

FORMACIÓ RELACIONS SEXO-AFECTIVES

Comissió Antipatriarcal-Arran

Índex

1. Introducció.....	3
2. Cap a unes relacions lliures i no coercitives.....	4
3. Reflexió i preguntes.....	8
4. Contra el amor.....	9
5. Reflexió i preguntes.....	14
6. Micromachismos.....	15
7. Reflexió i preguntes.....	29
8. Relacions sexoafectives: present, passat i futur...una història per construir.....	31
9. Reflexió i preguntes.....	37

1. INTRODUCCIÓ

En aquest nou llibret de formació que des de la comissió Antipatriarcal enviem a la resta de la militància volem tractar tot el que envolta les relacions que establim entre nosaltres, tant a nivell de parella com de companyes de militància.

La manera en la que construïm les nostres relacions i com ens comportem dintre d'aquestes és un clar exemple de com el sistema patriarcal imposa rols i pràctiques, molts cops normalitzades i invisibilitzades, a les persones, per tal de perpetuar-se i mantenir-se. Quan parlem d'independència i socialisme, les nostres pràctiques i el nostre fer en el dia a dia està clar, no es qüestiona la nostra estratègia per tal d'assolir els nostres objectius. En canvi, al parlar de les relacions que establim entre nosaltres, aquesta estratègia no està tant clara i molts cops, nosaltres mateixes som les encarregades de perpetuar aquestes pràctiques que fan que la destrucció del sistema patriarcal sigui més difícil.

Volem evidenciar aquestes pràctiques i actituds, i trobar mecanismes per tal d'evitar-les i poder construir unes relacions realment lliures entre nosaltres.

En aquesta formació, adjuntem 4 textos que creiem que engloben conceptes bàsics per poder treballar aquesta formació. Cada text va acompanyat d'una petita reflexió i unes preguntes, per tal de facilitar a la militància aquesta formació. A banda de les respostes a les preguntes, demanem una reflexió un cop realitzada la formació, per tal de poder fer una reflexió conjunta com a Arran.

2. CAP A UNES RELACIONS LLIURES I NO COERCITIVES

Aquest text no defensa una nova forma de relació per les parelles. És més aviat un reconeixement de que el nostre “projecte comú”—l’abolició de totes les relacions de dominació—inclou l’abolició de relacions coercitives/tancades. Estic parlant d’aquelles relacions amb una forma fixada, amb regles o contractes permanents. Aquestes relacions no poden formar part d’una societat lliure. I de la mateixa manera que amb

altres relacions coercitives que constrenyen la nostra llibertat, han de ser confrontades per tots aquells que cerquem la llibertat.

Necessitem transformar les nostres relacions sexuals tal i com ho fem amb totes les nostres relacions, en total oposició a aquesta societat, no a partir del deure revolucionari, sinó perquè és la única manera possible de tenir relacions sexuals plenes, riques i desinhibides, on l’amor deixa de ser una desesperada dependència mútua i enlloc d’això es converteix en una exploració expansiva d’allò desconegut.

Regles de compromís

Utilitzaré els termes “relacions regulades” i “relacions restrictives o coercitives” ja que no conec cap terme genèric que englobi tant les relacions monògames com aquelles que diuen ser poliamoroses o obertes però que segueixen tenint regles. Respecte a les últimes em refereixo a aquelles on la coerció consentida permet que l’afecte o el sexe no es restringeixi a una sola persona però segueixen sense ser lliures de seguir els seus desitjos.

Des d’un punt de vista polític aquestes dues opcions de relacions són el mateix. Si els teus motius per rebutjar la monogàmia es basen en un augment de gratificació sexual amb un nombre de gent més elevat, probablement et vagi bé tenir una relació regulada. En canvi, si ho fas pel desig de crear comunitats enlloc de parelles, pel desig i no el consentiment, per la confiança enlloc de la por... llavors, quin sentit té el “enrotlla’t amb qui vulguis, però no davant meu”? Totes les regulacions han de ser eliminades, això és el que vull dir quan em refereixo a relacions obertes o relacions lliures en aquest text.

Elecció i respecte

Mentre que s’accepten les relacions obertes en els ambients del “rotllo”, també s’accepten les relacions restringides per igual. Això té una justificació prou raonable: la gent és lliure d’escollir la seva forma de relacionar-se, no hi ha un únic model de relació políticament correcte, etc. Tot i així, hi ha un munt de raons per pensar que aquest punt de vista és massa simplista.

Per començar, en les societats de masses consentim tot tipus de relacions coercitives. Treballem per un salari, som consumidors i per tant, explotadors de treballadors... és realment difícil trobar relacions que no estiguin basades en algun grau de coerció o explotació. Consentim relacions coercitives, però això no vol dir pas que les desitgem.

Des dels anys 70 (com a mínim!) el feminisme radical ha estat explorant les principals diferències entre consentiment i desig, especialment en l’àmbit de les relacions afectives i sexuals. Per posar un exemple, moltes dones consenten el sexe per tal d’evitar violacions. L’arrel del consentiment es troba en el llenguatge de la llei i el dret a la propietat. Per això és útil per les societats de masses altament jerarquitzaades, però inútil per societats horitzontals i autogestionades. La realitat actual ens fa difícil de comprendre un món basat en el desig, però les nostres relacions sexuals són un bon lloc on començar a practicar el desig enlloc del consentiment.

Així doncs, la gent consent relacions regulades tal i com ho fa amb altres relacions coercitives però, realment les desitja? Fonamentalment, això és una contradicció en termes. No necessitem posar regles sobre coses que no temem. Si dues persones només desitgessin tenir relacions sexuals entre elles dues, llavors no caldria que es possessin regles. Això no vol dir que sigui una relació coercitiva,

tot i que és monogàmia literal.

La coerció es troba en el control d'aquest desig, tant el propi com el de la persona que desitges i estimes.

La monogàmia és un contracte precisament perquè no esperem monogàmia literal, perquè esperem que la nostra parella desitgi sexe amb altres persones que no son nosaltres. Potser no ara, però indubtablement en el futur. També esperem que la nostra parella posi regles per controlar el nostre desig ja que tampoc confiem amb l'exclusivitat del nostre desig sexual. Per això és ridícul que les parelles monogàmiques justifiquin que s'han prohibit tenir sexe amb altres persones perquè no desitgen tenir sexe amb ningú més.

Les relacions regulades operen d'acord amb el consentiment però no amb el desig, tot i que hi ha raons per desitjar coaccionar i ser coaccionat. Desitgem això perquè desitgem controlar, posseir allò que està al nostre voltant. Aquest és un desig fixat en el mite que podem fer això amb els éssers humans, i encara pitjor, que podem fer-ho en nom de l'amor quan en realitat és control. Si no podem abandonar la nostra creença sobre la possessió d'allò sense límits: i amb això em refereixo a coses com ara l'amor, l'afecte, el desig sexual... com podem aspirar a renunciar al control d'allò que té límits—com ara els recursos del món?

Val la pena mencionar aquí, encara que només sigui com un incident a part, que malgrat aplicar una vigilància constant i/o força, ningú pot evitar que la seva parella estimi o tingui sexe amb altres persones. L'únic que podem fer és creure que podem evitar-ho.

Gelosia i altres sentiments

L'infant reacciona a un nou germà amb extrema gelosia, intensos sentiments de rivalitat i, en el fons de tot, sentiments de possessivitat. Com a adults ho veiem amb simpatia però no horror. No esperem que la mare deixi de banda a la criatura acabada de néixer o que mantingui el seu amor per ella, d'amagat del germà gran. En lloc d'això, esperem que la mare tranquil·litzi al primer fill que encara estima i de qui té cura de la mateixa manera que estima i té cura de la nova criatura. Excepte en casos molt excepcionals, la gelosia de l'infant disminueix i l'infant acaba per acceptar la situació.

En contraposició, tenim les relacions dels adults: L'adult, sovint reacciona a una nova persona al costat del cos de la parella amb extrema gelosia, intensos sentiments de rivalitat, ràbia, i possessió. Com a adults esperem que o bé el nouvingut sigui deixat de banda (monogàmia) o que s'obeeixi un codi de conducta, com ara que la relació amb el nouvingut no es manifesti davant la nostra parella (relació restringida). De totes les diferents i complexes emocions que pot haver-hi entre tres o més persones, prioritzem la gelosia i la rivalitat per la nostra parella.

Això sembla demostrar que existeix una separació civilitzada i artificial entre els potencials dels infants i els dels adults. Considerem que les emocions dels infants són irracionals i que per tant no són capaços de governar una situació, però que les emocions dels adults són racionals i que per tant, podem governar-les. En les relacions restrictives considerem raonables els sentiments o el desig per un altre cos, però creiem que hem de controlar aquests sentiments. El desig de posseir s'anteposa als altres desitjos (val la pena apuntar que això és particularment cert en algunes cultures mentre que la gelosia sexual no és comprensible en algunes altres. Tot i que és "natural" sentir-nos gelosos aquells de nosaltres que hem crescut en una societat monogàmica, això no vol dir que aquells que han crescut en una societat no monogàmica s'estiguin reprimint els seus sentiments!).

També està molt estesa la creença en què el creixement emocional es dona en la infància i no quan s'és adult. Això vol dir que l'infant té l'oportunitat de créixer i desenvolupar-se emocionalment mentre que l'adult és retardat i incapaç d'aprendre. Quants cops hem sentit a algú resagnar-se: "és que jo sóc gelós i no puc fer-hi més".

Les relacions coercitives no són respectuoses, ja que són la negació del creixement i el desig. Si em sento coaccionat per la gelosia de la meua parella, això significa que pressuposo que ella és incapaç de fer front a les seves emocions i massa retardada com per canviar. En part, això és cert: és més difícil ser flexible als 30 anys que no pas als 10. Als 30 t'has passat 30 anys impregnant-te amb la cultura de la monogàmia i és molt

més provable que et trobis envoltat de bona gent que està intentant no “ferir-te”. Aquesta “bondat” no fa més que agreujar la nostra ferida i el nostre dolor. Acceptar sentiments de gelosia i por obertament sense preguntar o esperar que l’altre restringeixi la seva conducta i que per tant, “solucioni” aquests sentiments, ens força a no ser posseïdors de la nostra parella sinó de les nostres pròpies emocions. El meu dolor és meu i prou. Podem demanar a qui estimem que ens estimi a través del nostre dolor i probablement ens adonarem de que la ferida disminueix i sovint desapareix. És molt mesquí retreure a les nostres parelles el fet que estimin a algú altre, que desitgin a algú altre més que tu, o fins i tot, que desitgin a algú més enlloc de tu.

Trencar o dividir-se

Degut a la nostra posició en la societat de masses, i la nostra necessitat de supervivència, algunes opcions i compromisos son inevitables. La nostra necessitat de menjar i tenir habitatge ens fa explotadors, consumidors, ja sigui de productes de comerç just o bé pizza tropical. No estem connectats amb la natura significativament, ni que tinguem un hort al camp. Tots utilitzem la tecnologia amb major o menor mesura. I mentrestant, les nostres relacions són els lloc on som més lliures d’intentar ser lliures— de viure aquí i ara sense posseir i oprimir a l’altre.

Acceptar les relacions coercitives de la mateixa manera que les relacions lliures, és tan ridícul com pretendre que les societats industrials, o societats amb governs, puguin coexistir amb les societats basades en la natura. Si el meu amor és lliure, però el teu no ho és, l’escassetat és creada. Dir que sóc lliure de no posseir terra si tu ets lliure de posseir-la, és banal. La teva possessivitat depèn de la meva conformitat, i des de que no crec amb la propietat privada, no accepto la teva possessivitat. Si creiem que l’amor hauria de ser regalat lliurement a partir del desig, no podem respectar la cultura de l’amor-mercaderia i la parella-possessió. Això significa que no actuar d’acord amb els meus desitjos en estimar qui vulgui quan vulgui, és ser còmplice amb un sistema de coacció, de control i possessivitat al qual m’hi oposo. No, no accepto ni puc acceptar les regles de la “teva” relació. En una societat lliure no es demanarà el consentiment d’una persona per dormir amb una altra de la mateixa manera que no demanaríem a un pare el consentiment de casar-nos amb la seva filla. “Respectar” les relacions restrictives significa perpetuar-les.

Acció directa

I perquè no declarar la guerra a la monogàmia? I seduir a parelles, xicots, companyes, nòvios... obrint una escletxa en les seves relacions tancades i possessives? Quan estem amb algú que ens atrau i sabem que té parella, automàticament descartem tota possibilitat d’intimar amb aquesta persona, o almenys fins que es trenqui la parella (la qual cosa esperarem amb impaciència!). Però tan bon punt ja no creiem amb les regles de la monogàmia, ja no tenim necessitat de reprimir els nostres desitjos i mantenir-nos fred/es amb ningú que ens atragui. Podríem ajudar als oprimits per les seves gelosies a alliberar-se “robant” petons als seus llavis prohibits. Si això et xoca o t’ofèn, potser t’hauries de preguntar perquè.

Comunitats en lloc de parelles

Les relacions regulades, i l’acceptació de les mateixes, amaga una jerarquia. La relació d’una parella té més valor que les altres en la comunitat. Seria igual d’indesitjable i poc realista esperar que tothom sentís el mateix amor i connexió amb cada persona de la comunitat. La comunitat és més que un i més que dos. En petites comunitats autosuficients i autogestionades no pot haver-hi la tirania de l’individualisme o la parella. Per crear comunitats salvatges i radicals també ens hem d’oblidar de la idea de sacrificar els desitjos individuals pel benefici de la comunitat. Estem tan programats pel sistema que resulta difícil imaginar un món on regni la cooperació enlloc

de la competitivitat. Inclús és més difícil d'imaginar un món on som lliures de dur a terme els nostres desitjos i el plaer obertament. Si aquestes són les comunitats que estem intentant crear, llavors hem de ser honestes i obertes. Aquestes comunitats no prosperaran evitant el conflicte, sinó afrontant-lo sense por.

Un argument que normalment donen aquells que no necessàriament defensen les relacions coercitives però que es veuen restringits per la ideologia és aquest:

- És raonable que A no s'enrotlli amb B davant de C.
- És raonable perquè A es preocupa per C igual que per B.
- A no vol disgustar C.

Ningú vol disgustar a aquells que estimem. Però si restringim o inhibim els nostres desitjos per la falsa pau de no disgustar als altres, llavors ens trobem en un món de dèficit emocional. Què passaria si C estigués disgustat perquè A i B són totes dues del sexe femení i C sentís la seva masculinitat amenaçada? O si C estigués disgustat perquè A és negre i B és blanc i l'orgull de C com a home negre fos amenaçat per l'amor interracial?

Des de la nostra consciència política ens sembla evident que hem de qüestionar i eliminar tota expressió de homofòbia i racisme, i que li correspon a C superar els seus problemes emocionals. La homofòbia i el racisme són dinàmiques de control i poder interioritzades que han de ser qüestionades i superades, igual que les relacions regulades.

Així doncs, si tu fossis A, t'enrotllaries amb B davant de C si C es disgustés?

Aquí i ara

Viure aquí i ara enlloc del passat o el futur és una característica comuna de moltes societats basades en la natura i una de les grans deficiències en la nostra societat de masses. La nostàlgia del passat o l'esperança del futur no ens permet viure plenament el present. Asseguts en una oficina somiant amb el cap de setmana o dedicant el nostre temps lliure a veure personatges de sèries televisives enlloc de gent real, és clarament poc saludable. Tenir sentiments incompatibles amb l'aquí i ara és igual de perjudicial.

Estar amb la persona que estimes i al mateix temps estar miserablement preocupat per alguna cosa que va passar o que podria passar és tan ridícul com no gaudir d'un deliciós àpat perquè algun cop has patit mal de panxa o tems patir-ne en un futur.

