deseable, por lo menos para "movilizar" dicha simbiosis o bien el cerco de goma que muchas familias poseen.

Tordjman considera al adulterio "... una verdadera prueba de fuego de la pareja: destruye aquellas en las que falta amor, y consolida las demás".

Así, más que buscar patologías, habrá que pensar que la infidelidad puede ser un síntoma de la larga serie de crisis por las que atraviesa la pareja y la funcionalidad, en vez de morbosidad, estará dada por la manera en que la pareja pueda comunicarse y superar la crisis.

Por otra parte, ¿qué hay de los engañados que niegan o no ven lo que su mundo les presenta?, ¿cuántos matrimonios existen en donde la infidelidad es lo acostumbrado?

En mi experiencia clínica, he podido observar que las parejas reaccionan a la infidelidad con algún tipo de conducta infiel (hablando con el ex novio, el ex marido, el compañero de trabajo, o bien devuelven la infidelidad). La pareja siempre subpercibe el engaño y la infidelidad pues se alteran ritmos, economía, sexualidad y los hombres se muestran totalmente intolerantes ante la "invasión" de la esposa a sus centros de trabajo.

En general, es muy tolerada la infidelidad masculina pues existen creencias que la sostienen tales como pensar al hombre más potente, con mayor necesidad sexual. He aquí una gran paradoja, pues se utiliza un argumento biológico para sostener un mito social, me refiero a aquello que el hombre debe ser: fuerte, racional, mujeriego, con éxitos más sociales públicos que privados y que se justifique su "sexualidad biológica".

La decencia del hombre no se altera por ser adúltero, al contrario, si mantiene a la amante hace alarde de su capacidad económica, sexual y social tradicional en cuanto al rol de macho.

Contrariamente, si la mujer es la infiel, son las mismas mujeres quienes atacan esta conducta, con comportamientos como la segregación y la denuncia al "pobre cónyuge engañado". Además que en las mujeres surge un autocastigo al ser infieles pues es contrario a la imagen pública de ser decentes. También es una manera de agredir pasivamente, de defenderse ante la devaluación de sus cónyuges pues para las mujeres es muy importante ser bellas y deseables a los ojos del otro.

La infidelidad a pesar de ser "tan común" es un choque contra la integridad, todos tenemos una opinión al respecto y si nunca la hemos padecido o la hemos percibido, pensamos que pondremos fin a la relación. Sin embargo, una vez que se descubre viene el choque emocional, el estallido de cólera, la humillación y la devaluación del sujeto engañado. Pero la ruptura no aparece, entonces se forman dobles mensajes. El infiel quien cae en el arrepentimiento primero se justifica y después exige que se le respete su tiempo y su libertad.

Por su parte, el cónyuge engañado se vuelve suspicaz y anda tras cualquier pista que le asegure que la relación extramarital llegue al fin. Caen en un círculo vicioso pues aumenta su dependencia en la medida en que su conducta depende por entero de "descubrir la verdad", pero ésta nunca llega por más que llegue a haber enfrentamientos con el/la amante.

El cónyuge engañado, se compara con el/la amante en físico, poder, dinero, inteligencia y muchas veces llega a identificar al amante mediante el teléfono, domicilio, trabajo, etc.

Son devastadores los efectos que estas pesquizas producen en el engañado pues éste se sitúa de inmediato en un rol inferior y sin guía social alguna. Es notorio que no existan soluciones o fórmulas sociales para enfrentarlo el conflicto y éste sea llevado a la sombra de la sociedad, se piensa que eso no puede pasarnos nunca, que las mujeres/hombres que lo padecen son unos tontos, que el amor es para toda la vida o al menos hasta que la muerte los separe. Siempre es al otro a quien le sucede pues es una especie de muerte.

Los engañados, por su parte atraviesan situaciones inéditas como la duda entre lo prohibido, lo permitido, lo bueno y lo malo. No hay guías satisfactorias acerca del plan de acción, ya no resultan satisfactorios los modelos de las mujeres que aguantaban al hombre "hasta que la muerte los separe", aunque continua existiendo una marcada dependencia psíquica y social hacia el otro. En hombres y en mujeres hay incertidumbre acerca del futuro, del dinero, de la posición, de los ataques masculinos respecto a la renuncia del estatus social actual.

Hago énfasis en el sufrimiento de las mujeres porque muchas veces la infidelidad de los hombres ocurre dentro de un gran contexto llamado violencia familiar, en donde "el hombre fuerte" manipula a la "mujer débil" y una manera de hacerlo es mediante la vejación de que su compañera tiene poco valor y utiliza las aventuras extramaritales como una especie de derecho que el género le otorga. En cambio, ante la menor sospecha de muchos hombres, de conductas de supuesto coqueteo por parte de su pareja, viene el hostigamiento o los golpes. Esta si es una situación social "tradicional", más común de lo que se piensa y genera patologías en la medida en que ni el hombre ni la mujer se desarrollan, más bien viven en un círculo vicioso, acrecentado por el aislamiento, dadas las ligas estrechas entre ambos.

