



**YA NO
TE CREO**

Faur, Patricia

Ya no te creo / Patricia Faur. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires:
El Ateneo, 2024.

224 p.; 22 x 16 cm.

ISBN 978-950-02-1498-8

1. Autoayuda. 2. Relaciones de Pareja. 3. Desarrollo Personal. I. Título.
CDD 158.1

Ya no te creo

© Patricia Faur, 2024

Derechos mundiales para todas las lenguas

© Grupo ILHSA S.A. para su sello Editorial El Ateneo, 2024

Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires – Argentina

Tel.: (54 11) 4943 8200

editorial@elateneo.com - www.editorialelateneo.com.ar

Dirección editorial: Marcela Luza
Coordinación editorial: Carolina Genovese
Producción: Pablo Gauna
Coordinación de diseño: Marianela Acuña
Diseño: María Florencia Videla

1ª edición: abril de 2024

ISBN: 978-950-02-1498-8

Impreso en Printing Books
Mario Bravo 835, Avellaneda
provincia de Buenos Aires,
en abril de 2024.

Tirada: 3000 ejemplares

Queda hecho el depósito que
establece la ley 11.723.

Libro de edición argentina

Los consejos dados por el autor en este libro son recomendaciones abiertas y generalizadas. De ningún modo reemplazan o pretenden reemplazar el asesoramiento o consejo profesional especializado y personalizado en la materia. Consulte con su profesional especializado y personalizado antes de poner en práctica cualquier sugerencia y/o consejo que el autor pueda indicar en el presente libro. Grupo Ilhsa S.A., sus socios, empleados y/o directivos no se responsabilizan por los resultados de los consejos, sugerencias o prácticas que puedan ser propuestas por el autor en el presente libro.

El editor se reserva todos los derechos sobre esta obra. En consecuencia, no puede reproducirse total o parcialmente por ningún método de reproducción existente o por existir incluyendo el gráfico, electrónico y/o mecánico (como ser el fotocopiado, el registro electromagnético y/o el almacenamiento de datos, entre otros), sin el expreso consentimiento de su editor, Grupo Ilhsa S.A. (Ley n° 11.723).

PATRICIA FAUR

YA NO TE CREO

A large, stylized heart shape is depicted, composed of numerous dark grey, angular fragments that resemble shattered glass or broken paper. The heart is centered on the page, with several smaller, similar fragments scattered around it, creating a sense of destruction or emotional pain. The background behind the heart is a light grey circle with a white arrow pointing upwards and to the right.

**¿Podrías perdonar
una infidelidad?**

 *Editorial El Ateneo*

A las personas honestas.

A quienes no tienen miedo de decir lo que sienten.

A quienes tienen miedo, pero lo dicen igual.

A quienes le dan valor a la palabra.

A quienes nos hacen sentir que podemos creer.

Que podemos confiar.

Que, en algún lugar, hay un refugio seguro para salvar el amor.

Advertencia al lector

Si estás buscando tips para superar, reconocer o evitar una infidelidad, este no es tu libro.

Si esperas que digamos cómo deberían ser las “buenas parejas”, no encontrarás un manual para clasificarlas.

No vamos a juzgar, no vamos a demonizar a nadie ni a aventurarnos con diagnósticos.

Este libro intenta echar un poco de luz de una manera explicativa y descriptiva sobre uno de los temas que más dolor causan en las relaciones de pareja actuales.

Quiero contarte algunas de las conclusiones y revelaciones que, como psicóloga, voy teniendo en mi consulta diaria y, por supuesto, lo que nos cuentan las investigaciones académicas sobre el tema.

Aprendo de mis pacientes, de mis colegas, de mis profesores y de las personas más jóvenes, que aportan su mirada fresca y atrevida, sus planteos osados, sus cuestionamientos lícitos.

Solo se trata de entender para poder ser más libres y elegir.

Índice

Introducción	11
1. La infidelidad en nuestros días: un concepto difícil de definir	15
2. Infidelidad: ¿por qué?	25
3. Tipos de infidelidades	43
4. El dolor de la traición	63
5. Lo obsoleto: la necesidad de cambiar	73
6. Secretos: ¿hay que contar todo?	91
7. El limbo: buen lugar para la trampa	105
8. Celos e infidelidad	113
9. Exparejas: donde hubo fuego	129
10. La ofensa, el despecho, la humillación	141
11. Adicción al sexo: ¿mito o realidad?	159
12. Otras infidelidades: económicas, familiares	171
13. El perdón, la reparación, la transformación	181
14. Poder hablar sin juicios	197
15. Parejas <i>kintsugi</i> o el arte de hacer bello el dolor ..	209
Conclusiones	216
Bibliografía	220
Biografía de la autora	222

Introducción

Y que yo me la llevé al río
creyendo que era mozueta,
pero tenía marido.