El passat ja ha passat. El futur pot ser que no arribi mai. La felicitat es troba en l'aquí i ara, en l'instant. Hem malgastat les nostres vides desaprenent això però podem atrapar espurnes d'això a través del sexe, l'afecte, el dolor, l'imprevisible,... Per tal que les nostres relacions siguin intenses han de ser en l'aquí i ara, ja que tan sols existeixen en l'aquí i ara. La famosa cita "no hi ha tal cosa com l'heterosexualitat o l'homosexualitat, tan sols hi ha pràctiques heterosexuales i homosexuals" es pot estendre per adonar-nos que les unions sexuals són sexuals en el precís moment, no el dia abans o el dia després. És dolorós i enganyós insistir en el desig sexual perpetu, demanar a la persona que estimes avui que et segueixi estimant demà.

No necessitem "currar-nos" les relacions, tan sols cal tenir-les. Sense contracte, ni demanda, ni competició, ni coerció.

3. REFLEXIÓ DE LA COMISSIÓ I PREGUNTES

Com a joves que formem part d'una organització juvenil revolucionària hauríem de reflexionar sobre quins models de relació reproduïm i a quins models volem aspirar.

Tenint en compte que nosaltres apostem per una altra forma de relacions, és a dir, relacions que no siguin coercitives ni que impliquin un contracte, i per que hauríem d'apostar per unes relacions lliures.

Aquí tenim la nostra contradicció, si no creiem en la propietat privada i apostem per a un altre model d'organització social, per què no apostar per un altre maneres de relacionar-nos?

En el moment que intentem regular les nostres relacions sexoafectives estem intentant regular tant el nostre desig sexual com el de la nostra parella. Podríem dir doncs que estem intentant posseir i limitar el desig dels altres, com també esperem que la nostra parella faci exactament el mateix amb nosaltres.

És difícil detectar i saber gestionar els sentiments que poden sorgir a l'hora de construir nous models relacionals, com poden ser la gelosia o la inseguretat, tot i així també està a les nostres mans poder-los reeducar.

Preguntes:

- Per quin model de relacions aposteu? Per que?
- Creieu que realment es pot tenir una relació lliure on les persones que hi formen part se sentin còmodes?
- En una relació lliure i no coercitiva hi ha d'haver pactes?

4. CONTRA EL AMOR (text de Carlo Fabretti)

Como todos los mitos, el amor se refugia en una bruma de ambigüedades que lo hace difícil de analizar y, por tanto, de desmontar. Después de la autoconciencia, del *cogito ergo sum* (o antes, para quienes proponen la alternativa *patrior ergo sum*), el amor es el más íntimo e “inefable” de los sentimientos (de ahí que la literatura y el arte se pongan el máximo empeño en expresarlo), sobre todo en su sentido más estricto de enamoramiento.

Sin embargo, confiamos tanto en su universalidad que la expresión “estar enamorado” se considera dotada de un significado preciso y se emplea recurrentemente, dando por supuesta su inmediata comprensión. Esta es una de las muchas paradojas del amor: todos saben lo que es, pero a la vez resulta difícilísimo no ya definirlo, sino tan siquiera describirlo. En comparación conceptos tan abstrusos como “felicidad” o “libertad” parecen sencillos.

Por eso no voy a partir de una definición del objeto impugnado, sino que intentaré que la impugnación misma vaya, si no definiendo, al menos acorralando el mito para su ulterior desarticulación (tarea delicadísima que cada cual tendrá que comprender por su cuenta y riesgo). El amor que pretendo impugnar es el no expresable en meros términos de solidaridad, simpatía (en el sentido etimológico de sentir con), amistad. Me refiero muy especialmente al amor en el sentido de “estar enamorado”; sin embargo, utilizo el término genérico amor-envez de otros más específicos, como “enamoramiento” o “amor sexual” -para abarcar también otros tipos de amor afines e igualmente impugnables, tales como el “amor a la patria”, el “amor materno” y, en general, todas las acepciones del término en que, para entendernos, resultaría inapropiado sustituirlo por “amistad”, sin excluir amores tan aparentemente virtuosos e inocentes como el “amor al prójimo” o el “amor a la naturaleza” (de los que intentaré ocuparme específicamente en otra ocasión).

En principio, pues, distingo entre amor y amistad remitiéndome al uso común de ambos términos, sobre la base provisional de que dicha distinción es en la práctica, y pese a la ambigüedad de la palabra amor, bastante clara. Las expresiones “amar a” y “ser amigo de” indican situaciones afectivas bien distintas. Sólo literariamente se habla de “amor a los amigos”, y el tópico del padre que quiere ser un amigo para sus hijos es pura retórica. La diferencia de significados y connotaciones de ambos términos queda especialmente clara en el hecho de que el uno se utiliza comúnmente para refutar el otro. Cuando, por ejemplo, se quiere desmentir una supuesta relación amorosa, se suele decir: sólo son amigos.

La diferencia entre amor y amistad es claramente cualitativa (si sólo fuera cuantitativa, el amor sería un grado de amistad y no harían falta dos palabras distintas). El amor es la amistad con alas, dijo un cursi famoso, sin especificar la naturaleza de esas alas. En el caso del amor explícitamente sexual, no se trata simplemente de amistad más sexo (¡ojalá!); las alas son algo más – y algo menos- que gónadas metafóricas. En todo caso, habría que hablar de amistad más sexo mitificado (o menos, pues el componente eromítico empobrece la amistad: le añade algo negativo).

Si intentamos concretar las diferencias entre amistad y amor, nos encontraremos con que el segundo se distingue de la primera sobre todo por una mayor cantidad e intensidad de factores negativos: posesividad, dependencia, ambigüedad (doble vínculo), celos, ansiedad, irracionalismo, faltad de objetividad, mitificación del objeto amoroso, exclusivismo, agresividad latente (cuando no manifiesta), inestabilidad... Si el amor es amistad con alas, esas alas son las del albatros caído de Baudelaire: un patético lastre que impide caminar.

La amistad como oposición

Normalmente (y con toda propiedad, como veremos) se reserva el término “amor” para las relaciones familiares (amor entre esposos, entre padres e hijos) o para las que apuntan a la formación de una familia (amor entre novios) o, por lo menos, de una pareja (que es una protofamilia nuclear), estableciendo una clara distinción entre esta clase de afecto y el amistoso, hasta el punto de que los términos “amor” y “amistad” se suelen utilizar como mutuamente excluyentes. Es frecuente decir “sólo somos amigos” para desmentir una supuesta relación amorosa. Y el padre que le dice a su hijo “me gustaría ser un amigo para ti” está expresando claramente que la amistad no es algo intrínseco a la relación paterno-filial típica, sino, en todo caso, algo a conseguir como superación de la misma.

Otra gran paradoja del amor: se utiliza este término para aludir a dos clases de afecto –y sólo a estas dos- que en principio parecen incompatibles: el afecto entre padres e hijos, y el afecto entre amantes, que el tabú del incesto separa rígidamente. El psicoanálisis ha demostrado de forma concluyente la índole erótica del afecto filial, a duras penas enmascarada por el más fuerte de los tabúes. Pero habría que empezar a plantearse el aspecto recíproco de la cuestión: la índole filial del afecto erótico. En el amor subyace el afecto compulsivo de recuperar ese “paraíso perdido” en el que la madre era la prolongación del yo y su inagotable fuente de placer y seguridad. En este sentido, el amor se niega a aceptar la evidencia de la separación irreversible.

La ideología de la familia

Lo que llamamos amor es, básicamente, la fuerza de cohesión de las células familiares: tiende a mantener unidas las ya existentes y a formar otras nuevas (toda pareja, insisto, es una protocélula).

El exclusivismo y la posesividad típicos del amor se corresponden con la estructuración familiar nuclear de la sociedad, basada en la pareja- más su eventual prole-concebida como isla afectivo-sexual y económica. La afectividad y la sexualidad se conforman en el seno de la familia, y tienden a reproducirla. (Todo amor es, en cierto modo, edípico). Con el progresivo relajamiento de la moral cristiano-burguesa, el esquema matrimonial y familiar se ha hecho más flexible, menos coercitivo en lo que a libertades formales se refiere, pero dista mucho de haber sido superado (por el contrario, dicha flexibilización facilita su supervivencia en una sociedad mucho más permisiva), y el amor es expresión y sustento de dicho esquema. Aunque el matrimonio como institución religiosa y social empieza a debilitarse (e incluso esto es muy relativo), su mito básico, la pareja unida por el amor, conserva una vigencia casi universal.

El amor es la ideología de la familia -es decir, la ideología a secas- internalizada a los más profundos niveles y convertida en compulsión y mito primordiales. Las versiones paganas actualizadas del mito pueden ser menos represivas que la versión cristiano-burguesa, pero siguen expresando y transmitiendo la misma ideología.

Las presuntas actitudes progresistas o realistas frente al amor rara vez van más allá de una mera puesta al día del mito (con lo que por cierto contribuyen a su perpetuación). Del mismo modo que el matrimonio se flexibiliza oficialmente mediante el divorcio (flexibilidad extraoficial siempre la ha tenido, especialmente para los hombres, la clase dominante), el amor, para sobrevivir en esta época presuntamente racionalista y desmitificadora, renuncia a sus pretensiones de absoluto y eternidad.

Pero no es una renuncia sincera: las edípicas ansias de una fuente de placer y seguridad plena, incondicional, continua y exclusiva siguen latentes: sigue vivo el deseo de anexionarse a otra

persona (por algo se usa el término “conquistar” como sinónimo de enamorar), de recuperar el terreno edénico en que la madre era la mullida fortaleza de un ego de límites difusos. Liebe ist Heimweh: el amor es nostalgia, dicen irónicamente los alemanes.

En este sentido, el amor es siempre infantil, regresivo; se niega a aceptar la evidencia de la alteridad autónoma, y está plenamente justificado que se lo represente como un mamón blando y gordezuelo con los ojos vendados.

Resumiendo, el amor es consecuencia y factor perturbador –el fruto que contiene y nutre la semilla del esquema familiar nuclear, que a su vez es consecuencia y factor perpetuador de una sociedad basada en la explotación y la competencia que induce a refugiarse en la familia –o la pareja concebida como trinchera y congela la afectividad y la sexualidad en el estado infantil.

Un universo pueril

La etiología familiar de la enfermedad amorosa se manifiesta claramente en el más común y lamentable de sus síntomas: los celos. Los celos y su nefasto cortejo (posesividad, dependencia, ansiedad, agresividad, etc.) son consecuencia lógica de la puerilidad del amor: cuando dos personas, al enamorarse, contraen el compromiso tácito de satisfacer mutuamente sus ansias edípicas, es inevitable que se frustren o se sientan continuamente al borde de la frustración o del abandono; ya que el bebé interior exacerbado por la furia amorosa exige una dedicación constante y exclusiva que en el fondo sabe imposible. Este miedo fóbico al abandono, esta frustración sorda y continua producida por el hecho de no ser omnipotente, omnipresente y omnisciente en el universo del otro, se traduce en los celos.

El amor, que a menudo se representa como último reducto de autenticidad y autodeterminación de una sociedad hipócrita y coercitiva, es en realidad la farsa suprema y la más angosta de las jaulas concéntricas que nos aprisionan.

Los miembros de una pareja se someten mutuamente al más grosero de los engaños (sólo concebible en la medida en que ambos desean ser engañados tanto o más que engañar) y sujetos por la cadena de una dependencia neurótica, se convierten cada uno en la bola de presidiario del otro.

Engaño mutuo

Los enamorados firman con su sangre el siguiente contrato elíptico: tú vas a fingir que yo soy lo más importante para ti, el centro de tu universo, y yo fingiré que tu eres el centro del mío, de este modo olvidaremos que desde que salimos de la infancia, estamos irreversiblemente solos, cada uno confinado en el centro de su propio universo... tú vas a fingir que yo soy para ti algo único e insustituible, que estás conmigo precisamente porque soy yo, cuando en realidad mi identidad profunda es desconocida e inasequible, y no soy más que uno entre los miles de actores que podrían representar el mismo papel para ti, a cambio, yo fingiré que tú eres para mí algo único e insustituible (cosa que me resultará tanto más fácil en la medida en que me hagas creer que yo soy único e insustituible para ti), que estoy contigo precisamente porque eres tú, etc.

Mediante un mecanismo esquizofrénico ad hoc que merecería el más atento estudio de los psicólogos, los dos actores se creen no sólo la farsa del otro, sino también la propia. La única diferencia entre el seductor y el enamorado auténtico estriba en que el primero sólo engaña al partner (o compañero/a), mientras que el segundo también se engaña a sí mismo. Tanto engaño mutuo sólo es concebible, por otra parte, en el marco de una mitología sólidamente instaurada.

Los nobles amores

Es fácil ver que el amor a la patria, el eventual amor a Dios y similares están directamente conectados con el amor de etiología familiar. Esta afinidad se explicita, sin ir más lejos, a nivel coloquial: se habla del amor y el respeto debidos a la madre patria, y Dios es ante todo el padre universal al que hay que amar sobre todas las cosas. La manera en que estas formas de amor contribuyen a consolidar la moral vigente –es decir, a perpetuar el sistema- es lo suficientemente obvia como para no insistir en ello.

Amor, muerte, soledad

Y si la religión es una forma de amor- al padre (o sea, al principio de autoridad) deificado-, el amor es a su vez una forma de religión, la respuesta mítica al carácter inasequible e incognoscible de la alteridad. Del mismo modo que la religión es, e n gran medida, una mitología destinada a conjurar el miedo a la soledad; y, como tal, dificulta el enfrentarse objetivamente al problema y favorece la perpetuación de un sistema basado en la explotación y la competencia asolidarias, causa fundamental de la soledad extrema en que vivimos.

Cabe plantearse la siguiente cuestión: puesto que mucha gente prescinde de los mitos religiosos (2), pero casi nadie de los amorosos, ¿hay que deducir que el miedo a la soledad es más intenso e irreductible que el miedo a la muerte?. Probablemente la explicación estriba en que la muerte propia es un fenómeno único, definitivo y que casi todos ven como algo sumamente vago y remoto, algo que al igual que el Sol no se deja mirar de frente, como decía la Rochefoucauld. No se experimenta la muerte, nos recuerda Epicuro: cuando tú eres, la muerte no es; cuando la muerte es, tú ya no eres. La soledad por el contrario es una experiencia frecuente -por no decir continua- en nuestra sociedad competitiva, muy difícil de aliviar de una forma mínimamente satisfactoria. La necesidad de autoengañarse con respecto a la soledad es mucho más inmediata y apremiante que la necesidad de autoengañarse con respecto a la muerte.

Del trauma a la alineación: el amor y el odio.

Es absurdo (aunque muchos lo hacen) pretender combatir el sistema actual sin oponerse a la familia nuclear patriarcal. Y esto, a su vez, implica desenmascarar el amor como mito reaccionario y paralizante, dejar de considerarlo una especie de bello milagro y empezar a contemplar -y tratarlo- como un trastorno afectivo-sexual de naturaleza ideológica.

En el lenguaje coloquial se alude a menudo al carácter traumático del amor, se habla del mal de amores, de la fiebre amorosa (los brasileños son más explícitos y usan “tarado” como sinónimo de enamorado). Y por algo se representa a Cupido armado de arcos y flechas. Pero está tan arraigada la religión del amor, que ni siquiera admitir que se trata de un dios ciego y tiránico impide que se le siga adorando de una forma u otra.