Otra causal de infidelidad femenina es el abandono a que son sometidas las mujeres por sus cónyuges, ha aumentado el número de esposos adictos al trabajo, que descuidan a su pareja y que perpetúan y ponderan los éxitos laborales sobre los emocionales. Los hombres, en su opinión son el apoyo de la familia, pero a veces sólo se centran en lo económico y ante la demanda de la mujer, sostienen que ellos llevan la carga más pesada "al enfrentarse al mundo".

Retomando a Rougemont, habría que cuestionar la posibilidad de que el matrimonio en occidente ofrezca alternativas ante la paradoja en la que se funda, observamos que es la educación y el consiguiente prejuicio lo que impide todavía hablar de la infidelidad como algo sino sano, al menos frecuente en muchas parejas y hablarlo de manera abierta y responsable.

También creo que la distinción hecha por Rougemont se basa más en una amor romántico que en el "amor real". El amor real no es ni la felicidad, ni la pasión sino la compañía y la colaboración entre dos géneros a fin de crecer (lo cual duele) y de solucionar conflictos, incluida la infidelidad, lo anterior no siempre se logra, pues existe el prejuicio que discutir es pelear, que la diferencia es fricción y dificultad o bien enemistad y de que todos, hombres y mujeres lo sabemos todo. (Aunque ellos un poco más).

El tipo de estudios que se han realizado acerca de la infidelidad resultan limitados para la complejidad del fenómeno que, como vimos es multicausal y, los datos reportados en México, por el INEGI, son datos oficiales, dichos a una autoridad legal, quien tiene preconcebidos los tipos de divorcio (necesario y voluntario), aparte de no incluir a las parejas que viven en unión libre, lo cual reduce de manera considerable los factores a ser estudiados, entre ellos las emociones, la subjetividad, el aislamiento y la poca seriedad que las autoridades oficiales dan a este problema, pues se subestima "a la vieja loca" o se ignoran los terribles sufrimientos de la figura cómica del "cornudo" incapaz de llevar los pantalones de su casa.

En síntesis, las pruebas legales sobre la infidelidad en México resultan imposibles (se necesitan fotografías de los amantes, realizando el coito) y no pasan de ser una nota roja, o una nota rosa.

Por ello muchas personas que tramitan el divorcio ni siquiera mencionan el dato, ya que podrían ser acusados de difamación y en este sentido las estadísticas en la práctica clínica, nos son de poca utilidad.

De acuerdo con Giusti, para la ruptura del vínculo matrimonial, se puede considerar suficiente: la pérdida de intensidad y calor emotivo, la insatisfacción sexual, la desaparición del placer de estar juntos, la pérdida de comunicación y es poco frecuente en cambio, que las parejas se disuelvan por culpa del amante, a veces éste sólo vienen a reforzar la relación

En la infidelidad se intenta obtener la satisfacción de carencias que no fueron satisfechas en el matrimonio, sólo se asegura el fin real de la separación, de donde la infidelidad pasa a ser el escape de un estado incierto e insatisfactorio, más que una alternativa real a un matrimonio acabado.

CONCLUSION

La infidelidad es uno de los tantos síntomas que enfrenta la pareja en crisis y no puede explicársele desde un punto de vista causalista.

Es un tema sujeto a polémicas porque en él confluyen infinidad de valores, actitudes, prejuicios y estereotipos.

Desde el punto de vista "patológico", esta conducta lo será toda vez que sean conductas repetitivas y estereotipadas que impidan el desarrollo de la pareja y/o de cada uno de los cónyuges en su propia vida y en su relación. Sin embargo, no hay que olvidar el hecho señalado por Lemaire de que es incierto pretender hablar de la pareja o de la familia como el estado ideal, ya que existen personas que necesitan estar solas o que así pueden funcionar mejor. Aunque aquí en México es muy mal visto tanto hombres solteros (bajo sospecha de homosexual) como de mujeres solteras (amargadas y quedadas, de poco valor).

Más que pretender hablar de la "crisis de la pareja" porque este tipo de conducta afecta a lo socialmente esperado, habría que concientizar a la población de que este tipo de procesos son comunes durante las crisis a las que toda vida está sujeta. A pesar de lo anterior, habría no obstante, que desempolvar las ideas "caducas" del amor socialmente esperado. De acuerdo con Lemaire, a la pareja, son cada vez más numerosas las tareas que se le recomiendan, desde funciones económicas y sociales así como afectivas, en donde intervienen muchas partes primitivas y arcaicas de la personalidad que no son siempre placenteras para la convivencia. Así, el autor afirma que, efectivamente, la pareja está en crisis, pero no una crisis en la que tienda a desaparecer como institución, sino como una unidad que tiende a satisfacer mayor número de exigencias dentro de un marco económico y social cada vez más problemático que limita el tiempo de convivencia de la pareja.

