

Después del Felices para Siempre,
Una Mirada al Relato y al Autorrelato Sobre el Amor y el Desamor

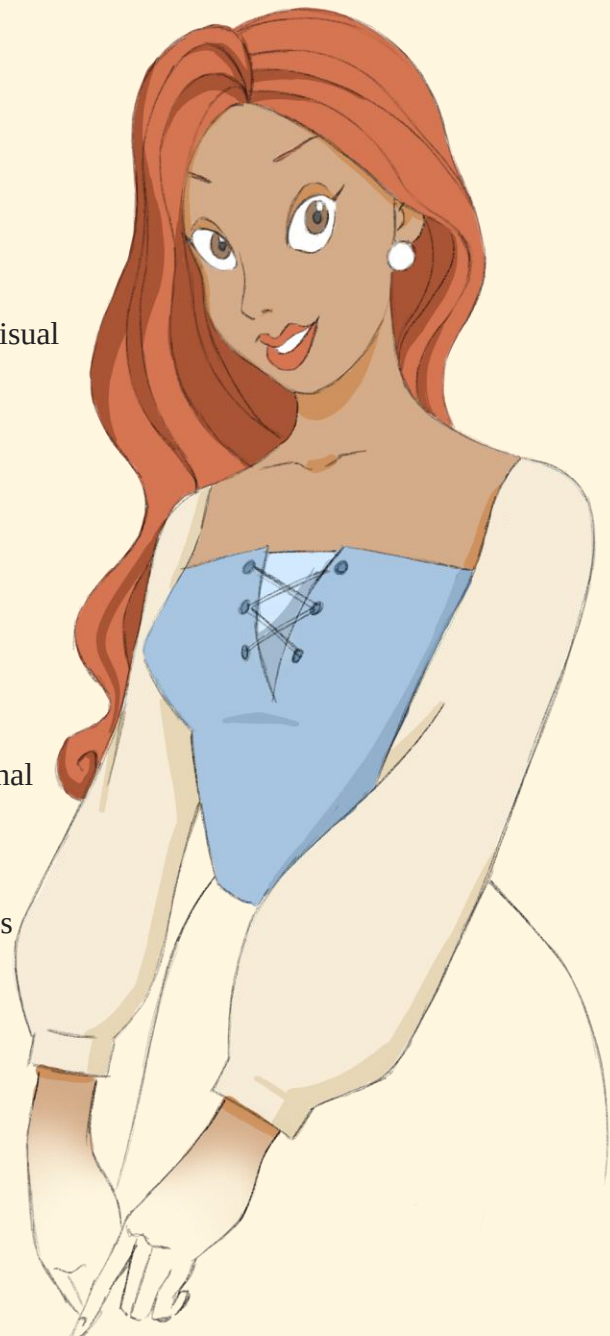
Elaborado por
B. Jisdym García P.

Trabajo de grado para optar por el título de
Licenciada en Artes Visuales

Modalidad Monografía
Línea de Investigación Cultura Visual

Universidad Pedagógica Nacional
Facultad de Bellas Artes
Licenciatura en Artes Visuales
Bogotá, Colombia

2026



“Las mujeres que aman demasiado viven en un cuento donde siempre intentan salvar al otro,
sin saber que la verdadera salvación empieza cuando deciden salvarse a sí mismas.”

-Norwood, 1986.

1. Resumen: Entre la Cultura Visual y el Amor Aprendido

Esta monografía es un tránsito que nace del amor aprendido al amor comprendido. Desde un enfoque cualitativo-hermenéutico y autoetnográfico, en el que exploro cómo mis patrones afectivos se formaron a partir de la cultura visual con la que crecí, especialmente de las películas de princesas de Disney y los patrones familiares heredados. El análisis nace de la escritura como cuerpo de la memoria: los fragmentos de mis diarios funcionan como laboratorio hermenéutico donde es posible identificar tres etapas clave del amor y desamor - ruptura, transformación y renacer- que revelan cómo el dolor abre camino a la conciencia afectiva.

Paralelamente, dos máquinas epistemológicas - Des/amor y Había una vez... Después de esa vez - permiten ampliar la mirada hacia un territorio colectivo donde se encuentran voces que, desde distintas mujeres, repiten patrones: idealización, sacrificio, culpa. Este tejido confirma lo que Sandoval señala sobre los sujetos cognoscentes y sus marcos culturales, donde las formas de sentir, actuar y recordar dependen de las estructuras que los atraviesan. Asimismo, los relatos permitieron evidenciar que la cultura visual ha operado como una primera pedagogía sentimental: las princesas que esperan, sostienen y salvan, enseñaron que el amor es sacrificio, mientras que la narrativa romántica volvió natural la paciencia, la entrega absoluta o el dolor como parte del vínculo emocional.

A partir de formularios aplicados a mujeres diversas, este trabajo muestra que la experiencia personal dialoga con patrones compartidos que demuestran que el amor se aprende a mirar antes que a sentir. Así, esta investigación concluye que el desamor no es un final, sino un dispositivo de transformación: un punto de quiebre que permite nombrar las heridas aprendidas, desaprender los guiones emocionales heredados y renacer desde un amor más consciente, propio y posible.

Palabras Clave: Amor, Desamor, Cultura Visual, Patrones Afectivos.



Para mi mami,
María Yolanda Pinilla Fraile,
el principio de todo.
Mi historia de amor más bonita,
nos vemos en otro capítulo princesa mía,
gracias por tu vida, esto es por ti y para ti.

