

AMOR

RECOPILACIÓ DELS TWEETS I DELS
ESCRITS AL BLOG “VOL 234” SOBRE
L’AMOR, LA FAMÍLIA, LES
EMOCIONS I LES RELACIONS
SOCIALS

FINS EL 7 DE DE GENER DE 2019

JOSEP M. CARBÓ TEIGEIRO

INTRODUCCIÓ:	3
AMOR EMOCIONAL	3
Deixa d'estimar i fes una altra cosa	4
No pots estimar algú i no ser estimat per ell	5
AMOR SOCIAL: FAMÍLIA	5
Quin tant per cent de sexe matrimonial és prostitució?	6
AMOR SOCIAL: LA PARELLA I LA RELACIÓ SEXUAL	6
Digue'm què és allò que un home troba sexualment atractiu i et revelaré tota la seva filosofia de vida. (De "La rebel·lió d'Atlas")	7
La dona busca parella i l'home busca per a ell	10
La cosa més bonica que puc dir a algú a qui estimo és "no et necessito"	11
Els ocells saben que es vola millor i més lluny en estol que no pas en parella	12
L'obsessió sexual dels homes és comparable a la de les dones per la parella	13
L'amor de parella o la llibertat absoluta per fer una sola cosa	14
AMOR SOCIAL: AMISTAT I ALTRES RELACIONS	15
Si ho vols viu, no ho lliguis! (Sobre relacions i altres animals)	16
Tant de bo sabés dir: "No tinc res per a tu, agafa el que vulguis"	17
Qui necessita explicacions d'una persona que estima?	17
AMOR ESPIRITUAL	18
No hi ha res més definitiu que una mirada de reconeixement	19
No t'estimo perquè ets així. Ets així perquè t'estimo!	20
Si no saps, què estimes?	21
Tenim un cor petit i un cor gran. El petit no arriba a l'intel·lecte i el gran el sobrepassa	22
Saviesa i amor. Llibres i roses. Volant i motor	23
PREGUNTES QUE ELS TUITES CONTESTEN	24

Introducció:

“Amor” és una de les paraules més confuses del nostre vocabulari. Segons Freud, això no és casual... Ens interessa mantenir una certa ambigüitat sobre aquest concepte. Am tot, jo distingeixo dos tipus fonamentals d'amor, l'amor emocional o social i l'amor que en podríem dir “espiritual”. El primer, al que dedico 4 dels 5 capítols que té aquest llibre, es fonamenta en les reaccions físico-emotives que regula l'amígdala des del mesocòrtex. És una dimensió pre-racional que compartim amb els mamífers superiors i que ha estat des de sempre idealitzada.

Aquesta dimensió inclou els aspectes socials, donat que la sociabilitat humana tal com l'entenem, apareix amb el desenvolupament de les emocions. Per això el segon capítol, dedicat a la família, està inclòs dins aquest aspecte. La família és la institució que uneix els vincles afectius amb els biològics atorgant-los legitimitat mútua.

El quart capítol, dedicat a les amistats i altres relacions afectives considera les relacions no institucionalitzades que tenen, per aquest motiu, peculiaritats pròpies. Epicur considerava més profunda i intensa l'amistat que el matrimoni, segurament pel grau d'espontaneïtat i voluntarietat que implica.

El cas de la parella –capítol 3- és un cas peculiar perquè comparteix per una banda la qualitat de relació espontània o amistosa (no biològica o genètica) i la institucional. Tot i que moltes parelles no estan formalitzades com a matrimoni no es pot negar que l'empremta clàssica de l'amor romàntic consagrat en el casament perdura en l'imaginari de moltes parelles no formals. L'exclusivitat, la prioritat, l'acceptació de la gelosia com a comprensible i raonable, la possessió implícita i mútua dels membres de la parella, s'hi pot veure en moltes d'aquestes unions.

Finalment, al capítol 5 considero l'amor espiritual o transracional que jo equiparo al coneixement profund que podem tenir els humans d'altres persones. És un coneixement o reconeixement que es dona en la intimitat i que atorga a l'amor una dimensió més elevada i nutritiva per al creixement.

Amor emocional

Si entens els que no pensen com tu els podràs contradir amb amor.

L'amor té tant a veure amb l'enamorament com una pansa amb el pensament

En diem amor però pot voler dir qualsevol cosa

Només qui ha sigut estimat pot estimar-se. I només qui s'estima pot estimar els altres

La part més egoista de mi demana a tots els qui estimo que estiguin sempre bé. Gràcies!

Diuen que si pots sentir-te estimat exactament tal com ets ja no et queda res per desitjar.

Quan et descobreixis valorant si estimes molt o poc; a un o a molts... planteja't que potser no estimes.

Deixa d'estimar i fes una altra cosa...

Què és estimar? Cada cop que plantegem aquest tema apareixen tantes opinions, interpretacions i vivències com persones hi participen. Desenganyem-nos, el verb "estimar" i la paraula "amor" són de les més buides del nostre diccionari. Poden significar qualsevol cosa. Quasi tot pot ser considerat com amor, des de les accions més beneïtes a les més cruels, passant per les més netes, les més egoïstes, les més estranyes o les més naturals. Per amor es pot fer tot. I es pot estimar tot: un artista, una llengua, a Déu, al veí, a la humanitat, a tu mateix, a la novia, als animals, al planeta...

Ja es veu que una paraula amb un significat tan ampli és inútil a l'hora d'indicar o descriure que és la principal finalitat del llenguatge. Per què, doncs, la paraula "amor" i el verb "estimar" tenen tan d'èxit malgrat la seva pèssima qualitat descriptiva? La resposta ens la dóna Freud quan afirma que és precisament per aquesta ambigüitat que la paraula "amor" té èxit. Si tingués un significat més acotat, segurament no estimaríem tant. Gràcies a què "estimar" és un paraigües que aixopluga tot el que m'interessa, puc fer el que vull i desitjo, sentint-me noble perquè "jo estimo".

Perquè hi ha qui estima posseïnt i qui ho fa alliberant; qui estima cuidant i qui estima donant autonomia; qui estima controlant i qui estima confiant; qui estima amb exclusivitat i qui estima amb generositat; qui estima només a qui s'ho mereix i qui estima tothom; qui estima institucionalment i qui estima espontàniament; qui estima amb passió i qui estima amb serenor; qui estima per obligació i qui estima per devoció; qui estima amb alegria i qui estima amb dolor... i no segueixo perquè de ben segur que tots coneixeu formes diferents d' "estimar".

Per això quan sento algú dient "jo estimo tal cosa o tal persona", sempre penso què voldrà dir i què hi entendrà. I estic segur que mai no ho endevinaré. Dues persones dient-se "t'estimo" s'esgarriarien si veiessin què hi ha darrera aquesta declaració d'amor. I ja no és només per recordar el tòpic de "per què li diuen amor quan volen dir sexe"... és que gairebé sempre podríem dir "per què li diuen amor quan volen dir... possessió, solitud, devoció, protecció..." Bé, segur que ens posaríem d'acord en que tothom que "estima" vol dir una cosa semblant a "m'interessa" però no podríem afinar gaire més.

Jo proposo una pràctica per a aclarir aquesta qüestió. Esborrar del nostre diccionari personal la paraula "amor" i el "verb estimar". No existeixen. Com que els nostres sentiments no varien pel fet que aquestes paraules no hi siguin, haurem de fer servir altres paraules per expressar el que fins ara en dèiem "amor". Pensa bé per quina paraula substituiràs el "t'estimo" que li dius al teu fill quan li tanques el llum de la tauleta de nit. Què li diràs? "Vull que passis una bona nit?", "Desitjo que siguis feliç?", "m'agrada que siguis el meu fill?"... Busca, busca... segur que hi ha una expressió ben clara. Notaràs que et resulta complicat perquè no saps ben bé quin sentiment és o perquè potser t'esgarriarà veure que l'expressió correcta no és tan noble com la que tenies. "Amor" és fàcil i no et complica la vida, però no t'ajuda a entendre què vius i com ho fas. "Amor" és una paraula per a gent que no es vol complicar la vida (aspiració legítima) però t'oculta una part important de tu mateix.

Darrera l'amor hi ha molt d'interès propi, d'oportunisme, de necessitats bàsiques per cobrir, d'anhel d'importància,... també de generositat, altruisme, plenitud, empatia... Si analitzes què fas quan estimes (com ho expresses sense la paraula "estimar") aprendràs molt de tu mateix.

Per això et recomano que deixis d'estimar i comencis a "necessitar", "il·lusionar-te", "fer-te dependent", "fondre't amb l'altre", "protegir", "alliberar", "controlar"... o el que sigui que fas quan la vivència del que en dius "amor" apareix a la teva vida. Aclariràs i no perdràs res perquè els sentiments i les vivències no desapareixeran. I en quedar més aclarides les podràs veure i treballar.

No pots estimar algú i no ser estimat per ell.

He parlat sovint de l'amor des d'aquest blog. I la idea central és que la paraula amor és un comodí ben còmode ja que ens permet embolicar els més variats sentiments amb l'aparença d'alguna cosa bona. Sabem que sota un "t'estimo" hi ha sovint un "et desitjo", un "et vull controlar", un "et necessito", un "m'agrades", un "t'admiro", etc.

Difícil aclarir què volem dir exactament quan parlem d'estimar. Ja sé que amb l'amplitud conceptual d'aquest terme podem estimar totes les coses: hi ha qui estima el gos, la pàtria, la lluna, en Brad Pitt, la natura... Jo cenneixo en aquest text la relació amorosa a una relació entre persones.

A mi em sembla que estimar és un concepte que relaciona dues persones d'una forma especial. En què consisteix aquesta relació? Podem discutir-ho i potser en algun moment ens posarem d'acord, però avui el que vull és considerar el fet que és una relació. I una relació recíproca! (Bijectiva en conceptes matemàtics)

Recíproc vol dir que va de mi a tu i de tu a mi. Si només va de mi a tu i no de tu a mi, no és una relació recíproca. No sé si serà ben bé una relació... És com si jo parlo amb un xinès i ell no m'entén. No sé si jo podré dir que m'he comunicat amb ell. Bé, sé segur que no m'he comunicat!

