

VIRGINIA VALDOMINOS, PSICOANALISTA

“El celoso vive reconcomido por sus celos”

Nos acompañan a diario y sus efectos pueden ser destructivos en la vida de las personas si no se gestionan de una manera adecuada. La psicóloga y psicoanalista Virginia Valdominos advierte de que los celos no pueden erradicarse, puesto que se trata de uno de los sentimientos más primitivos en el ser humano, pero sí pueden ser tratados para evitar sus consecuencias devastadoras. “Hay tres tipos de celos, y en algunos casos constituyen una enfermedad grave que puede acabar incluso en asesinato”, destaca.

- ¿Qué son los celos y por qué se producen?

- Los celos son un sentimiento propio y constitutivo del ser humano como el amor, la tristeza, el odio o la envidia. Para que se den los celos es necesario que haya un tercero y la persona se sienta excluida de la situación. Es de los sentimientos más primitivos del hombre, algo más civilizado que la envidia por-

Los celos son un sentimiento propio y constitutivo del ser humano, algo más civilizado que la envidia

que mientras que en los celos intervienen siempre tres personas, en la envidia sólo son necesarias dos. Podríamos decir que ambos sentimientos nacen muy tempranamente en el niño, pero la envidia es más primitiva: cuando la madre se aparta por primera vez, aparece la envidia. Y cuando el niño se da cuenta de que la madre se va con un tercero, con el mundo, con el padre, con el hermano, a trabajar,... aparecen los celos. En los celos uno quiere para sí lo que tiene el otro: lo odio porque quiero para mí lo que él/ella tiene. En la envidia, sin embargo, no quiero lo que el otro tiene, lo que deseo es que el otro no lo tenga y por eso lo quiero destruir. También sentimos celos cuando uno se da cuenta de que tras su muerte, el mundo sigue. Podríamos decir que cada vez que sentimos celos en la vida son encubridores de estos dos celos fundamentales.

- ¿En qué tipo de sujetos se des-



+ Info. Visite la web www.virginiavaldominos.com o conozca sus gabinetes de psicoanálisis:
C/ Santiago 38, 1º A (Alcalá de Henares) // C/ Félix Rodríguez de la Fuente, 20 (Carmaroma de Esteruelas)
Tel. 91 125 77 47 / 664 222 008 - virginia.valdominos@gmail.com

arrollan más a menudo?

- Los celos, como la tristeza o la alegría, se producen en todos nosotros, la diferencia está en lo que haga cada uno con sus celos. No es lo mismo sentir celos y romper una relación, que sentir celos y escribir un poema o psicoanalizar qué es lo que me hace sentir celos. Por ahí uno descubre que algún deseo propio implican esos celos. Por tanto se producen en hombres, mujeres, jóvenes, mayores y en sujetos con todo tipo de personalidades. Es imposible no sentir celos. Lo que sí podemos distinguir son tres tipos de celos: los celos concurrentes o normales, los celos proyectados y los celos delirantes.

- ¿Cuál es la diferencia entre ellos?

- Los celos normales se componen

de un sentimiento de tristeza o dolor por el objeto amoroso que se cree perdido, la ofensa narcisista, un sentimiento hostil contra el rival preferido y la autocrítica que quiere hacer responsable al propio yo de la pérdida amorosa. Que sean normales no significa que sean racionales.

Los celos proyectados, por su parte, nacen de la culpa de las propias infidelidades del sujeto o del temor de cometerlas. La conciencia moral relega mediante la represión estas comunes tentaciones a lo inconsciente y el sujeto proyecta sus propios impulsos a la infidelidad sobre la persona a quien deben guardar fidelidad. Así, si la otra persona también le es infiel, acaba encontrando alivio moral.

En cuanto a los celos delirantes, se tratan de una enfermedad grave.

También proceden de tendencias infieles reprimidas, pero en este caso son una tentativa de defensa contra un poderoso impulso de atracción hacia personas del mismo sexo. Se dan tanto en hombres como en mujeres y la fórmula para describirlos es “no soy yo quien le ama, es ella quien le ama”. Dentro de este tipo de celos encontramos el delirio celoso de los alcohólicos.

- ¿De qué manera influyen en nuestra vida?

- Cuando uno no los analiza, o cuando uno no es consciente de ellos, nos influyen de gran manera. Es cierto que todos sentimos celos, es cierto que forman parte de un proceso universal por el que todos pasamos, sin embargo, es singular cómo cada uno se posiciona ante este proceso y la responsabilidad que cada uno asume sobre sus propios celos, ya que son suyos y de nadie más. En cualquier caso, el celoso vive reconcomido por sus celos y si

Es imposible no sentir celos, pero si no se gestionan bien sus efectos pueden ser devastadores

no se gestionan adecuadamente sus efectos pueden ser devastadores llegando incluso a destruir familias, separar amigos, arruinar empresas, estropear proyectos o incluso a provocar delirios que pueden conducir hasta el asesinato.

- ¿Pueden eliminarse los celos?
- Los celos pueden transformarse. Por ejemplo, un flirteo puede constituir un seguro contra la verdadera infidelidad, pues consiguen que un deseo encendido por un objeto ajeno se satisfaga en el objeto propio, lo que equivale a un cierto retorno a la fidelidad.

- ¿Y cómo actúa el psicoanálisis en esta conducta?

- El psicoanálisis permite al paciente verse la cara con sus celos y transformarlos en otra cosa: en energía para las relaciones sexuales, para el trabajo, para la creación. Los celos indican deseos. No celamos de cualquier persona ni de cualquier cosa. ■