2. Tabla de Contenido

- 1. Resumen**
- 2. Agradecimientos**
- 3. Tabla de Contenido**
- 4. Introducción: Había una vez...**
- 5. Planteamiento del Problema: El día que me rompieron el corazón**
- 6. Objetivos: Romper el hechizo**
 - 6.1. Objetivo general**
 - 6.2. Objetivos específicos**
- 7. Justificación: La Bella despierta**
- 8. Antecedentes: Libre soy, voces que caminaron antes de mi historia**
 - 8.1. Deconstrucción del amor romántico: mitos y narrativas**
 - 8.2. Vivir el (des)amor: narrativas de mujeres sobre experiencias de duelo amoroso**
 - 8.3. El amor, esa palabra. Tensiones y rupturas de mujeres frente al modelo
hegemónico del amor en Bogotá**
- 9. Marco Teórico: Ecos de un espejo encantado**
 - 9.1. Amor**
 - 9.2. Desamor**
 - 9.3. Amor romántico**
 - 9.4. Idealización**
 - 9.5. Cultura visual como pedagogía afectiva**
 - 9.6. El amor como dispositivo de poder (Foucault)**
 - 9.7. Los símbolos bajo la almohada (Bettelheim)**
 - 9.8. La mirada como narradora del amor (Alcalá & Sánchez)**
 - 9.9. Disney, pedagogía cultural y fabricación del deseo (Giroux)**

9.10. Patrones afectivos y mujeres que aman demasiado (Norwood)

10. Metodología: Cartografía del corazón roto

10.1. Hilos que entretejen la mirada y la memoria

10.2. Caminar el Propio Relato Para Entender el Amor

10.3. Comprender el Fenómeno Desde Dentro

10.4. Interpretar el sentido de lo vivido

10.5. Narrar el Yo Para Comprender el Nosotras

10.6. Instrumentos de recolección de información

11. Análisis: Lo que aprendimos al romper el hechizo

11.1. Fragmentos de diarios personales

11.1.1. Ruptura: El Derrumbe Del Guion Aprendido

11.1.2. Transformación: cuando el dolor revela

11.1.2.1 Lo Que Veo En Mí:

11.1.2.2 Cuando la Cultura Visual se Vuelve Espejo

11.1.2.3. Lo Que Veo Reflejado en Las Demás Mujeres

11.1.3. Renacer: Comprender Para Dejar Ir

11.2. Maquina Epistemológica 1.0, “Des/Amor”

11.2.1. Descripción técnica de la máquina

11.2.2. Descripción conceptual de la máquina

11.2.3. La experiencia performativa

11.3. Maquina Epistemológica 2.0, “Había una vez... después de esa vez”

11.3.1. Descripción técnica de la máquina

11.3.2. Descripción conceptual de la máquina

11.3.3. Los relatos: un archivo del desamor

11.3.3.1 La idealización y el amor que no fue.

11.3.3.2. La culpa y el dolor de ser sensible.

11.3.3.3. La búsqueda del amor propio y la reconciliación.

11.3.3.4. La transformación: del dolor a la reinención.

11.3.3.5. El cuerpo y la escritura como territorio de sanación.

11.4. La cultura visual como la primera escuela de amor

11.4.1. La sirenita (1989): La pedagogía del sacrificio

11.4.1.1 Escena clave 1: El pacto con Úrsula.

11.4.1.2 Escena clave 2: El beso que nunca llega.

11.4.2. La Bella y La Bestia (1991): La Pedagogía de la Redención

11.4.2.1 Escena clave 1: La cena (el rechazo inicial).

11.4.2.2 Escena clave 2: La biblioteca (la transformación).

11.4.3. Frozen (2013): La pedagogía de la Ruptura del Guion

11.4.3.1 Escena clave 1: "Libre soy".

11.4.3.2 Escena clave 2: El acto de amor verdadero.

11.4.4. Todas para una y una para todas

11.5. Lectura transversal de las voces de mujeres

11.5.1. Hacia el análisis de los formularios

11.5.2. Diseño y propósito de los formularios

11.5.3. Perfil de las participantes

11.5.4. Construcción del formulario

11.5.5. Influencias culturales en la infancia y adolescencia

11.5.6. Cómo imaginaban el amor en la adolescencia

11.5.7. Primera experiencia de amor romántico: el choque con la realidad

11.5.8. Primera experiencia de desamor: dolor y transformación

11.5.9. Dependencia emocional y autovaloración

11.5.10. Aprendizajes después de una ruptura

11.5.11. ¿Se puede aprender con el corazón roto?

11.5.12. Cómo reescribirían el amor en películas o cuentos

11.6. Lectura Transversal de los Resultados

11.6.1. ¿Que Aprendimos Sobre el Amor?

11.6.2. ¿Qué Nos Pasó en el Desamor?

11.6.3. ¿Qué Surgió Después?

11.7. Después del cuento

12. Conclusión.

13. Anexos

14.1. Anexo 1. Fragmentos de diarios personales Josdym García

14.2. Anexo 2. Relatos de des amor, ¿Qué nos pasó?

14.3. Anexo 3. Formularios

14. Bibliografía

4. Introducción: Había una Vez...¹

Desde la niñez a las mujeres se nos enseña a mirar antes de hablar. Miramos la manera de actuar de quienes nos cuidan y sus gestos, miramos las imágenes que nos ofrecen la televisión y las películas, miramos a las princesas que esperan ser rescatadas y el beso de amor verdadero que las salva. Así, sin darnos cuenta, esa mirada va construyendo en nosotras² una manera de sentir, de desear, de amar. Ese amor que empezamos a concebir no aparece como algo propio, algo que hayamos encontrado por nuestra cuenta.

Esta investigación surge de un malestar que provocó una herida en el pecho, un corazón roto que buscaba encontrarle sentido a las preguntas ¿dónde aprendí a amar así? ¿por qué estoy repitiendo historias que no iniciaron en mí? En ese retorno de reconocer una y otra vez conductas que aparentemente resultan ser propias pero que en realidad obedecen a una estructura cultural que opera en mi cotidianidad y se pinta de manera inocente, se generó una urgencia íntima, personal, pero al mismo tiempo colectiva de darle respuesta a esas cuestiones, de comprender porque el amor, esa emocionalidad que partiría desde la libertad y subjetividad de cada una, termina convirtiéndose así como en las películas de princesas en esa torre que apresa y nos contiene, alimentándonos de imágenes, órdenes y aprendizajes heredados.