Les relacions recíproques deixen de ser-ho quan falla un dels elements. Ja he dit que no puc comunicar-me amb algú que no m'entén. No puc tocar algú i no ser tocat per ell. No puc jugar a tennis amb tu mentre tu no jugues amb mi... No puc estimar-te si tu no m'estimes.

I és que per a mi l'amor no és una cosa que jo tinc sinó una cosa que es produeix a l'uníson.

Per què doncs molta gent afirma que estima algú però no és estimada per ell? doncs perquè en realitat no parlen d'amor, sinó d'admiració, de dependència, de necessitat o de qualsevol altra cosa que es pot viure des d'un mateix.

I per què dic que l'amor és recíproc? Doncs perquè és un estat sublim d'unitat que només es pot donar quan hi ha fusió de les essències. Com quan una gota d'aigua es fon amb una altra. No és concebible que una ho faci i l'altra no. I si us sembla que la meua concepció de l'amor és excessivament sublim us diré que per a mi l'amor no és res que es pugui assolir amb esforç ni amb voluntat. Aquest miracle esdevé automàticament quan les ànimes de les persones descobreixen que essencialment són el mateix. És a dir, quan es coneixen definitivament.

amor social: Família

***Per a mi el nadal és una bona oportunitat per qüestionar-me les creences sobre la família.
Intueixo que ara ens toca fer un pas.***

Què abrades quan abrades la teua mare?

Què abrades quan abrades el teu fill?

Era una família tan unida que no hi havia cap parentesc entre ells.

Es van casar perquè ell necessitava una dona i ella un topall per la porta del garatge.

Diuen que Salomó va dir que els fills savis eren l'alegria del pare i els necis la pena de la mare.

Diuen que hem d'estimar-nos com a germans. I així ho fem. Caín i Abel, els primers germans, es van matar entre ells...

Quin tant per cent de sexe matrimonial és prostitució?

La pregunta pot semblar ofensiva però és pertinent. L'altre dia parlant en un cafè filosòfic sobre la prostitució, ens vam plantejar aquest tema.

Si entenem per prostitució el servei sexual a canvi de diners, podem admetre fàcilment que oferir serveis sexuals a canvi de seguretat econòmica, estabilitat o acceptació, també ho és.

I d'això de ben segur que n'hi ha molt en els matrimonis o parelles.

Algunes qüestions a considerar serien:

Fins a quin punt l'intercanvi sexual és prostitució? Si afinem l'argument tota relació sexual com tota acció humana respon a necessitats i demana alguna cosa a canvi. Portat a aquest extrem podríem dir que tot el sexe matrimonial (i qualsevol altra relació) és prostitució o intercanvi. Per aquí acabaríem aviat i segurament sense aclarir el que pretenem.

Potser el punt més interessant seria saber quin grau de consciència hi ha en les persones que mantenen relació sexual sense que aquesta sigui la finalitat sinó el mitjà per a una altra cosa: seguretat, satisfacció aliena, atenció, regals, contrapartides domèstiques, etc. Potser aquest seria el criteri per a fer aquesta valoració.

Amb tot, això no diu res de la valoració moral d'aquest fet. No hi ha, en principi, res criticable en aquestes renúncies a favor dels altres o de nosaltres mateixos. Fins i tot moltes persones identifiquen l'amor amb aquest "sacrifici" pel bé dels altres (que sempre ha d'implicar el nostre).

Un altre tema seria qüestionar el plantejar fonamental de la prostitució. Per què l'estructura social ha consolidat a la nostra societat la parella exclusiva com a forma dominant de relació? La família, la fidelitat matrimonial, la monogàmia... són els patrons socials que el capitalisme ha universalitzat.

La prostitució ha estat estigmatitzada, vista com a bruta i mesquina. Aquest tampoc és un fet casual i innocent. Està al servei del control social a partir de la submissió sexual de les dones i dels homes per igual. Virginie Despentes fa un bon anàlisi d'aquest fet en el seu recomanable llibre "La teoria King-Kong".

Amor social: la parella i la relació sexual

Esforçar-se per ser fidel a una persona o a una idea en els pensaments, sentiments i/o accions és una forma romàntica i ingènua de suïcidi

Poques dones fan un petó a una granota i es converteix en un home guapo però moltes besen homes guapos que s'acaben e convertint en granotes

De dues maneres pots perdre una persona: abandonant-la o mimetitzant-te amb ella.

Cap peça de puzle no es completa amb una altra única peça de puzle

*"No seré feliz pero tengo marido". No és una comèdia, és un drama. I no ho fan a Madrid
només, ho fan a milers de llars del món...*

*Avançaríem més en la igualtat entre sexes si aprofundíssim i reflexionéssim més sobre la
diferència entre sexes.*

*La sirena i el pastor van pactar: ni terra ni mar. Però en el fang, ni la sirena va poder nedar ni
el pastor caminar i van morir esgotats.*

*Quina persona mentalment sana no es voldrà separar d'algú que ni tan sols li permet
plantejar-ho?*

*Et maltracta, es malgasta els teus diners, et controla, t'enganya, no et deixa ni plantejar-te el
divorci... i dius que hi ha alguna cosa més important que marxar com sigui?*

*Les dues formes de cuinar el desamor són: rostir-lo en el foc de la passió o bullir-lo al bany
maria en el tedi infinit.*

*Si no pots viure sense ell (o ella) deixa'l (o deixa-la) de seguida. Moriràs a una trista vida i
naixeràs a una altra que pot ser millor.*

Es diferent dir "necessito aigua per viure" que "necessito aquesta aigua per viure"

**Digue'm què és allò que un home troba sexualment atractiu i et revelaré tota la seva filosofia
de vida. (De "La rebel·lió d'Atlas")**

Aquesta frase es troba a la novel·la "La rebel·lió d'Atlas", una de les obres literàries més influents del S.XX especialment a usamèrica. Aquesta novel·la és un manifest a favor del neoliberalisme més radical. En aquest fragment, els dos protagonistes principals de l'obra, Francisco i Hank, parlen de les seves posicions vitals enfront el desig sexual (tots dos estan enamorats de la mateixa dona). A mi em va agradar el fragment perquè és un posicionament de força i poder personal en l'opció sexual (igual com a la novel·la ho defensa de les opcions econòmiques) i crec que toca alguna cosa important. Transcripció literalment les dues pàgines que segueixen a la cita i després comento les tres coses que crec que fan del sexe un indicador evident de quina és la teva posició davant la vida, tal com anuncia la cita del títol.

"Dígame lo que un hombre encuentra sexualmente atractivo y le revelaré toda su filosofía de vida. Muéstreme a la mujer con la que se acuesta y deduciré su valoración de sí mismo. Sin que importe lo que le hayan dicho acerca de la virtud del altruismo, el sexo es el acto más egoísta de todos, un acto que no se puede realizar por un motivo que no sea el propio placer. Imagínese pensar en sexo con un espíritu de abnegación y caridad. Se trata de algo que no puede efectuarse en actitud de abatimiento, sino de exaltación del propio ser; sólo dentro de la confianza de sentirse deseado y de ser digno de tal deseo. Es un acto que obliga al hombre a mostrarse con el espíritu desnudo, igual que el cuerpo, a aceptar el verdadero ego como su propia escala de valores. Cada cual se sentirá atraído por la mujer que refleje la más profunda visión de sí mismo; la mujer cuya adoración le permita experimentar, o fingir, un sentimiento de autoestima. Quien se sienta orgullosamente seguro de su propio valor deseará a la mujer de carácter más elevado que pueda hallar, a la mujer que admira, a la más fuerte y difícil de conquistar, porque sólo la posesión de una heroína le dará un sentido de plenitud muy distinto de la posesión de una

prostituta descerebrada. No busca... Pero, ¿qué le ocurre? -preguntó al advertir la expresión que se pintaba en el rostro de Rearden, una expresión intensa, muy por encima del simple interés que en él pudiera provocar una discusión abstracta.

- Continúe -dijo con voz tensa.

- No busca conseguir un valor, sino expresarlo. No existe conflicto entre los valores de su mente y los deseos de su cuerpo. El hombre convencido de su inutilidad se arrastrará hacia una mujer a quien desprecia, porque ésta refleja su propio ser secreto, lo libra de esa realidad objetiva en la que es un fraude y le presta la ilusión momentánea de su propio valor y una fugaz escapatoria del código moral que lo condena. Observe el horrible conflicto que muchos hombres provocan en su vida sexual y observe también la maraña de contradicciones que esgrimen como filosofía moral; una cosa deriva de la otra. El amor es expresión de nuestros valores más altos y no puede ser otra cosa. Si un hombre corrompe sus valores y su visión de la existencia, si declara que el amor no es goce personal sino renunciamento; que la virtud no es un orgullo, sino una pena, un dolor, una vulnerabilidad o un sacrificio; que el amor más noble no nace de la admiración, sino de la compasión, no como respuesta a valores, sino a defectos, ese hombre se habrá partido a sí mismo en dos. Su cuerpo no lo obedecerá, no responderá, será impotente con la mujer a la que dice amar y eso lo impulsará hacia la clase más baja de prostituta que pueda encontrar. Su cuerpo seguirá siempre la lógica fundamental de sus más profundas convicciones. Si cree que los defectos son valores, habrá condenado su existencia como malvada y sólo lo atraerá el mal. Se habrá condenado a sí mismo y sentirá que la depravación es lo único que puede disfrutar. Habrá igualado la virtud con el dolor y creará que el vicio es el único reino de placer. Luego gritará que su cuerpo tiene deseos viciosos que su mente es incapaz de dominar, que el sexo es pecado, que el verdadero amor es una emoción pura del espíritu. Y, finalmente, se preguntará por qué el amor sólo lo lleva al aburrimiento y el sexo sólo le da vergüenza. Lentamente, desviando la mirada y sin darse cuenta de que pensaba en voz alta, Rearden dijo:

- Al menos... nunca he aceptado ese otro dogma... nunca me sentí culpable por ganar dinero. Francisco no pudo captar el significado de las dos primeras palabras; sonrió y prosiguió vivamente:

- ¿Se ha dado cuenta de que es lo mismo? Jamás aceptará parte alguna de ese vicioso credo. Nunca podría obligarse a ello. Aunque intentara maldecir al sexo, se encontraría, contra su propia voluntad, actuando sobre una premisa moral adecuada. Se sentiría atraído por la mujer más importante que conociera, siempre desearía a una heroína. Sería incapaz de despreciarse a sí mismo. No podría creer que la existencia es un mal y que usted es una criatura indefensa atrapada en un universo imposible. Usted es el hombre que pasa su vida moldeando la materia según los dictados de su mente. Es el hombre que sabría que, del mismo modo en que una idea propia que no se expresa físicamente es sólo una infame hipocresía, al igual que el amor platónico, y que, de la misma forma en que una acción física no guiada por una idea es un fraude insensato, el sexo también lo es cuando queda separado de nuestro código de valores. Se trata de lo mismo y usted se dará cuenta de ello. Su incólume sentimiento de autoestima lo comprenderá así. Usted sería incapaz de desear a la mujer que desprecia porque sólo un hombre que exalta la pureza de un amor sin deseo es capaz de la depravación de un deseo sin amor. Pero vea que la mayor parte de las personas son criaturas partidas en dos que oscilan desesperadamente hacia un lado y el otro. En una mitad, se encuentra quien desprecia el dinero, las fábricas, los rascacielos y su propio cuerpo y siente indefinidas emociones sobre temas inconcebibles como el significado de la vida y su opinión de la virtud. Y llora desesperado porque no puede sentir nada por la mujer que respeta, mientras experimenta irresistible pasión hacia una puta de la calle. Es el hombre a quien la gente llama idealista. En la otra mitad, figuran aquellos a quienes se llama prácticos, que desprecian los principios, las abstracciones, el arte, la filosofía y su propia mente. Consideran la adquisición de bienes materiales como el único objetivo de su existencia, y se rien de la necesidad de averiguar su propósito o su fuente. De ellos sólo esperan placer y se preguntan por qué cuanto más

tienen, menos sienten. Ése es el hombre que se pasa el tiempo persiguiendo mujeres. Observe el triple fraude que perpetra contra sí mismo: no reconoce su necesidad de autoestima, ya que se burla de conceptos tales como los valores morales; sin embargo, experimenta el profundo desprecio personal por considerarse un simple pedazo de carne; aunque no lo admita, sabe que el sexo es la expresión física de un tributo a los valores personales. Por medio de efectos, intenta adquirir lo que debieron haber sido causas, intenta obtener un sentimiento de su propio valor gracias a las mujeres que se le rinden, olvidándose de que las mujeres que elige no tienen carácter, ni criterios, ni código de valores. Se dice que todo lo que busca es el placer físico, pero se cansa de sus mujeres en una semana o una noche, desprecia a las prostitutas, y le gusta imaginar que seduce a las virtuosas, capaces de hacer una excepción en beneficio suyo. Lo que busca y nunca encuentra es el sentimiento de triunfo. ¿Qué gloria puede existir en la conquista de un cuerpo sin alma? Ese es el cazador de mujeres a que aludo. ¿Encaja conmigo esa descripción?

-¡Por Dios, no!" (Pp.: 406-408 de l'edició digital)

Potser ajudarà a entendre aquest text saber que l'autoria és d'una dona, Ayn Rand, polèmica escriptora russo-americana, del S.XX, inventora de l'egoisme racional.

Passo ara a exposar el que aquesta frase em suggereix.

El sexe té per a mi tres qualitats que obliguen les persones a posicionar-se davant la vida ho sàpiguen o no.

a) Força instintiva radical:

El sexe és juntament amb la supervivència un instint bàsic, una força irresistible de la nostra naturalesa, una motivació continuada, que està ancorada a les capes més profundes del cervell primitiu i que no pot ser ignorada. El sexe és l'explicació de moltes de les nostres accions tot i que ho ignorem. La cultura institucionalitza i regula les formes d'intercanvi sexual. En la nostra cultura gran part d'aquesta regulació s'ha basat en la repressió i la canalització a través del matrimoni.

Les formes de respondre a la crida del sexe són diverses. Les més notables són la repressió i la sublimació. Ambdues aconseguen el control de la pulsio i eviten el descontrol i la violència. El preu que es paga en el cas de la repressió és la insatisfacció personal i/o la derivació dels impulsos cap a objectes sexuals secundaris (autosatisfacció, pornografia, prostitució,...). I en el cas de la sublimació el mecanisme consisteix en projectar a altres àmbits l'energia sexual com fan alguns artistes, investigadors o místics.

Ara bé, hi ha per a mi una altra posició davant el sexe. Sense reprimir ni sublimar, podem cavalcar el sexe envers els destins que nosaltres volem en lloc dels que ell mateix fixa. M'explico. El sexe vol la reproducció i perpetuació de l'espècie. Nosaltres, si hem superat o no busquem aquest objectiu, volem el plaer, la comunió, la complicitat... o potser el domini, l'autoestima, la seducció,... o... en qualsevol cas busquem en la relació sexual alguna cosa que creiem que ja hi és en ella mateixa, com quan anem a la nevera a buscar alguna cosa que sabem que hi és. Creiem que el sexe té aquest potencial de la reproducció, de l'amor, de la complicitat,... i per això hi anem a buscar-lo. El que jo plantejo és que una força tal com el sexe ens pot oferir qualsevol cosa que hi busquem. Només cal que li posem. Com un òvul que porta una càrrega genètica determinada però que ara podem usar per buidar el seu nucli i injectar-li un altre codi genètic. La cèl·lula usarà el seu potencial per a desenvolupar la nova instrucció genètica. Així mateix nosaltres podem "injectar" en la relació sexual una idea i la potència sexual la desenvolupa quan la relació és adequada. Aquí només exposo aquesta capacitat oberta del sexe per generar i materialitzar idees. En els següents apartats consideraré la naturalesa d'aquestes idees i el seu potencial.

b) integració omnidimensional

Els humans som éssers que ens projectem com a mínim en quatre esferes: en la física, en l'emocional/social, en la intel·lectual i en l'espiritual. Normalment treballem en cada un d'aquests àmbits amb les capacitats i els recursos que creiem adequats. I ho fem de forma especialitzada de manera que quasi mai ens sentim integrats o actuant des de les quatre dimensions.

El sexe té, al meu entendre, la qualitat extraordinària d'integrar de manera fàcil, evident i harmònica totes les dimensions. En una relació sexual plena hi ha un encaix extraordinari del cos, les emocions, les idees o pensaments i l'esperit. És una manifestació clara de la simplicitat del que és. Tot és sempre així, integrat, però la nostra dispersió mental i la segmentació de l'experiència ens fa percebre parts. Per això l'èxtasi sexual és lluminós i absolutament espiritual. Tan espiritual com orgàsmic. Tan orgàsmic com intel·ligent. Tan intel·ligent com amorós. Tan amorós com respectuós. Tan respectuós com bell... Sorpren la facilitat com tot encaixa i apareix la certesa de què allò és veritat i és l'estat natural de les coses. Res resulta en aquesta experiència sobrer ni innecessari. Res no pots estirar de la persona estimada que no li segueixi tota la resta del que és, com un sol bloc, sense que cap aspecte o parcel·la pugui ser catalogada d'una altra manera que la totalitat: bona!

c) llançadora entre estats de consciència

El sexe és un vehicle que ens transporta amb molta facilitat a estats de consciència diferents de l'ordinari. Potser per això és tan addictiu. L'excitació sexual altera les percepcions ordinàries (que jo anomeno c2 o estat egoic) i ens transporta molt fàcilment a un nivell inferior c1 o a un de superior c3.

El sexe que tendeix a la reproducció, que té més energia animal ens fa més inconscients i ens porta normalment a una consciència més primària, més vívida en pulsio i força i menys lúcida. Per contra, l'energia sexual canalitzada i alineada amb el que sabem que som ens empeny a estats de consciència més clars i integrals. Ens mostra com a evident la meravella de la unitat que som, no sols nosaltres mateixos com un tot integrat sinó nosaltres amb l'altre, com una porta de comprensió a la veritat de què tot és u. L'energia sexual actua com un potent afinador de la consciència i durant l'èxtasi la vivència de la unitat és evidència.

Digue'm què busques en el sexe i no et diré si ets millor o pitjor, et diré què vols i que busques a la vida. Fins que no ho pugui transcendir he de dir que no conec millor projecte filosòfic que aconseguir cavalcar la pulsio de forma integral per a assolir estats superiors de consciència.

La dona busca parella i l'home busca per a ell

Fa anys vaig llegir que una empresa cosmètica francesa de primer ordre havia encarregat un estudi per esbrinar quin és el principal defecte que les dones atribueixen als homes i quin és el que aquests atribueixen a les dones. El resultat d'aquest macroestudi demoscòpic va sorprendre tothom per la unanimitat en la resposta. Sense que pugui aportar la dada precisa, sé que la gran majoria de dones van assenyalar l'egoisme com el pitjor tret de personalitat dels homes i aquests van dir que la possessivitat era el que més detestaven de les dones. A partir d'aquí es va llençar al mercat un perfum destinat a les dones que es deia "Egoisme" i un altre pels homes anomenat "Possession".

Què ens diu aquesta anècdota? No sé si els meus comentaris o reflexions seran políticament incorrectes però d'entrada jo diria que la major part de la gent estarà d'acord amb mi en què les dones tenen més desenvolupada (o manifesten més) les actituds empàtiques i socialitzadores. Són més sensibles als canvis en els estats d'ànim, més intuïtives en els conflictes, més cooperatives i estan més centrades en les relacions. En una família tradicional la dona és el pal de paller, l'eix al voltant del qual pivota tot el

sistema. Degut a això o com a conseqüència d'això la dona ha patit una sobrecàrrega de responsabilitat i esforç que la història i la modernitat no ha aconseguit anul·lar.

L'home és més lineal, més simple, té una energia focalitzada, un predomini del pensament lògic-deductiu, tendeix a l'especialització (la dona és més polivalent -potser per això es diu que la dona pot fer més de dues coses al mateix temps-) i està més centrat en l'exterior de la família que no pas en l'interior.