Yo agregaría, respecto a la crisis de la pareja actual, que hay una incertidumbre acerca de lo que genéricamente el hombre debiera ser, pues éste se ha definido como lo opuesto a la mujer y al existir mujeres en lugares públicos (antes limitados a los hombres) son las mujeres muchas veces quienes sostienen a la familia, quienes ganan más, las de mayor escolaridad, las de mayor vida social, etc. Entonces la fuerte imagen del hombre preocupado por la vida pública y por realizar "las labores más importantes" se ve debilitada.

Sin embargo, hay que ver a la pareja como un sistema, en el cual de no cubrir las necesidades de sus miembros en el plano sexual, económico, de roles, de comunicación, etc., podrá darse algún tipo de relación extramarital que ponga su vida en peligro; pero, si a la inversa, vemos a la infidelidad como causa de una ruptura, perdemos de vista a la pareja como totalidad, porque la no satisfacción de los miembros puede traer como consecuencia no sólo la infidelidad, sino también la rigidez de los roles, la falta de comunicación, y lo más dañino, la violencia familiar.

Además, como ya se mencionó, en la elección de compañero operan no sólo factores conscientes y amorosos, sino también causas inconscientes y factores externos, los cuales influyen de manera efectiva en la decisión de hacer vida en común la cual no siempre puede ser tomada cuando la persona se haya consolidado como persona adulta y madura en toda la extensión de la palabra.

BIBLIOGRAFIA

1. CARUSO, I. La separación de los amantes. Siglo XXI. México, 1982. 10a. edición
2. ROUGEMONT, D. Amor y occidente. CONACULTA, México, 1993

3. STREAN, H. La pareja infiel. Un enfoque psicológico. Editorial Pax-México, 1986
4. LEMAIRE, J. La pareja humana: su vida, su muerte, su estructura. FCE. México, 1986
5. TORDJMAN, G. La pareja, realidades, problemas y perspectivas de la vida en común. Ed. Grijalbo. México, 1989
6. ALVARADO GONZALEZ, E. Aproximación al estudio de la percepción interpersonal (estudio comparativo en matrimonios y divorcios). Tesis licenciado en Psicología, UNAM, 1970
7. FREUD, S. Introducción al narcisismo. Biblioteca Nueva. Madrid, 1981
8. ROGERS, C. El matrimonio y sus alternativas. Kairós. Barcelona, 1973
9. SLUZKI, C. (compilador). Psicopatología y psicoterapia de la pareja. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires, 1975
10. GIUSTI, E. El arte de separarse. Edit. Alhambra Mexicana. México, 1982
11. CORSI, J. Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención. Paidós, Argentina, 1995
12. CORSI, J. (compilador). Violencia familiar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social. Paidós. México, 1995. 1a. reimpresión.

La infidelidad da mayor placer

Mi padre abandonó a mi madre y se fue con otra mujer;
incluso después tuvo otras amantes. Uno crece con esa cultura...

Por Alvaro Ramírez Velasco
Fotos: Iván Bustamante

"Algunos somos infieles porque con las amigas podemos hacer cosas que con nuestra pareja habitualmente no", reconoce Joaquín, joven de 30 años entrevistado por Voz Pública.

-¿A qué edad comenzaste tu vida sexual activa?

-Como a los 16 años.

-¿Cuántas parejas sexuales has tenido desde entonces?

-No llevo la cuenta exacta, pero no han sido muchas: cinco o seis.

-¿Te consideras promiscuo?

-No, porque siempre lo hago con amigas y con mis novias. Sólo con ellas me doy el acostón. No ando buscando el sexo con cualquiera. ¡No voy a La Merced a buscar prostitutas! Para mí promiscuo es andar pensando todo el día en el sexo, y si no tienes una pareja disponible, irte con las putas o al cabaret.

-Pero tampoco eres fiel

-Tampoco. Pero es por la misma cultura machista que tenemos. Mi padre abandonó a mi madre y se fue con otra mujer; incluso después tuvo otras amantes. Uno crece con esa cultura de que el hombre es infiel por naturaleza y está aceptado. Sí soy infiel, pero a mi esposa no la dejo.

-¿Por qué?

-Porque la quiero.

-¿Entonces por qué le eres infiel?

-La verdad es que uno como hombre ve tantas cosas... películas pornográficas, eróticas. Volteas a ver a la esposa, y crees que no puedes hacer en la cama con ella lo que harías con una amiga. La esposa tiene otro concepto de lo que es el sexo: lo conciben muy romántico. Pero para las posiciones y cosas así, pues no hay confianza para pedírselo. Puede que te manden a la chingada y te consideren un cochino. Con las amigas no hay problema, hay más libertad.

Los nervios de la infidelidad

Dice que otro factor importante de la infidelidad es "la adrenalina, los nervios" que se sienten. "Dices, 'no me vayan a ver por aquí', cuando sales o entras a un hotel. No te vayas a encontrar a un familiar de tu esposa; algo de eso hay", es emocionante.

