

Carlos Cuauhtémoc Sánchez

# EL AMOR SE HACE



construye, al fin, una buena  
relación de pareja

# Carlos Cuauhtémoc Sánchez

## EL AMOR SE HACE

“Todos los derechos reservados. No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros medios sin el permiso de la editorial”.

**Edición ebook © Julio 2013**

**ISBN: 978-607-7627-38-8**

Edición impresa - México

**ISBN: 978-968-7277-79-0**

Derechos reservados: D.R. © Carlos Cuauhtémoc Sánchez. México, 2008.

D.R. © Ediciones Selectas Diamante, S.A. de C.V. México, 2008.

Mariano Escobedo No. 62, Col. Centro, Tlalnepantla Estado de México, C.P. 54000, Ciudad de México.

Miembro núm. 2778 de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.

Tels. y fax: (0155) 55-65-61-20 y 55-65-03-33

Lada sin costo desde el interior de la República Mexicana: 01-800-888-9300

EU a México: (011-5255) 55-65-61-20 y 55-65-03-33

Resto del mundo: (0052-55) 55-65-61-20 y 55-65-03-33

**GRUPO EDITORIAL DIAMANTE** - Best sellers para mentes jóvenes.

Nuestra misión específica es difundir valores y filosofía de superación en todas las áreas que abarca el ser humano.

[www.editorialdiamante.com](http://www.editorialdiamante.com)

[www.carloscuauhtemoc.com](http://www.carloscuauhtemoc.com)

# ES PELIGROSO PERO ME GUSTA

Vamos a reflexionar sobre noviazgo y sexo.

Si eres estudiante, o adulto soltero, analicemos juntos los recovecos de un romance, un orgasmo, un *free*, un ligue por Internet, una relación homosexual y otras prácticas parecidas.

Será divertido.

La etapa que estás viviendo es riesgosa y deliciosa al mismo tiempo.

Cuando mi hija mayor ganó sus primeras competencias de equitación, alguien le preguntó qué significaba para ella conducir un caballo tan colérico; la niña de siete años contestó: "Es peligroso, pero me gusta".

Hoy, enamorarse puede resultar peor que subirse a un potrillo salvaje. El noviazgo, los *free* y el sexo suceden a toda velocidad. Hay pasión, placer, riesgo, caídas...



Mis libros sobre la *juventud en éxtasis* han sido leídos por millones de personas en todo el mundo. Por ello diariamente recibo decenas de correos electrónicos. En muchos de ellos mis jóvenes lectores se desahogan. Me hablan de sus enamoramientos, sus decepciones, sus aventuras sexuales y sus alegrías en el noviazgo. Con base en todos esos

testimonios, una investigación seria y el respaldo de médicos y sexólogos, te anticipo que aquí hallarás datos concretos, científicos, objetivos. No intentaré convencerte de nada ni de darte directrices morales. Tú puedes tomar tus decisiones. De antemano las respeto y las elogio, porque lo más loable de una persona es que busque tener el control de su vida.

Si decides casarte a los diecinueve años, a los treinta y cinco o no casarte nunca, está bien, *mientras sepas lo que estás haciendo*. También está bien si decides tener cuatro noviazgos a la vez o irte a vivir con una pareja de tu mismo sexo, **siempre y cuando** las decisiones que tomes sean informadas y te hagan sentir una persona **honorable**. En este punto sí voy a ser insistente. Te lo digo con anticipación. La **dignidad sexual** será nuestro hilo conductor. El resto se conformará de información.

Con esa lógica diremos que tener una relación ardiente con tu pareja es como estar sobre un caballo muy nervioso. Puede darte satisfacciones, pero también puede matarte.

En la cima de su carrera ecuestre, mi hija tuvo un accidente que casi le quitó la vida. Su yegua perdió la distancia en un obstáculo triple, cayó sobre el oxer final y dio la maroma completa rodando varias veces sobre su amazona. Todos pensamos que la niña estaría aplastada y con varios huesos fracturados. Fue un milagro verla volver en sí y respirar de nuevo. Desde entonces, las cosas cambiaron. Sigue disfrutando los caballos, pero en lo más hondo de su mente aprendió a ser precavida con las ofertas deliciosas de la vida.



Quizá este libro te ayude a hacer lo mismo.

Más que nunca estarás consciente de todas las implicaciones que tiene vivir en tu mundo juvenil arriesgado y delicioso a la vez, respecto al que sin duda podrás decir esa curiosa frase, que se hizo célebre en mi familia: "Es peligroso, pero me gusta".



# 1 NO DOY UNA EN EL AMOR

Vayamos al grano de inmediato.

A ti te hace falta una pareja, pero ¿qué prefieres?

Ésta es la definición de *noviazgo*:

Dos grandes amigos de sexos opuestos<sup>1</sup> que se enamoran y hacen un pacto temporal para ayudarse, respetarse y tratarse con cariño de forma exclusiva.