D'alguna manera, si poguéssim assumir en algun punt aquests trets, podríem entendre que l'energia que la dona posa en la relació i els vincles pot fàcilment derivar o ser considerada com a relació possessiva. Per contra, l'home, centrat en qüestions molts específiques que solen coincidir amb les seves motivacions, actua amb una dinàmica que també es pot identificar sense dificultats com a egoista.

Cadascú però, aporta el que té a la comunitat humana i el repte és saber encaixar i compatibilitzar aquestes grans tendències.

Donat que cada individu integra en ell mateix (ontogènesi) la història i l'evolució de tota l'espècie (filogènesi), resulta relativament senzill imaginar el predomini de l'home i la dona en diferents moments de l'evolució. Podem imaginar el paper fonamental del mascle en els primers estadis de supervivència en l'horda o el clan primitiu. En la lluita contra els elements, els enemics i les dificultats, una ment enfocada a objectius, amb una constitució poderosa, és molt eficaç.

En arribar el neolític i la civilització agrària, el paper de la dona és fonamental a l'hora d'establir, mantenir i consolidar les unitats familiars. L'aparició d'un nou sistema social com la família segurament no hagués sigut possible sense la intel·ligència emocional femenina, pendent de les relacions, empàtica i cooperadora.

A la revolució industrial al S.XIX torna a adquirir una rellevància especial la ment calculadora, analítica i racional dels homes. Tot el maquinisme, les doctrines econòmiques i polítiques (capitalisme, democràcia,...), la ciència i la tecnologia té un fort accent masculí.

Sembla com si un moviment pendular anés exigint ara a l'home, ara a la dona, que lideri els grans canvis que anem fent al llarg de la història. I hi ha qui diu que ara toca a la dona guiar la humanitat sencera a una nova fase més centrada en la justícia, les xarxes, l'espiritualitat, l'autenticitat, la fraternitat,... Un nou món que ha de sorgir de l'escletxa que està esquinçant el vell i encara actual món capitalista, competitiu, individualista i injust.

Serà per això que les dones tenen més presència en els àmbits de compassió i espiritualitat i els homes seguim aferrats al poder i la riquesa?

La cosa més bonica que puc dir a algú a qui estimo és "no et necessito"

Molt sovint estimem algú perquè ens cobreix alguna necessitat. Potser és perquè ens foragita la solitud, o perquè ens dóna suport, o perquè ens augmenta l'autoestima amb els seus afalacs, o perquè ens dóna confiança i seguretat, o perquè comparteix amb nosaltres un projecte col·lectiu que sols no podem realitzar...

De ben segur que hi ha moltes més necessitats que l'amor pot cobrir. De fet en diem amor i en podríem dir "compensació de les nostres mancances".

És cert que els humans no són éssers autosuficients. Necessitem dels altres per a créixer i per a realitzar-nos com a persones. Ningú no és una illa ni pot ser completament autònom. No seria humà qui pogués prescindir dels humans. I és que els humans ens necessitem i ens ajudem per a viure i viure bé. Quan les persones som especialment compatibles tenim tendència a vincular-nos i a establir pactes de suport mutu.

Estem acostumats a confiar en què els altres ens cobriran les necessitats perquè així ho hem pactat o s'ha sobreentès i sense adonar-nos passem de la simple acceptació i meravella d'un fet que es dona de forma espontània a una obligació que s'exigeix. Passa amb les amistats o amb la parella o amb la família... Primer coincidim i ens alegrem de veure com ens complau cuidar-nos uns als altres. Compartim bons moments, ens acollim quan flaquegem i tot va bé mentre som capaços de gaudir d'aquest do amb llibertat, sense considerar que l'altre contrau una obligació o és subjecte d'una exigència.

Ara bé, quan de forma inconscient assumim que no ens hem de preocupar de certes coses perquè l'altre "té l'obligació" de satisfer-nos-les, tenim un problema. El problema és que passem a dependre de l'altre i a posar la nostra felicitat a les seves mans. Aleshores esdevé allò que canten les cançons de moda i reciten els versos dels adolescents: "No puc viure sense tu...", "Em moriré se te'n vas...", "Et necessito més que a la meua vida...", "Sense tu no sóc res..." i altres declaracions radicals de dependència afectiva i vital.

Posar les nostres necessitats en mans d'un altre és un perillós exercici de renúncia a la pròpia autonomia. Necessitem coses i les hem de buscar en el medi humà que ens envolta però farem malament de fixar qui té la responsabilitat de donar-nos-les.

La dependència d'una persona no és un bon patró de relació al meu entendre. Fixats com estem en la necessitat i l'obligació, no queda res per a l'amor i la presència. O a vegades ho confonem i ho identifiquem. Amor no és dependència. Qui ens estima pot cobrir les nostres necessitats però no té obligació de fer-ho. És agradable compartir la vida amb les persones que estimem i ajudar-nos des de la llibertat. Hem de tenir però un ventall ampli de recursos per a satisfer-nos. Posar tot el pes de les nostres necessitats en un altre és una forma de colonització que poc té a veure amb l'amor.

Penso que ningú no pot satisfet totes les meves necessitats. Penso fins i tot que si hi hagués algú capaç de satisfer-les totes, no m'agradaria gens ni mica! M'agrades, t'estimo, i valoro el que em dones però no et necessito. Sóc feliç per mi mateix. Així et deixo lliure i m'hi deixo a mi. I és des d'aquesta llibertat i acceptació que puc gaudir de l'amor com a coneixement del que "és".

Els ocells saben que es vola millor i més lluny en estol que no pas en parella

La parella és la forma de relació social més acceptada en la nostra societat. Contràriament al que alguns pensen, la parella no és universal i existeixen diferents formes socialment exitoses de convivència que no passen per la parella. No és el moment de citar-les, però sí de recordar-ho ja que algunes explicacions etnocentristes intenten presentar el nostre model de parella estable i exclusiva com la forma més evolucionada i madura de relació entre adults.

La parella té en la nostra cultura uns avantatges innegables en determinats àmbits. En concret en l'àmbit de l'economia, de la reproducció i del control social. La família formada per la parella i els fills és una unitat econòmica eficaç i tota la matriu de producció, distribució i consum està dissenyada per al client "família". Pel que fa a la reproducció és molt útil ja que permet no només la necessària cria compartida sinó un determinat control de la paternitat. Dóna seguretat, estabilitat i projecte de vida a tots els membres. Per últim la parella ordena els vincles, els regula i permet un flux harmònic de la

dinàmica social. L'atractiu de la parella i el consens social és tan gran que no té res d'estrany que la majoria de persones no es plantegin una alternativa i que molts pateixin si no aconsegueixen aparellar-se.

Però les persones no som només unitats reproductives (tot i que en determinades franges d'edat ho som al 90%) ni peces d'un sistema econòmic. Tenim altres anhels i dimensions de creixement. En els diferents tipus de projectes que desenvolupem en el món necessitem estructures de relació diferents. Per exemple, si volem jugar a futbol el grup d'11 és millor que la parella. Si volem compartir experiències i viatges el grup és millor que la parella. Si volem desenvolupar un projecte social l'assemblea de veïns és millor que la parella. Ara bé, si volem tenir fills i tenir estabilitat emocional i seguretat, segurament la parella és la millor forma d'aconseguir-ho.

La parella ofereix tant, en aspectes tan importants, que té la tendència a ocupar quasi tot l'espai. La parella es una relació de prioritat i exclusivitat necessària ja que si no hi tingués aquestes qualitats difícilment podria garantir el que ofereix. Aleshores això pot dificultar el creixement de les persones en altres àmbits.

Per què en la majoria de tradicions religioses les persones consagrades a l'esperit no tenen parella? Se suposa que és perquè tinguin més disponibilitat i reservin la prioritat i l'exclusivitat per al treball espiritual i no a la parella. Les monges diuen estar "casades amb crist", i això no deixa de ser una veritat si considerem altre cop l'essència de la parella: prioritat i exclusivitat.

El creixement espiritual i l'aventura d'autorealitzar-se requereix molta energia i formes noves i creatives de relació entre persones que comparteixen el mateix nivell d'evolució. Això implica una intimitat i llibertat que no sempre és compatible amb la parella.

Ajudaria molt que la parella es desempallegués d'algunes rèmores massa acceptades com per exemple la legitimació de la gelosia o el dret al control i a la informació. Amb tot, és comprensible que un membre de la parella es posi en guàrdia si veu que el seu company/a transita per espais que li són desconeguts o ignorats. A vegades la lògica del "voler saber" pot ser coercitiva ja que alguns processos personals són incompatibles i només l'acceptació i la renúncia confiada a saber ho pot solucionar.

Necessitem aquesta flexibilitat de relació en funció dels propòsits, aquesta diversitat qualitativa i quantitativa de vincles sense que cap estructura social fixi i limiti la necessària llibertat de fer i ser el que el nostre creixement demana. Quan es tracta de volar lluny i alt, la parella, a no ser que voli en estol, o sigui una parella de persones autorealitzades i autosuficients, no sembla ser l'estructura més idònia. I no té res d'estrany ja que no va aparèixer per a satisfer totes les necessitats malgrat molts semblin creure-ho.

L'obsessió sexual dels homes és comparable a la de les dones per la parella.

M'han fet arribar un article que m'ha agradat moltíssim sobre l'obsessió dels homes pel sexe. (Why Men Are So Obsessed with Sex de Steve Bearman). Explica com als homes (del sexe masculí) se'ns ha educat de forma castradora desconnectant-nos de les nostres emocions i fomentant valors de rigidesa, resistència i fortalesa.

En l'adolescència se'ns fa saber als nois que l'única possibilitat que tenim d'entrar en contacte amb les emocions més fortes que ens allunyan de la por, de la solitud i que ens connectarà amb la nostra pròpia intimitat és el sexe. En efecte, només en la relació sexual podem els homes ser totalment nosaltres amb tot el que som i tot el que desconeixem de nosaltres mateixos.

Diu l'article: "És per això que els homes estan tant obsessionats amb el sexe. Naixem criatures sensuais amb una capacitat il·limitada de sentir i una propensió per connectar profundament amb tots els éssers humans. Però ens veiem sotmesos al condicionament continu per reprimir la sensualitat, adormir els sentiments, ignorar els nostres cossos, separats de la nostra proximitat natural amb els nostres d'iguals. Totes aquestes necessitats humanes només són permeses a través de les relacions sexuals i la sexualitat."