Toda mi vida asegure que mis maneras de amar provenían de decisiones personales, de historias singulares, encuentros particulares. Pero cuando al atravesar mi primera experiencia de desamor, me di cuenta de que aparentemente no estaba actuando bajo mis

¹ La fórmula “había una vez” funciona como una estructura moralizante del cuento clásico, donde “los relatos se usan para transmitir modelos de conducta socialmente aceptados” (Zipes, 2012, p. 33).

² El uso del término “nosotras” durante este trabajo no es casual. Responde al hallazgo principal de esta investigación: las experiencias personales de amor y desamor no son fenómenos aislados, por el contrario, resuenan profundamente con las voces de otras mujeres. Como se evidencia en los formularios realizados y en las máquinas epistemológicas desarrolladas, los patrones afectivos –la idealización, el sacrificio, la culpa, el miedo a soltar– se repiten en múltiples experiencias, confirmando que la manera en que se aprende a amar está entrelazada por una misma cultura visual y unas mismas estructuras de género. Es así que el “nosotras” se convierte en un gesto metodológico que reconoce lo colectivo como espacio de análisis y transformación.

propias concepciones del amor, descubrí algo más profundo, una estructura que se repetía. Como un guion de película, esas líneas que narraban los cuentos de princesas se habían instaurado en mí, mucho antes de haber tenido ese primer amor.

Este documento surge de ese deseo de encontrarle sentido a cómo se concibe la educación emocional dentro de nuestra cultura visual³, relatos principescos que provocaron en mí la primera idealización de cómo debe ser amar a alguien, a través del sacrificio, la espera y el servir. Surge también del escuchar otras voces de mujeres que compartían patrones afectivos con mi historia, no soy la única, resulta que el amor que nos enseñaron es un concepto reciclado de cómo debería ser el amor y que ha perdurado de esta manera generación tras generación.

Encontramos aquí una búsqueda doble, primero hacia afuera para reconocer cómo la cultura habita en las estructuras sociales que habitamos y luego hacia adentro para recabar esas bases afectivas que sostuvieron esas maneras de amar. Un ejercicio de honestidad y a su vez de resistencia. Un intento por darle cara a eso que tan inocente se impuso en mí, conformando así un acto de deconstrucción y reescritura.

Aquí se logran articular tres caminos, mi historia, las historias de otras mujeres y las historias con las que nuestra cultura visual construyó nuestros modelos de vivir el amor y el desamor. Estos caminos permiten entender que ese amor y desamor no son un accidente de las emociones, por el contrario, emociones ya moldeadas dentro de cada uno en la infancia y que toma fuerza en la adultez. Esa memoria afectiva que poseemos, no son sino el recuerdo de las imágenes con las que crecimos.

En ese sentido este trabajo de grado sirve para permitirnos leer el amor no como algo destinado a ser, sino como un aprendizaje que puede desdibujarse, rearmarse, reinterpretarse.

³ La cultura visual media lo afectivo desde la infancia: “los objetos, prácticas y eventos visuales median significados y afectos para receptores en contextos específicos” (Batallán & Batallán, 2021, p. 4).

El exponer estas experiencias y escribir este documento es un acto político, un gesto íntimo, que permite afirmar que el amor merece ser estudiado con la misma rigurosidad y seriedad que cualquier otro fenómeno humano, el amor mueve el mundo y aunque sea un concepto tan subjetivo, nos corresponde y abarca a cada uno de nosotros entenderlo para ser consiente de cómo nos relacionamos y cómo habitamos el mundo.

Esta introducción da apertura a un camino que pretende, mirar de nuevo, sin hechizos aquellas versiones de cómo debemos vivir el amor, y quizá en ese recorrido poder hallar la posibilidad de ubicarse en un amor distinto, uno que no represente sacrificio, que no dañe y que no duela, que no requiera de ser recatadas. Un amor real, sin trucos. Un amor que vuelva a ser nuestro.

5. Planteamiento del Problema: El Día que Me Rompieron el Corazón

El día que me rompieron el corazón, no solo perdí al hombre al cual llamé el amor de mi vida, también perdí por completo la idea de quién era yo sin él. Luego de encontrarle a él y construir la persona que yo era en esa relación, olvidé por completo lo que había moldeado antes de que llegara a ese amor. Pero fue con esa pérdida que empecé a encontrarme, a reconstruir la versión de mí que podía seguir sin nadie a su lado, logré reconocer que algo estaba pasando, una razón infundada, normalizada y naturalizada en mí. Una manera de vivir el amor, de entender que no era mío, que fue heredado, aprendido y normalizado desde la infancia.

Frente a la ruptura surgieron mil preguntas, todas nacientes de un inexplicable dolor en el pecho acompañado de lágrimas, nudos en la garganta, arrebatos de ira y más intentos de explicar ¿qué había pasado?, ¿por qué se acabó?, ¿por qué siento que no puedo vivir sin un hombre?, ¿qué pasó con mi final feliz?, ¿ahora quién viene a salvarme?

Un montón de incógnitas despertaron en mí, verme completamente vulnerable, enfrentándome a mí misma, a mis sentires, a esa niña que creía en aquel “vivieron felices para siempre”, a aquella inocente conciencia moldeada por estándares visuales almacenados en mi subconsciente durante mi infancia, a una cultura visual configurada con películas de Disney, a los cuentos de hadas, princesas y fantasías, a una niña que encontró refugio y ejemplo en princesas, que eran rescatadas, que eran delicadas, dedicadas, fieles y sumisas, esperando aquel príncipe que viniera a salvarlas y les prometieran un amor eterno. Eran la realidad que estuve construyendo, sin tener idea de mis expectativas afectivas y la manera en que me relacioné con los demás.