¿Suenan complicado? Tal vez. Por eso el noviazgo está pasando de moda. Hoy, casi nadie quiere comprometerse *en exclusiva* con una "relación de ayuda, respeto y trato afectivo". Muchos dicen "¡qué flojera!".

## ¿Mejor "amigos cariñosos"?

A las relaciones "modernas", que no implican responsabilidad, algunos les llaman *free*, o *sexo libre*.

Un *free* se define como la unión eventual de dos conocidos que deciden besarse, acariciarse o aun tener sexo, sin que entre ellos exista amor de por medio.



Los *free*, son relaciones superfrecuentes hoy en día. Las vemos a diario en la televisión y en el cine. Es la forma "normal" de unirse en pareja según las películas. Al coqueteo le siguen besos y sexo.

Los *free* han dejado de ser un cuento de Hollywood para convertirse en un apetecible estilo de vida. ¿No te ocurre a veces que cuando miras ciertas escenas, se te hace agua la boca? ¿Te has imaginado que protagonizas esa película y besas al artista de tus sueños o te acuestas con él o ella?

El bombardeo por parte de los medios masivos ha hecho que el sexo libre se vuelva muy popular.

Quienes participan de un *free* tienen prohibido en su propio código decir *te amo*; ambos saben que entre ellos no hay compromiso y mucho menos amor. Por otro lado, en los *free* se permite mantener relaciones afectivas con otras personas al mismo tiempo.

Si tu supuesto novio o novia tiene otras parejas además de ti, o si sólo desea experimentar besos, caricias o sexo, sin ninguna responsabilidad, tú estás viviendo un *free*.





## El sexo libre parece muy atractivo.

Los cuerpos se satisfacen sin obligación para los participantes.

Es como si alguien con mucha hambre llegara a un restaurante de bufé, se sirviera a placer y saliera del lugar sin pagar.

Si pudiéramos resumir en una sola frase toda la filosofía de crecimiento humano sería ésta: "Nada es gratis". Nada. Y mucho menos el sexo.

**La palabra free se traduce al español como "libre", y también como "gratis".**

En el capítulo titulado "¿Qué con el free?", analizaremos cómo una relación de este tipo es todo, menos gratis... Un *free* tiene costos muy altos e impredecibles. Por lo pronto dejemos establecido esto: cuando tienes novio o novia sabes en lo que te metes y a lo que te comprometes, pero en un *free* ignoras el precio que debes pagar; por ese simple hecho, el noviazgo es una relación más segura.



Teóricamente debería irte mejor si tienes un noviazgo que un *free*, pero hay quienes no dan una en el amor...

## Muchas veces el noviazgo también sale mal.

Lee el siguiente testimonio de una joven de diecisiete años:

Subí fotos sensuales a mis redes sociales. Hasta tomé unas bañándome. Claro que sólo se me veían los hombros y la cara mojada. Mis amigas me mandaron mensajes diciendo que me estaba promoviendo demasiado, pero luego ellas también hicieron lo mismo en sus redes.

Mis contactos, hombres, aumentaron. Comencé a hacerme popular en Internet. Hacía mi tarea mientras chateaba con cinco o más al mismo tiempo. Coqueteaba con todos. Ellos también me decían cosas fuertes. Cuando se pasaban de la raya, dejaba de contestarles por varios minutos. Luego casi siempre se disculpaban y volvían a empezar. Me reía mucho frente a la computadora y mamá preguntaba por qué me causaba tanta gracia hacer la tarea, pero yo ocultaba el chat cuando ella se acercaba.

Después de un tiempo empecé a recibir invitaciones a salir. Yo decía, en mi casa, que tenía que hacer trabajos en equipo. Así salía. Acepté un poco de roce con varios de mis amigos. Tú sabes. Besos y caricias, pero un día las cosas se salieron de control y uno de ellos se excitó tanto que se puso muy agresivo. Entonces decidí dejar los *free* y tener un noviazgo, porque es más seguro. Así que cada vez que un amigo quería tener contacto físico conmigo, yo le ponía como condición que fuéramos novios. Uno de ellos se me declaró al fin y yo acepté. Al principio fue increíble. Me trataba con más respeto. Era un chavo superguapo. Cuando me pidió que tuviéramos relaciones, acepté. Estaba enamoradísima. Hasta llegué a creer que a lo mejor nos casaríamos algún día. Se lo dije, y como que se molestó. Cada viernes nos íbamos de

antro. Yo tenía muchos problemas con mis papás porque regresaba tarde, pero mi novio siempre decía que todos los padres son iguales y no entienden a los jóvenes.

Un día que le reclamé porque de plano lo vi coqueteando con una tipa en mis narices, hasta me gritó, y me dijo que estaba cansado de mi inseguridad. Me cortó, y a pesar de que le rogué que no me dejara, se portó grosero. Se aprovechó de que yo estaba muy clavada para hacerme como quiso. Ya pasó un año y no puedo olvidarlo. Tengo un sentimiento de culpa porque no sé cómo lo dejé ir.

