

Proyecto: Construcción de Paz con  
enfoque de género: por una  
cultura de paz y respeto por los  
derechos humanos de todos y todas



*ESCUELA POLITICA “TRAVESIA  
POR LA PAZ Y LA EQUIDAD DE  
GÉNERO”*

**AMOR EROTISMO Y SEXUALIDAD**

**PÍLDORAS CONCEPTIVAS 4**



## **¿QUÉ ES EL AMOR?**

El amor es una construcción social y cultural que determina nuestra forma de organizarnos económica y políticamente. Es un sentimiento colectivo muy complejo en el que se interrelacionan muchos factores y que varía según las épocas históricas, las zonas geográficas, los climas, la biología, la cultura, la economía, las formas de organización social y política, las religiones, los tabúes y las normas morales de cada comunidad, etc. El amor ha permitido la supervivencia de la especie humana, y es un motor que mueve el mundo... necesitamos el aprecio y el afecto de la gente que nos rodea...

No aman igual en China que en Marruecos. No ama igual una monja de clausura que un ejecutivo de Manhattan, y sin embargo, el amor tiene algo en común en todas las culturas: es una energía poderosa, nos hace sufrir, nos hace felices, nos mueve constantemente. El amor es algo que nos pasa a todos alguna vez en la vida, y lo vivimos de acuerdo a la cultura en la que nacemos. Aprendemos a amar a través de los cuentos y las películas, que nos ofrecen modelos a seguir, soluciones para resolver conflictos, mapas emocionales y estructuras de relación que adoptamos casi sin pensar.

El amor es una mezcla de instintos, emociones, normas, prohibiciones y mitos bajo los cuales subyacen las creencias y cosmovisiones que los grupos de poder político y económico nos trasladan a través de la cultura. Estas creencias se invisibilizan porque se engalanan con las vestiduras de la magia del amor, pero nuestros cuerpos, nuestra sexualidad, nuestros sentimientos, están atravesados de ideología.

El amor, entonces, posee una dimensión política y económica que configura nuestras emociones y sentimientos, nuestro deseo y erotismo, nuestras formas de convivencia, nuestra cotidianidad. Aprendemos a amar a través de la cultura, aprendemos qué formas de relación son las aceptadas por nuestra sociedad, qué formas de amar están prohibidas o mal vistas, aprendemos a formar dúos de amor, e imitamos los modelos amorosos que nos proponen la publicidad, el cine y los medios de Comunicación .

<http://haikita.blogspot.com/2010/03/que-es-el-amor-el-amor-de-enamoramiento.html>

## QUÉ ES EL ENAMORAMIENTO?

El enamoramiento es un estado alterado de la conciencia. Cuando fijamos en alguien nuestra atención de manera especial y con un fuerte deseo erótico, cambia nuestra percepción de la realidad y experimentamos derrames emocionales intensos, ajenos a nuestra voluntad. Es la primera fase que viven las parejas enamoradas, que experimentan la magia del amor con pasión y descontrol: es el momento en que sentimos la pérdida de nuestro libre albedrío, racionalidad y creencias. También se trastoca nuestro comportamiento, nuestros ritmos de sueño, nuestra cotidianidad.

El amor es, en estas primeras etapas, un tsunami con una grandísima carga emocional que arrasa con todos los obstáculos, como el miedo a enamorarse o nuestros prejuicios en torno a las categorías raciales, al matrimonio como institución sagrada, las diferencias de clase social, o las distancias físicas y temporales. El enamoramiento ha sido comparado con los venenos, los brebajes mágicos, con la enfermedad del cuerpo y el alma, como si fuese algo que sentimos ajenos a nosotros mismos, y que provoca fuertes reacciones emocionales que escapan a nuestro control. Se ha asociado también a la locura, al éxtasis, a la borrachera, a los estados de trance y a los accesos místicos: estados mentales, emocionales y sexuales que nos transportan a otras dimensiones de la realidad

<http://haikita.blogspot.com/2010/06/el-enamoramiento.html>

## **QUÉ ES EL AMOR ROMÁNTICO:**

Es una relación pasional entre dos personas que produce una influencia muy importante en sus vidas; el amor romántico intensifica las relaciones interpersonales entre ambos sujetos, quienes, partiendo de su propia insuficiencia, desean el encuentro y unión con aquel que han juzgado ser el complemento para su existencia.

El amor romántico es un producto cultural de la Humanidad, pero también es una forma de organizarse social y afectivamente en dúos. Así pues, tiene una dimensión política, pero también una dimensión religiosa y espiritual.

El mito del amor romántico que es un concepto fundamental en el imaginario occidental muy a menudo se muestra como trasfondo de la violencia de género. Las relaciones eróticas o románticas pueden ser un paraíso o un infierno. Su representación está diseminada en diferentes discursos, creencias, producciones culturales y audiovisuales que marcan las formas, los rituales, las actitudes que lo caracterizan y lo hacen reconocible. El amor ideal de pareja siempre ha sido entendido en términos de diferenciación de los roles de género y se tergiversan fácilmente con la idea de posesión del otro.