-¿Te cuidas durante tus relaciones?

-Sí, conozco toda la información sobre el uso del condón. Ya casi nadie se avienta así como así. Precisamente con la propagación del SIDA y otras enfermedades, todo mundo toma sus precauciones.

-Y si alguna de tus amigas te pidiera que dejaras de usarlo porque así le gusta más ¿lo harías?

-Bueno, si es una persona limpia y no anda acostándose con uno y con otro, y además la conozco hace tiempo, pues sí. No se ha dado el caso. Por el contrario, si es una chava que acabo de conocer y ya en la noche me dice que lo hagamos sin condón, no.

Uno se va educando conforme creces

Joaquín asegura que en México no hay educación sexual, sino que "uno se va educando conforme creces, cuando comienzas a salir con las chavas y empiezas a conocer lo que es el sexo, el embarazo, la enfermedades, etcétera".

No obstante, reconoce que hoy los jóvenes están más informados que antaño, cuando se creía que a los "niños los traía la cigüeña".

"En mi casa -continúa- no se hablaba de sexo, era un tema tabú. Supongo que los padres más jóvenes sí son abiertos, sobre todo por los riesgo que corren sus hijos si son mal informados: enfermedades, SIDA, embarazos no deseados..."

Lamentablemente, muchos padres no están muy bien informados, por lo que más que una buena educación sexual, lo que ofrecen a sus hijos es orientación, información.

En los medios de comunicación, sostiene, es escasísima la información que se da, porque son pocos los programas al respecto en la televisión, como Escuela para padres, del Canal 11, y otros similares en el Canal 22. "De ahí en fuera todo lo que vemos es sexo con violencia".

Lamenta que los niños y adolescentes que ven este tipo de programas "aprenden que a la mujer hay que obligarla a tener relaciones, con golpes o sin ellos, por lo que crecen con esa idea y cuando se casan actúan así. Creen que por ser hombres deben obtener lo que quieran y cuando quieran".

-¿Tú eres así con tus parejas?

-No, a mí me gusta que todo sea porque ellas quieren, nunca las obligo.

Añade que en la escuela la información es peor que en la casa y en los medios de comunicación, porque los maestros encargados de impartirla tienen los mismos complejos y tabúes que los padres, pero con la diferencia de que no le están hablando a sus hijos, sino a unos extraños.

"No me imagino a una maestra explicando la menstruación a sus alumnos de secundaria; o a un profesor exponiendo cómo es una penetración. Ellos también se sentirían cohibidos, sobre todo ante los estudiantes del sexo opuesto. En México no, definitivamente no se puede todavía".

Por todas esas inhibiciones nos hemos convertido en una sociedad hipócrita. Basta abrir algunos periódicos para ver la cantidad impresionante de prostíbulos, los famosos "masajes" que se ofrecen.

"¿Cuántos tables dance hay en la Zona Rosa y por toda la ciudad. Eso demuestra que somos hipócritas, porque casi todos tenemos cola que nos pisen, pero no nos gusta hablar de ello.

Quienes no van con las prostitutas, tienen amantes o terminan dejando a la esposa por otra mujer que se vio más viva, o es mejor en la cama".

Lo bueno es que ahora ya todos tenemos por lo menos una idea de cómo protegernos. "Antes era difícil que uno entrara a una farmacia a comprar un condón. Luego luego el dependiente te veía como si fueras un asesino, sobre todo si eras muy chico; ahora es diferente. Qué bueno, porque cuánta gente más adquiriría SIDA".

EL FIN DE LA INFIDELIDAD **Un documento de Web Swingers en México.**

• El Movimiento Swinger y el Adulterio

Es tiempo de quitarse la máscara. Reconozcámoslo; desde tiempo inmemorial ha existido la infidelidad dentro del matrimonio o relación de pareja.

No importa lo que digan las religiones, la moralidad o las costumbres "decentes" de una u otra época, la verdad es que ha sido común que en una pareja, casada o no, alguno de los integrantes acabe por decidir en cierto momento ir en busca de algo que satisfaga un apetito que, siendo natural, ha sido por lo regular considerado como pecaminoso o inconveniente y que por muy diversas razones (hastío, incompatibilidad, diferencia de temperamento, etc.) no encuentra en la pareja. Esto antes era mucho más cierto en los varones que en las mujeres aunque ahora las mujeres no se quedan atrás.

Esto ha dado lugar a comedias, dramas, tragedias e incluso guerras (léase La Iliada)...pero ya al inicio de un nuevo milenio que se viene significando por avances insospechados en todas las áreas de la vida humana, ¿podría quedar este punto sin discutirse o abordarse?