A la joven del caso anterior le fue mal con los *free*, pero le fue peor con su novio. No daba una en el amor. ¿Por qué?

Analicemos primero las relaciones de novios. Todos los problemas del noviazgo se resumen en tres:



1. Absolutismo.
2. Premura sexual.
3. Idealización.

## 1. Absolutismo.



Caes en este problema si tu novio o novia es todo (absolutamente) en tu vida.

Piensa: ¿durante el día completo sientes alegría, tristeza, enfado o preocupación por cómo van las cosas en tu noviazgo?

¿Tienes un gran temor a perderlo?

¿Piensas todo el tiempo en él o ella, sin que puedas evitarlo?

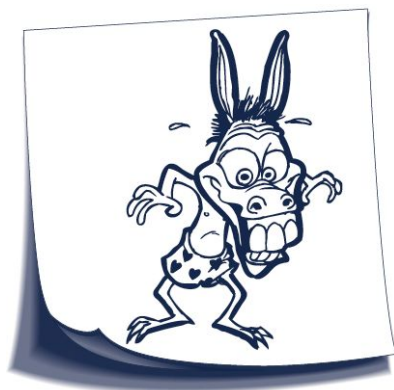
¿Te estás volviendo una persona posesiva y celosa?

Las parejas que sufren absolutismo pasan demasiadas horas juntas. No soportan estar separadas; se llaman por teléfono, se envían mensajes al celular, o *e-mails* continuamente; no hacen nada sin que el otro lo sepa, o participe. A la larga se sienten prisioneros, sin libertad, perseguidos, asfixiados. Pierden individualidad, independencia y espacio íntimo.

El absolutismo es lo que en psicología se llama *dependencia enfermiza*.

Esta malformación del noviazgo tarde o temprano termina en ruptura y heridas emocionales.

## 2. Premura sexual.



Caes en este segundo error cuando *tu cuerpo* se enamora de *otro cuerpo*. Así de simple. Suena raro, pero sucede con mucha frecuencia.

Mira. Tú no eres animal (porque posees también una parte espiritual), pero sí tienes un cuerpo con instintos y deseos como los de cualquier animal.

Dos personas que no se conocen podrían tocarse y llegar a tener relaciones sexuales, porque los cuerpos de un hombre y una mujer se atraen por instinto. Es una cuestión biológica.

Con esto en mente, piensa: los cuerpos de algunos novios tienen tanta química que se atraen de forma exagerada.

Puedes identificar cuando tu noviazgo está enfermo de *premura sexual* si el cerebro se les desconecta a ambos y sólo quieren fusionarse en besos y abrazos.

Quizá digas: "Nos ocurre eso, pero es delicioso", el problema es que no has analizado la peligrosidad del principal síntoma: el cerebro se desconecta, y dos personas excitadas, con tanta atracción, son incapaces de pensar con claridad, así que se vuelven muy vulnerables.

¿No concibes una cita en la que tu pareja y tú sólo platicquen o convivan, pues la razón principal (y única) de estar juntos es excitarse con sus caricias mutuas? Si es así, su

noviazgo padece de premura sexual y tarde o temprano va a llevarte a una decepción.

### 3. Idealización.



El tercer error del noviazgo es imaginar que tu novio o novia posee cualidades extraordinarias sin que esto sea verdad. Si te parece más fascinante de lo que es, te tengo malas noticias: estás idealizando.

Dicen que el amor es ciego. Mentira. La idealización lo es.

Todo está en tu mente. Has inventado un ideal que no existe. El problema clave aquí es tu imaginación.

Si estás idealizando, te enamoras del amor; amas a un transeúnte suponiendo que es la persona perfecta.

Cuando idealizas, te sientes loco o loca por alguien a quien no conoces bien y supones que contiene una esencia extraordinaria.

La idealización te impide ver los defectos del otro y te hace tolerar maltratos, vicios, infidelidades o desprecios, creyendo que todo está bajo control, o que la otra persona va a cambiar.



Si leíste el libro *Los ojos de mi princesa*, recordarás que el protagonista amaba a una compañera de su escuela de manera incondicional y sin límites. La idolatraba. Hizo todo por alcanzarla; como le ocurre a los que sufren idealización, este personaje voló muy alto, y después cayó de forma tan terrible que estuvo a punto de enloquecer.

El enamoramiento por idealización es la primera causa de suicidios amorosos y depresión en los jóvenes.

## Concluyendo:

Ya tenemos un panorama muy completo de lo que **no** es un buen noviazgo:

- No es un *free*.
- No es una relación en la que haya absolutismo.
- No está basado en la premura sexual.
- No es una idealización.

Ahora estudiemos lo que **sí** es.

---

11. El término noviazgo por tradición es usado para describir la relación de un hombre y una mujer solteros; es muy poco frecuente entre homosexuales; por lo regular ellos se refieren entre sí simplemente como mi pareja.