D'alguna manera els homes (gènere masculí) vivim la sexualitat com si ens hi anés la vida, i així és, en efecte! És en el sexe on podem experimentar-nos en la nostra integritat i anhelem de forma compulsiva i persistent aquesta connexió amb nosaltres mateixos que només podem satisfer (només ens han permès satisfer) en la unió sexual.

Acaba l'article amb unes recomanacions molt bones sobre el treball que ens queda per fer als homes (gènere masculí) per a esdevenir plens i integrals i poder així participar en la unió sexual des de la plenitud i no des de la manca.

Aquest article m'ha fet pensar molt i he cavil·lat sobre com tot això ha afectat a les dones. Crec que tota aquesta tasca castradora que la societat fa sobre els nens té grans repercussions també en les nenes. Mentre nosaltres aprenem uns valors elles n'aprenen altres. Potser mentre els nois han d'aprendre a ser o mostrar-se forts, les dones han d'aprendre a ser o mostrar-se febles. Els nois independents i les noies dependents. Els nois rígids i les noies conciliadores i flexibles.

Potser de la mateixa manera que els homes vam aprendre que només podríem ser plenament nosaltres en la intimitat sexual, les dones van aprendre que només podrien ser totalment elles si tenien un mascle al seu costat que les protegís i dominés. Una aberració com la que van cometre amb nosaltres.

Parafrasejant l'autor podria dir que "És per això que les dones estan tant obsessionades amb la parella. Naixem criatures senceres amb una capacitat il·limitada de ser autònoms i una propensió per connectar profundament amb tots els éssers humans a partir d'aquesta autonomia. Però es veuen sotmeses al condicionament continu per reprimir l'autonomia, adormir la iniciativa, ignorar els seus cossos, separats de la nostra proximitat natural amb els nostres d'iguals. Totes aquestes necessitats humanes només són permeses a través de les relacions exclusives o de parella."

I de ben segur que hi ha unes bases biològiques sota aquests condicionaments (castracions) socials: la impulsivitat genital i promiscua dels mascles per escampar el seu ADN i la receptivitat possessiva de les dones per a afavorir entorns socials de protecció de les cries. Sí, això hi és perquè necessàriament la cultura només pot treballar a favor de la biologia. Això explicaria la necessitat d'aquestes "castracions" a què hem estat sotmesos els humans, però no les justifica en el moment actual.

I per acabar, potser direu que no tots els mascles tenen obsessió sexual ni totes les femelles tenen obsessió per la parella, però parlo en general, admetent totes les situacions particulars que puguin contradir la meua tesi.

L'amor de parella o la llibertat absoluta per fer una sola cosa

Segons com ens ho mirem parlar de l'amor de parella pot ser tan contradictori com parlar dels drets humans dels catalans o de la salvació universal del poble jueu... Si ens hi fixem bé, drets humans és un concepte que ja inclou la humanitat sencera i dir "drets humans dels catalans" és una contradicció perquè sembla que es puguin considerar com un cas particular quan el concepte és genèric. Si existeixen uns drets humans catalans ja no poden ser drets humans!

El mateix passa amb la salvació universal del poble jueu. Si és universal ja inclou els jueus i si és dels jueus ja no és universal. Podem argumentar igual amb la llibertat absoluta per fer una sola cosa: si és llibertat absoluta no pot ser d'una sola cosa i si és d'una sola cosa, no és absoluta. I també hi podem incloure l'amor de parella. Si és amor no pot ser per a una sola persona i si és de parella, o sigui només per a un, no pot ser amor.

Perquè si l'amor és aquest sentiment sublim d'admiració i compassió per a totes les coses, aquest batec de l'ànima que canten els poetes i els savis que ens eleva a la categoria d'éssers espirituals (això que jo anomeno "coneixement") aleshores és impossible fer-lo privatiu d'una sola persona. Resulta absolutament contradictori. L'amant estima tots els éssers i s'expressa en funció de la seva circumstància. En cap cas limita o coarta l'expressió de l'amor ni el restringeix a una part del tot.

Tenint en compte que la major part de les persones consideren que l'amor de parella és la més noble, forta i excelsa expressió de l'amor, la meva afirmació de que l'amor de parella és impossible pot semblar una blasfèmia. El desllorigador, com sempre, és la semàntica.

En diverses ocasions he parlat en aquest blog de la paraula "amor" i de com sustenta quasi qualsevol significat. De tot se'n pot dir amor... És evident que quan la gent parla de l'amor de parella no parla de l'amor tal com jo l'he definit. De què parla doncs?

Aquest és el tema important. Quina dimensió té l'amor que atorguem a una persona, només a ella, vinculats per un contracte de fidelitat, que inclou en algun aspecte l'exclusivitat, la prioritat i massa sovint la possessió? Crec que és important plantejar-s'ho.

Una forma simple de fer-ho però poc romàntica és mirar clarament el que ens dona la parella i després a allò dir-ne "amor" si ho necessitem, tot i que seria més senzill si no necessitéssim aquesta traducció.

Cert que la parella dona complicitat, força, poder, facilitat i potència en la fase productiva i reproductiva de la parella i hi podem afegir encara la companyia, el suport, la cura, la seguretat, la rutina... en la fase posterior.

Tot això és molt important i necessari, i la parella ho ofereix. El que no n'hauríem de dir a tot això és "amor" perquè estem desvirtuant un sentiment d'abast universal i perquè estem confonent el pacte de convivència amb l'aferrament emocional que comporta.

Tinc parella perquè no vull estar sol, o perquè em sento segur o perquè m'agrada compartir-ho tot, o perquè necessito control, o perquè tothom ho fa i em sento més normal... em semblen expressions legítimes. Tinc parella perquè l'estimo ja no ho entenc. Si estimes no tens parella i si tens parella no estimes. Crec que haver unit l'amor a la parella és un artífici que no se sustenta però que crea un equívoc que a tots ens convé.

Amor social: amistat i altres relacions

En relacions humanes: sí+sí=sí; sí+no=no; no+sí=no i no+no=no. És fàcil, oi?

En relacions bipersonals: tot el que no és "sí" és "no". (cal posar-ho fàcil als que no sabem dir "no")

En relacions bipersonals: cal demanar clarament. Si l'altre no ho entén és que no s'ha demanat clarament i per tant no s'ha demanat.

En relacions humanes: quan demanis accepta amb la mateixa normalitat el "si" i el "no" com a resposta

T'accepto incondicionalment sempre que acceptis les meves condicions.

Els drets es correlacionen amb els deures i els deures amb les capacitats. Tenen homes i dones les mateixes capacitats, deures i drets?

Jo no vull ser l'únic amic del meu millor amic; vull ser un dels amics del meu millor amic. (Ni tan sols m'interessa saber si jo sóc el seu millor amic)

Ens veiem obligats a estimar-nos sense voler.

Haurem d'aprendre a estimar el que no entenem.

Si ho vols viu, no ho lliguis! (Sobre relacions i altres animals)

Tot el que és viu té una energia conservadora i una d'expansiva. La conservadora ens permet sobreviure i l'expansiva ens fa créixer. Gràcies a la supervivència no desapareixem, però podem preguntar-nos fins a quin punt té sentit la supervivència d'alguna cosa que no es pot desenvolupar, aconseguir-se, realitzar-se.

Quan connectem amb la vida -sigui quina sigui la seva expressió: un animal, una relació, un nen, un projecte, un país...- tenim la temptació de controlar-la, d'interferir. Considerem sovint que hem de pactar amb els éssers vius o els hem de dominar, sotmetre o manipular segons els nostres interessos. Això altera greument la vida d'aquell ésser i moltes vegades li frena el seu desenvolupament deixant-la en l'estadi primari de supervivència.

Pensem en un animal. Si el volem viu i no solament supervivent, no li imposarem condicions o restriccions. Gaudirem de la plenitud de l'animal compartint el seu desplegament vital lliure. Si el lliguem, amputem o recloem en una gàbia, el controlarem però no gaudirem del seu esplendor i no serà ja viu en el sentit de plenament lliure i obert al possible. Serà un supervivent, un zombi, un objecte d'ús.

Pensem en una relació. Quan entrem en contacte amb una persona o un grup, ja siguin amics, matrimoni, amants, socis o coneguts, tenim la tendència a imposar condicions. Volem fidelitat, o sinceritat, o pacte, o reciprocitat, o complementarietat... o qualsevol cosa que ens sembli que garantirà el nostre profit en aquella relació.

Quan demanem, exigim, esperem, prometem, desitgem o fem expectatives sobre aquella relació l'estem matant. No l'acceptem tal com és i serà (lliure) sinó que la volem controlar. Aquesta és segurament una necessitat de la nostra inseguretat.

No demanis res al teu amic: accepta'l tal com és i gaudeix de la seva pura expressió. No us prometeu amb la parella; no exigiu als socis, no us comprometeu amb els parents... Cada vincle de contrapartides és una punyalada a la llibertat i a la vida d'aquella relació. Segurament la relació sobreviurà, però no viurà! No es desplegarà, no s'acomplirà...

Potser pensareu que és impossible tenir relacions d'aquesta mena i això és perquè no estem educats a veure-les així. No ens podem imaginar relacionant-nos lliurement i tenir una vida tranquil·la i estable. Necessitem coses dels altres i per això les demanem.

Quan penses en una relació viva, no lligada per cap requeriment, no la imagines compatible amb la teva manera de ser i pensar. Potser penses "si jo fos d'una altra manera potser podria tenir aquestes relacions."

Fixa't bé en aquesta "altra manera" perquè possiblement aquest és el teu proper projecte de creixement.

Tant de bo sabés dir: "No tinc res per a tu, agafa el que vulguis"

Però no en sé... Crec tenir coses per a la gent i m'esforço en oferir-les. Crec que el que ho he après ho poden aprofitar, que la meva experiència els pot ser útil, que on he caigut ells poden esquivar-ho... però sé que no és cert!

Em dono molta importància creient tenir alguna cosa per oferir. Faria bé en procurar aprofitar per a mi mateix el que sé o crec saber. En el millor dels casos, si fos prou llest per a depurar i aplicar el que sé, em podria fer un favor a mi mateix, però el que a mi em pot servir, no té cap utilitat per als altres.