Y lo contradictorio: Los puritanos y moralistas defienden el concepto tradicional de la fidelidad - aunque muchos, en realidad, la infrigen hipócrita y subrepticamente- como quien defiende un derecho a la propiedad; es decir, el ser "amado" es en realidad, visto como una cosa que no puede ser prestado o dado a otro porque pierde valor; se "desvirtúa"... Por otra parte, si dos seres desean comprometerse a llevar una total y absoluta fidelidad del uno hacia la otra -y viceversa- de por vida, nadie puede negar que es algo plausible e incluso admirable, siempre y cuando esa fidelidad se dé también en total y absoluta libertad.

Pero la realidad cotidiana es otra; en nuestra sociedad, se obliga a los jóvenes, al momento de contraer matrimonio, a intercambiar votos de por vida a una edad en la cual muchas de las ideas y nociones no están totalmente afirmadas y mucho menos libremente escogidas, sino que más bien obedecen a la educación, costumbres y presión social.

Pero la gente cambia con el paso de los años y con la vida, y lo que pensaremos mañana no es exactamente lo que pensamos hoy.

¿Qué hacer entonces con un compromiso que llega a convertirse en una tediosa y pesada carga? Es cuando muchos optan por una salida que de entrada, ellos mismos han catalogado como inmoral: el adulterio, el engañar a la pareja.

Es aquí donde entra a escena el movimiento swinger, el movimiento de la amplitud de movimiento, valga la redundancia, en la conducta sexual de las parejas y matrimonios. Porque una consecuencia

natural de adoptar esta moral diferente y con ella el estilo de vida que lleva aparejado es el fin de la infidelidad. Y con ella, termina también el adulterio.

A algunos les sonará extraño, pero el verdadero swinger aborrece el adulterio. Adulterar (del latín *adulterare*=alterar, falsificar, deshonestar) es cambiar de manera ilegítima y unilateral la naturaleza, el sentido verdadero de algún compromiso anterior; existen pactos sagrados como son la amistad, la paternidad o maternidad y por supuesto el matrimonio. Cuando alguno de los cónyuges violenta la palabra empeñada ("te seré fiel, no tendré contacto carnal con nadie que no seas tú") cae en adulterio, y esto no solo abarca la parte sexual de la pareja sino que puede comprender cualquier punto que ambos acuerden y pacten, así sea el no bailar o ir al cine con quien no sea la pareja. Pero ¿qué sucede cuando este pacto es revisado y ambos cónyuges llegan a un nuevo acuerdo, donde se contemple, se respete y acepte la verdadera naturaleza de cada quien, sin engaños, sin dobleces? El adulterio no es tal.

• **El Fin de la Infidelidad**

EL VENENO DE UN HOMBRE ES UN TESORO PARA OTRO HOMBRE Donde unos solo encuentran motivo para tragedias, matrimonios rotos y sufrimiento interminable, otros hallan motivo para placer mutuo y mayor unión dentro de la pareja.

Casi por definición lógica, el o la swinger es alguien que disfruta al máximo de su libertad, ejercida ésta con total respeto a la integridad de los demás, comenzando por la propia pareja.

Al poner la moral donde debe estar, en el corazón y en la mente, y quitarla de la zona genital y de el sistema endocrino, el movimiento swinger comienza por aceptar las inclinaciones naturales de cada persona humana, sin detrimento en lo absoluto de la ética.

Cuando un matrimonio o pareja comienza a platicar abiertamente entre ellos de sus preferencias, inquietudes y fantasías sexuales es cuando se genera una empatía total entre ambos cónyuges o novios, porque al aceptar de frente a la pareja sus propios apetitos e inclinaciones, acaba por aceptar los de su consorte.

Y como consecuencia, es ahí cuando viene el fin de la infidelidad.

• **Un Nuevo Acuerdo**

Así como tenemos gustos y apetitos diferentes en otras cosas, en lo sexual no todos sentimos el mismo impulso sexual y muchas veces descubrimos que ese ser con el cual tanto conectamos en zonas muy variadas del acontecer humano, en otras simplemente tendemos a ser divergentes y manifestar preferencias distintas.

Y está la otra vertiente para el enfriamiento de las relaciones de pareja: El aburrimiento.

Por mucho que a una persona le agrade algo, si eso le es dado una y otra y otra vez, fatalmente llegará el momento que busque -muchas veces sin decir nada a la pareja- una diversificación de eso que tanto le ha agradado, sin que ello signifique que lo rechace totalmente o que le haya dejado de gustar.

¿Para qué esperar todo esto? Lo razonable es conversar, razonar...y ponerse de acuerdo.

Al replantearse las cosas, ya ante la evidencia de la verdadera naturaleza íntima de ambos cónyuges, no solo es factible sino que se vuelve deseable el llegar a un nuevo acuerdo, a un pacto que realmente pueda ser respetado por ambas partes y es, a partir de ese momento, y de común acuerdo entre ambos cónyuges, cuando cualquier acto sexual de los dos aunque sea con una persona diferente se convierte intrínsecamente en una actividad de la pareja, sea ambos actuando activamente o uno activa y el otro pasivamente, pero tácitamente ambos siempre presentes por el simple hecho de que la "aventura" del esposo o esposa, es parte de un pacto, parte de un compromiso de amor, de aceptación y de entendimiento plenos.