Yo me convertí, sin pensarlo, en una “mujer Disney” de pies a cabeza, moldeada por cuentos de hadas, una mujer que basó sus principios tanto éticos como morales en películas

de princesas, normalizando a través de su actuar en sociedad dinámicas que construyen a esas mujeres, buscando ser en pocas palabras perfectas y que, aunque capaces de absolutamente todo, escogían darle el mérito a su hombre, a su salvador. Mi identidad se moldeó dentro de un modelo visual muy marcado dentro de la cultura occidental, el de la princesa que busca ser rescatada, que busca la razón en el amor romántico⁴ y se siente completa solo cuando el príncipe le salva.

Aquellos arquetipos femeninos de las películas de princesas contruidos por un mundo de hombres⁵, por y al servicio de ellos, donde el lugar de la mujer se desarrolla más como una pieza sin voz, sin participación o proyección individual, sino para que ellos puedan lograr sus objetivos. Estos arquetipos se instauraron en mí naturalmente, desarrollando mi personaje en sociedad. Me caracterizaba ser aquella mujer que hacía caso, que no refutaba la opinión de los demás, siempre presta al servicio, curiosa del mundo, pero temerosa de ir más allá de mi torre, buscando soporte en otros y finalmente ser rescatada de mi propia cárcel.

Luego de vivir la historia de amor de cuento que anhelaba, resultó que no fue como en las películas, el inminente final llegó y quedé en blanco, pues las historias de princesas nunca te cuentan qué pasa luego del final. Aquellas historias te muestran el final perfecto, sin giros inesperados ni cambios de trama, una narrativa que se vuelve constante y un desenlace digno de un cuento de hadas. Pero la historia ya dejó de ser un cuento, estaba ahora en ese lugar donde las princesas ya no llegan, en el después. Nunca te muestran qué hacer cuando el príncipe ya no te elige, cuando la relación se desgasta, cuando la promesa del amor ideal ya

⁴ Este concepto será desarrollado en el marco teórico.

⁵ Con la expresión "mundo de los hombres" me refiero al sistema patriarcal: una estructura social, cultural y simbólica que ha sido históricamente diseñada por y para los hombres, en la que las mujeres ocupan un lugar subordinado y su valor se define en relación con los deseos y necesidades masculinos. Aunque el término "patriarcado" es el más utilizado en la teoría feminista, a lo largo de este trabajo he preferido mantenerlo como el "mundo de los hombres" porque considero que nombra de manera más cercana y sensible la experiencia vivida: ese universo simbólico que me antecedió y que moldeó mis formas de amar, esperar y relacionarme sin que yo lo eligiera.

no existe más. No te cuentan cómo se vuelve a construir una mujer que ha basado su identidad en sostener al alguien más.

Resulta que la película que yo viví con el primer amor no llegó a ese épico vivieron felices para siempre, mi príncipe se convirtió en mi verdugo, en el villano, o así lo llegué a sentir. Cómo alguien que pude amar con tanto ahínco pudo matar mi alma en un segundo, me marchité, me solté. Pero cuando ese pedacito de mi ser murió, encontré dentro mí el valor para buscarme, la dinámica que había creado con él se había convertido en mi rutina diaria, pensar en él, estar para él y por él. Cuando creces con esas conductas de servicio, esos patrones afectivos heredados, tu propio ser nunca será prioridad, por eso cuando ya no tenía a quien servir, me sentí sin rumbo y esta vez nadie vendría a salvarme, solo yo.

Pero ¿quién era yo?, siendo una persona llena de ideales utópicos y conductas de películas que replican tradiciones y comportamientos del mundo de los hombres, solo sabía replicar estos comportamientos inmanentes en mí, ¿quién soy yo fuera del papel que me entregaron desde niña? Luego de sostener mi corazón roto esa configuración se dañó, dejé de ser la princesa en busca de ser rescatada, a ser la mujer que se rescata sola, la heroína de mi propio cuento.

Este despertar, esa grieta que se generó en mí, dio paso a encontrar un camino lleno de realidad y transparencia, una realidad nada cercana a esos cuentos de hadas, de golpe ya no vivía en una película de princesas clásica, sino que ahora yo estaba escribiendo mi historia. Es así como nació el interés por encontrar la verdad detrás de la fantasía del mundo que habito y surge el cuestionarme en que estructura me formé. Por qué esas películas de princesas que interioricé desde mi infancia, son mecanismos de control, que me fueron moldeando con ideales propios del mundo de los hombres y a su vez cómo de manera

inocente pero macabra y violenta se instauran en las mentes de las niñas y mujeres, naturalizando los comportamientos que menciono en este apartado.

A raíz de esta revelación surgen cuestionamientos, sentires y sinsabores que dan origen al interés por investigar sobre la manera en que llevo mis relaciones interpersonales y la influencia que han tenido las películas de princesas de Disney sobre estas. Desprendiendo la siguiente pregunta de investigación que da pie al desarrollo de este trabajo:

¿Cómo las experiencias de amor y desamor que he vivido me han permitido comprender el impacto de las películas de princesas de Disney en la configuración de mis patrones afectivos y formas de relacionarme?

6. Objetivos: Romper el Hechizo

6.1.Objetivo General:

- Analizar cómo las películas de princesas de Disney han influido en mi manera de vivir, interpretar y experimentar el amor y el desamor, a través de un ejercicio autoetnográfico que articule la cultura visual, la memoria personal y las experiencias compartidas con otras mujeres.

6.2.Objetivos Específicos:

- Identificar las diferentes maneras de representación del amor y desamor en las películas de princesas de Disney y reconocer cómo han sido interiorizadas en mí.
- Explorar de qué manera he vivido las experiencias de amor y desamor y cómo se entrelazan o dialogan con los arquetipos románticos que presentan las películas de princesas de Disney.
- Reflexionar cómo la cultura visual de películas de princesas de Disney ha participado en mi manera de percibir las relaciones de amor, la feminidad y los roles de género.
- Contrastar mis experiencias de amor y desamor con los relatos recogidos a otras mujeres, con el fin de reconocer similitudes, patrones y estructuras afectivas que compartimos.