El terrible adagio del amor al odio no hay más que un paso, debería bastar para despertar en el más ingenuo la sospecha de la morbosidad del amor. Amor y odio son las dos caras de la moneda afectiva en curso, acuñada con una aleación rica en violencia, miedo, mentira... Son las dos caras de la moneda de la incomunicación, y por eso están tan próximos, es tan fácil pasar de uno a otro e incluso confundirlos. Si las personas pudieran conocerse, comprenderse, colaborar, desarrollar la solidaridad y la simpatía (en el sentido etimológico de sentir con), desaparecerían tanto el odio como su reverso, su par dialéctico, el amor compulsivo. Y sólo habría amistad (3), más o menos

íntima, más o menos profunda, más o menos sexual, pero básicamente respetuosa de la identidad ajena, abierta, libre.

Hay que evitar la común falacia de pensar que los aspectos negativos de este amor compulsivo a un paso del odio son defectos extrínsecos, accidentes aislables de una hipotética esencia positiva del amor, noble y luminosa (falacia idealista que remite el nefasto mito religioso de la separación alma-cuerpo). Los celos, la frustración, la angustia, la agresividad latente (o manifiesta) no son impurezas del amor, sino elementos intrínsecos. La posesividad y la dependencia edípicas engendran celos y ansiedad, la idealización engendra frustración, y la ansiedad y la frustración (o su intuita inevitabilidad) engendran angustia y agresividad.

Por supuesto que, dentro de la generalizada morbosidad eromítica, hay amores más sanos que otros, algunos, incluso, en que los aspectos negativos quedan relegados a un segundo término, contenidos por una actitud especialmente sensata de los interesados y /o unas circunstancias especialmente favorables; pero estos amores poco conflictivos son excepciones (universalmente reconocidas como tales) que confirman la regla. También hay ciegos alegres (probablemente más que amores), y eso no significa que la ceguera sea un don.

El amor de los desengañados

No es nada fácil combatir la arraigada tendencia a considerar el amor como algo cierto-bueno-bello y empezar a considerarlo como una forma de alienación. La mayoría de la gente contempla y vive el amor como algo superlativamente auténtico y personal, expresión del núcleo mismo del ego y fuente primordial de las gratificaciones más intensas y elevadas.

Superar esto es incluso más difícil que superar el mito cristiano-burgués de la nobleza del sacrificio y el trabajo frente a la trivialidad de lo lúdico. Es incluso más difícil que sacudirse el yugo internalizado del principio de rendimiento (lo más que se hace, en general, es desplazarlo de unas esferas de actividad a otras).

Y eso a pesar de que la evolución misma de los procesos amorosos se encarga de desengañarnos, ya sea mediante una decepción brusca o un enfriamiento gradual, jalonado de decepciones menores. Cumplido su objetivo de atomizar la sociedad a la sociedad en grupúsculos aislados y manipulables, en células familiares y cuasifamiliares, el amor suele revelar su engaño básico. Pero muchos se niegan a ver el engaño básico, tan inevitable e irreversible les parece la situación. Y de los que lo reconocen, la mayoría lo atribuye a fallos personales o circunstanciales, resistiéndose a ver la falsedad básica del planteamiento mismo.

E incluso entre los escépticos respecto al amor, la mayoría buscan sucedáneos más que alternativas, y en realidad lo mitifican aún más, considerándolo “algo demasiado bello para ser verdad”, y trivializan otro tipo de experiencias erótico-afectivas (o buscan directamente lo trivial a falta de otra cosa).

Estas formas de escepticismo, resignación o desengaño no se oponen a la mítica amorosa, sino que, por el contrario, la refuerzan en la medida en que desvirtúan las causas de la frustración afectiva y desvían la subsiguiente agresividad de sus auténticos objetivos: el propio mito del amor y la ideología que lo informa.

Otros senderos: alternativas al amor

Ahora bien, suponiendo que se admira el carácter neurótico y regresivo del amor, ¿cómo superarlo y con qué sustituirlo? Tal vez lo único que podamos hacer por el momento sea someter a una enérgica y recelosa autocrítica nuestro concepto del amor y nuestras vivencias afectivas, separando en lo posible los inevitables aspectos negativos (posesividad, dependencia, mitificación, agresividad...), de los positivos (solidaridad, simpatía, respeto a la identidad y a la autodeterminación y libertad ajenas...), esforzándonos por combatir los primeros y potenciar los segundos.

Este mero esfuerzo, desde luego no bastará para cambiar radicalmente nuestra estructura afectiva; pero es un primer paso, igual que el diagnóstico de una enfermedad es el primer paso hacia su curación (o el segundo: primero hay que reconocer que se está enfermo). Un primer paso a inscribir en la lucha por la transformación global de la sociedad, condición previa de - o mejor dicho, en relación dialéctica con- una auténtica transformación afectiva del individuo.

En cuanto a las posibles alternativas al amor tal como hoy se vive y entiende, sólo podemos vislumbrarlas, ya que van ligadas a condiciones psicológicas y sociales radicalmente distintas; pero parece lícito suponer y esperar que una potenciación de la solidaridad, la comprensión, el respeto por la autonomía propia y ajena, junto con la superación de la posesividad, la agresividad, etc., dará lugar a un generalizado tipo de relaciones extrapolables de lo que hoy se entiende por una buena amistad; relaciones en las que el sexo podrá jugar un papel más o menos explícito, más o menos importante, pero nunca coercitivo.

Sólo podemos hacernos una idea muy vaga de tal situación afectiva, por la misma razón que no podemos hacernos una idea clara de una sociedad libre, ya que ambas cosas – afectividad no represiva y sociedad no represiva- van indisolublemente unidas y se determinan mutuamente, del mismo modo que se determinan mutuamente el amor neurótico y la sociedad neurótica actuales.

Y por si no lo entendemos

En resumen, nuestra actual forma de concebir y sentir el amor constituye probablemente el reducto más profundo y mejor protegido de la ideología internalizada. La lucha contra la ideología dominante se libra en muchos frentes y uno de los más duros está en lo más íntimo de nuestro ser, en el centro mismo de nuestra sensibilidad. Es algo terrible, pero si no lo afrontamos, si nos negamos a ver que nuestro corazón es la sede del búnker que el sistema ha construido dentro de cada uno de nosotros, habremos perdido la batalla de antemano.

Como bien decía San Pablo, somos templos vivientes de la ideología (vaya disfrazada de paloma o de mamoncillo alado), y mientras no expulsemos de nuestro interior tanto a los mercaderes como a los sacerdotes y sobre todo a los dioses internalizados, no empezaremos a ser libres.

5. REFLEXIÓ I PREGUNTES

El text ens defineix l'amor com un mite social i històric, que porta implícit en ell un conjunt d'elements que l'envolten, els quals la majoria són negatius i perjudicials per a les persones. El concepte d'amor que volem definir és aquell del estat "d'enamorament", i no d'altres tipologies com podrien ser l'amor als animals, l'amistat, etc.

Separem l'amor i l'amistat en barems qualitius, ja que està acceptat que són dues paraules que s'exclouen. (Quantes vegades em sentit allò de "només són amics").

Els factors negatius de l'amor, provinents del seu origen, poden generalitzar-se en els fets de la possessió i de l'exclusivitat que aquest comporta, ja que el seu origen el trobem en la família. La família com a construcció burgesa i cristiana de petites autonomies unides per grans sentiments d'amor, en tots els seus sentits. I seguint amb això, aquest amor és el que legitima una de les màximes institucions que hauríem d'atacar, com és el patriarcat (del qual la família n'és un dels màxims objectes). No hi ha rebuig cert al sistema actual sense rebuig a la família, per tant, no hi ha rebuig al sistema si l'amor no es posa en dubte i en crítica constant.

Aquí també entra en la gelosia com expressió derivada d'aquest tipus d'amor i de les estructures que l'envolten. La gelosia no és res més que la por a l'abandonament que aquesta societat invoca en tots els individus, destruint la seva autonomia personal i fent-los lligar-se entre si de forma irracional, i no sana.

Aquest fet gairebé religiós de l'amor existeix des del moment en que no acceptem afrontar els problemes d'arrel i assenyalant la competitivitat del sistema econòmic actual com a culpable. Així és com podem afirmar l'amor romàntic i el no-crític com un trastorn afectiu-sexual de naturalesa ideològica, que no respecta la identitat aliena i que porta amb ell un conjunt d'aspectes negatius que porten conseqüències nefastes a molts nivells, des del sentimental, al físic, passant per la construcció d'un sistema organitzatiu com el patriarcat.

Evidentment que existeixen una o diferents formes de viure l'amor de forma sana i natural, però abans s'ha d'haver passat per una sèrie de passos, que podrien ser els següents:

- Acceptació de l'actual tipologia de l'amor
- Autocrítica individual i col·lectiva d'aquest
- Donar visibilitat aquesta lluita com a fonamental en la crítica general
- Potenciació dels aspectes positius per sobre dels negatius.

Preguntes:

- Penseu que la definició de l'amor que fa el text és correcta? La veieu exagerada
- Compartiu l'idea de l'amor com a mite social o com a sentiment racional/irracional?
- Penseu que la gelosia és quelcom artificial o quelcom tangible i superable?
- Com penseu que s'ha de treballar aquesta problemàtica per a la seva superació? Se li dóna prou importància en la nostra organització?

6. MICROMACHISMOS

Introducción

Mujeres maltratadas, varones violentos: dos dramáticos aspectos de las asimétricas relaciones de género. En todo el mundo occidental, la violencia (masculina) hacia las mujeres se torna evidente y se deslegitima de forma creciente. Cada vez más, los dispositivos jurídicos y sanitarios ejercen acciones sobre las personas involucradas, y el campo de la salud mental no es ajeno a ello. Sin embargo, la deslegitimación y los abordajes legales y terapéuticos se han realizado casi exclusivamente sobre las formas evidentes, máximas y trágicas de dicha violencia y sus efectos. Pero, si pensamos que la violencia de género es toda acción que coacciona, limita o restringe la libertad y dignidad de las mujeres, podemos comprobar que quedan ignoradas múltiples prácticas de violencia y dominación masculina en lo cotidiano, algunas consideradas normales, algunas invisibilizadas y otras legitimadas, y que por ello se ejecutan impunemente. Desconocedores de ellas, muchas mujeres, profesionales de la salud y familiares (y a veces los varones, ya que muchas de ellas son no conscientes) no las perciben, o lo hacen acriticamente, con lo que contribuyen a perpetuarlas.

Mi propósito en estas líneas es poner en evidencia estas prácticas, a las que algunos autores llaman pequeñas tiranías, terrorismo íntimo o violencia "blanda" y yo, desde 1991, he denominado "micromachismos" (mM). Para ello, trataré de describirlas y visibilizarlas, tomando en este caso el ámbito de la pareja, y analizando además sus efectos en la mujer, el varón y su relación. Tomaré como base descriptiva a la pareja heterosexual de convivencia con hijos/as, lo que no significa que en las otras formas de pareja estas prácticas no existan. Creo que es importante develar estos mecanismos como parte de la tarea de hacer un análisis crítico de las injusticias de la vida cotidiana. Si pensamos desde una óptica de igualdad entre los géneros, visibilizarlos es un primer paso para intentar su neutralización y posterior desactivación en las relaciones entre mujeres y varones, para contribuir a modificar los juegos de dominio y permitir el desarrollo de relaciones más cooperativas, honestas e igualitarias en derechos y obligaciones. (Miller, 1996)

Poder y género

Introducimos en la visibilización de estas prácticas supone tener claro previamente que en las relaciones de mujeres y varones no se juegan sólo diferencias sino sobre todo desigualdades, es decir situaciones de poder y estrategias de su ejercicio. Por eso, antes de abordar los mM y para entender más su ejecución, voy a apuntar algunas ideas que hacen a la comprensión del tema del poder entre los géneros, y que están sustentadas en pensamientos de Foucault y los estudios feministas aplicados a las familias y a las parejas.

El poder no es una categoría abstracta; el poder es algo que se ejerce, que se visualiza en las interacciones (donde sus integrantes lo despliegan). Este ejercicio tiene un doble efecto: opresivo, pero también configurador en tanto provoca recortes de la realidad que definen existencias (espacios, subjetividades, modos de relación, etcétera).

La palabra "poder" tiene dos acepciones popularmente utilizadas: una es la capacidad de hacer, el poder personal de existir, decidir y autoafirmarse. Es el poder autoafirmativo. Este poder requiere para su ejercicio una legitimidad social que lo autorice (y esta legitimidad sólo la han obtenido hasta hace muy poco los varones). La otra acepción: la capacidad y la posibilidad de control y dominio sobre la vida o los hechos de los otros, básicamente para lograr obediencia y lo de ella derivada. Es el poder de dominio. Requiere la tenencia de recursos (bienes, poderes o afectos) que aquella persona que quiera controlarse no tenga y valore, y de medios para sancionarla y premiarla. En este segundo tipo de poder, que es el de quien ejerce la autoridad, se usa la tenencia de los recursos para obligar a interacciones no recíprocas, y el control puede ejercerse sobre cualquier aspecto de la autonomía de la persona a la que se busca subordinar (pensamiento, sexualidad, economía, capacidad decisoria, etcétera). La desigual distribución del ejercicio del poder de dominio conduce a la asimetría

relacional. La posición de género (femenino o masculino) es uno de los ejes cruciales por donde discurren estas desigualdades de poder, y la familia/pareja, uno de los ámbitos en que se manifiesta. Esto es así porque nuestra cultura patriarcal ha legitimado la creencia de que el masculino es el único género con derecho al poder autoafirmativo: ser varón supone tener el derecho a ser individuo pleno con todos sus derechos (y derecho a ejercerlos). La cultura androcéntrica niega ese derecho a las mujeres. Así los varones quedan ubicados como superiores, y por creerse superiores, es que sienten que tienen derecho a tomar decisiones o a expresar exigencias a las que las mujeres deben sentirse obligadas. Es decir, ejercer poder de control y dominio sobre ellas quienes quedan en lugar subordinado. La ecuación "protección a cambio de obediencia", clave del contrato de pareja tradicional refleja un importante aspecto de esta situación y demuestra la concepción del dominio masculino en la pareja. A esto se agrega además la creencia que el espacio doméstico y de cuidado de las personas es patrimonio femenino, reservándose el varón el espacio público al cual se define como superior.

Este poder de dominio masculino, arraigado como idea y como práctica en nuestra cultura se mantiene y se perpetúa, entre otras razones por:

- la división sexual del trabajo, que aún adjudica a la mujer el espacio doméstico,
- su naturalización y su inscripción axiomática en las mentes de mujeres y varones.
- la falta de recursos de las mujeres y la deslegitimación social de su derecho a ejercer el poder autoafirmativo.
- el uso por los varones del poder de macrodefinición de la realidad y del poder de microdefinición, que es la capacidad y habilidad de orientar el tipo y el contenido de las interacciones cotidianas en términos de los propios intereses, creencias y percepciones. Poder llamado también de puntuación que se sostiene en la idea del varón como autoridad que define que es lo correcto (Saltzman, 1989).
- la explotación de las femeninas capacidades de cuidado y de ayudar a crecer a seres humanos (el llamado "poder del amor" - Jonnasdotir, 1993) en las que nuestra cultura hace expertas a las mujeres.

Suele decirse que también todas las mujeres en su modo de ser tradicional también ejercen poder, sobre todo los llamados "poderes ocultos": el poder de los afectos y el cuidado erótico y maternal? Pero, ¿son éstos reales poderes de dominio? No, simplemente pseudopoderes: esfuerzos de influencia sobre el poder masculino y poder gerencial sobre lo delegado por la cultura patriarcal que le impone la reclusión en el mundo privado. Lo paradójico es que en este mundo se le alza a la mujer un altar engañoso y se le otorga el título de reina, título paradójico ya que no puede ejercerlo en lo característico del dominio y la autoridad (la capacidad de decidir por los bienes y personas y sobre ellos), quedando sólo con la posibilidad de intendencia y administración de lo ajeno.