Está, además, esa comezón de la curiosidad por lo nuevo, por lo diferente. Al fin y al cabo, el ser humano es explorador por naturaleza. Y algunas personas gustan de experimentar más que otras.

Como sucede en tantas otras cosas, lo inesperado, lo diferente y ¿por qué no? algo que resulte ser frescamente emocionante, suele ser la mejor receta para combatir el aburrimiento.

Al haber el permiso del cónyuge para explorar y expandir las fronteras de la sexualidad de cada quien, la infidelidad pierde razón de ser, se hace totalmente innecesaria.

En su lugar quedará la aceptación total del ser amado y es en ese momento cuando la promesa de buscar la felicidad de la pareja amada puede tornarse en realidad.

Claro, para derrotar esa moral anquilosada que ha precipitado a la hipocresía y al engaño a tantos hombres y mujeres, es necesario derrotar primero el malsano demonio de los celos. Muchas personas admiten abiertamente que los celos no son otra cosa que inseguridad, pero sin embargo, qué difícil ha sido para muchos despojarse de esa baja y enfermiza pasión.

Cuando la búsqueda del placer personal se basa en la búsqueda del placer del ser amado, no queda lugar para los celos, porque éstos son el síntoma más claro de un egoísmo que es incapaz de anteponer el bienestar de quien se dice amar; es decir, el amor a sí mismo es mucho mayor que el amor hacia la otra persona. Y eso no es verdadero amor.

Estrategias para ser infieles

Para ser infieles no es necesario que nadie os aconseje. Simplemente debéis salir de casa, coger a la primera vecina (o vecino) en edad de merecer y darle cuatro meneos en el ascensor. Pero mucho me temo que eso no es la infidelidad, eso es un recalentón que puede haceros saltar la junta de la culata en forma de rodillo de cocina golpeándoos una y otra vez en la cabeza. Para ser infieles hay que marcar un plan, conseguir un lugar discreto, música, flores, cena... Hay que trabajarlo.

Aquí van unos modestos consejos para que vuestra infidelidad sea mas fructifera o como menos un poco mas llevadera.

[Página Principal](#) | [Estrategias de Oriente](#) | [Estrategias de Occidente](#) | [Pensamiento de Oriente](#) | [Pensamiento de Occidente](#) | [Trucos Psicológicos](#) | [Seducción y Sexualidad](#) | [Librería virtual Libros para descarga por correo electrónico.](#)

DONDE PECAR

Existen multitud de lugares donde podéis disfrutar de vuestra infidelidad sin peligro de que vuestra pareja os vea en postura horizontal con alguien que no sea ella misma. Hablamos de

hoteles, por descontado. ¿Las ventajas de un hotel? Cuanto mas lujoso sea mejor será la impresión que causaremos. ¿Las desventajas? Cuanto mas lujoso sea mas dinero nos costará la broma. Pero lo que nosotros os recomendamos desde estas humildes páginas son los apartamentos por horas. Son muchísimo mas cómodos, discretos y baratos. Podéis encontrar teléfonos en cualquier periódico (en los anuncios clasificados)

Pero hagáis lo que hagáis nunca llevéis a la otra persona al domicilio marital y sobre todo nunca practiquéis el deporte de la infidelidad en el coche o en la playa. Por favor, podemos ser infieles pero todavía nos queda dignidad.

CON QUIEN PECAR

Podéis contactar con otros potenciales infieles en los chats. ¿Sabéis que es un chat? ¿NO? ¿Pero en que mundo vivís? Por el amor de dios. Veamos, un chat es un lugar donde hay gente que habla con otra gente y es relativamente fácil contactar con gente que busca lo mismo que vosotros. Aquí tenéis uno de los programas mas populares para chatear: el mIRC. Podéis probar en los canales de sexo (#sexo o #sexo_casadas) o de hecho en cualquier otro Canal de Amor porque puestos a ser sinceros el 99,99% de las personas mayores de edad que entran en los canales lo hacen para ligar. Otra manera de entrar en los chats sin necesidad de un programa especifico es hacerlo en los chats de las paginas webs mas importantes. Podéis encontrar varios en HispaChat, Terra, Pobladores, Ozú o Yahoo.

Otra manera de contactar con gente es utilizar los servicios de contactos que ofrecen muchas páginas. Son lugares (relativamente cálidos...) donde podréis encontrar personas que buscan marido, perro, bicicleta o solamente sexo (estos los que mas)

Si queréis contactar con otras personas (o con nosotros mismos) sin necesidad de revelar vuestra identidad podeís hacer servir mails anónimos como los de olemail, ozú, eresmas o yahoo

Si deseáis practicar el deporte de la infidelidad pero no encontráis a la persona adecuada (ni siquiera en los chats, en esta Federación o en el bar de la esquina) siempre podeís probar a contactar con una de esas personas que cobras por hacer sexo. Cierto es que hay menos cariño y cuestan dinero... pero que le vamos a hacer. Y por cierto, no os hagáis los distraídos: SABEIS PERFECTAMENTE DONDE ENCONTRAR A ESTAS PERSONAS.