7. Justificación: La Bella Despierta

Enfrentarme al proceso de hacer un trabajo de reconocimiento de cómo me he comportado a lo largo de la vida frente al amor y el desamor, mediante una investigación transversal en tanto que aborda asuntos desde mi propia perspectiva e historia, una cultura visual que imprima mecanismos de control e instauración de patrones inconscientes y una perspectiva social que reconoce que nos ubicamos en un mundo de hombres con patrones de control y jerarquía social, convierte esta investigación en una herramienta de reconocimiento personal, de deconstrucción de identidades impuestas, catalizador de empoderamiento del ser y sobre todo del ser mujer en esta época y en esta sociedad.

Este proyecto de investigación nació cuando termine mi primera relación romántica, fue el punto de partida que generó tantas dudas sobre mí, entenderme en retrospectiva recorriendo recuerdos, memorias escritas en papel, diarios y fragmentos de mi ser que se apoyaron en esas hojas; no solo sirvieron como detonante, sino como aquel fulminante que me dio la chispa para entender que la problemática que estaba atravesando, ese desamor al cual me enfrentaba, no solo lo había vivido yo, por el contrario resultó ser el imán de unión de un montón de otras experiencias de amor y desamor, que se basaron en esos mismos ideales de cuentos de hadas con los que yo viví.

Encontrar otros testimonios de amor y desamor relacionados con esa construcción social que nos heredaron las películas de princesas de Disney, me permitieron entender que en verdad hay una problemática muy grande en nuestra cultura visual, envuelta en una inocente manera de representarse, se han naturalizado arquetipos de control y dominación sobre las mujeres y con mayor gravedad sobre las niñas. La sociedad está acostumbrada a ver normal y muy tranquilo cómo las princesas en las películas actúan bajo el dominio de los hombres, siempre sumisas, al servicio de los demás, juiciosas, productivas y perfectas.

Se torna difícil romper con las estructuras de poder ⁶y control que hay en las películas de princesas de Disney, cuando la misma sociedad se encarga de naturalizar y permitir este tipo de contenidos que se presentan de una manera inocente y bonita a través de la animación, de los cuentos de hadas, de clichés y finales felices. La perspectiva social en la que vivimos, si bien en la actualidad supone un avance y progreso en dar el lugar pertinente a derechos de las mujeres a la igualdad que merecemos, tropieza cuando se descubre que permite y replica la reproducción masiva de audiovisuales que enaltecen prácticas de control y represión hacia la mujer, hacia la princesa. Regresando a la época en la que creaban estas películas, el retroceso es inmediato y aunque estemos en el siglo XXI, parece que queremos volver pasado.

Si bien sabemos que hay que mirar hacia el pasado, para analizar lo bueno y lo malo, la idea no es quedarse atrás sino caminar hacia el futuro, mejorando como sociedad, deconstruyendo ideologías que no le daban el lugar que se merecen la niña y la mujer en el mundo. Porque no es un problema de mi contexto, es algo que abarca mucho más que el tiempo y el espacio.

Este trabajo no solo será el cierre a esa etapa de mi historia de amor, sino que dará pie para reconocer las problemáticas sociales que se mantienen, para que no solo mi voz sea escuchada, quiero que esto permita darles voz a otras mujeres, a otras niñas, a las generaciones que vienen, para que puedan reconocer con antelación dichos arquetipos, que puedan cuestionar y transformar las nociones heredadas de cómo se debe amar. Está bien soñar, está bien emocionarse con la fantasía, está bien creer que podemos con lo que sea; las

⁶ Con "estructuras de poder" me refiero a lo que Foucault (1999) analiza como las redes de fuerza que atraviesan los vínculos más íntimos y cotidianos, operando no solo desde instituciones visibles sino desde los gestos mínimos, los discursos y las prácticas que moldean la subjetividad sin que esta lo advierta. En Estética, ética y hermenéutica, Foucault plantea que el poder no solo reprime, sino que produce realidades, saberes y formas de ser. Así, en el caso de Disney, su poder no radica en una prohibición explícita, sino en su capacidad de producir deseos, expectativas y modos de amar que se instalan como naturales.

niñas merecen una vida de película, de cuento de hadas, pero donde no sean las princesas que necesitan ser rescatadas, sino las heroínas de sus propios cuentos, las heroínas de su vida.

Esta investigación resulta pertinente no solo para mi proceso y reconstrucción personal, sino para el campo de la Licenciatura en Artes Visuales y la formación de maestras y maestros, pues permite entender cómo la cultura visual moldea, forma y deforma las maneras en que niñas y mujeres aprendemos a amar. Al encontrarme con estas narrativas desde la autoetnografía, aportó una mirada situada que evidencia aquellos discursos audiovisuales que perpetúan la autonomía de la mujer. Educativa y socialmente, este trabajo de grado ofrece herramientas para que futuras generaciones puedan tener bases para leer críticamente lo que su cultura visual les presenta.

8. Antecedentes: Libre Soy, Voces Que Caminaron Antes De Mi Historia

Para darle cuerpo a esta investigación -que nace desde el autorrelato, la memoria y el duelo de la ruptura- realicé una búsqueda de trabajos de grado que abordaran temáticas relacionadas con el amor, el desamor y la subjetividad femenina dentro de contextos educativos, culturales o sociales.

En esta búsqueda inicial encontré que en el repositorio de la Universidad Pedagógica Nacional no existen trabajos que exploren directamente la relación entre el amor, el desamor y la manera en que aprendemos, mucho menos trabajos que se articulen con la cultura visual de películas de princesas como eje de formación afectiva. Aunque existen títulos que mencionan el amor de manera tangencial, ninguno dialoga con el núcleo de esta investigación: cómo las narrativas románticas heredadas moldean nuestros modos de amar, sufrir, esperar y aprender.

Sin embargo, al ampliar la búsqueda hacia repositorios de otras universidades, encontré tres trabajos clave: dos en la Universidad Javeriana y uno en la Universidad Nacional. Ellos conforman y dan soporte a la base conceptual de estos antecedentes, pues permiten ver y analizar que el amor y el desamor son fenómenos profundamente culturales, históricos y afectivos que impactan la forma de ser y relacionarse, incluso en el nivel educativo de las personas, estos merecen ser analizados y discutidos.