Este tipo de pseudopoder es característico de los grupos subordinados, centrados en 'manejar' a sus superiores. Como en ellos, la mayoría de las mujeres se hacen expertas en leer las necesidades y en satisfacer los requerimientos del varón, logrando ser valorada por su eficiencia y exigiendo algunas ventajas a cambio. Sus necesidades y reclamos no pueden expresarse directamente, y por ello se hacen por vías 'ocultas', básicamente las quejas y reproches (a los que los varones rápidamente se hacen inmunes). Por supuesto que algunas mujeres también tienen poder, pero esto es aún historia reciente y minoritaria.

Las situaciones de poder y desigualdad suelen ser invisibilizadas en las relaciones de pareja, llevando a la creencia de que en ellas se desarrollan prácticas recíprocamente igualitarias y ocultando la mediatización social que adjudica a los varones, por el hecho de serlo, un plus de poder del que carecen las mujeres.

Si bien no todas las personas se adscriben del mismo modo a su posición de género (hay mujeres y varones dominantes, sometidos o igualitarios), y aunque el discurso de la superioridad masculina está en entredicho en casi todo Occidente, el poder del modelo tradicional de la "superioridad" masculina como configurador de hábitos y comportamientos masculinos sigue siendo enorme. Los mM son uno de esos comportamientos, quizás los más frecuentes con los que los varones expresan y defienden su supuesta superioridad y su derecho a ejercer dominio sobre las mujeres.

A pesar de los cambios las creencias ancestrales aún oscurecen las injusticias, aplauden las conductas masculinas y censuran a la mujer que asume otras competencias. Por ello la tarea a realizar en pos de la igualdad es aún de gran envergadura. En estas líneas elijo una tarea de las muchas posibles: poner en evidencia a los varones, decir qué de su poder de dominio se juega en lo cotidiano. Los varones siguen ejerciendo dominio y es importante conocer sus modos para contribuir a la transformación de las relaciones.

Los micromachismos

Como expresé anteriormente, los mM son prácticas de dominación y violencia masculina en la vida cotidiana, del orden de lo "micro", al decir de Foucault, de lo capilar, lo casi imperceptible, lo que está en los límites de la evidencia. El prefijo "micro" del neologismo con el que nombro a estas prácticas alude a esto.

Decidí también incluir "machismo" en el término acuñado porque, a pesar de ser una palabra de significado ambiguo (en tanto designa tanto la ideología de la dominación masculina como los comportamientos exagerados de dicha posición), alude en el lenguaje popular, a una connotación negativa de los comportamientos de inferiorización hacia la mujer, que era lo que quería destacar en el término.

Los mM comprenden un amplio abanico de maniobras interpersonales que impregnan los comportamientos masculinos en lo cotidiano. En la pareja, que será el ámbito del que me ocuparé, se manifiestan como formas de presión de baja intensidad más o menos sutil, con las que los varones intentan, en todos o en algunos ámbitos de la relación (y como en todas las violencias de género):

- imponer y mantener el dominio y su supuesta superioridad sobre la mujer, objeto de la maniobra;
- reafirmar o recuperar dicho dominio ante la mujer que se "rebela" de "su" lugar en el vínculo;
- resistirse al aumento de poder personal o interpersonal de la mujer con la que se vincula, o aprovecharse de dichos poderes;
- aprovecharse del "trabajo cuidador" de la mujer.

Es decir, los mM son microabusos y microviolencias que procuran que el varón mantenga su propia posición de género creando una red que sutilmente atrapa a la mujer, atentando contra su autonomía personal si ella no las descubre (a veces pueden pasar años sin que lo haga), y sabe contramaniobrar eficazmente. Están la base y son el caldo de cultivo de las demás formas de la violencia de género (maltrato psicológico, emocional, físico, sexual y económico) y son las "armas" masculinas más utilizadas con las que se intenta imponer sin consensuar el propio punto de vista o razón. Comienzan a utilizarse desde el principio de la relación y van moldeando lentamente la libertad femenina posible. Su objetivo es anular a la mujer como sujeto, forzándola a una mayor disponibilidad e imponiéndole una identidad "al servicio del varón", con modos que se alejan mucho de la violencia tradicional, pero que tienen a la larga sus mismos objetivos y efectos: perpetuar la distribución injusta para las mujeres de los derechos y oportunidades.

Los varones son expertos en estas maniobras por efecto de su socialización de género que les inculca la creencia en la superioridad y disponibilidad sobre la mujer. Ellos tienen, para utilizarlas validamente, un aliado poderoso: el orden social, que otorga al varón, por serlo, el "monopolio de la razón" y, derivado de ello, un poder moral por el que se crea un contexto inquisitorio en el que la mujer está en principio en falta o como acusada: "exageras" y "estas loca" son dos expresiones que reflejan claramente esta situación (Serra, 1993). Aun los varones mejor intencionados y con la autopercepción de ser poco dominantes los realizan, porque están fuertemente inscritos en su programa de hábitos de actuación con las mujeres.

Algunos mM son conscientes y otros se realizan con la "inocencia" del hábito inconsciente. Con ellos los varones no solo intentan instalarse en una situación favorable de poder, sino que internamente buscan la reafirmación de su identidad masculina -asentada fuertemente en la

creencia de superioridad y en la necesidad de control- y satisfacer deseos de dominio y de ser objeto de atención exclusivo de la mujer. Además, mantener bajo dominio a la mujer permite también mantener controlados diversos sentimientos que la mujer provoca, tales como temor, envidia, agresión o dependencia. (Bonino, 1990). Dos mecanismos psicológicos favorecen el sostenimiento de estas prácticas como de otras que conducen al racismo, la xenofobia o la homofobia: uno, la objetificación (la creencia de que solo algunos varones -blancos- heterosexuales tienen status de persona permite percibir, en este caso, a las mujeres como "menos" persona, negándoles reconocimiento y justificando el propio accionar abusivo -Britann, 1989), y otro, la identificación proyectiva (la inoculación psicológica de actitudes, invadiendo el espacio mental ajeno). Si bien estos aspectos no serán desarrollados en este trabajo, no pueden ignorarse a la hora de trabajar en la desactivación de estas maniobras.

Puntualmente, los mM pueden no parecer muy dañinos, incluso pueden resultar normales o intrascendentes en las interacciones, pero su poder, devastador a veces, se ejerce por la reiteración a través del tiempo, y puede detectarse por la acumulación de poderes de los varones de la familia a lo largo de los años. Un poder importante en este sentido es el de crearse y disponer de tiempo libre a costa de la sobreutilización del tiempo de la mujer. Por ello, suelen producir, sobre todo en las relaciones de larga duración, diversos efectos de malestar psicofísico que frecuentemente son motivo de consulta a los dispositivos de Salud, y que al invisibilizarse su producción intersubjetiva suelen atribuirse a "ciertas" características femeninas. Más adelante nos referiremos a esos efectos. Su ejecución brinda "ventajas", algunas a corto y otras a largo plazo para los varones, pero ejercen efectos dañinos en las mujeres, las relaciones familiares y ellos mismos, en tanto quedan atrapados en modos de relación que convierten a la mujer en adversaria, impiden el vínculo con una compañera y no aseguran el afecto (ya que el dominio y el control exitoso solo garantizan obediencia y generan esentimientos).

Antes de seguir adelante, y teniendo en cuenta que quien escribe estas líneas es un varón, quisiera detenerme para realizar una reflexión: Para las mujeres, pensar estas cuestiones y reconocer estas prácticas que atañen a los modos en que los varones las colocan en lugares subordinados, puede ser fácil, iluminador y enriquecedor. No tanto para los varones, ya que hacerlo pone al descubierto las ventajas masculinas en relación con las mujeres y obligan por ello al consiguiente dilema ético de como posicionarse frente a esta injusta situación. Sería más fácil hablar de la violencia y dominaciones de los "otros" varones, los que realizan las violencias muy visibles, pero hablar de los mM, que son parte habitual de (nuestro) comportamiento masculino es más difícil pues ello supone reconocer también en nosotros (varones) los hábitos de dominación y tener que decidir qué hacer con ello. Y también difícil intentar como varón estar atento a visibilizar los mM y a exponerlos públicamente, ya que supone mostrar las trampas masculinas y, arriesgarse a ser tomado por el "club" varonil como un "traidor" que critica y muestra las "armas secretas" que usamos habitualmente con las mujeres. Difícil además porque supone cuestionar nuestra identidad, fuertemente asociada a la creencia de tener poder sobre las mujeres. Pero, si uno se posiciona contra la violencia de género y a favor de la igualdad debe aceptar el la dificultad y enfrentar el desafío de realizar una autocrítica de la propia posición y prácticas de dominio, y no solo apoyar a las mujeres desde un paternalismo que se pone por fuera del problema, ni trabajar sólo para transformar a los otros varones como si uno pudiera estuviera exento de los hábitos patriarcales.

Ahora sí sigamos con los mM. Como decía anteriormente, los varones infiltran de estas maniobras la vida cotidiana. Los mM son innumerables, a veces son considerados comportamientos normales y se realizan en combinaciones complejas. Sin embargo, una vez alertados sobre su existencia y atentos a los comportamientos masculinos se pueden ir descubriendo diferentes agrupaciones de mM con características particulares que pueden ser descritas y evidenciadas con mayor precisión. Esto ha sido uno de mis intereses en estos últimos años. Así, desde la práctica clínica, la observación de la vida cotidiana con la lente de la igualdad de género, y la bibliografía he ido construyendo una clasificación en tres categorías para permitir aprehenderlos mejor. Dichas categorías son: los mM coercitivos (o directos), los encubiertos (de control oculto o indirecto) y los de crisis. Cada una de ellas comprende un repertorio de maniobras, a las que he ido designando y definiendo, en el intento siempre difícil de su visibilización. Quizás estas descripciones animen al lector a ir develando otras, de las cuales impensadamente (o no) es

sujeto u objeto. Vayamos ahora sí, a descubrir los mM.

Micromachismos coercitivos

En estos mM, el varón usa la fuerza (moral, psíquica, económica o de la propia personalidad), para intentar doblegar a la mujer, limitar su libertad y expropiar el pensamiento, el tiempo o el espacio, y restringir su capacidad de decisión. La hacen sentir sin la razón de su parte y ejercen su acción porque provocan un acrecentado sentimiento de derrota cuando comprueba la pérdida, ineficacia o falta de fuerza y capacidad para defender las propias decisiones o razones. Todo ello suele promover inhibición, desconfianza en si misma y disminución de la autoestima, lo que genera más desbalance de poder.

En la siguiente enumeración, como en la de las otras categorías que realizaré más adelante, procuraré nombrar, en un desordenado orden, algunas de los mM y sus características que he podido comprobar con más frecuencia.

- intimidación : este es un mM que está en el límite entre la violencia psicológica y los mM propiamente dichos. Maniobra atemorizante que se ejerce cuando el varón ya tiene fama (real o fantaseada) de abusivo o agresivo. Da indicios de que si no se le obedece, "algo" podrá pasar. Implica un arte en el que la mirada, el tono de voz, la postura y cualquier otro indicador verbal o gestual pueden servir para atemorizar. Para hacerla creíble, es necesario, cada tanto, ejercer alguna muestra de poder abusivo físico, sexual o económico, para recordarle a la mujer que le puede pasar si no se somete. A largo plazo se crea generalmente una situación en la que el varón logra no ser molestado en lo que a él no le gusta, y no estar disponible para nadie, salvo para sí mismo.
- control del dinero : gran cantidad de maniobras son utilizadas por el varón para monopolizar el uso o las decisiones sobre el dinero, limitándole su acceso a la mujer. Basado este mM en la creencia que el dinero es patrimonio masculino, sus modos de presentación son muy variados: no información sobre usos del dinero común, control de gastos y exigencia de detalles, retención - lo que obliga a la mujer a pedir- (Coria, 1992), etc. Se incluye también en este apartado la negación del valor económico que supone el trabajo doméstico y la crianza y el cuidado de los niños.
- no participación en lo doméstico : basada en la creencia que lo doméstico es femenino y lo público masculino, por este grupo de maniobra se impone a la mujer hacerse cargo del cuidado de algo común: el hogar y las personas que en ella habitan. Es una práctica de sobrecarga por omisión, que el varón justifica apelando a su rol de "proveedor" al que no se puede agobiar más de lo que soporta en su trabajo (es paradójico que esta justificación la realizan aun varones que no son los principales proveedores de o económico, con lo que imponen la "doble jornada" a la mujer que trabaja)
- uso expansivo-abusivo del espacio físico y del tiempo para sí : este grupo de mM se apoyan en la idea de que el espacio y el tiempo son posesión masculina, y que por tanto la mujer tiene poco derecho a ellos. Por tanto su apoderamiento es natural y no se piensa en la negociación de espacios y ni de tareas comunes que llevan tiempo. Así, en cuanto al espacio en el ámbito hogareño, el varón invade con su ropa toda la casa, utiliza para su siesta el sillón del salón impidiendo el uso de ese espacio común, monopoliza el televisor u ocupa con las piernas todo el espacio inferior de la mesa cuando se sientan alrededor de ella, entre otras maniobras (Guillaumin, 1992). Y en cuanto al tiempo: el varón crea tiempo de descanso o diversión a costa de la sobrecarga laboral de la mujer (por ejemplo utilizar el fin de semana para "sus" aficiones, o postergar su llegada a casa luego del trabajo), evita donar tiempo para otros, o define como "impostergables" ciertas actividades que en realidad no lo son y que lo alejan del hogar. Como decía previamente, esto tiene como efecto que, en promedio los varones tengan más tiempo libre que las mujeres (y a costa de ellas).
- insistencia abusiva : conocido popularmente como "ganar por cansancio", este mM consiste en obtener lo que se quiere por insistencia inagotable, con agotamiento de la mujer que se cansa de mantener su propia opinión, y al final acepta lo impuesto a cambio de un poco de paz.
- imposición de intimidad : este mM consiste en una acción unidireccional de acercamiento cuando el varón desea, es una práctica coactiva en cuanto el varón no se molesta en negociar movimientos hacia la intimidad. Muy típico ejemplo de esto es la seducción forzada cuando él quiere sexo.

Apelación a la "superioridad" de la "lógica" varonil

En este grupo se recurre a la "razón" (varonil) para imponer ideas, conductas o elecciones desfavorables a la mujer. Utilizada por varones que suponen que tienen la "única" razón o que la suya es la mejor. No tienen en cuenta los sentimientos ni las alternativas y suponen que exponer su argumento les da derecho a salirse con la suya. No se cesa de utilizar hasta que la mujer dé lógicas razones (las del varón, por supuesto), y obligan a que ella tenga muy en claro su propia posición si no quiere someterse. Provoca intenso agobio. Ejemplo frecuente donde este mM se manifiesta es en el momento de decidir la elección del lugar de vacaciones, si a la mujer no le gusta el lugar elegido por el varón de la pareja. Es muy eficaz con mujeres que tienen un modo perceptivo o intuitivo de abordaje de la realidad. Una maniobra especial en este grupo es la monopolización de la definición de la "seriedad" o no de los temas de discusión por parte del varón: ¡yo no hablo de tonterías!, es una frase que la sintetiza.

- toma o abandono repentinos del mando de la situación : estas son maniobras o menos sorprendidas de decidir sin consultar, anular o no tener en cuenta las decisiones de la mujer, basados en la creencia del varón de que él es el único que tiene poder de decisión. Ejemplo prototípico de esta maniobra es la monopolización del zapping con el mando a distancia del televisor. El cortocircuito es un tipo especial de maniobra de este grupo: consiste en tomar decisiones sin contar con la mujer en situaciones que la involucran, y en las que es difícil negarse, por ejemplo: invitaciones a último momento de personas importantes: jefes, parientes, etcétera (Piaget, 1993).

