

## mento a los es olvidados

**Huber Hegetschweiler**  
**Ingeniera Agrónoma**

uló una noticia, aunque breve y atención, invita a la reflexión: en inauguró un monumento poco ra una guerra, ni a un líder político, individual. Celebra algo mucho más po, profundo. Un grupo de personas rmaron una cadena humana para apado en un canal.

iliza no es el rescate en sí.

y algo que suele pasar desapercibido la capacidad de conmovernos por hubo discusión ni cálculo excesivo. compartida. Varias personas, al eron que lo que estaba ocurriendo como para detenerse y actuar.

ordinación. Sin líderes visibles, sin s, sin un plan previo. Solo la que la única forma de lograrlo era entendió su lugar en la cadena sin explicarlo demasiado. Ese tipo de a en contextos más complejos— tural.

potente fue la confianza. Confiar nociones. Sostener y dejarse sostener. e sabiendo que dependes del otro. i desconfianza suele ser la regla, ese ariencia— tiene un peso enorme. iensión del riesgo. Nadie estaba adie firmó nada. Sin embargo, lo por un instante, la vida de otro fue r la acción colectiva.

la satisfacción compartida, la alegría ae solo existe porque fue construido

uerda en piedra o bronce responde figuras excepcionales o a eventos gnitud. Aquí, en cambio, se decidió iano: la cooperación espontánea.

do de noticias que refuerzan la la indiferencia, historias como esta uello que a veces olvidamos: que la o en los grandes discursos, sino en donde alguien decide no seguir de

uerza el hecho de que todavía existe os permite responder cuando algo te.

individual parece imponerse, ese es el : merece ser escuchado.

## Educando los celos en la pareja: la otra cara del amor

**Dr. Franco Lotito Catino**  
**Conferencista, escritor e investigador (PUC)**

**A**unque muchas personas consideran que los celos son perjudiciales en todas sus formas, el Dr. Willy Pasini, sexólogo, psiquiatra italiano, experto en la materia y autor del libro “Los celos: la otra fase del amor”, asegura que su total ausencia podría ser interpretada por uno de los integrantes de la pareja como una muestra de indiferencia, desinterés y distancia de la pareja, aun cuando esto, en realidad, no sea así.

Sin embargo, antes de poder comprender a cabalidad las implicancias de este crucial rasgo humano, es preciso aclarar que los celos representan un conjunto complejo de emociones y pensamientos —miedo, ira, inseguridad— que surgen en el interior de una persona ante una amenaza, ya sea real o imaginaria, de perder el afecto o la atención exclusiva de una persona que es considerada valiosa.

Si bien, los celos pueden indicar una valoración de la pareja, cuando éstos se presentan en forma excesiva o de manera irracional, pueden conducir a un determinado individuo a reaccionar de una forma posesiva que es dañina y destructiva.

Tanto es así, que la presencia diaria y enfermiza de los celos puede ser muy disruptiva, afectar la vida en común y hacer dudar a la pareja acerca de la verdadera fuerza y cariño



presente en el vínculo, ya que, demasiado a menudo, esta condición de “celos patológicos” podría conducir al quiebre de la relación, en ocasiones, incluso, por intermedio de la violencia bruta.

Por el contrario, una cuota mínima de celos puede ser muy saludable para la relación de pareja, de ahí que este experto en la materia insista que —en su justa medida— los celos pueden ser usados como “un ingrediente estimulante y favorable para la relación, al desarrollar su lado más seductor” y de esta forma, resulta posible “educar los celos para que beneficien a la pareja”.

Los celos moderados y entendidos como una demostración de interés por la otra persona pueden ser positivos, ya que implica que se está atento a la vida y al quehacer de la pareja, de cómo se siente, qué la hace sentirse bien y feliz, qué es lo que la divierte, quiénes son sus amigos(as), pero no como una forma de control, sino que como una manera de participar positivamente en sus intereses.

Existen ciertas situaciones que se pueden convertir

en motivos que dan cabida a la presencia de celos en uno de los integrantes de la pareja, cual es el caso, por ejemplo, de aquella persona que es poseedora de una personalidad atrayente y muy sociable, ya que cuando uno de ellos es risueño, sociable, conversador y atractivo, en tanto que el otro es más bien distante, tímido o poco sociable, ello puede dar pie para que surjan los celos en una de las partes.

Generalmente, los celos se dividen en dos tipos: (a) los “celos personales” generados por la inseguridad de uno de los integrantes de la pareja, (b) los “celos circunstanciales” que son provocados por el comportamiento, supuestamente, “sospechoso” de la pareja. Cuando se analizan los motivos para la desconfianza hacia la pareja, a menudo se constata que los celos pueden derivar de la baja autoestima de un individuo, de su necesidad de control o de su inseguridad personal, más que de las acciones o conductas reales de la pareja, lo que tiene como consecuencia el posible daño o destrucción de la relación de pareja.