8.1. Deconstrucción del amor romántico: mitos y narrativas (Oliveros, 2019. Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de Comunicación y Lenguaje)

El trabajo de grado de María José Oliveros realiza un recorrido histórico y crítico por los mitos del amor romántico que han permeado generaciones. Analiza narrativas como:

- “el amor todo lo puede”
- “el alma gemela”
- “el sacrificio como prueba de amor”
- “la espera femenina”
- “la entrega total”
- “la salvación a través del otro”

La autora argumenta que estas estructuras simbólicas, al repetirse en películas, canciones, telenovelas y productos culturales, se convierten en guiones emocionales que muchas personas, en su mayoría mujeres, asumimos como naturales, cuando en realidad son construcciones que responden a ideales del mundo de los hombres y comerciales transmitidos desde la cultura visual.

Su aporte a esta investigación es significativo, ya que me permitió reconocer que muchas de mis expectativas afectivas -y las de las mujeres que respondieron mis formularios- no nacieron espontáneamente en nosotras. Surgieron de un imaginario cultural heredado, reforzado visualmente por las películas de princesas de Disney, donde el amor implica entrega, espera, belleza, silencio y renuncia.

Oliveros abre la puerta para entender cómo las industrias del entretenimiento, y aunque no lo menciona, cómo la cultura visual, operan como dispositivos culturales que mercantilizan el amor y producen subjetividades femeninas moldeadas por el ideal romántico⁷.

⁷ Por "ideal romántico" entiendo el conjunto de mitos y narrativas que configuran una expectativa inalcanzable sobre el amor: la media naranja, el amor que todo lo puede, la entrega total, la pasión eterna y el matrimonio como destino final. Como lo desarrolla Oliveros (2019) en su trabajo *Deconstrucción del amor romántico: mitos y narrativas*, estos ideales no son naturales ni universales, sino construcciones culturales que responden a intereses históricos, económicos y patriarcales. Su potencia radica en que, al

8.2. Vivir el (des)amor: narrativas de mujeres sobre experiencias de duelo amoroso

(Andrade, 2023. Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de Ciencias Sociales)

El trabajo de María Cristina Andrade se centra en el desamor como experiencia profundamente social. Desde la antropología de las emociones, reúne relatos de mujeres de distintas edades y contextos, con el fin de mostrar que el dolor amoroso no es un fenómeno privado, sino un proceso atravesado por:

- Normas sociales
- Roles de género
- Expectativas afectivas heredadas
- Formas de socialización
- Narrativas culturales sobre el amor

Andrade encuentra patrones repetidos en sus entrevistadas: miedo a la soledad, dificultad para soltar, permanencia en relaciones dañinas, idealización del otro y sensación de “fracaso” tras la ruptura. Estos patrones coinciden con los resultados de mis formularios: muchas mujeres jóvenes, incluso hoy, viven el amor desde la entrega total y viven el desamor como un derrumbe identitario.

Su aporte a mi investigación es fundamental ya que confirma que el amor y el desamor son experiencias aprendidas, moldeadas por discursos culturales que se encarnan en nosotras desde la infancia -justo el enfoque que aquí desarrollo desde la cultura visual-.

repetirse en películas, canciones, novelas y otros productos culturales, se instalan en el imaginario femenino como verdades incuestionables sobre cómo debe ser el amor.

8.3.El amor, esa palabra. Tensiones y rupturas de mujeres frente al modelo hegemónico del amor en Bogotá (Muñoz, 2016. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas, Escuela de Estudios de Género)

Este trabajo aborda el amor desde la fenomenología y los estudios de género, analizando cómo las mujeres construyen sus formas de amar a partir de experiencias familiares, deseos heredados, ficciones transmitidas y discursos de los medios de comunicación. La autora explora temáticas como:

- Prácticas amorosas y expectativas
- Celos y control
- Convivencia y entrega
- Mandatos de feminidad
- Narrativas mediáticas
- Deseo materno y modelos internalizados

Estos me dan la base para entender las primeras impresiones sobre el tema de interés, pero su aporte más valioso -y directamente aplicable a mi investigación- es su afirmación de que el amor también es pensamiento, un lugar desde donde se produce conocimiento. Muñoz señala que el amor no es solo emoción, sino un modo de comprender el mundo, una forma sensible de habitarlo, una práctica relacional que atraviesa la educación, la subjetividad y la vida social.

Esta mirada al tema ilumina mi trabajo porque valida la idea de que lo afectivo también es epistemológico y que pensar el amor es también pensarnos lo social y a nosotras mismas. Además, sugiere que el amor y la educación no son esferas separadas; la

sensibilidad, la afectividad y la formación del sujeto se entretajan en los procesos pedagógicos.

Su trabajo respalda mi postura de que no es posible aprender “bien” con el corazón roto, ni es posible amar sin haber sido antes moldeadas por imágenes, símbolos y narrativas.

Estos tres trabajos ofrecen perspectivas complementarias desde:

- La crítica cultural del amor romántico
- La vivencia emocional del desamor
- La dimensión reflexiva y pedagógica del amor como pensamiento

Gracias a ellos, esta monografía se sitúa desde un lugar propio y necesario, entre la teoría y la herida, entre la cultura visual y el relato vivo, entre la niña que aprendió a amar viendo princesas y la mujer que ahora intenta desaprenderlo.

9. Marco Teórico: Ecos De Un Espejo Encantado

Este capítulo recoge las bases teóricas y conceptuales que intentan comprender la razón de nuestras maneras de amar, sufrir, relacionarnos y por qué están profundamente influenciadas por narrativas culturales, visuales y simbólicas. Todos los cuentos de hadas, mitos, fábulas y películas de princesas, todas estas narraciones que generan expectativas románticas y a la vez las estructuras de poder que manejan y mueven las sociedades, no se mueven por separado, forman parte de una misma problemática que moldea la subjetividad de las personas, principalmente a las mujeres desde la infancia.