CUANDO PECAR

Una buena coartada siempre es importante. No sirven coartadas del tipo "fui abducido por los extraterrestres" o "he tenido que aterrizar un 747 en Barajas con los motores incendiados". Siempre es mejor urdir una buena excusa que decir cuando llegamos tarde a casa. O si no podemos utilizar el viejo truco del rotulador: consiste en entrar en casa con un rotulador en la

oreja, cuando nuestro/a partenaire nos pregunte por el motivo de nuestra tardanza le decimos la verdad (que hemos sido infieles) y entonces nuestra pareja nos reprochará de la siguiente manera: "pero mira que eres hipócrita: si todavía llevas el rotulador del bingo en la oreja". De esta manera no habremos mentido y solamente nos llevaremos una mínima bronca.

El mejor momento para ser infiel es durante las horas de trabajo, pero eso no funciona a no ser que la otra persona sea un/a compañero/a de trabajo y los lavabos sean discretos. Así que lo mejor es decir que salimos al dentista o a pasar la ITV del coche, nos aliviarnos el cuerpo con otra persona y después volvemos al trabajo con cara de cabreo. Eso siempre funciona.

Tampoco debemos ser infieles en una noche de fiesta con amigos/as de por medio porque al final todo acabará descubriéndose y perderemos a nuestra pareja, al amigo y a la pareja del amigo (aunque esto último a veces sea de agradecer).

PORQUE PECAR

Porque da gustito y dispara la adrenalina. Simplemente. Menuda chorrada de sección, como si se necesitasen excusas para algo así...

COMO PECAR

Lo que no deben hacer ellos: ir vestidos con chándal, utilizar sandalias y calcetines grises, llevar una bolsa de plástico con una litrona y pica-pica, eructar y rascarse los genitales, decir una tras otra frases ocurrentes estilo Gran Wyoming, utilizar camiseta modelo "imperio abanderado", utilizar calzoncillos blancos, utilizar un palillo al acabar la cena y pinchar después una colilla de puro para fumársela mejor, hablar de fútbol, contar chistes guarros, rogar sexo oral nada mas cerrarse la puerta de la habitación del hotel, llevarla a ver una película de Stallone, imitar los sonidos de Pepe Rubianes, perder el anillo de boda, utilizar ropa interior comestible, hablar de fútbol, ponerse un peluquín (si somos calvos... mejor), hacernos pasar por escritores o productores de cine, poner un cassette de Camela en el coche a todo volumen, vestirse con una túnica en plan Rappel, preguntar si conoce a Leo Bassi.

Lo que deben hacer ellos: ponerse colonia cara (la mas cara de la tienda), vestir elegantemente, cortarse las uñas, cortarse el pelo, cortarse los pelillos de la nariz y de las orejas, reservar una mesa discreta en un restaurante caro, lavar el coche, cambiarse de calzoncillos, lavarse los dientes, citar a Antonio Gala, decirle a ella que esta guapísima (aunque sea una mentira de tamaño descomunal), pagar discretamente la cuenta del restaurante y del hotel, cogerla de la mano e interesarse por sus sentimientos, decirle que la volverás a llamar (aunque sea mentira).

Lo que no deben hacer ellas: Fumar como un carretero, reír como una gilipollas adolescente, vestir con pantalones, hablar de niños, hablar de Cristina Almeida, pintarse las uñas de negro, hablar de tu familia o preguntar por la familia de la otra persona, cogerle de la mano, utilizar ropa interior de la abuela, hablar de los novios que tuviste, decir que te duele la cabeza, tener la regla, preguntarle si ha leído algo de Luis Antonio de Villena, hablar de la prensa rosa, mencionar lo que gana al año (que será mucho más que el).

Lo que deben hacer ellas: Depilarse, usar medias negras y vestido de tirantes (no al mismo tiempo), interesarse por la potencia del coche de el, acariciarle la nuca, ofrecerle un masaje, decirle lo grande que tiene el miembro, tomar sesiones de rayos uva antes del encuentro, utilizar ropa interior roja y negra, calzarse con tacones, decirle que es el primer hombre con el que es infiel a su esposo.

ARGUMENTOS PARA LA INFIDELIDAD

Argumentos a favor

- Es "in".
- Da "gustito".
- Conoces gente.
- Lo puedes contar a los/las amigos/as y no está mal visto (sino todo lo contrario).
- Si cometes infidelidad con alguien famoso/a o tu mismo/a eres famoso/a puedes vender la exclusiva y ganarte unos dinerillos.
- Si eres de edad algo avanzada, ser infiel con alguien menor puede ayudarte a sentirte mas joven y aumentar tu ego.