Micromachismos encubiertos

Estos mM son los que atentan de modo más eficaz contra la simetría relacional y la autonomía femenina, por su índole insidiosa y sutil que los torna especialmente invisibles en cuanto a su intencionalidad. En ellos, el varón oculta (y a veces se oculta) su objetivo de dominio y forzamiento de disponibilidad de la mujer. En algunas de estas maniobras esos objetivos son tan encubiertos y su ejercicio es tan sutil que pasan especialmente desapercibidas, razón por la que son muy efectivas. Utilizan, no la fuerza como los mM coercitivos, sino el afecto y la inducción de actitudes para disminuir el pensamiento y la acción eficaz de la mujer, llevándola a hacer lo que no quiere y conduciéndola en la dirección elegida por el varón. Aprovechan su confiabilidad afectiva y provocan en ella sentimientos de desvalimiento o impotencia, acompañadas de confusión, zozobra, culpa, dudas de sí, (al no haber coerción evidente) que favorecen el descenso de la autoestima y la autocrédibilidad. Por no ser evidentes, no se perciben en el momento, pero se sienten sus efectos coaccionantes, por lo que conducen habitualmente a una reacción retardada (y "exagerada" dicen los varones) por parte de la mujer, con mal humor, frialdad y estallido de rabia "sin motivo". Muchos de ellos son considerados comportamientos masculinos "normales" y son muy efectivos para que el varón acreciente su poder de llevar adelante "sus" razones y sus deseos, y son especialmente devastadores con las mujeres muy dependientes de la aprobación masculina. En general se utilizan en una sutil y compleja mezcla. De ellos he podido detectar hasta ahora los siguientes grupos que he discriminado a los fines descriptivos, pero que en general se ejecutan en una compleja y astuta mezcla:

- abuso de la capacidad femenina de cuidado : este es el grupo de mM probablemente más avalado y silenciado por la cultura. Por ellos el varón utiliza y explota la capacidad de las mujeres de cuidado hacia otras personas. Esta capacidad está muy desarrollada en ellas por efectos de su socialización que las impele a "ser para otros". Alentadas por la cultura patriarcal, estas maniobras fuerzan disponibilidad incondicional a través de la imposición de diferentes roles de servicio: madre, esposa, asistente, secretaria, gestora, etc. Las obligan a un sobreesfuerzo físico y emocional que les resta autonomía vital. Con ellas, los varones aprovechan abusivamente los beneficios del cuidado femenino ya que la imposición de disponibilidad femenina hacia el varón, acrecienta la calidad de vida de él a expensas de la mujer, sin que éste habitualmente lo reconozca. Sin embargo, las estadísticas corroboran que los varones incrementan su salud psicofísica durante el matrimonio, y las mujeres la empeoran. Y ellos disponen de más tiempo de ocio. Algunas mujeres, concedoras de este grupo de mM lo llaman "vampirismo", es decir un comportamiento de extracción y

vaciamiento de energía vital que el varón aprovecha para sí. Entre estos mM tenemos:

- Maternalización de la mujer. La inducción a que la mujer sea como una madre tradicional: cuidadosa y comprensiva, es una práctica que impregna el comportamiento masculino. De las múltiples caras de esta maniobra, algunas son: pedir, fomentar o crear condiciones para que la mujer priorice sus conductas de cuidado incondicional (sobre todo hacia el mismo varón) promoviendo que ella no tenga en cuenta su propio desarrollo laboral, acoplarse al deseo de ella de un hijo prometiendo ser un "buen padre" y desentenderse luego del cuidado de la criatura, manipularla para que sea el "complemento" del varón o el "reposo del guerrero, etc.
- Delegación del trabajo de cuidado de los vínculos y las personas. Maniobras basadas en la creencia que lo doméstico y el cultivo de la conexión son patrimonio de la mujer. Se impone aquí de diversos modos que la mujer crea que es la encargada de cuidar la vitalidad de la pareja, el desarrollo de la cría y de los vínculos con ellos/as, con la familia de él e incluso con sus amigos. La imposición del cuidado de los suegros y suegras de la mujer es un mM muy frecuente y una de las más comunes fuentes de desgaste emocional femenino en el ámbito mediterráneo y latino en sectores populares. Limitan la autonomía de la mujer en tanto el varón no se hace cargo de este enorme trabajo que no se puede dejar de hacer: sin el cuidado de las personas y los vínculos el deterioro personal y vincular es la regla.
- Requerimientos abusivos solapados: son pedidos sin pedir explícitamente, "mudos", que apelan a activar automáticamente los aspectos "cuidadores" del rol femenino tradicional y hacer que la mujer cumpla ese pedido sin percatarse que lo está haciendo por coacción. Ejemplos comunes de estos requerimientos son los comportamientos de "niño tirano" que utilizan los varones cuando enferman, la exigencia no verbal de ocuparse de la familia de él, sus amigos, y los animales que usualmente él promueve que los hijos tengan en casa, o los "antojos" masculinos (exigencias con las comidas, horarios y silencios). También corresponde a este grupo el victimismo por ser el "proveedor", por el que requiere silenciosamente que no le pidan nada, porque su rol lo agobia y "ya hace bastante". Un mM muy frecuente en las parejas donde el varón tiene hijos/as de una primera pareja, es que él requiera silenciosa y abusivamente que ella se haga cargo de la crianza y atención de dichos hijos/as.

- creación de falta de intimidad : suele decirse que los varones tienen dificultades para la intimidad. Esto es cierto, pero también es cierto que la evitación de la intimidad es un recurso de dominación que ellos utilizan cotidianamente. Así lo muestran los mM de este grupo, que son maniobras activas de alejamiento, que impiden la conexión y evitan el riesgo de perder poder y quedar a merced de la mujer, más experta habitualmente en el manejo de las relaciones de cercanía (Weingarten, 1991). Intentan controlar las reglas del diálogo a través de la distancia y están sostenidas en la creencia varonil de su derecho a apartarse sin negociar y a disponer de sí sin limitaciones (sin permitir ese derecho a la mujer). Con ellas el varón logra que la mujer se acomode a sus deseos: cuánta intimidad tener, cuánta tarea doméstica realizar, cuándo estar disponible y qué merece compartirse. Así, predomina el deseo masculino de ocuparse sobre todo de sí mismo, y quedan coartados los deseos femeninos de relación. Estas maniobras transmiten el mensaje que para el varón lo importante es él, y el vínculo y la conexión son secundarios. Aquí podemos considerar diferentes grupos:

- Silencio. La renuencia a hablar o hablar de sí es una actitud habitual en los varones desde tiempo inmemorial y que recientemente se vuelve problemática al ponerse en entredicho la autoridad masculina y las mujeres exigir conexión... Independientemente de las razones internas que llevan al varón a estar silencioso (de hecho muchas veces el silencio es debido a una sensación de impotencia), esta actitud es una maniobra de dominación en tanto implica la imposición de silencio a la relación con la mujer. Permanecer en silencio no es sólo no poder hablar, sino no sentirse obligado a hablar ni a dar explicaciones (recurso que solo pueden permitirse quienes tienen poder) y por tanto imponer el no diálogo y el enmascaramiento. Se controlan así las reglas del juego de modo opuesto a la apertura, confianza y desenmascaramiento y se tiene así una autoridad silenciosa. Y además, se monopoliza un recurso que se niega a los demás: información sobre sí (pensamientos, emociones) no aceptando que la mujer haga lo mismo y forzándola a tener que

adivinar lo que a él le pasa y a girar a su alrededor para captar cuándo estará accesible. La insistencia de la mujer muchas veces es vivida por el varón como una persecución que el niega haber originado. Por todo esto el silencio es un mM. Algunas de sus formas de presentación son: encerrarse en si mismo, no contestar, contestar con monosílabos, no preguntar, no escuchar, hablar por hablar sin comprometerse, etcétera (Durrant y White, 1990; Wieck 1987; Sabo 1995). Algunas veces, esta maniobra suele dar al varón cierto aire de misteriosidad, que es muy seductor para muchas mujeres. Es frecuente que este mM se acompañe de la frase "no sé expresarme" (aunque la realidad muestra que no tiene deseos de aprender a hacerlo). Esta frase, tan común a muchos varones como justificante de la falta de diálogo es un buen ejemplo de la maniobra de encubrimiento que el silencio supone: lo encubierto es el deseo de evitar decir cosas que se piensan (por ejemplo: para qué cambiar si yo estoy bien), o tener que reconocer que no se tienen argumentos para oponerse a cambios solicitados o que punto de vista de ella puede ser válido, o que no sabe cómo hacer para ganar la partida.

- Aislamiento y puesta de límites. Estas son maniobras de puesta de distancia e imposición de no acercamiento que suelen utilizarse cuando la mujer quiere intimidad, respuestas o conexión y no se inhibe con el silencio. Como el silencio, estos mM imponen las reglas de vinculación. El aislamiento puede ser físico, encerrándose en algún espacio de la casa o en alguna actividad, o mental, encerrándose en sus pensamientos. Si este falla, la puesta de límites a veces con enojo ante cualquier pedido de información o de conexión puede ser útil. Si esto también falla, el enunciado de frases defensivas acompañadas de ira explosiva, tiene un eficaz efecto paralizante de la "invasión" femenina. Las frases generalmente están centradas en el comentario de sentirse invadido y acusado, y permiten evitar el posicionarse sobre la validez del reclamo de intimidad. Algunas de estas frases son: idéjame en paz!, ¡estoy ocupado!, ¡no me vengas con problemas!, ¡no me presiones!, ¡nunca estás conforme!, ¡no me organices!, ¡lo hago a mi modo!, ¡estoy todo el día trabajando y quiero paz! Muchas de estas expresiones suelen finalizarse con un ¡me tienes hartado! La secuencia: aislamiento-frases con ira-más aislamiento, suele ser muy frecuente.

- Avaricia de reconocimiento y disponibilidad. Estas son maniobras múltiples de retaceo de reconocimiento hacia la mujer como persona y de sus necesidades, valores, aportes y derechos. Se retacea también el apoyo y el cuidado (además de imponerle el rol de cuidadora). Conducen al hambre de afecto (el que, en mujeres dependientes, aumenta su dependencia). Provocan además la sobrevaloración de lo poco que brinda el varón -ya que lo escaso suele vivirse como valioso- (Benard y Schiaffer, 1990). Una frase ejemplificadora de este mM es: Si sabes que te quiero (o que aprecio lo que haces), ¿para qué precisas que te lo diga?

- Inclusión invasiva de terceros (amigos, reuniones y actividades) Con esta maniobra se limita al mínimo o se hace dejar de existir los espacios de intimidad. A veces está acompañada de la acusación a la mujer de ser "poco sociable".

- Seudointimidad : en este grupo de mM el varón dialoga, pero manipulando el diálogo, de modo de favorecer el control y el ocultamiento, dejando a la mujer con menos poder al retacearle sinceridad.

- Comunicación defensiva-ofensiva. El objetivo de la comunicación no es aquí la apertura sino que se habla para imponer y convencer. Existen defensas y ataques para imponer las propias razones, y no apertura ni negociación.

- Engaños y mentiras. Aquí el varón oculta u omite información para desfigurar la realidad y seguir aprovechando ventajas que si fuera sincero perdería. Oculta lo que no conviene que la mujer sepa, para no ser perjudicado en lo que no quiere perder, fundamentalmente poder de decisión. Entre los engaños más frecuentes se encuentran: incumplir promesas, adular, negar lo evidente, negar descubrimientos femeninos de infidelidades, etc. Y entre las mentiras: aquellas centradas en el uso del dinero, el tiempo realmente ocupado, el no reconocer errores sabiendo que se cometieron, el ofrecer aquello que no se está dispuesto a dar (sobre todo comprensión y colaboración). Dan poder al varón en tanto impiden un acceso igualitario a la información.

- Desautorización : estas maniobras están basadas en la creencia que el varón tiene el monopolio de la razón, lo correcto y el derecho a juzgar las actitudes ajenas desde un lugar superior. Presuponen el derecho a menospreciar. Conducen a inferiorizar a la mujer a través de un sinnúmero de

desvalorizaciones, que en general son consonantes con las desvalorizaciones que la cultura patriarcal realiza, y que hacen mella en la autoestima femenina. Un gesto desautorizante y despreciativo muy utilizado para acompañar este tipo de mM es 'la cara de perro', que difícilmente es aceptado como propio por el varón. Entre las desautorizaciones tenemos diferentes subgrupos:

- **Descalificaciones.** Suponen el derecho a valorar negativamente las actitudes de la mujer, denigrándola y no dándole el derecho a ser valorada y apreciada a menos que obedezca las "razones" del varón y haga lo que según él es "correcto". Para ello sirven todo tipo de expresiones y etiquetaciones descalificadoras. Algunos ejemplos de estos mM son: la ridiculización, el restar importancia y quitar seriedad a las opiniones femeninas, redefinir como negativos cambios positivos o cualidades de la mujer y desvalorizar cualquier transgresión al rol femenino tradicional. Muchas veces, la descalificación apunta directamente a la inteligencia: ¡no tienes ni idea!, ¡no sabes razonar!, o a la capacidad de percepción: ¡tú exageras! o peor aún ¡tú estás loca!
- **Negación de lo positivo.** No se reconoce a la mujer sus cualidades ni los aportes positivos que hace al vínculo y a la vida cotidiana, especialmente el valor del trabajo doméstico.
- **Colusión con terceros.** Aquí, el varón intenta establecer alianzas con las personas con las que la mujer tiene vínculos afectivos (parientes, amistades) a través del relato de historias sesgadas, secretes, etc., con el objetivo de desautorizarla y dejarla sola y a su merced (Bograd, 1991).
- **Terrorismo misógino.** Se trata aquí de comentarios descalificadores repentinos y sorprendentes, tipo "bomba", realizados generalmente en el ámbito público, que dejan indefensa a la mujer por su carácter abrupto. Producen confusión, desorientación y parálisis. Utilizan la ridiculización, la sospecha, la agresión y la culpabilidad. Así tenemos por ejemplo: realizar en contextos no pertinentes comentarios recordatorios de las "tareas femeninas" no realizadas, los sorprendentes comentarios descalificadores del éxito femenino, o resaltar las cualidades de mujer-objeto cuando ella se muestra como mujer-persona (Coria, 1992).
- **Autoalabanzas y autoadjudicaciones.** En estas maniobras, se desautoriza a la mujer a través de la hipervaloración que hace el varón de sus propias cualidades o aportes, así como autoadjudicándose espacios, objetos o tiempos que se niegan a la mujer. Pertenecen a este grupo la actitud de no dejarse enseñar por la mujer (sobre todo las tareas domésticas) porque, según dice el varón: ¡ya lo sé! o ¡tú no sabes enseñar!, la exclusión de la mujer de alguna actividad diciéndole ¡deja, yo lo hago mejor!, la autoadjudicación del coche más grande de los existentes en casa porque ¡tú no lo cuidas y es muy complicado para ti!, etc.

- **Paternalismo :** en este tipo de maniobra se enmascara la posesividad y a veces el autoritarismo del varón, haciendo "por" y no "con" la mujer e intentando aniarla. Se detecta sobre todo cuando ella se opone al aniamiento, y él no puede tolerar que ella sea autónoma y no controlarla.