Antes de amar con lo físico, aprendemos a amar con la mirada, las primeras historias que nos cuentan, incluso antes incluso de aprender a leer, nos empiezan a construir y adaptar en el molde de las dinámicas sociales, este capítulo entonces nos permitirá desencantar el espejo que nos enseñó a amar, a todas esas estructuras que permitieron forjar nuestro “felices para siempre”.

Es necesario para dar continuidad a este proceso, precisar algunos conceptos clave que atraviesan toda esta investigación:

9.1. Amor

A lo largo de este trabajo, entiendo al amor no como algo mágico que abarca una esencia universal o esa pureza que surge espontáneamente en el corazón, el amor en esta investigación está constituido por una construcción cultural y subjetiva que se aprende, que se hereda y se sigue reproduciendo a través de imágenes, discursos y prácticas sociales. Sin embargo, antes de problematizarlo, es necesario reconocer algo innegable: el amor esta en todo y así como nos atraviesa, mueve el mundo.

El amor no es solamente la relación de pareja ni la idea romántica de dos personas que eligen amarse. El concepto de amor es mucho más amplio y así mismo diverso. Existe aquel amor que nos brinda una madre cuando nos sostiene por primera vez, el amor de hermanas que crecen juntas y se cuidan, el amor de amigas que siempre están en los momentos difíciles, e incluso en el amor que sentimos por nuestras mascotas, que nos dan el amor más puro y desinteresado. Esa fuerza que mueve al mundo, como se le atribuye a Virgilio — *Omnia vincit amor*⁸—, es la que nos impulsa a entregarnos, cuidar, esperar, perdonar y en ocasiones a sufrir.

Pero es precisamente por ser una fuerza tan poderosa que el amor es un espacio atravesado por relaciones de poder. Como señala Foucault (1999), "el sujeto humano está situado en relaciones de producción y de significación; está igualmente situado en relaciones de poder" (p. 52). Esto indica que nuestras formas más íntimas de amar están moldeadas y alineadas por estructuras culturales simbólicas que nos preceden. No amamos desde el vacío; amamos desde lo que hemos visto, desde lo que nos han contado, desde lo que nuestra cultura visual nos ha enseñado.

Así dar una definición de amor es algo casi imposible, pues, aunque no se ve, es omnipresente y se manifiesta de maneras infinitas. También nos da una experiencia ambivalente pues el amor puede ser tierno, pero al mismo tiempo violento, nos hace libres, pero también puede atarnos, puede ser nuestra salvación o nuestra condena. Como advierte Giroux (2001), las películas de Disney no solo entretienen: "provocan y dan forma a las imaginaciones, los deseos, los roles y los sueños de los niños a la vez que sedimentan simultáneamente sentimiento y significado" (p. 99). El amor entonces se vuelve mandato:

⁸ La frase pertenece a Virgilio, *Bucólicas* (Égloga X, v. 69). Su traducción literal es "el amor todo lo vence". En esta investigación, la recupero para reconocer la potencia del amor en todas sus formas, sin caer en la idealización romántica que la cultura visual ha promovido.

debemos amar, debemos ser amadas, debemos encontrar al príncipe azul, debemos sacrificarnos por ese amor.

Norwood (1986) complementa esta mirada al señalar que muchas mujeres aprendemos a amar desde la carencia, donde confundimos la entrega, el sacrificio y el sufrimiento como actos de amor verdadero. Pero como hemos indicado esta manera de ver y vivir el amor no es natural, es cultural. Resulta de haber crecido viendo a princesas que esperan, que renuncian a su voz, que pueden cambiar a la bestia con la fuerza de su amor.

En esta investigación, el amor no es solo lo que sentimos, sino lo que se ha aprendido a sentir a través de nuestra cultura visual. Y aunque nos sea un poco difícil darle una definición, esta sobra pues sé que existe y sé que usted querido lector lo ha vivido, lo ha sentido. Nos mueve y nos mantiene vivos, nos impulsa a seguir sintiendo, seguir viviendo y a seguir amando. Y también existe, como este trabajo lo demuestra, como un territorio de disputa donde podemos desaprender lo aprendido y volver a amar de otras maneras.

9.2. Desamor

Aquí no concebimos el concepto del desamor como ese gran final en una relación de pareja o esa ausencia de amor. El desamor es mucho más amplio y así mismo diverso como el amor. También te rompe el corazón una amiga que te traiciona, una hermana decepcionada, una madre que a veces no supo ser madre e incluso una mascota que se nos va. El desamor nos duele en todas sus formas, está en su naturaleza, es el después del amor en muchas ocasiones, es ese sentimiento que quiebra por dentro y que nos deja una herida.

Por eso, esta investigación postula al desamor como un dispositivo de transformación, un punto de quiebre que, aunque duela permite darles voz a las heridas, a escucharnos desde adentro, para desaprender ese guion emocional al que estamos adaptados a vivir y comenzar un proceso de reconstrucción afectiva, sanando desde adentro. Como se puede observar en

los diarios personales y en los relatos de las mujeres participantes, el desamor no es un final, en un puente. Es cuando te rompen el corazón donde se quiebra el mito del felices para siempre y emerge así aquella posibilidad de mirarse con nuevos ojos, ya sin el hechizo del felices por siempre.

El desamor se construye entonces no como concepto destructivo, sino como un fulminante de cambio, que duele, como si algo se rompiera por dentro, pero el desamor surge y a su vez el cambio. Cuando una relación se rompe, —sea de pareja, de amistad, de familia—, algo dentro también se quiebra, pero esas grietas permiten que entre luz. Como plantea Foucault (1999), el "cuidado de sí" es una práctica de libertad que requiere desprenderse de las ataduras heredadas. El desamor, en ese sentido, puede ser el punto de partida para ese desprendimiento: duele, pero despierta; quiebra, pero construye.