Cada persona és un món en ella mateixa, amb les seves pròpies lleis, els seus dogmes, les seves explicacions, excuses, justificacions, finalitats i objectius. Res no és aplicable directament d'una persona a una altra.

Potser aconselles la quietud que a tu t'ha salvat quan l'altre necessita dinamisme. I potser encara pitjor: aconselles la quietud que a tu et convindria i ets incapaç de practicar!

Potser predicaré el que m'ha funcionat sense adonar-me que jo sóc on sóc i ell és on és. Per anar a l'hospital des d'on sóc, he de fer dos-cents metres recte i 20 a l'esquerra, però des d'on ets tu, aquestes directrius et duran a la perruqueria!

I és que no puc evitar creure que tothom és com jo, vol en realitat el que jo vull, i necessita el que jo necessito encara que ell no ho sàpiga i jo ho hagi ja descobert. Com n'és d'ignorant el meu *jocentisme*, la meva convicció íntima de ser normal i de saber alguna cosa sobre tots...

Tant de bo sabés que no tinc res per a ningú...

Potser aleshores, les persones amb les que coincideixo em podrien veure com aparador sense vidre, sense anuncis, sense presumpció de valor... Seria aleshores, com un objecte més del món, com una poma d'un arbre que no creu ser necessària però tampoc es nega a ser menjada per qui la vol.

Qui necessita explicacions d'una persona que estima?

Qui necessita explicacions d'una persona que estima? Qui vol sentir el per què d'alguna cosa que no entén, que l'ofèn, que l'inquieta o que el desconcerta? Doncs, possiblement, algú que necessita entendre com a condició per a estimar.

Mala peça al teler. La comprensió és impossible entre les persones i només podem aspirar a l'acceptació. Quan s'estima algú profundament, la confiança supleix la comprensió. Quan qui estima se sent ofès, inquiet o desconcertat posa en primer lloc l'amor essencial i accepta el que és.

No vol dir això que li agradi o que cobreixi les seves expectatives; simplement accepta que no ho entén i creu, confia, en què hi ha alguna raó que ho explica tot i que ell no ho abasta o no ho necessita.

Intentar entendre l'altre suposa moltes vegades apoderar-te d'ell, portar-lo al teu món particular on les coses tenen la teva lògica i el teu sentit. L'altre però, viu un univers propi amb significats i relats diferents. Segurament són universos que no encaixen però que són compatibles quan entens -o acceptes- que tenen la seva pròpia lògica.

Per això sovint penso que la major part de les discussions, baralles, desavinences i conflictes entre persones que s'estimen són simplement malentesos. I els malentesos no es resolen amb explicacions sinó amb l'acceptació.

Segurament és la resposta més difícil i la més generosa, però al final és, també, la que porta menys perjudici.

Sabem com s'allarguen els debats i disputes, com tornen a generar-se a la mínima, com s'assemblen més a un combat que a un intent d'entesa... i malgrat tot persistim, ens enredem, ens ofeguem en les baralles dialèctiques (en el millor dels casos!)

Quan demanem una explicació ens convertim en jutges. Escoltem i valorem. Sempre segons els nostres criteris. Si els codis de conducta o de resposta de l'altre no són compatibles amb els nostres ens enfadem i exigim que s'hi adaptin. Hi ha en el fons un perillós egocentrisme molt immadur.

Així doncs, si has quedat amb algú i a última hora et deixa plantat, sàpigues que té els seus motius i tu no n'has de fer res. Si t'enganyen, menteixen o marginen, sàpigues que aquest és el teu sentiment, no correspon necessàriament a la seva intenció. L'altre fa el que fa en funció del que sap, sent i creu... com tu! Segurament no ho entens però si ho penses bé, veuràs que no et fa falta. Si demanes ajuda i no la trobes en aquesta persona que estimes, sàpigues que té les seves raons i cal que les respectis. (*)

Així doncs, em direu, no hi ha accions concretes, pactes, compromisos o fidelitats que puguem exigir als qui estímem? Doncs al meu parer, no! L'amor al que aspiro no és un balanç de guanys i pèrdues. Això ja ho és de per si tota relació humana. L'amor al que aspiro és un coneixement profund, una visió nítida de l'altre, una identificació esfereïdora i radical amb el que és. I aquí, no hi busqueu raons, ni explicacions ni justificacions.

Clar que sempre pots recriminar, acusar, forçar o culpar però a la llarga els esforços d'una discussió que intenten aclarir el tema resulten molt cars. Desanimen, cansen, ensenyen a mentir millor i normalment acaben amb la submissió d'un dels dos.

Potser direu que estimar amb aquestes condicions que proposo és molt dur i que difícilment podreu convida o fer plans sota aquestes premisses. D'acord, potser sí, però què més té? No parlo de l'amor companyia, mitja taronja o "sense tu no sóc res"; parlo d'amor essencial. I potser sí que podem fer poques coses junts, però les que fem seran sagrades i si no en fem cap, haver albirat l'existència d'aquest amor que mai no es pot fondre, és ja un premi molt generós que compensa qualsevol altre inconvenient.

(*) No sé si cal aclarir que parlo aquí de l'amor essencial, no de l'amor social. Malament aniria que en una relació laboral, contractual, de veïnatge o de ciutadania un no pogués exigir respecte als seus drets, recriminar abusos o denunciar injustícies.

Amor espiritual

Qualsevol conflicte entre persones que s'estimen és sempre un malentès. I si no ho és, és que no s'estimen.

La saviesa és a l'amor com la ciència és a l'art

*A vegades les persones s'enamoren del coneixement de la mateixa manera i aleshores diuen
que estan enamorades, l'una de l'altra*

*Quan les marionetes van veure que eren les mans del mateix home qui les movia es van
mirar i es van dir: "t'estimo"*

Mai no veig més endins de mi mateix que quan miro els teus ulls!

Per als qui estimo ("conec") sempre hi sóc i a vegades ens trobem...

Per ser feliç només cal estimar sense voler entendre.

No hi ha res més definitiu que una mirada de reconeixement

Mirar és una expedició! La mirada sondeja l'espai i busca on aturar-se, on fixar i concentrar el seu interès. Quan troba el lloc just on posar-se estableix un pont de llum entre l'objecte i el subjecte. A partir d'aquí la química cerebral elabora els seus constructes i atorga significats al que percep.

I és que hi ha molts interessos diversos que poden requerir els serveis de la mirada. La mirada utilitària que calcula la distància entre la vorera i la roda del darrera del cotxe quan aparques. La mirada escrutadora, discretament perifèrica, que valora si hi ha perill quan sents un soroll inconegut mentre camines cap a casa al vespre. La mirada examinadora i selectiva de les monedes que has d'allargar per pagar el cafè. La mirada rendida quan la bellesa d'un paisatge o d'un rostre s'imposa i no estaves preparat. La mirada admirada del que no pots creure quan veus (no veus) un conill desapareixent en una barret de copa... Però d'entre totes les mirades, n'hi ha una d'especial que té valor químic, una transcendència irreversible, un poder transformador: la mirada del reconeixement definitiu.

Què és aquesta mirada i quan es produeix? El reconeixement és habitual i útil. Puc identificar la meua moto en reconèixer el seu perfil a la bateria de l'aparcament. Identifico el que conec i ho puc distingir en la seva singularitat: les meves ulleres, el meu germà, el meu poble, la meua veu, la imatge del campanar...

Ara bé, aquests reconeixements no són actes nous de coneixement sinó una simple superposició de la imatge que percebo amb la memòria que conservo. No diríem que és un tipus de coneixement sinó una mena de identificació.

Hi ha un altre tipus de reconeixement que implica "conèixer de nou", avançar en el camí del coneixement construint sabers cada cop més propers a la veritat. Conec una persona com un objecte pel carrer. Potser l'endemà la reconec com a veïna i ja hi afegeixo un factor de vincle emocional. Més endavant la reconec com a un ésser especialment interessant i complet (reinterpretant i afegint) el coneixement que tenia d'aquesta persona. I així, les successives mirades sobre les coses, poden aportar reconeixement no en el sentit d'identificació sinó en el sentit de descobriment d'una dimensió nova que tenen.

Avancem, avancem i avancem en aquesta mirada de reconeixement (de tornar a conèixer d'una forma més completa) fins que de sobte, un dia, la nostra mirada esclata en un reconeixement definitiu. Notem que hem arribat a la seva essència i que tot el que realment és ho puc veure amb claredat. Aleshores apareix la pau i la joia sense més anhel. A partir d'aquí tot és acceptació serena de la meravella que allò "és".

La literatura consigna moments en què aquest fenomen cognitiu es dona de forma espontània o elaborada en diferents moments i objectes. En tots ells la mirada que torna a conèixer l'objecte topa amb l'absolut i detura el voler.

Pot passar mirant una posta de sol, un nen petit dormint, una fulla seca en un camí, un racó d'ombra sota una figuera,... però els humans som especialment sensibles a veure-ho en els ulls d'un altre humà. Quan una mirada troba uns ulls oberts i no fuig seguint codis socials o pautes egoiques defensives, accedeix a un reconeixement absolutament nou. Si aquests ulls volen ser mirats i s'obren al misteri, no és estrany que es produeixi l'esclat d'un reconeixement definitiu. És a dir, ja no hi haurà nous reconeixements perquè has arribat a l'essència. I com ho saps? Doncs perquè en aquesta mirada veus clarament que els ulls mirats i els ulls que miren són exactament els mateixos.

No t'estimo perquè ets així. Ets així perquè t'estimo!

Estimar és difícil de descriure i hi ha moltes accepcions d'aquesta paraula. La meua és "conèixer". Estimem algú quan el coneixem i l'estimem tant més profundament i intensament com més el coneixem. Existeix l'amor absolut perquè existeix el coneixement absolut.

A vegades les persones ens agraden pel que fan, per com són, per com ens tracten o per com els necessitem. Em costa definir aquest gust o necessitat com a amor perquè en els fons el que conec són les meves necessitats (que ell satisfà) i no pas el que aquesta persona és. No l'estimo pel que és sinó pel que fa i això no seria l'amor tal com jo l'entenc.