- **Manipulación emocional :** Tenemos aquí a un grupo de mM donde el varón utiliza el afecto no para el intercambio emocional sino como instrumento para lograr el control de la relación. Se emiten mensajes que se aprovechan de la confianza y la afectividad de la mujer para promover en ella dudas sobre sí misma y sentimientos negativos, generando inseguridad y dependencia. Se usan para ello dobles mensajes, insinuaciones, acusaciones veladas, etcétera. De entre su amplia variedad podemos destacar:

- **Culpabilización-Inocentización.** Este mM presenta dos caras. Por una, se hace sentir a la mujer en falta de los modos más variados, generalmente apelando a su "no saber hacer", o a no desempeñar "correctamente" su rol de esposa o madre. Basada en que la creencia que lo que la mujer "debe hacer" está definido por el varón y que ella es culpable (desde Eva) por naturaleza. Por la otra cara de esta maniobra, el varón nunca se siente responsable de nada, es decir, es inocente en cuanto a la producción de disfunciones en lo cotidiano. De entre sus infinitos ejemplos podemos nombrar: culpar a la mujer de cualquier disfunción familiar (con la consiguiente inocentización del varón), culparla del placer que la mujer siente con otras personas o situaciones donde él no esté (asentada en la creencia de que la mujer sólo puede disfrutar con su compañero afectivo) culparla de lo que a él le pasa, e incluso culpabilizarla de la irritación que a

ella siente cuando él se abusa, etc.

- Dobles mensajes afectivos: En este tipo de maniobras el varón emite mensajes de afecto con un fin manipulativo oculto y que dejan a la mujer sin posibilidad de reacción: si los acepta, es manipulada, si no los acepta es culpabilizada por no ser afectuosa. Tenemos aquí a la seducción manipulativa (acercamiento interesado para lograr otros fines diferentes al afecto) y la elección forzosa (maniobra del tipo de "Si no haces esto por mi es que no me quieres").

- Enfurruñamiento: Acusación culposa no verbal frente a acciones que no le gustan al varón, pero a las cuales no se puede oponer con argumentos "racionales" Ejemplo típico de esta maniobra es la frase: "A mi no me importa que salgas sola", dicho con cara de enfado, cuando la mujer decide realizar una actividad personal sin él, y que la hace sentirse abandonante y culpable.

- Autoindulgencia y autojustificación : en estas maniobras el varón se autojustifica o es muy indulgente consigo mismo frente a la no realización de tareas o actividades que hacen al cultivo de un vínculo igualitario. Procuran bloquear la respuesta de la mujer ante acciones e inacciones del varón que la desfavorecen puesto que al no hacerlas él, la obligan a hacerlas a ella (fundamentalmente cuidado de las personas y de lo doméstico) Hacen callar apelando a "otras razones", y eludiendo la responsabilidad por lo que se hace o deja de hacer. Eluden dejar claro algo que en general el varón piensa: "esas no son mis responsabilidades, lo que hago ya es bastante. Entre ellas podemos nombrar:

- Hacerse el tonto. En este mM el varón elude responsabilizarse por sus actitudes injustas, su desinterés en el cambio o el no tener en cuenta a la mujer apelando a diversas razones que, según él, son inmodificables: la inconsciencia ("No me di cuenta"), las dificultades de los varones ("Quiero cambiar, pero me cuesta, los hombres somos así"), las obligaciones laborales ("No tengo tiempo para ocuparme de los niños"), la torpeza, la parálisis de la voluntad u otros defectos personales ("No pude controlarme", "es imposible para mí"), o el propio bienestar ("¿para qué quieres que cambie si así me siento bien?").

- Impericias y olvidos selectivos. Esta maniobra consiste en evitar responsabilidades (e imponérselas a la mujer) a partir de declararse inexperto para determinadas tareas (limpiar la cocina por ejemplo) o manejo de aparatos (lavadora, lavavajillas), ocultando su nula predisposición para el aprendizaje: ¿cómo es posible si no que muchos varones manejen tan fácilmente un aparato tan complejo como el ordenador y no sepan hacer funcionar la lavadora? En este grupo se incluyen también los olvidos selectivos, aquellos que no son producto de la desmemoria (en alguien que por otra parte generalmente registra y recuerda todo lo que le interesa), sino de la desmemoria parcial sobre actividades que en realidad siente que no le corresponden y que acepta por imposición. Ejemplos de estos olvidos es no recordar cita del médico para los niños, no comprar alimentos, no comprar regalos, etc.

- Comparaciones ventajosas. Con esta maniobra el varón intenta acallar los reclamos de la mujer apelando a que hay varones peores que él, y que entonces no debería quejarse.

- Seudoimplicación doméstica. Este mM es frecuente entre los varones progresistas, que demuestra que no existe un deseo de real corresponsabilidad en lo doméstico. En él, el varón actúa sólo como "ayudante" de la mujer, sobrecargándola y asumiendo además las tareas menos engorrosas.

- Minusvaloración de los propios errores. Los propios errores, descuidos, desintereses y quivocaciones en lo que hace al trabajo doméstico y de conexión son poco tenidos en cuenta y fácilmente disculpados. Inversamente, se está poco dispuesto a aceptar los errores de la mujer, tachándola frecuentemente de inadecuada o exagerada en sus preocupaciones por las cosas y personas.

Micromachismos de crisis

Estos mM suelen utilizarse en momentos de desequilibrio en el estable disbalance de poder en las relaciones, tales como aumento del poder personal de la mujer por cambios en su vida o pérdida del poder del varón por razones de pérdida laboral o de limitación física. Generalmente estos cambios se acompañan de reclamos por parte de la mujer de mayor igualdad en la relación. Suelen ser útiles no sólo para impedir que la mujer sea más autónoma o para no sentirse dependiente de ella, sino

también para impedir los reclamos de ella respecto a la necesidad que él también cambie modificando sus hábitos de superioridad. El varón, al sentirse perjudicado, puede utilizar específicamente estas maniobras o utilizar las descritas anteriormente, aumentando su cantidad o su intensidad con el fin de restablecer el statu quo.

Los grupos que describiré a continuación suelen utilizarse frecuentemente en una secuencia del primero al último, según la permeabilidad de la mujer para dejarse presionar. Pertenecen a esta categoría:

- Hipercontrol: este mM consiste en aumentar el control sobre las actividades, tiempos o espacios de la mujer, frente al temor que el aumento real o relativo de poder de ella pueda dejarlo a él en un segundo lugar e inferiorizado

- Seudoapoyo: apoyos que se enuncian sin ir acompañados de acciones cooperativas, realizados con mujeres que acrecientan su ingreso al espacio público. Se evita con ello la oposición frontal, y no se ayuda a la mujer a repartir su carga doméstica y tener más tiempo.

- Resistencia pasiva y distanciamiento: este mM consiste en utilizar diversas formas de oposición pasiva y abandono: falta de apoyo o colaboración, desconexión, conducta al acecho (no toma la iniciativa, espera y luego critica. "Yo lo hubiera hecho mejor"), distanciamiento, amenazas de abandono o abandono real (refugiándose en el trabajo o en otra mujer "mas comprensiva"), etc.

- Rehuir la crítica y la negociación: con este mM se intenta acallar los reclamos de la mujer respecto a las actitudes dominantes del varón y evitar el cambio sosteniendo que él no lo deseó. Se acompañan generalmente de culpabilización hacia el cambio femenino. Algunas frases que reflejan esta maniobra son: ¿por qué debería cambiar si tú cambias?, ¡Es tu problema! ¿De qué te quejas si me conociste así? ¡Si no hubieras cambiado todo estaría bien!

- Promesas y hacer méritos: maniobras en las que frente a reclamos de la mujer el varón realiza modificaciones puntuales que implican ceder posiciones provisoriamente por conveniencia, sin cuestionarse la creencia errónea de la "naturalidad" de la tenencia de dicha posición. Estos cambios suelen dejar de realizarse cuando la mujer deja de enfadarse y acepta darle "otra oportunidad".

Algunos ejemplos: hacer regalos, prometer ser un buen hombre, ponerse seductor y atento, hacer cambios superficiales, reconocer errores frente a amenazas de abandono.

- Victimismo: por este mM el varón se declara víctima inocente de los cambios y "locuras" de la mujer., con culpabilización acompañante para intentar doblegarla. Si finalmente él se decide a algún cambio, lo vive como un gran sacrificio, por lo que no se le puede pedir mucho, esperando ser aplaudido por pequeños cambios y frustrándose si no lo hacen. ¡A ti nada te conforma! es una frase manipulativa habitual utilizada en esta situación.

- Darse tiempo: este mM consiste en postergar y alargar el tiempo de decidirse a darle importancia a los cambios y reclamos femeninos o a cambiar, hasta que haya algo que obligue (en general un ultimátum de separación). Se manipula el tiempo de la respuesta al pedido de cambio intentando dilatar la situación de injusticia relacional. Es una clara maniobra de poder en tanto obliga a la mujer a someterse a los tiempos y deseos del varón, que es quien conserva el poder de decisión del momento de comenzar un cambio. Los modos de dilatar el diálogo y la decisión de cambio pueden ser variados: ¡ya hablaremos!, ¡ya veremos!, ¡lo pensaré! Otro modo frecuente es a través de la negativa a acceder a una ayuda terapéutica, y si se lo hace, postergar frecuentemente la consulta antes de decidirse realmente a hacerla.

- Dar lástima: cuando el varón realiza este mM procura que se apenen de él para lograr que la mujer ceda. Para ello, puede, desde buscar aliados que comprueben lo "bueno" que él es (y lo "mala" que es ella), hasta comportamientos autolesivos tales como accidentes, aumento de adicciones, enfermedades, amenazas de suicidio, que apelan a la predisposición femenina al cuidado y le inducen a pensar que sin ella él podría terminar muy mal. El varón exhibe en estos últimos comportamientos, manipulativamente, su invalidez para el autocuidado.

Efectos de los micromachismos

W. Shakespeare ilustra, espléndidamente, las estrategias de utilización de muchas de estas maniobras en función de dominar a la mujer, restringiendo con hábiles artes su autonomía, en su obra "La fierecilla domada". Su lectura alumbró con gran nitidez el efecto devastador de

estas estrategias de dominio.

La efectividad de todas estas maniobras, junto a la falta de autoafirmación de la mujer, forman una explosiva mezcla con enormes efectos negativos para ella y el vínculo que, como decíamos al comienzo de este artículo suelen ir haciéndose visibles a largo plazo.

Habitualmente no suele reconocerse la causalidad interpersonal de estos efectos, que suelen atribuirse culposamente a la mujer. En los varones no solo producen efectos "positivos" (para él) sino también efectos negativos que no se pueden tampoco descuidar.

En las mujeres los mM suelen provocar:

- un agotamiento de sus reservas emocionales y de la energía para sí, con una actitud defensiva o de queja ineficaz por el sentimiento de derrota e impotencia que producen, un deterioro muchas veces enorme de su autoestima, con aumento de la desmoralización,
- aumento de la inseguridad y disminución de la capacidad de pensar (los estudios epidemiológicos muestran que las mujeres en pareja disminuyen su salud mental y calidad de vida, al contrario de los varones, quienes las aumentan),
- una disminución de su poder personal y parálisis del desarrollo personal,
- un malestar difuso, una irritabilidad crónica y un hartazgo de la relación, de los cuales se culpan por no percibir que su producción es por presión externa, y que son frecuentes motivos de consulta a los dispositivos de salud mental. En estos dispositivos, frecuentemente y al igual que él varón de la pareja, suele atribuirse dichos malestares a la exageración de ciertas "características femeninas (dramatismo, inconformismo, etc.)

En los varones los efectos de su ejecución de los mM suelen ser:

- un aumento o conservación de su posición superior y de dominio, con desinterés creciente de las necesidades y derechos de la mujer,
- una afirmación de su identidad masculina, sustentada en las creencias de superioridad sobre la mujer y la autonomía autoafirmativa con negación de la vincularidad,
- un aislamiento receloso creciente, ya que el dominio no asegura el afecto femenino, sólo obediencia, y sólo puede generar aumento del control o aumento de la desconfianza e incompreensión hacia la mujer a quien no se puede controlar nunca plenamente.

Finalmente, los mM producen en el vínculo:

- el encarrilamiento de la relación en dirección a los intereses del varón, favorecido esto por el mandato cultural hacia las mujeres de que acepten al varón como es, y que a lo sumo lo traten con sus armas "ocultas". Sutilmente se van creando las condiciones para forzar la disponibilidad de la mujer hacia el varón y no lo inverso. Los mM llevan al "dejar hacer" femenino que permite que predominen los tipos de situaciones que el varón desea, ya que dicho "dejar hacer" lleva a que dependa del varón qué, cuánto se puede hacer, y cuándo. Todo esto lleva a la perpetuación de los desbalances de poder y de las disfunciones en la relación (muchas mujeres suelen decir: ¡Cómo no voy a ceder. No puedo estar peleándome todo el tiempo!)
- etiquetamiento de la mujer como "la culpable" del deterioro del vínculo, cuando ella desea un cambio y él se niega a moverse hacia la igualdad. A veces, la mujer percibe que algo anda mal en el vínculo y él lo niega. Al no poder clarificar la causa (causa que es frecuentemente el deterioro vincular producido por la falta de igualdad relacional a la que los mM contribuyen), ella, por mandato de género tiende a autoculparse y él, que no se reconoce como dominante, queda como inocente
- guerra fría, transformación de la pareja en adversarios convivientes, y empobrecimiento de la relación, creándose el terreno favorable para otras violencias y abusos.

Consideraciones finales

Quizás esta larga enumeración de maniobras y sus efectos haya sido fatigosa y haya provocado alivios y rechazos. Como en todo tema que se desvela, suele ser mas frecuente que

sientan alivio aquellos a quienes la invisibilización los desfavorecía, y rechazo quienes se sentían favorecidos por dicha invisibilización. Sin embargo, para todas las personas, tolerar la visibilización de la microviolencia cotidiana no es tarea fácil. Muchas mujeres se alegrarán de entender mejor las maniobras en que se ven involucradas, pero soportarán menos el reconocimiento de su propia subordinación (Dio Bleichmar, 1992) por lo que muchas veces tenderán a seguir responsabilizándose de lo que es sólo responsabilidad masculina, ya que al menos eso mantiene la creencia de tener algún poder sobre la relación. Pocos varones, pese a reconocerse en este listado, estarán dispuestos a aceptar, a pesar de sus cambios, lo que en ellos aun permanece de la atávica dominancia masculina (Britana, 1989). Pero la transformación se basa en esos dolorosos reconocimientos y aceptaciones

Luego de leer estas líneas probablemente el/la lector/a no hayan descubierto nada muy desconocido. Lo que sí han visto nombrados y descriptos es un repertorio de comportamientos que representan los trucos y trampas más habituales en los varones modernos para ejercitar en lo cotidiano la violencia de género. Comportamientos variados que, y esa es la importancia de su puesta en evidencia, suelen ser "invisibles" y pasar desapercibidos o tomados como naturales, ignorándose sus daños.