Argumentos en contra

- Te pueden pillar (o puedes pillar).
- Pueden surgir hijos no deseados o maridos/esposas no deseados/as.
- Los hoteles son mas caros que tu cama.
- Hay que ducharse antes y después.
- Te pueden excomulgar.
- Tienes que hacer auténticos esfuerzos por recordar el nombre de la persona que te ayuda a ser infiel.
Puedes perder mas de lo que estabas dispuesto/a a perder.

Como lograr que tu pareja no te sea infiel

A nadie le gustaría descubrir que su pareja le es infiel, sin embargo, más de uno es un verdadero experto a la hora de generar el caldo de cultivo justo para empujar a su media naranja a la tentación. Te contamos como evitarlo: ¿Crees que la infidelidad se puede perdonar o que determina el fin de la pareja?

Sin duda lo deseable en una relación de pareja es que ni seas ni te sea infiel. Claro que es fácil decirlo, pero ¿Sabes como lograrlo?

- La regla de oro es: evita los celos. El primer error es manifestar celos desmedidos. Lo único que lograrás es que tu media naranja confirme que es capaz de ir por la vida rompiendo corazones.
- No menosprecies a los amigos de tu pareja, sólo la empujarás a que intente profundizar esa relación que tanto te molesta para demostrarte que esa persona que tu desestimabas es mejor de lo que pensabas y...quién dice que de tanto ahondar en la amistad no termine en algo peligrosamente íntimo.
- No exongas frente a tu pareja que alguien te parece realmente atractivo/a. Sólo lograrás que tu media naranja haga lo mismo y finalmente clave los ojos en una persona que realmente valga la pena conocer.
- No le comentes las relaciones extramatrimoniales de tus compañeros/as de trabajo. Quién te dice que tu pareja no se vea tentada a imitar todo lo que le han contado.
- No tortures a tu pareja diciéndole lo que harías si lo "pescas" siendo infiel. Sin notarlo estarás dando por sentado que el desliz puede ocurrir.
- No olvides nunca ese dicho que asegura: "ojo por ojo, diente por diente". Ten presente que si decides ser infiel, tu pareja puede tomar el toro por los cuernos y vendrá la represalia.
- No descuides ciertos detalles como recordar las fechas de aniversario. Todos apreciamos ese tipo de gestos y sin duda fortalecen el vínculo.
- Si tu pareja elogia reiteradamente las virtudes de otro, analiza si eres capaz de igualar a esa persona. Ten presente que en este tipo de comentario generalmente "te recuerda" lo que quisiera encontrar en ti.
- Si notas que tu pareja está más guapo/a que de costumbre, no cometas el error de preguntarle para quién se arregla. Da por sentado que es para tí y evítale la culpa que le generaría tu comentario fuera de lugar.
- No dejes de decirle a tu pareja que te sientes muy feliz por lo que habéis conseguido juntos.
- Planifica con tu pareja a largo plazo. Eso reafirma el vínculo, generando seguridad y confianza.
- Escucha a tu pareja, el diálogo suele ser el mejor camino para salvar diferencias y mejorar la relación.

Confesar una infidelidad

Sin duda confesar una infidelidad no ha de ser sencillo y hacerlo es, después de todo, una decisión personal. Claro que a la hora de evaluar los pro y los contra para decidir o no dar este paso, es inevitable que aparezca el miedo al castigo, a ser abandonada y a no ser perdonada.

Estas son, justamente, las tres razones por las cuales la mayoría prefieren atesorar el secreto y convivir, en la mayoría de los casos, con la culpa por haber engañado a la persona que los ama.

Pero sin lugar a duda, quien llegó a esta situación y se enfrenta a esta problemática está lejos de ser una víctima, pues quien ha decidido ser infiel ha tenido la posibilidad de elegir y, por lo tanto, es responsable de sus actos.

Cada uno sabrá cuales son los atenuantes a tener en cuenta en su caso particular, y probablemente, estos sean determinantes a la hora de decidir o no abrir un diálogo maduro con su pareja para hablar de lo sucedido.

Lo cierto es que más de una vez optar por el silencio resulta más nocivo que correr los riesgos que trae aparejada la verdad, pues sostener una mentira requiere de una gran energía y no todos están preparados para vivir con esta pesada carga.

¿Perdonarías una infidelidad?

La consultora española Topetest realizó un estudio para averiguar si quienes están en pareja son capaces de perdonar una infidelidad. Los resultados son los siguientes:

- Menores de 35 años: el 65% de los encuestados respondió con una negativa, mientras que el 32% dijo sentirse capacitado para perdonar un desliz de su pareja.
- De 35 a 49 años: el 57% no está dispuesto a perdonar una infidelidad, mientras que el 33% dijo poder perdonar a su pareja.
- De 50 a 64 años: el 59% no está dispuesto a perdonar una infidelidad, mientras que el 29% dijo poder pasar por alto el episodio.
- Más de 65 años: el 53% dijo no poder perdonar una infidelidad, mientras que el 40% de los encuestados asumió ser capaz de perdonar.