“La casada infiel”, Federico García Lorca

Pasaron muchos años desde la aparición de la “píldora” y el comienzo del amor libre. La década de los sesenta nos sacudió con un viento de libertad que permitió elegir por amor y separar el sexo de la reproducción. Empezamos a hablar de placer, de deseo, de orgasmos. Los matrimonios arreglados, el amor “para toda la vida” y el “hasta que la muerte nos separe” se empezaron a quebrar.

El mundo siguió adelante, y la posmodernidad nos sumergió en una sociedad de renunciaciones difíciles y gratificaciones inmediatas. Trabajar la pareja y construir el amor

se transformaron en propuestas pesadas para un mundo donde las relaciones parecían durar lo que dura la efímera pasión. Las redes sociales y las app de citas multiplicaron oportunidades de encuentro de todas las categorías; la virtualidad acercó realidades distantes; la pandemia dibujó escenarios nuevos en los vínculos.

En medio de la sociedad de lo liviano, de los amores líquidos, del poliamor y de los nuevos acuerdos de relaciones abiertas, las infidelidades empezaron a pensarse de otro modo. Sí, en plural. Ya no podemos pensar en el concepto de "infidelidad" de una manera unívoca.

Como psicóloga que trabaja con conflictos de pareja desde hace varias décadas, tuve el privilegio de observar esos cambios desde una ventana que me mostraba en primer plano la metamorfosis de los vínculos.

Sin embargo, hay algo que no cambió: el dolor de una traición. Romper un acuerdo, descubrir un engaño, enfrentar la mentira de quien creías conocer siguen siendo heridas que lastiman una relación, muchas veces, de muerte.

Lo que cambia es nuestra comprensión del tema, las causas, las consecuencias. Hay infidelidades que humillan, que exponen, que denigran y que transgreden los límites de lo perdonable. Hay otras que son casi previsibles, una crónica de un final anunciado. Las hay buscadas; otras se encuentran sin planearlo. Las hay con amor y con sexo, solo con sexo, virtuales, amoríos, aventuras, doble

vida. Ya no son patrimonio de género ni vienen en el ADN como algunos pretenden.

Ya no podemos pensar que una buena pareja “inmuniza” contra la infidelidad. Es uno de los tantos mitos que se han ido derrumbando. Tampoco es tan cierto “que se busca afuera lo que no se tiene adentro”. La nuestra es una sociedad que tiene mucho y quiere más: consume de una manera voraz, no quiere frustrarse ni decir que “no” frente a nada.

También hay otras infidelidades y traiciones que no tienen que ver con lo sexual. Parejas que se ocultan cuentas de dinero, que estafan en secreto al otro, que rompen acuerdos coparentales luego de una separación, que se transforman en enemigos después de haber compartido su intimidad durante años. Hay infidelidades emocionales en las que se utiliza información confidencial como amenaza para hacer daño o extorsionar al otro como si fuera un arma.

Por supuesto, ser infiel es una decisión. Nadie es “víctima” ni lo hace sin darse cuenta. Mantener un acuerdo en una pareja, sea cual fuere, también es una decisión. Una decisión que provee confianza, que evita la angustia, la incertidumbre, y permite construir sobre bases más firmes.

Este libro es una invitación a pensar sobre uno de los temas que más duelen en el mundo de las relaciones amorosas. Sin juicios ni bajadas de línea, sin recetas rá-

pidas para que no ocurra ni para reparar las heridas. Se trata de un intento de entender y descifrar las creencias de nuestro tiempo.

Seguimos apostando al amor, a construir vínculos más sólidos y ciertos, a dejar de ser detectives de la vida del otro y a disfrutar de la libertad de elegirnos. Necesitamos creer. En algo, en alguien y, por supuesto, en nosotros mismos.

Y, para ser libres, hay que comprender y entender. Solo así podremos elegir la vida y las relaciones que queremos.

Patricia Faur