Nombrar es uno de los modos de hacer visible lo imperceptible, en este caso lo que molesta a las mujeres pero no se detecta claramente. Espero que las descripciones anteriores hayan roto su carácter de "invisibles". Pero nombrar, describir y clasificar, es importante además porque es el primer paso para que algo pueda hacerse con lo delimitado con el nombrar, en este caso que pueda ser transformado. Nombrar los mM y ver sus efectos es también anormalizarlos, ya que muchas veces cuando se perciben aisladamente, se juzgan como intrascendentes sin evaluar el daño que producen por reiteración y su capacidad de ser caldos de cultivo para otras violencias. Y anormalizarlos consiste en considerar que su accionar no es trivial y que deben ser incluidos claramente en el listado de estrategias y prácticas de violencia de género ejercidas por los varones, que hay que tratar de erradicar. Nombrar los mM es también una tarea que supone el análisis crítico de la cotidianeidad y los comportamientos de "seudoigualdad" que circulan diariamente. Así, ponerlos en evidencia debería ser útil para las que las mujeres pudieran:

- legitimar y ampliar su registro perceptivo de los comportamientos masculinos de dominación que ellas sufren y que los varones generalmente no reconocen realizar.
- reconocer el lenguaje de acción y manipulación- que no de palabras -, tan propio de los varones pese a la creencia que la manipulación es un arma fundamentalmente femenina.
- disminuir la culpabilización inducida por estas maniobras y recuperar su pensamiento y posibilidades de acción autónoma en la vida de pareja cotidiana.
- aumentar las posibilidades de crear sus modos de evitación y resistencia ya que lo que se ve claramente puede ser mejor combatido.
- también y de modo importante, saber de sus efectos, porque el no poder detectar que muchos de los malestares emocionales e inseguridades son provocados por el ejercicio de los mM, hace que las mujeres (y sus parejas y los profesionales de la salud) tiendan a adjudicarlos a problemas intrapersonales o a "exageraciones" femeninas. Así surge la doble victimización.

Alertar sobre su existencia y frecuencia supone también criticar las creencias que las violencias de género son solamente sus formas más dramáticas y que sólo la ejercen algunos varones. Como hemos visto, los mM también son violencia de género y son comportamientos habituales en todos los varones: la violencia no es sólo cosa de otros, sino también de nosotros (varones). Reconocer esto supone que los varones que creemos en la igualdad, debemos hacer algo más que acompañar a las mujeres en sus reclamos y adaptarnos con esfuerzo a los cambios femeninos: debemos cambiar también nosotros. Por esto último, nombrar los mM debería servir para contribuir a que los varones que no se reconocen en el ejercicio de la violencia mayor, que tienen una ética de justicia y respeto, no ignoren las propias maniobras de dominio y dominación cotidianas. Para ello es necesario:

- estar dispuesto a una autocrítica sobre el ejercicio cotidiano del poder y sobre la

socialización en que son criados, la que avala la superioridad sobre las mujeres y por tanto la creencia en tener derechos sobre ellas.

- entrenarse en el cambio de actitudes hacia la igualdad y el respeto, ya que sólo con conocer no alcanza. Los grupos de reflexión de varones son un buen espacio para ello.
- tomar iniciativas para realizar acciones, en tanto varones, que favorezcan la erradicación de las violencias de género y no dejar que sean únicamente las mujeres que luchen contra la violencia que nosotros producimos. Iniciativas como la campaña canadiense del lazo blanco, el manifiesto del grupo de hombres de Sevilla, la red de hombres profeministas europeos, los trabajos de Jorge Corsi, o los grupos Coriac y Cantera en Latinoamérica.

Finalmente hacer visibles los mM debe servir para no olvidar que son factores que deben tenerse en cuenta en las estrategias de erradicación de la violencia de género. Para esto no es necesario un ámbito particular, ya que al ser comportamientos habituales en lo cotidiano, se pueden realizar acciones contra ellos en todos los ámbitos (salud y educación fundamentalmente).

Para concluir: sería un error deducir de todo lo que hemos descrito un juicio descalificador y una atribución de "maldad" hacia todos los varones. Lo que sí muestran estas líneas con claridad es una crítica a un modelo masculino tradicional que se basa en creer que el varón es superior, que provoca daño a las mujeres y que tampoco es humanamente provechoso para los varones, que quedan, para defenderlo, cada vez más atrapados en el pasado. De este modelo derivan las violencias de género entre las que están los mM. De estas violencias los varones son responsables, las mujeres no son responsables y por tanto sólo a ellos les corresponde intentar modificarlas e sí mismos si desean relaciones igualitarias y cooperativas con las mujeres. Ellas sólo podrán presionar pero no cambiar lo que ellos no quieren.

7. REFLEXIÓ I PREGUNTES

Quan parlem de violència en les relacions, tant en la parella com amb les companyes de militància, probablement sols ens ve un tipus de violència en concret, aquella directa que mostra l'asimetria de la relació, la desigualtat entre les dues parts. I al parlar d'aquesta asimetria, en la majoria de casos són les dones les que es troben en la part més baixa de la balança.

Però si pensem que la violència es tota acció que coacciona, limita o restringeix la llibertat i dignitat de la dona, podem comprovar que queden ignorades moltes pràctiques de violència i dominació masculina en allò quotidià, algunes considerades normals, algunes invisibilitzades i altres legitimades, i que es porten a terme impunement.

Si pensem des d'una òptica d'igualtat entre els gèneres, visibilitzar aquestes pràctiques és un primer pas per a intentar la seva neutralització i posterior desactivació en les relacions sexoafectives.

Quan es comença a treballar i a evidenciar aquestes pràctiques, podran sorgir inquietuds, tant per una banda com per altra, però el primer pas per transformar-ho és anomenar-les i visibilitzar-les per tal de, en un segon pas, eliminar-les.

Preguntes sobre el text:

- Les pràctiques que apareixen descrites en el text en quines situacions són més freqüents?
- Entre les companyes de militància creieu que es donen també aquestes asimetries?
- En una relació d'amistat es donen aquestes actituds? Es reproduïxen en les relacions de parella?

8. RELACIONS SEXOAFECTIVES: PRESENT, PASSAT I FUTUR...UNA HISTÒRIA PER CONSTRUIR (text de Laia Estrada)

Presentació

El present text és un recull de les impressions originades en el darrer taller realitzat amb les companyes de Cau de llunes (l'Assemblea Feminista Revolucionària de Tarragona). La dinàmica consistia en demanar a les participants que pensessin una situació en un context sexoafectiu (el què col·loquialment s'entén per relació eròticaamorosa, ja sigui esporàdica o contínua) que haguessin viscut, en la qual haguessin patit una experiència negativa, així com una altra situació en la que elles haguessin portat a terme una acció o actitud que no els agradaria repetir. Ho havien d'escriure en paperets diferents. Es dipositaven tots els papers plegats al mig del grup, es barrejaven i es distribuïen, de manera que tothom en tenia dos, que es llegien a continuació, respectant la privacitat, ja que els papers eren idèntics. Aquestes eren les impressions recollides:

- No m'agrada que a les relacions esporàdiques les persones sentim la necessitat de 'segrestar' els nostres sentiments.
- No m'agrada que es facin els 'xulos' amb mi.
- No m'agrada que el més important per a l'altra persona sigui el sexe i que no m'ho reconegui.
- De les relacions en parella, no m'agrada que sempre sigui jo la comprensiva i la que al mateix temps demana i reclama atenció i comprensió per part de l'altre.
- No m'agrada que no em respectin al llit.
- Que prenguin decisions sense consultarme.
- Em vaig recolzar tant en la meva parella, que vaig arribar a anul·lar-me com a persona. No podia solucionar els meus problemes sense la seva ajuda.
- M'he enamorat abans d'una altra persona que de mi.
- Li he donat falses il·lusions a una persona per a oblidarne una altra.
- No m'agrada haver-me vist obligada a fingir un orgasme.
- No m'agrada haver de fer coses que no m'agraden només perquè l'altre diu que li agraden molt.
- No m'agrada tenir una dependència excessiva cap a l'altra persona.
- No m'agrada haver utilitzat un noi per a sortir i passarho bé sabent que jo li agradava i ell a mi i no, i haventliho ocultat.
- No m'agrada exigir més del què jo estic disposada adonar
- No m'agrada sentir dependència cap a la meva parella.
- Confiar cegament i oblidar una cosa que m'ha fet mal, per tal de no perdre una relació.

Aquesta dinàmica, amb el derivat debat, va permetre: Identificar situacions que es donen en un context sexoafectiu, que ens resulten nocives, però que per la seva quotidianitat tolerem o fins i tot poden arribar a passar inadvertides. Identificar actituds i actuacions que ens resulten danyoses i que patim en les relacions sexoafectives, per part d'una altra persona, així com aquelles que exercim nosaltres mateixes i que poden resultar danyoses per a les altres, o fins i tot per a nosaltres mateixes. És a dir, diferenciar aquelles situacions en les quals tenim un paper de 'víctimes' d'aquelles que nosaltres mateixes en som responsables.

Determinar les relacions existents entre aquestes situacions i l'estructura patriarcal de la societat, els rols de gènere, l'amor romàntic, els mites sobre sexualitat, i l'hipersexualitat capitalista.

Analitzar noves formes de relacionarnos o estratègies per a evitar aquestes situacions danyoses per a nosaltres o per a les altres.

Afavorir la comunicació així com l'autoanàlisi sexoemocional.

La importància de les relacions sexoafectives en la lluita feminista.

El món de les relacions sexoafectives és una de les facetes de les nostres vides on més es manifesta l'estructura patriarcal de la societat i les seves conseqüències nocives sobre la nostra salut física, mental i emocional. La pitjor part, per suposat, ens l'enduem les dones. Cal parlar de relacions sexoafectives perquè si només féssim referència a relacions de parella estariem excloent altres formes de relació; i perquè és important vincular la sexualitat i l'afectivitat, ja que moltes vegades les persones ens relacionem pensant que ho fem mogudes per uns interessos (generalment, sexuals), quan en realitat la necessitat afectiva és tan o més gran que la sexual, donada la nostra condició d'éssers socials perduts en un món individualista, competitiu, frustrant. Així doncs, estem fent referència a una part important de les nostres vides, ja que totes (amb major o menor èxit) mirem de cobrir aquesta necessitat.

Al mateix temps, es tracta d'una faceta que és considerada com a privada i és fàcilment ocultable, i molts cops la forma d'encararla entra en contradicció amb allò que projectem en la nostra vida pública. En les relacions sexoafectives, per tant, les actituds sexistes i els rols de gènere s'esplaien, i fins i tot les militants més conscienciades ho experimentem. No es pot negar que és infinitament més fàcil per la militància, reivindicar la igualtat de dones i homes en el plànol social i econòmic, així com la socialització de les feines de cura, el dret de les dones a decidir sobre el seu cos, etc. que no pas reconèixer obertament que en les nostres relacions sexoafectives som dependents, controladores, geloses, possessives, falses, manipuladores, objectes sexuals, que ens traïm a nosaltres mateixes, que ens fa pànic la soledat... Perquè reconèixer això, i moltes més coses igual de baixes, a banda de la 'vergonya' que comporta, implica una dura tasca d'autoanàlisi i de treball personal, que a més deriva en la renúncia d'un estatus privilegiat en la vida de qui ens acompanya. Per tant, treballar amb profunditat les relacions sexoafectives, comporta lluitar contra els rols de gènere i contra una forma de control social i econòmic, com es veurà més endavant. Aquesta qüestió, és summament important en la lluita feminista perquè ens permet lluitar contra els estereotips de gènere, els quals condicionen la nostra manera de fer, pensar i sentir.

La realitat actual de les relacions sexoafectives

És inqüestionable que s'han donat canvis en el model dominant de relació sexoafectiva. S'ha deixat enrere aquella idea del matrimoni per tota la vida, i a les llars on les dones combinen el treball productiu i el reproductiu, comença a donarse un repartiment de les tasques domèstiques, tot i que la responsabilitat fonamental continua caient sobre les dones. En referència a les opcions sexuals, la lluita dels col·lectius per l'alliberament GLBT ha trencat amb els tabús i mites homòfobs, i s'ha arribat a avançar de tal manera que en alguns estats s'ha arribat al punt de fomentar els matrimonis entre aquests (sense entrar a valorar les implicacions retrògrades d'aquestes iniciatives). De totes maneres, també cal remarcar que el lesbianisme continua trobant majors trabes que les relacions homosexuals masculines, y segueix romanent ocult o bé al servei del patriarcat, en forma de fantasies eròtiques masculines.

La possibilitat del divorci juntament amb l'accés al món laboral remunerat, possibilita que el camí cap a l'autonomia de les dones, reiniciat a l'estat espanyol (després del retrocés que va suposar la dictadura feixista franquista) durant la dècada dels 70, continuï endavant.

No obstant, la idea fonamental, l'essència de les relacions sexoafectives, segueix sent la mateixa: rols de gènere, amor romàntic, aïllament, unitat econòmica de producció/reproducció i consum. I, concretament, en l'erotisme, seguim trobant de manera imperant: heterocentrisme i coitcentrisme.

Les persones seguim emparellantnos, i fins i tot casantnos, i és cert la majoria de parelles no assumeixen la idea d'aguantar el matrimoni o la parella per por al que diran, i sempre que hi ha possibilitats es trenca la relació, però hem entrat en un moment en què les parelles s'encadenen. Hem entrat en un període en el qual la vida en parella es continua contemplant com el model per tota la vida, però s'ha introduït la modalitat de substitució dels agents protagonistes. Així, ja no es veu la necessitat d'haver d'aguantar, i poca gent continua

apostant de forma pragmàtica per l'amor per tota la vida (en l'ideari continua vigent), però s'encadenen les relacions de parella, entenentles com l'única forma de materialització de la sexoafectivitat.

L'activació dels rols de gènere

Amb aquest model imperant, el que trobem són homes i dones que reproduïxen uns rols que harmonitzen a la perfecció amb aquest tipus de relacions. És com la representació d'una obra teatral en la que els vestuaris, escenaris i fins i tot el llenguatge són modificats/actualitzats, però l'argument i els personatges continuen sent els originals. Les persones continuem decidint viure en parella pensant que els nostres sentiments ens hi condueixen (ja veurem les causes reals), i iniciem els passos cap a la unitat familiar monogàmica i nuclear. Mentre no hi ha descendència, la constricció no és tan forta, però tot i així les contradiccions que s'intuïen sense l'espai compartit adquireixen major pes i es fan sòlides: la dependència envers l'altra, l'aïllament, el control de la vida de l'altra, la possessivitat i la gelosia... les dues persones s'annexionen i es perd la individualitat, la privacitat. Els rols inculcats en el subconscient s'activen, fruit de nosaltres mateixes i també del comportament i de les expectatives i els desitjos de l'altra. Per les dones, en relació al seu camí cap a l'empoderament i l'autonomia, aquesta activació resulta fatal: adquirim el rol de vetlladores, esdevenim una font d'afecte inacabable, personifiquem la comprensió, la cura, l'estima, l'atenció i la responsabilitat, l'alegria o vitalitat, la tendresa i la bellesa. Tot plegat, com a resultat de la socialització de gènere a la que hem estat exposades, per part de diferents i subtils mitjans, des que els nostres progenitors eren conscients del nostre sexe.

Per part dels homes, òbviament, els rols també es materialitzen, i fonamentalment, com a part negativa (sempre des del meu modest coneixement), pateixen les conseqüències de no haver treballat en absolut el seus propis sentiments, i per tant, pateixen una mena d'amputació emocional. La comunicació en aquest sentit els resulta difícil i molts cops els porta a la depressió, a la frustració o a la ira. Però aquests, per contra, s'emporten la millor part de les relacions: les atencions incondicionals del gènere femení, que els basteix d'una seguretat i confiança per a desplegar en l'esfera pública.

Es produeix una espiral malaltissa: les dones entreguen atencions i energia emocional, com si això estigués escrit en el seu codi genètic (de tan interioritzat que ho tenim), i esperen, de forma inconscient, rebre'n de forma recíproca. Però no és així, perquè no existeix la mateixa socialització, i els homes han estat educats identificant el món emocional com una debilitat que cal evitar. A mida que les dones entreguen estima sense rebre res a canvi, el subjecte que rep les atencions adquireix major poder als propis ulls i als ulls de l'altra.