El romanticismo hace aflorar la buena gente que llevamos dentro, y cuando nos ponemos románticos, suelen invadirnos sentimientos muy hermosos: altruismo, generosidad, entrega, ilusión, felicidad intensa. Es muy común que hasta los más egoístas, cuando se enamoran, derrochen alegría y recursos: nos entregamos plenamente para hacer que el amado o la amada sean felices, para hacernos deseables, para mostrar nuestra mejor cara.

Sin embargo, el amor romántico también potencia nuestro lado oscuro: el egoísmo, el miedo y las inseguridades, los complejos, los deseos de venganza y dominación, la crueldad extrema. Cuando sufrimos, cuando se portan mal con nosotros, cuando nos portamos mal con alguien: el amor romántico nos muestra la peor cara de nosotros mismos, nuestro lado más sombrío e inconfesable. Además, el amor nos sirve de excusa para justificar mezquindades como violar la intimidad de la otra persona, o barbaridades como matar a tu esposa en un ataque de celos.

---

Esta cosa del placer del sufrimiento inserta en nuestra cultura cristiana, que nos hace creer que para amar de verdad hay que sufrir, que si no se tienen celos no se ama de verdad, que hay que llorar mucho para rozar el amor verdadero, que la pasión está basada en el conflicto eterno y sostenido.

El "capitalismo romántico" es la base de nuestra cultura amorosa, construida según los principios y valores del sistema económico y político en el que vivimos. Por eso configuramos nuestras relaciones en base a la propiedad privada (yo soy tuya, tú eres mío) y en base a la acumulación (medimos la virilidad, por ejemplo, en base al número de mujeres que un hombre puede conquistar, al estilo de Don Juan). La industria del amor romántico, por ejemplo, es un motor que mueve nuestra economía, dado que invertimos muchísimos recursos en encontrar pareja, en formalizar y celebrar las uniones, en pedir a profesionales que nos ayuden a mantener la pareja, o que nos ayuden a separarnos.

El Romanticismo patriarcal consiste en que nos relacionamos en base a jerarquías de afecto (las mujeres podemos ser la señora esposa/la otra/la puta, los hombres pueden ser esposos, amantes/clientes), y a los privilegios de género que nos sitúan a unas por debajo de los otros. Nuestro modelo amoroso por excelencia es heterosexual con una clara orientación reproductiva, pues la homofobia es el mayor distintivo del patriarcado, que cree que el placer es pecado, y más grave en el caso de las mujeres.

Nuestra cultura mitifica la violencia pasional y por eso nos creemos el rollo de que "los que más se pelean son los que más se desean", o "quien bien te quiere te hará llorar". Nos dicen también, que el odio es lo mismo que el amor, por eso el amante tiene todo el derecho del mundo a tratar mal al que ya no le ama, y emplear toda la violencia que necesite para desahogarse.

El amor es un aspecto fundamental en la vida de las personas, para las mujeres es trascendental, sin embargo es necesario re-conceptualizar el amor, re-definirlo, de-construirlo de manera que sea liberador. Es necesario que aprendamos a amar de otra manera, a construir relaciones sanas, bonitas, libres e igualitarias.

## **QUÉ ES LA DEPENDENCIA EMOCIONAL:**

La necesidad de tener a otras personas (pareja, hijos, familiares) para poder vivir. Es decir, por ejemplo, el desear que hagan las cosas por ti porque no confías en tus capacidades o depender de sus opiniones para tomar tus propias decisiones.

<https://orbitadiversa.wordpress.com/2014/08/29/dependencia-emocional-cultura-patriarcal/>

Las mujeres sufrimos más dependencia emocional que los hombres en nuestras relaciones sentimentales porque la cultura patriarcal nos ha hecho creer que nacemos con un don especial para amar incondicional y abnegadamente. Desde niñas, se nos enseña a darle más importancia al amor y a la pareja que a nuestra autonomía personal. Por eso nosotras, en general, somos las más románticas: desde que somos adolescentes nos pasamos muchas horas imaginando el encuentro con nuestra media naranja, leyendo novelas, hablando con las amigas de nuestros problemas sentimentales, viendo películas románticas, escribiendo cartas y diarios, y viviendo romances intensos.

<http://nuriavarela.com/claves-para-trabajar-la-dependencia-emocional/>

## **¿CUÁL ES LA PROPUESTA QUE HACE CORAL HERRERA SOBRE EL AMOR?**

El único camino viable hoy para despatriarcalizar el amor y descapitalizarlo, creo, pasa por nuestra capacidad para dejar de idealizar las utopías románticas. Para poder construir relaciones bonitas que nos hagan medianamente felices, creo que es fundamental trabajar el apego y el miedo a la soledad. Es necesario cuestionar la división tradicional de roles, subvertir los estereotipos, desmontar los mitos del

romanticismo decimonónico, y diversificar afectos.

No solo en el ámbito de lo erótico, sino también en el campo de las emociones, es preciso liberar al amor de la necesidad y las dependencias.

