



## Amor en cortocircuito. Ensayo sobre las Relaciones dependientes y tóxicas.

Fernando Pérez del Río y Mercurio Alba.

Naullibres • Valencia, 2021 • 176 págs.

ISBN: 978-84-18047-70-1

Vivimos una época de relaciones efímeras, donde el individualismo narcisista actual deja poco espacio para el otro. En este ensayo nos detenemos en las relaciones tormentosas entre personas. ¿Por qué permanecemos con quienes nos hacen daño, muchas veces durante toda la vida? Una relación tóxica es aquella en la cual uno o los dos miembros de una pareja tienden a sufrir más que a experimentar dicha y placer por estar juntos. Es una relación que nos impide ser como somos y saca lo peor de nosotros, alejándonos incluso de nuestros amigos, de nuestros sueños, de nuestra familia, hasta hacernos dudar de nuestra identidad, engañarnos respecto a lo que queremos y volvernos seres infelices.

El presente libro explica desde saberes como la psicología, la sociología o la educación cómo, a pesar de todo, la relación, obstinada, se superpone a sí misma y continúa en pie. Una suerte de masoquismo psicodinámico la sustenta, pues en el fondo suele haber una fuerte necesidad del otro en forma de “ni contigo ni sin ti”. La relación es más importante que el sentimiento de malestar que produce. Es preciso mantener el vínculo a cualquier precio, y de cara a la sociedad presentarlo bajo la máscara de una armonía perfecta dentro de un entorno idílico que resulta grotesca en cuanto nos la quitamos. Un enunciado tóxico de relación que termina siendo agotador.

Así, uno se ve atrapado en esta opresiva red durante años, sujeto a un desasosiego tenso que se diluye a ratos gracias a momentos muy efímeros de fugaz felicidad, pequeñas migajas de dicha que oportunamente quedaron plasmadas en esa foto en que los dos aparecen abrazados frente a un

horizonte montañoso en aquella visita a los Pirineos o en alegre grupo familiar durante una boda. Y más que culpables, encontramos víctimas. Víctimas que van demandando afecto y acaban mendigando cariño por las esquinas. Parejas perdidas en el laberinto del Minotauro —representación en este caso del cruel amor mal entendido—, necesitadas de alguien que las rescate como rescató Ariadna a su valeroso Teseo, siquiera sea con el hilo más fino.

¿Podemos ser optimistas? Decía Albert Camus: “Siempre nos engañamos dos veces respecto de las personas que amamos; primero a su favor y luego en su contra”. La memoria humana es fácil de engañar, pasamos cosas al recuerdo del olvido. Al final si el conflicto es un charco de agua, y con el paso del tiempo queda siempre una mancha después de secado. Cuando una pareja se va a separar llega a distorsionar el pasado compartido, y antes de romper recuerda lo peor de la relación. Es más noble fracasar, aprender a fracasar, que diría Samuel Beckett: fracasar más y mejor. A todos nos puede pasar y todos tenemos derecho al fracaso. Del fracaso nos recuperamos; el éxito, por el contrario, con su canción de nana fácil y dulzona tiende a idiotizar, te hace, si cabe, un poco más imbécil.

Recuerdo cuando contrataba a psicólogos; se notaba mucho cuando era el primer trabajo para el aspirante o ya había trabajado en otros sitios. El buen terapeuta es aquel que ha estado triangulado, que ha tenido problemas (la mayoría de los que estudian psicología quieren entenderse y arreglarse, tengo la consulta llena de ellos), pero han logrado resolverlos. Hay que saber volver a



nacer cuando salimos de un gran impasse, cuando estas abajo del valle solo te resta subir. Después de la pérdida hay que aprender a vivir las cosas de otro modo, saber perder implica saberse mortal y humanizarse; a darnos una segunda oportunidad de ser mejores con los nuestros. “Perderse es también camino”, en palabras de Clarice Lispector.

Esta obra aspira modestamente a tender ese hilo con el que poder identificar el problema en un primer momento y permitir que cada cual, guiado por él, encuentre la salida y descubra por sí mismo qué hay fuera del laberinto. Porque hasta el amor tiene límites. Y por supuesto se puede salir de él si es necesario.



## Mirando atrás para seguir avanzando. Una reflexión crítica sobre el pasado y el presente de la atención en salud mental.

Marcelino López Álvarez.

Barcelona, Editorial Herder • 2021 • 377 págs.

ISBN: 978-84-254474-2-6

En un nuevo libro de la Colección 3P, dirigida por Jorge Tizón, se abordan temas que pueden tener interés para un debate probablemente imprescindible y que hasta ahora no parece haberse desarrollado coherentemente en la Asociación. Con un prólogo del director de la colección, el psiquiatra y sociólogo Marcelino López, veterano militante de la AEN, vinculado profesionalmente durante bastantes años a los procesos de transformación de las estructuras públicas de salud mental en Andalucía, desarrolla con más extensión y abundantes referencias bibliográficas, los temas abordados recientemente en dos artículos sucesivos de la *Revista de la AEN*.

El objetivo del autor es claro: mostrar la insuficiencia e inadecuación del enfoque habitual, calificado aquí como “reduccionismo biomédico”, para tratar de dar respuesta a los problemas de salud mental de la población, pero también la para él paralela inadecuación de algunos intentos de hacerle frente desde posiciones que re-

cuerdan las de la vieja antipsiquiatría. Aplicando a ambas la conocida frase de Abrahán Maslow para quien “si tu única herramienta es un martillo, todos los problemas te parecerán clavos”, contrapone las que califica de simplificaciones de unos y otros a la complejidad de los problemas de salud mental. El objetivo del libro es así “mostrar que es necesario y posible proponer una alternativa sensata al reduccionismo biomédico y a sus inadecuadas respuestas a las necesidades de las personas con problemas de salud mental”, sin que para ello haya que “renunciar al pensamiento racional ni al enfoque científico de los problemas”; ni olvidar las enseñanzas, en lo positivo y en lo negativo, de la compleja interrelación de posiciones y movimientos desarrollados en nuestro campo en los últimos 50 o 60 años.

Para ello en el libro, se hace un repaso crítico de posiciones y movimientos internacionales incluyendo los de la Atención comunitaria, la