La mútua dependència creix, però a més l'estatus és diferent: la font d'estima és el subjecte subordinat, i qui rep aquesta estima esdevé el dominant. A mida que creix l'autoestima i confiança del subjecte dominant, disminueix la confiança i autoestima del subordinat. Es tracta d'un cercle viciós que és difícil combatre un cop engegat. Molts cops, es trenca amb l'inici d'una nova relació, que únicament servirà per a començar de zero, però que probablement serà el nou escenari de l'espiral, i els subjectes desenvoluparan els mateixos rols. Per les dones, en general, el dolor i la frustració que deriva dels espais privats, acaba en malalties nervioses, en depressions i en el consum de psicofàrmacs. Per les dones militants, a més, deriva en una disminució de la seva activitat política i del seu potencial revolucionari.

Quan a més de la parella entra en acció la prole, el rol de les dones s'acaba d'activar amb tot el seu potencial. La bona mare és un paper ben dissenyat del qual és difícil fugir. Quan un infant està desatès, les mirades apunten als progenitors, però especialment centren l'atenció en la mare. La maternitat, en les condicions estructurals actuals, suposa la mort de les possibilitats d'emancipació i de l'activitat individual d'una dona.

Els mites de l'amor romàntic

A més d'experimentar aquesta activació de rols descrita, que no fa res més que polaritzar els caràcters i la personalitat dels individus, en funció del gènere que els ha estat inculcat, les relacions sexoafectives amb el format convencional de parella monogàmica també comporten la posada en escena de tot l'ideari romàntic que hem absorbit des de la nostra tendra infància.

Estem fent referència a mites com el de la mitja taronja, l'amor etern, l'omnipotència de l'amor, el lliure albir de l'amor... per posar uns pocs exemples.

Com bé explicava Carlos Frabetti en el seu article *Contra el amor, l'amor*, avui dia, no és res més que una gran farsa en la qual els dos protagonistes miren de fugir de la soledat i la frustració, fentse creure mútuament que són omnipresents i el més especial i preuat en la vida de l'altre, la qual cosa els porta contínuament a contradiccions amb la crua realitat.

Tothom sap què és l'amor romàntic, però som poques les persones que ens atrevim a reconèixer que tenim aquesta idea més present de la que voldríem. L'afany per a controlar què fa i què deixa de fer l'altre, per a viure de prop totes les experiències de l'estimada, per a ser present en tot moment en el cap de l'altra... En resum: el control, la possessivitat i la gelosia no són res més que el reflex d'aquest ideari romàntic. Aquest pot manifestarse amb menor o major intensitat, però quant més s'aproxima el tipus de relació al model convencional, més fàcil és que s'adoptin aquests vicis.

L'origen del model actual

La concepció de l'amor ha evolucionat al llarg de la història, en base als interessos de l'estructura econòmica dominant. Quan l'organització social humana es distribuïa en clans, l'amor que més es valorava era precisament el que compartien les integrants de cada clan, per promoure la defensa d'aquest. Al llarg del període de conquestes romanes, l'amor exaltat era el que es donava entre els companys de guerra, particularment entre els alts càrrecs militars, la qual cosa afavoria l'esperit de camaraderia i per tant de les conquestes. Durant l'edat mitjana, es va promoure l'amor cortès; en base a aquest, l'heroi havia de mostrar les seves virtuts bèl·liques a l'estimada (un amor impossible, ja que la dama es tava per sobre de seu estatus); de nou, aquest format d'amor convenia als interessos feudals de conquesta.

Per últim, amb la revolució industrial, la burgesia imposa el format amorós que més convé a la reproducció de la seva estructura econòmica; apareix l'amor romàntic emmarcat en la moral cristiana i burgesa, i es materialitza en la família nuclear.

Aquesta institució serà la nova unitat de producció i consum, i els rols de gènere queden més polaritzats amb l'agudització de la divisió sexual del treball, ja que a les ciutats els espais públic i privat queden encara més diferenciats. El pare és l'encarregat de portar un salari a casa, és el sustentador, és qui desenvolupa un paper que obté un reconeixement públic i social (és el que abans ja s'ha mencionat com treball productiu); la mare s'encarregarà de convertir la llar en l'espai privat en el qual els membres trobaran estima i calidesa, pera poder descansar i fugir de l'agressivitat del món industrialitzat (és a dir, realitza la tasca reproductiva). La feina de la mare, però, serà invisibilitzada i igno

rada, estarà mancada de reconeixement social i la mantindrà en deute amb elseu protector. La família nuclear burgesa era una institució que tenia per objectiu proporcionar l'estabilitat adient per a desenvolupar les empreses que més rendibilitat poguessin obtenir.

L'home burgés trobava en la seva dona (que era la seva proletària particular) i en les dels seus assalariats, la forma de reproduir la força de treball de manera gratuïta, així que aquest model era realment factible per a l'home burgés, però va ser estès a la resta de classes socials, imposant-lo com a model únic d'agrupació social sexoafectiva. L'ideari de l'amor romàntic va ser l'eina per a consolidar-ho, i el patriarcat i el capitalisme avançaven junts amb aquesta fórmula de reproducció permanent d'ambdós sistemes.

Aquest model va ser implantat amb tanta força, que va sobreviure perfectament quan el sistema capitalista va trobar en les dones dels obrers la mà d'obra, encara més barata, que afavoria molt més el seu creixement econòmic. La incorporació de les dones obreres al món laboral va suposar, sense

cap mena de dubte, un guany per als capitalistes. En aquestes van trobar una força de treball més dòcil i abnegada que no dubtava en fer quantes hores calguessin per deixar de sentir els plors dels seus infants. Així doncs, malgrat que aquestes van començar a introduir-se en l'esfera del treball productiu, en cap cas van abandonar les seves responsabilitats reproductives.

Avui dia, el model de família nuclear s'està debilitant en la seva forma tradicional, com lamentaven alguns grups reaccionaris que fa poc van inundar els carrers de la capital de l'estat espanyol, però l'essència roman viva, i simplement busca noves formes per a materialitzar-se: per exemple, a partir de la fórmula dels matrimonis consecutius. I és així per la senzilla raó que l'estructura que l'empara segueix vigent.

La família impedeix que les cures i el conjunt de tasques reproductives siguin socialitzades, ja que les manté invisibilitzades en l'esfera privada, disfressades de devoció femenina envers els éssers estimats. La família, per tant, representa un enorme estalvi per al sistema. Així, aquest està disposat a fer concessions de l'ordre patriarcal, com per exemple en el referent a l'homosexualitat, però mirant d'amollarho als seus interessos. Tenim com exemple l'acceptació del matrimoni homosexual, per part dels governs progressistes.

La construcció de les alternatives.

Vist l'origen del model sexoafectiu convencional, que desmenteix el mite del lliure albir de l'amor, i de la parella com a fórmula única i universal, i recuperant el segon punt d'aquest text, per què continuem perpetuant un model sexoafectiu que no defensa els nostres interessos personals, socials i econòmics (incloent la defensa mediambiental com a qüestió transversal en els nostres interessos)? La violència de gènere, a l'ordre del dia, lamentablement, al cap i a la fi, no és una altra cosa que el reflex de les actituds i valors patriarcal activats amb l'escenari de la família nuclear. I cal tenir en compte que les agressions físiques només són la punta de l'iceberg, que a la majoria de relacions sexoafectives es produeix violència, i també per part de les dones, tal i com bé afirma Maria Jesús Izquierdo en diversos treballs.

Ja fa temps que des d'alguns sectors dels moviments socials, es clama en favor del que s'anomena poliamor com la fórmula contraposada a la moral cristiana burgesa, i que la militància revolucionària activa hauria de practicar. Des d'altres sectors, es defensa la necessitat de respectar la fórmula sexoafectiva que cada persona decideixi el que més li convé, en funció de les seves possibilitats d'assimilació de fórmules diferents. En la meua opinió, tant una posició com l'altra són incompletes per a fugir de la família nuclear i dels seus vicis i conseqüències nefastes, especialment per les dones, com s'ha argumentat al llarg del text. D'una banda, en referència a la segona posició, és cert que no ens podem enganyar a nosaltres mateixes i assumir pactes que ens fereixen, però és una postura molt còmoda i poc revolucionària quedar-se en un punt fix, sense treballar sobre una per a superar aquestes constriccions patriarcal. De la mateixa manera que treballem sobre el nostre rol de gènere per a deconstruir-lo, i resulta una tasca feixuga i difícil, cal treballar la nostra manera de relacionar-nos amb les demés.

D'altra banda, en quant a la defensa del poliamor, penso que no es pot analitzar el model sexoafectiu dominant al marge del context socioeconòmic en el qual es desenvolupa; considere que la defensa d'aquesta postura es fa des d'un punt de vista idealista. La societat capitalista aïlla les persones, ens segresta a partir d'hores i hores de treball que aniquilen la creativitat i la vitalitat, i que ens esgoten físicament i/o psíquica. Les persones som reduïdes a autòmats que ens regenerem a partir del consum de béns materials (majoritàriament inútils) o d'un oci alienant i impersonal. Els canals de socialització cada cop són menys freqüents, i només es donen en forma de macrotribades en les quals l'individu és un agent passiu: futbol, concerts, botellons, etc. La por a la soledat és un fet real i totalment comprensible.

Som éssers socials i com a tals necessitem desenvolupar la nostra existència en contacte directe amb companyes que, a més de suport, ens proporcionin afecte. Però l'única sortida que permet l'ordre actual és la vida en parella.

Així doncs, no es pot defensar un model sexoafectiu que difereixi completament de la moral cristianaburguesa, prenent que l'assumim com a alternativa, si aquest no va acompanyat d'uns canvis materials que possibilitin la praxis de la nova fórmula. És a dir, alhora que cal iniciar processos per a eliminar el nostre absurd ideari d'amor romàntic, cal que identifiquem quines condicions materials possibilitarien portar a la pràctica models de relacions sexoafectives no dependents ni exclusius, que alhora

potenciessin un nombre major i més profund de vincles de camaraderia. És en aquest punt on, com a moltes altres parts de la lluita feminista, la lluita antipatriarcal i la socialista es donen la mà. No hi ha fórmules màgiques, sinó processos organitzats de transformació social. Les persones joves no tenim un fàcil accés a l'habitatge (tot i que tampoc el tenen les més grans...), i les ajudes de les diferents administracions són insuficients i poc eficients. Aquesta és una qüestió fonamental en tot l'engranatge; és un dels principals motius (que, generalment, no s'expressen com a tal) que empenyen a la vida en parella. Viure fins als trenta anys amb els pares, o en un pis

d'estudiants (quan ja fa anys que una va deixar de ser-ho), arribat un punt es fa insuportable. Cal treballar un mínim de vuit hores per a assumir un lloguer per a una persona, i fins i tot així, no està assegurat arribar a final de mes,

ja que per a una mileurista, pagar un apartament en una ciutat petita, més llum, aigua, manutenció diversa, transport... tot plegat, resulta una feina de malabaristes. Per més dramatisme, el jovent i les dones tenim moltes més dificultats per a aconseguir contractes que ens permetin assumir aquestes despeses. La combinació amb uns estudis que suposadament ens asseguraran un futur (la qual cosa és totalment falsa), els contractes precaris temporals o de jornada parcial, la diferència salarial sexual, etc.

Tot plegat dificulta l'emancipació autònoma (no en parella) de les persones, ja sigui per primera vegada o al llarg de la vida adulta. En aquest sentit, són molts els casos de dones i homes que es veuen obligats a continuar convivint plegats per raons econòmiques, un cop ja no queda ni una espurna de l'amistat que els va empenyer a compartir el seu espai vital. Particularment, aquesta situació és més lamentable quan ens trobem davant d'un quadre de violència de gènere, en el que una dona no té cap mena de possibilitats per a subsistir de manera autònoma fora del matrimoni, i es sent condemnada a suportar eternament el seu infern familiar.

Els requisits per a un nou marc de relacions sexoafectives, a grans trets, són senzills: habitatge per tothom (amb fórmules d'espais compartits a favor de la sostenibilitat mediambiental), serveis socials de qualitat garantits... Es tracta, també, d'exigir la socialització real de les tasques reproductives, la qual cosa significa apuntar a un dels orígens fonamentals del patriarcat: la divisió sexual del treball. Per últim, el repartiment del treball productiu i reproductiu, i una nova organització dels temps i dels treballs, són també consignes que cal seguir.

Unes noves relacions sexoafectives, lliures dels mites de l'amor romàntic i de les constriccions patriarcales heterosexuales i coitcentristes, no es construiran de la nit al dia; de la mateixa manera que no ens podem desfer, homes i dones, de tot el pòsit cultural patriarcal de la nit al dia. Cal, doncs, que a la vegada que lluitem en les esferes públiques, també ho fem a nivell personal, perquè allò personal és polític. La clau està en vincular ambdues esferes visualitzant que els canvis materials possibiliten els culturals, alhora que els canvis en la subjectivitat promouen la transformació de les estructures. Així doncs, allò que és positiu per al combat en una esfera, ho és també per a l'altra, i totes les que pretenem superar l'opressió patriarcal, capitalista i nacional hem d'assumir que aquests tres fronts de lluita són indestruïbles.

9. REFELXIÓ I PREGUNTES

Parlem de relacions sexoafectives per abarcar altres tipus de relacions que van més enllà de les relacions estrictament de parella. A més, cal vincular la sexualitat amb l'afectivitat. Sovint les necessitats afectives superen les sexuals en tant som ésser socials en una societat individualista i per tant, les nostres relacions cerquen en gran mesura cobrir aquesta necessitat.

Cal treballar i visibilitzar aquestes relacions i allò que porten intrínsec com a nociu, perquè malgrat les persones puguem tenir un discurs conscient en la temàtica, és en les relacions personals on reproduïm les actituds sexistes i els patrons de gènere. I d'aquest fet no n'escapem tampoc les militants.

Així doncs, en la nostra lluita pel feminisme real i no de galeria cal posar al centre del debat aquestes pràctiques negatives per analitzar-les, ser-ne conscients i canviar-les.

En el text s'apunta a l'obvietat que hi ha hagut canvis en el model de relacions sexoafectives, sobretot de la mà del moviment per l'alliberament LGTI, que ha aconseguit trencar amb alguns mites i tabús. En la mateixa línia s'ha acabat amb la concepció que hi ha parelles per tota la vida. Malgrat l'essència segueix sent la mateixa ja que si que seguim apostant per viure en parella tota la vida.

Així doncs, a través d'aquests mites i els rols de gènere i per l'absència d'unes condicions materials suficients per la nostra emancipació les joves i especialment les dones joves, es veuen abocades a establir-se en nuclis familiars monogàmics, perdent gran autonomia i assumint coses que s'han de fer, en definitiva reproduint la socialització de gènere a la que hem estat induïdes tota la vida.

Alhora de plantejar les alternatives podem acceptar com a eines el poliamor o bé el respecte cap a qualsevol opció personal, però ambdues són limitades una per elitista i l'altra per poc transformadora. De la mateixa manera que reconstruïm els nostres rols de gènere, també ho hem de fer amb la nostra manera de relacionar-nos, tan col·lectivament com personal. Coordinant la lluita feminista amb la socialista aconseguirem la transformació de la societat.

Preguntes:

- Per què tolerem relacions sexoafectives nocives en la nostra quotidianitat? Com els hi fem front?
- Pots assenyalar alguna situació en la que hagi estat víctima i alguna situació en que hagi sigut responsable d'una desigualtat en les teves relacions sexoafectives?
- Quines estratègies creieu que són útils per treballar aquest àmbit a nivell col·lectiu però sobretot personal? Cal posar èmfasi en el treball col·lectiu o bé en el personal?
- Existeix un ideal de relació sexoafectiva? És més vàlida una relació oberta que una de tancada?