Considerando que todas nuestras necesidades de afecto y compañía no pueden ser cubiertas por una sola persona, es preciso expandir el amor, poder disfrutar de los seres queridos y romper con el aislamiento, volver a crear, o bien reforzar, las redes de solidaridad y ayuda mutua. Expandir el cariño al vecindario, organizarse para mejorar la calidad de vida de todos y todas, no solo la propia.

... derribar los estereotipos que nos discriminan, acoger la diferencia como algo enriquecedor, dejar de pensarnos en dicotomías (nosotros ellas, los unos/las otras, los blancos/los negros, los de dentro/los de fuera).

Es importante que... podamos trabajar para crear otros patrones emocionales... desde la alegría de vivir podremos construir relaciones de disfrute y de cariño colectivos que nos hagan sentir menos solos y solas. Que apostemos por la Creación de nuevas formas de convivencia social, más pacíficas y amorosas. Está en nuestras manos trabajar unidas por un mundo mejor, sin batallas de género, orientación sexual, raza o clase social. Solo con mucho amor podremos disfrutar de la vida, y construir relaciones más bonitas, sanas e igualitarias, basadas en redes de ayuda mutua y solidaridad. Si, se puede disfrutar del amor!

#### **PROPUESTA BORRADOR DE LA FUTURA CARTA DE DERECHOS HUMANOS EN EL CAMPO DE LA SEXUALIDAD, LOS AFECTOS Y LAS EMOCIONES: (CORAL HERRERA)**

1. Todos tenemos derecho a querer y a ser queridos en este mundo diverso, sin que nadie pueda verse excluido o discriminado por razones de género, orientación sexual, etnia, origen, clase socioeconómica, edad, religión, etc.
2. Todas tenemos derecho a elegir libremente compañero/a (s) sin imposiciones sobre el género o el número de compañeros/as. También tenemos derecho a elegir la soltería sin sufrir las presiones de nuestro entorno.
3. Todas tenemos derecho a relaciones igualitarias donde no exista la división de roles tradicional y en las que podamos repartir las cargas de trabajo de un modo equitativo o equilibrado. Todos tenemos derecho a ser bien tratados y a tratar bien a los demás. Tenemos derecho, pues, a tener relaciones amorosas sanas y bonitas, sin jerarquías ni luchas de poder.
4. Todos tenemos derecho a iniciar o romper nuestras relaciones amorosas o sexuales con libertad, por ejemplo cuando no nos apetece continuar compartiendo o conviviendo con la pareja, sin coerciones de tipo legal, económico, social, moral o religioso.
5. Todos tenemos derecho a controlar nuestra sexualidad en el ámbito de la reproducción, tener acceso a métodos anticonceptivos o elegir libremente la maternidad/paternidad, tanto cuando se tiene pareja, como cuando no se tiene.
6. Todas tenemos derecho a expresar nuestras emociones en público o a no expresarlas si no es nuestro deseo. Esto supone también que todas somos libres para mostrar nuestros afectos en lugares públicos sin discriminaciones basadas en nuestro aspecto físico, nuestra edad, color de piel, clase social u orientación sexual.



7 Todos tenemos derecho a tener relaciones monogámicas o poliamorosas, abiertas o cerradas, efímeras o eternas, y renovar los acuerdos conyugales como nos apetezca o según las circunstancias vitales de cada persona. Tenemos derecho a inventar, probar, y buscar nuevas estructuras emocionales al margen de los modelos tradicionales basados en la pareja heterosexual y monogámica.

8 Todas tenemos derecho a formar comunidades amorosas donde nos unamos con la gente por lazos afectivos, de amor o amistad, sin estar determinados por el parentesco o por la monogamia obligatoria. Podemos elegir vivir con una persona o con varias, fundar una familia con quién nos plazca, y elegir nuestro grado de implicación afectiva o sexual en cada una de nuestras relaciones.

9 Todos tenemos derecho a comprometernos, a no comprometernos, o a elegir el grado de compromiso de mutuo acuerdo con la o las parejas. También tenemos derecho a celebrar nuestro compromiso con una gran fiesta o en la intimidad, derecho asimismo a no celebrarlo.

10 Todas tenemos derecho a disfrutar de nuestra sexualidad y nuestro erotismo sin coerciones. Tenemos derecho al placer, a la ternura, al juego y al amor. Y también tenemos derecho a ser respetados/as cuando no queremos tener relaciones sexuales o establecer lazos sentimentales.

## ¿CÓMO QUEREMOS AMAR Y SER AMADAS?

**CORPORACIÓN PARA EL  
DESARROLLO REGIONAL- CDR**  
Calle 9D # 30-37, Barrio Champagnat,  
Cali-Colombia/Móvil. 3104148025/ 3113284532  
[pazconenfoquedegenero@gmail.com](mailto:pazconenfoquedegenero@gmail.com); [cdrcorporacion@gmail.com](mailto:cdrcorporacion@gmail.com), <http://>