Altres vegades però s'esdevé que tens accés a persones i de forma irracional, incomprendible o lògica, que això no importa, veus que les "coneixes". Le coneixes d'aquesta manera que jo defineixo com a amor, una forma de connexió profunda i integral que saps que és definitiva i incondicional.

I no estic parlant de l'enamorament clàssic que podria fàcilment confondre's amb aquesta experiència. Parlo de relacions més enllà del gènere, l'edat, la condició, la circumstància...

El "coneixement" o amor que tens envers aquesta persona fa que l'acceptis tal com és i que tot el que fa prengui sentit en la persona que és i esdevé per tant una persona impecable, una pura manifestació del que és que no goses criticar ni jutjar com no ho faries amb un núvol o una tempesta sobre el mar. És la mirada del que estima la que canvia i dona un significat complet a l'expressió humana que és aquella persona.

L'amor de coneixement accepta, admira, agraeix... i tot el que observa esdevé la pura realitat. No l'estimes perquè és una persona admirable, és admirable perquè l'estimes i la coneixes.

I quan topes a la vida amb aquestes coneixences (que probablement hauràs també experimentat en la relació amb la natura o amb la música...) et preguntes per què aquestes persones i no totes.

És una bona pregunta. De fet sabem que totes les persones i totes les coses són absolutament "coneixibles" i estimables en el sentit que explico però no tenim accés a totes. Se'ns és donat només en alguns casos, com si l'òrgan del coneixement o de l'amor fos encara tendre i massa sensible com per a afrontar la plenitud. Com l'ull que es pot acostar a la llum en una mesura proporcional a la seva sensibilitat.

Practiquem l'amor en la mesura que puguem sabent que som encara petits per estimar-ho tot. Practiquem com feia el presoner que s'escapava de la caverna platònica. Primer mirava les ombres de la nit perquè tenia els ulls ennegats d'anys de reclusió. Després practicava amb un foc petit. Més endavant

s'atrevia a mirar de reüll durant el dia i finalment podia mirar directament els objectes amb tota claredat i sense distinció.

Per això deia Plató que l'amor és una potència que ascendeix passant de la percepció de la bellesa d'un cos a la de molt i de la de molts a la de tots. Quan estimem algú, si no ens recloem i ens limitem en aquesta coneixença, tenim una gran oportunitat d'ampliar l'objecte de l'amor/coneixement i ascendim així en l'escala del coneixement que ens permetrà al final conèixer i estimar tot el que és.

Si no saps, què estimes?

És evident que el cor i el cap han d'actuar junts. De fet tots els àmbits cognitius humans (la percepció, l'emoció, la raó i la intuïció) han de treballar en xarxa. Han d'estar constantment connectats i han d'actuar rebent i enviant informació a la resta.

Aquest funcionament òptim no es dona normalment i no és el programa que tenim per defecte. Més aviat solem ser víctimes d'abusos per part d'algun instància sobre les altres. A vegades la impulsivitat davant un estímul ens impedeix calibrar bé el sentit de l'acció que en resulta. També les emocions ens poden segrestar i igualment la raó. Quan una esfera de coneixement s'erigeix en dèspota el nostre ego pateix una dictadura que sovint hem de lamentar.

Voldria parlar ara de la lluita més popular que és la que es dona entre el cap i el cor. Les emocions volen i la raó avalua. Actuar mogut per bones raons pot ser tan bo com fer-ho mogut per bons sentiments.

En el nostre paradigma científic ha estat sobrevalorat el poder de la raó. La racionalitat és molt potent i eficaç però té moltes limitacions. La més important al meu entendre és la d'atribuir-se funcions que no li corresponen. Les decisions més importants de la nostra vida no les podem prendre amb criteri racional únicament. Hi ha una intuïció transcendental i un sentit vital de l'existència que a vegades no es pot raonar però que cal seguir.

Potser sota l'evidència d'aquest abús de la raó ha aparegut una tendència a passar a l'altre costat: sobrevalorar les emocions. Crec que és un greu error. Les emocions són tan limitades com els raonaments. Tot i que la publicitat, els llibres d'autoajuda, la psicologia popular, la teràpia i fins i tot la filosofia reivindiquen ara el despertar, acceptació i el guiatge de les emocions, crec que correm un greu risc de repetir errors.

Les emocions tenen bona premsa. La intel·ligència emocional, anar on el cor et porti, deixar-se sentir les coses, abandonar-se al flux emotiu, expressar les emocions... són ara les noves consignes. Segurament necessitàvem aquest desfogament donada la repressió i ignorància en que manteníem el nostre món emocional.

Amb tot, les emocions són cegues si no entenen. Tant cegues com les raons quan no estan connectades al saber. Parlo ara però, d'allò primer.

Podem veure una pel·lícula, llegir un llibre, tenir una conversa, contemplar un paisatge o mantenir un festeig... totes són situacions potencialment emotives i segurament valorarem i acceptarem com a plenes les reaccions de l'espectador, lector, interlocutor, contemplador i enamorat.

Ara bé, totes aquestes situacions es poden viure des de la més absoluta manca de comprensió i no em negareu que això treu qualitat a les emocions. Fins i tot pot ser que les converteixi en perverses. Penso per exemple en una persona que veu una pel·lícula sense entendre-la. Potser és el contagi emocional amb un personatge que ha perdut un ésser estimat. La força i la qualitat de l'emoció és totalment

diferent si només veus un ésser patint que si entens tota la trama i coneixes el dubte, el neguit psicològic i les repercussions en altres esferes d'aquella escena. Jo diria, si no entens la pel·lícula, la vivència emocional està molt limitada.

I el mateix passa amb algú que llegeix una poesia i es commou amb una metàfora o imatge però no entén el poema sencer. I també amb qui s'entusiasma parlant amb algú sense entendre'l. Direm que la seva emoció és autèntica però limitada. I també amb qui admira un paisatge nocturn farcit de fogueres i no sap veure que allò és un bombardeig... Emoció sincera, sí, però incompleta... I també amb qui s'enamora i vibra en l'amor sense adonar-se que és víctima d'un maltractament continuat. Amor arrabassat i eufòric però altament tòxic. I és que cal entendre, saber què són les coses i no només com ens agraden.

Si no saps o no entens el que passa, com pots estimar-ho, rebutjar-ho o ignorar-ho?

Tenim un cor petit i un cor gran. El petit no arriba a l'intel·lecte i el gran el sobrepassa.

Tenim un cor petit i un cor gran. En realitat no és que tinguem dos cors sinó que fem servir la mateixa paraula per a dues realitats. Es pot entendre la confusió però no deixa de ser un greu inconvenient que fem servir la paraula "cor" tant per expressar el nostre ego emocional com la nostra dimensió transcendental.

I és que veureu com l'ús de la paraula "cor" està molt estès en el discurs del creixement personal i la teràpia però es fa servir amb els dos significats que he explicat abans. La Bíblia i Jodorowsky, per exemple, fan servir "cor" com a dimensió afectiva o emocional de les persones. En el llibre de Jeremies (17:9) es diu "més enganyós que tot és el cor..." indicant que Jahvé té accés als sentiments profunds dels homes. I a l'evangelí de Mateu (13:15) es pot llegir que "el cor d'aquest poble s'ha tornat insensible..." Sempre parlem de les emocions i els sentiments. Jodorowsky parla també del cor en aquest sentit. "Amb el cor hem d'aprendre a estimar sense condicions", afirma en una entrevista digital, per exemple.

Per contra, Osho i Jung, són dos dels molts autors que fan servir la paraula "Cor" per indicar un àmbit de plenitud quasi mística situat en la transcendència i en la transracionalitat. "La teva visió esdevindrà clara només quan miris dins el teu cor..." diu Jung i es refereix clarament a totalitat del teu ésser, no només a la dimensió emocional.

Si no distingim clarament aquests conceptes podem tenir molts malentesos tant a l'hora de llegir i entendre els autors com a l'hora d'expressar i compartir el que sentim i sabem. La diferència clara entre el cor petit i el cor gran és que el petit no arriba a l'intel·lecte i el gran el sobrepassa.

Els estadis evolutius humans vénen marcats per les propietats emergents pròpies de cada nivell. Així com la capacitat emocional va lligada al mesocòrtex i a l'aparició de la vida social dels mamífers, la capacitat intel·lectual està relacionada amb el neocòrtex. La racionalitat engloba i supera les emocions i permet una vida més evolucionada. Si som esclaus de les emocions no controlem la nostra vida i aquest descontrol pot ser divertit, emocionant o adrenalíctic, però en cap cas serem més evolucionat que quan la raó la regula. Ja sé que està mal vist el control racional de les emocions, però és més madur que el descontrol. I control no implica necessàriament ni sempre la repressió o la inhibició de les emocions. Simplement vol dir mantenir-les al lloc que els hi correspon en l'alineament jeràrquic humà.

Més enllà de la raó hi ha però un camp de transcendència i plenitud que cal explorar un cop has assolit l'estadi racional. Fer-ho abans, no només és complicat sinó impossible. Precisament aquí rau un greu perill que assetja als buscadors i que el meu filòsof favorit Ken Wilber explica magistralment amb el nom de la fal·làcia pre-trans.

Consisteix aquesta fal·làcia en confondre els nivells posteriors d'evolució amb els anteriors. La preracionalitat i la transracionalitat s'assemblen en que no són racionals però difereixen en essència. Com la presocialització i la postsocialització. S'assemblen en què totes dues actuen al marge de la norma social. Ara bé, mentre la primera no arriba a entendre ni acceptar la norma, la segona la transcendeix. És doncs ben diferent.

El cor petit de les emocions s'assembla al cor gran de la transcendència en què ambdós són espontanis, intuïtius, globalitzadors, però mentre el cor petit no sap encara acceptar les raons de l'intel·lecte i es fa cada cop més petit, el cor gran, les accepta, les transcendeix i les usa per a seguir engrandir el seu cor.

Saviesa i amor. Llibres i roses. Volant i motor.

Saviesa i amor. Aquestes són les dues virtuts fonamentals de l'ànima. Saviesa per a saber què cal fer i amor per fer-ho. Saviesa per a entendre i amor per a acceptar. Saviesa per saber que és l'amor i amor per a estimar la saviesa.

Aquestes dues disposicions són essencials a la vida. Cert que l'amor té molt predicament i molts afirmen que és un valor absolut però per a mi la saviesa és prèvia. Fins i tot l'amor necessita saber: saber com desplegar-se, com no confondre's amb possessió o amb intercanvi o amb proteccionisme.

La saviesa és la condició primera de tot el que fem i som. El saber està moltes vegades associat a l'intel·lecte però no necessàriament s'hi identifica. Hi ha un saber físic, un saber emocional, un saber intel·lectual i un saber espiritual. En qualsevol cas, la saviesa es mesura per la proximitat a la veritat. Hi ha graus i modes però la saviesa és en definitiva un coneixement profund del que és.

A la llum d'aquest coneixement, l'amor, l'acció, la passió... concreta les accions. Amb amor i a la llum de la saviesa tota acció és pura.

El dia de Sant Jordi és el dia del llibre i de la rosa. El llibre simbolitza la saviesa però només hi remet de lluny ja que la saviesa és més que l'intel·lecte. Com la rosa, que amb la seva aura romàntica i lírica, només en rememora de lluny l'amor que és potent i clar.

La saviesa ens marca la direcció com el volant del cotxe, mentre que l'amor és l'energia de l'acció compassiva com el motor del cotxe empeny i concreta el moviment que el volant apunta.

Sempre en aquest ordre: saviesa i amor. El millor amor és el savi. Estimar la saviesa, la millor premissa.

PREGUNTES QUE ELS TUI TS CONTESTEN

	Amor emocional	
130902	Si no pots viure sense ell (o ella) deixa'l (o deixa-la) de seguida. Moriràs a una trista vida i naixeràs a una altra que pot ser millor.	Creus que és un problema vincular la teva felicitat a algú?
130427	Es diferent dir "necessito aigua per viure" que "necessito aquesta aigua per viure"	Creus que la necessitat d'una relació exclusiva amb algú és una capacitat o una limitació?
170923	Si entens els que no pensen com tu els podràs contradir amb amor.	Com podem contradir algú amb amor?
120312	L'amor té tant a veure amb l'enamorament com una pansa amb el pensament	Què té a veure l'amor amb l'enamorament?
121014	En diem amor però pot voler dir qualsevol cosa	Si no existís la paraula amor, quina faries servir en el seu lloc?
131119	Només qui ha sigut estimat pot estimar-se. I només qui s'estima pot estimar els altres	Quins pre-requisits calen per a estimar?
131226	La part més egoista de mi demana a tots els qui estimo que estiguin sempre bé. Gràcies!	Què creus que desitja per als que estimes la teva part més egoista?
140918	Deixa d'estimar i fes una altra cosa...	Si no poguessis estimar, què faries?
151203	No pots estimar algú i no ser estimat per ell.	Creus que pots estimar algú i no ser estimat per ell?
120223	Diuen que si pots sentir-te estimat exactament tal com ets ja no et queda res per desitjar.	Què és el que més desitges?
120317	Quan et descobreixis valorant si estimes molt o poc; a un o a molts... planteja't que potser no estimes.	Com pots saber si estimes més a una persona que a una altra?
	Amor social: família	
111211	Per a mi el nadal és una bona oportunitat per qüestionar-me les creences sobre la família. Intueixo que ara ens toca fer un pas.	Què et planteiges o qüestions sobre la família?
120115	Què abraces quan abraces la teva mare?	Què estima un fill en una mare?
120117	Què abraces quan abraces el teu fill?	Què estima una mare en un fill?
120818	Era una família tan unida que no hi havia cap parentesc entre ells.	Creus que el parentesc implica alguna mena d'avantatge a l'hora de les relacions?
130509	Es van casar perquè ell necessitava una dona i ella un topall per la porta del garatge.	Ens podem relacionar amb algú sense cap necessitat?
130904	Diuen que Salomó va dir que els fills savis eren l'alegria del pare i els necis la pena de la mare.	En què es diferencia l'amor d'un pare del d'una mare?
160706	Diuen que hem d'estimar-nos com a germans. I així ho fem. Caín i Abel, els primers germans, es van matar entre ells...	Creus que els germans han d'estimar-se?
181202	Quin tant per cent de sexe matrimonial és prostitució?	Quin tant per cent de sexe matrimonial és prostitució?
	Amor social: la parella i la relació sexual	
140423	Digue'm què és allò que un home troba sexualment atractiu i et revelaré tota la seva filosofia de vida. (De "La rebel·lió d'Atlas")	Què revela d'una persona les seves preferències sexuals?
141009	La dona busca parella i l'home busca per a ell	Qui té més inclinació per a la vida en parella, l'home o la dona?
150518	La cosa més bonica que puc dir a algú a qui estimo és "no et necessito"	Quina és la cosa més bonica que es pot dir a algú a qui estimes?

140117	Esforçar-se per ser fidel a una persona o a una idea en els pensaments, sentiments i/o accions és una forma romàntica i ingènua de suïcidi	Creus en la fidelitat en la relació de parella?
150708	Poques dones fan un petó a una granota i es converteix en un home guapo però moltes besen homes guapos que s'acaben e convertint en granotes	Creus que transformem la realitat o la realitat ens acaba transformant a nosaltres?
150805	L'amor de parella o la llibertat absoluta per fer una sola cosa	Creus que un acte que et limita la llibertat pot ser un acte lliure?
151001	L'obsessió sexual dels homes és comparable a la de les dones per la parella.	Creus que les dones tenen més interès en la parella que els homes?
151110	De dues maneres pots perdre una persona: abandonant-la o mimetitzant-te amb ella.	De quantes maneres pots perdre una persona?
160115	Cap peça de puzzle no es completa amb una altra única peça de puzzle	Creus en la mitja taronja?
141024	Els ocells saben que es vola millor i més lluny en estol que no pas en parella	Per què la parella té tant d'èxit social?
160802	"No seré feliz pero tengo marido". No és una comèdia, és un drama. I no ho fan a Madrid només, ho fan a milers de llars del món...	Creus que és correcte plantejar-se l'opció entre dos mals?
161130	Avançaríem més en la igualtat entre sexes si aprofundíssim i reflexionéssim més sobre la diferència entre sexes.	Quins límits té al teu entendre la igualtat de sexes?
171002	La sirena i el pastor van pactar: ni terra ni mar. Però en el fang, ni la sirena va poder nedar ni el pastor caminar i van morir esgotats.	Què creus que cal pactar i què no en una relació de parella?
171104	Quina persona mentalment sana no es voldrà separar d'algú que ni tan sols li permet plantejar-ho?	Quins motius pot argüir algú per a impedir a la seva parella separar-se?
180304	Et maltracta, es malgasta els teus diners, et controla, t'enganya, no et deixa ni plantejar-te el divorci... i dius que hi ha alguna cosa més important que marxar com sigui?	Quan algú et maltracta, què creus que és el primer que has de procurar?
121002	Les dues formes de cuinar el desamor són: rostir-lo en el foc de la passió o bullir-lo al bany maria en el tedi infinit.	Com es fa per extingir l'amor?
150214	L'enamorament és la ingènua satisfacció per la teva incompletesa	Què és l'enamorament?
	Relacions socials i amistat	
120814	En relacions humanes: sí+sí=sí; sí+no=no; no+sí=no i no+no=no. És fàcil, oi?	Quan creus que val la pena insistir per tal que algú que no vol fer el que li proposes ho faci?
120816	En relacions bipersonals: tot el que no és "sí" és "no". (cal posar-ho fàcil als que no sabem dir "no")	Tot el que no és sí és no o tot el que no és no és sí?
120828	En relacions bipersonals: cal demanar clarament. Si l'altre no ho entén és que no s'ha demanat clarament i per tant no s'ha demanat.	Creus que has demanat una cosa si després de demanar-la l'altre no ho entén?
120903	En relacions humanes: quan demanis accepta amb la mateixa normalitat el "sí" i el "no" com a resposta	Creus que denegar una cosa que et demanen és pitjor que concedir-la?
130508	T'accepto incondicionalment sempre que acceptis les meves condicions.	Creus que és possible l'acceptació incondicional?

160308	Els drets es correlacionen amb els deures i els deures amb les capacitats. Tenen homes i dones les mateixes capacitats, deures i drets?	Si homes i dones tenen diferents capacitats, tenen també diferents drets i deures?
180513	Si ho vols viu, no ho lliguis! (Sobre relacions i altres animals)	Què té de bo el compromís amb algú?
181212	Jo no vull ser l'únic amic del meu millor amic; vull ser un dels amics del meu millor amic. (Ni tan sols m'interessa saber si jo sóc el seu millor amic)	Quin valor creus que hi ha darrera la monogàmia?
130408	Ens veiem obligats a estimar-nos sense voler.	Creus que és possible una vida humana sense amor?
121020	Haurem d'aprendre a estimar el que no entenem.	Podem estimar el que no entenem?
160317	Tant de bo sabés dir: "No tinc res per a tu, agafa el que vulguis"	Quina és la millor demostració d'amor?
170805	Qui necessita explicacions d'una persona que estima?	Qui necessita explicacions d'una persona que estima?
	amor espiritual	
150615	Qualsevol conflicte entre persones que s'estimen és sempre un malentès. I si no ho és, és que no s'estimen.	Hi ha algun tipus de conflicte entre persones que s'estimen que no sigui un malentès?
150630	Tenim un cor petit i un cor gran. El petit no arriba a l'intel·lecte i el gran el sobrepassa.	És millor posar la intel·ligència al servei de les emocions o les emocions al servei de la intel·ligència?
150712	La saviesa és a l'amor com la ciència és a l'art	La saviesa és a l'amor com la ciència és a... (acaba el raonament)
130704	A vegades les persones s'enamoren del coneixement de la mateixa manera i aleshores diuen que estan enamorades, l'una de l'altra	Creus que hi ha diferents nivells d'amor? Quants en coneixes?
140505	Quan les marionetes van veure que eren les mans del mateix home qui les movia es van mirar i es van dir: "t'estimo"	Has tingut mai alguna sensació semblant a la de veure que ets alguna cosa més que tu mateix?
141113	No hi ha res més definitiu que una mirada de reconeixement	Què té a veure l'amor amb el coneixement?