En los datos recolectados durante esta investigación, el desamor se muestra como un momento bastante incómodo y revelador pero necesario, que finalmente nos permite cuestionar no solo ¿qué hice mal?, sino ¿por qué amé así? ¿qué me enseñaron a hacer? Ese cuestionarnos nos permite transformarnos. El desamor entonces, no es el final de la historia: es el inicio de otra, una que nosotros decidimos escribir.

9.3. Amor romántico

El amor romántico es un concepto que surgió como una construcción cultural e histórica que se vio reforzada por la literatura, el cine, la música y la publicidad. Bettelheim (1994) advierte que "los cuentos de hadas, en los procesos internos se traducen en imágenes visuales" (p. 7), esas imágenes se instauran en nuestro inconsciente desde la infancia. El amor romántico se distingue entonces por ser un conjunto de mitos, como la media naranja, el amor que todo lo puede, la pasión eterna, el matrimonio como destino final, que construyen un ideal inalcanzable sobre cómo debe funcionar el amor entre dos personas.

La investigadora feminista Coral Herrera Gómez define el amor romántico como: el fenómeno químico, sexual, hormonal, político y cultural que atrae a los amantes entre sí bajo una intensidad descomunal, y que cuando es correspondido nos hace vivir una experiencia alucinógena que nos conecta directamente con el Cosmos. El amor romántico es una construcción cultural y social, un mito que se consolidó durante el siglo XIX en nuestra cultura occidental y que se expandió por todo el planeta gracias a la globalización. Hoy es un fenómeno universal que une a las personas de dos en dos, y que constituye un gran negocio para una industria centrada en las parejas y sus creaciones de nidos. (Herrera 2020)

Herrera (2020) señala que la ideología subyacente al amor romántico es “capitalista, colonialista y patriarcal”, y que sus mensajes están dirigidos a "mantenernos a las mujeres sometidas al dominio del varón".

Las mujeres son educadas para amar sin condiciones, en una posición de sumisión, y desde pequeñas invertimos toneladas de tiempo y energía en el amor romántico. [...] El patriarcado nos quiere a todas adictas al amor romántico, y quiere que le demos prioridad a nuestra necesidad de vivir el romance por encima incluso de nuestro bienestar y nuestra salud mental y emocional. (Herrera 2020)

Hay que señalar que el amor romántico es solo una de las tantas maneras de amar que existen. Pero, nuestra cultura visual, en especial Disney, ha posicionado esta forma de amar a una categoría de modelo universal y deseable. Como lo desarrollan los antecedentes de esta investigación (Oliveros, 2019), el amor romántico no es natural ni universal, sino una narrativa que responde a intereses económicos, políticos y patriarcales. Giroux (2001) sostiene que "los sueños que Disney ofrece a los niños no son inocentes" (p. 19), y esto se ubica directamente en la forma en que esta manera de amar se ha mercantilizado y naturalizado a través de la cultura visual.

En esta investigación ese amor romántico se instaure como un mandato afectivo, que normaliza en especial para las mujeres y las niñas, la entrega, la espera, el silencio y el sacrificio como las únicas maneras de amar. Pero también se revela como una narrativa que se puede poner en duda, deconstruirla, desaprenderla y reescribirla.

9.4. Idealización

En este documento contemplamos el concepto de idealización como un mecanismo mediante el cual se genera una imagen del otro o de la relación que no representan una realidad sino una fantasía aprendida a partir de las narrativas culturales. Como podemos observar en los relatos obtenidos de las mujeres que apoyaron esta investigación y los análisis de las películas de Disney, la idealización conlleva a esperar que las otras personas que hacen parte de la relación cambie, que el amor sirva de redentor o que la relación se salve. Pero hay que también aterrizar este concepto a la idea de que no aplica únicamente a relaciones de parejas, sino que además también abarcan a el resto de tipos de relación que hemos mencionado anteriormente, idealizamos a nuestras amigas, a nuestras madres, a nuestras hermanas. Esperamos de esas personas un estado de perfección que no pueden brindarnos y cuando no cumplen esos estándares, hay alguna decepción, el dolor puede ser tan intenso como el de una ruptura amorosa.

Bettelheim (1994) señala que "los cuentos de hadas ofrecen al niño imágenes que le servirán para estructurar sus propios ensueños y canalizar mejor su vida" (p. 10). Sin embargo, estas imágenes se pueden transformar en expectativas irreales cuando se proyectan en la adultez. Norwood (1986) señala que quienes aman desde este lugar están "mucho más en contacto con su sueño de cómo podría ser que con la realidad de la situación" (p. 11). Es así que la idealización no es un defecto personal sino el resultado de una educación

sentimental que permitió que aprendiéramos a enamorarnos de esas promesas que se perpetuaron desde la infancia y no de la persona con la que compartimos el vínculo.

Alcalá y Sánchez (2018) afirman que "las imágenes fílmicas siguen siendo extractos de memoria y formas de recordar o revivir aquello que ha dejado de ser" (p. 12), y esas características de las imágenes son las que alimentan la idealización, recordamos lo que esas imágenes nos prometieron, no lo que fue. Desaprender la idealización es entonces ver al otro como en verdad es, no como queremos que sea.

9.5. Cultura visual como pedagogía afectiva

Aunque no es un concepto que definamos por separado en este capítulo, es importante apuntar que a lo largo de este trabajo entiendo a la cultura visual como un dispositivo pedagógico que educa la mirada antes de que las personas puedan incluso primero nombrar lo que ven. Giroux (2001) es contundente al afirmar que "la industria cinematográfica y televisiva de Hollywood ha transformado la cultura en un poderoso instrumento, configurando actitudes y comportamientos humanos y regulando constantemente nuestras prácticas sociales en todo momento" (p. 14).

Aquí Disney en particular funciona como lo que Giroux denomina "pedagogía social": un proceso que permite la reproducción e interiorización de significados, prácticas sociales y deseos. Alcalá y Sánchez (2018) complementan esta idea al señalar que "las imágenes no solo registran, también enseñan a mirar y, dependiendo de los intereses de la sociedad, normalizan y legitiman lo que está bien y también lo que no está tan bien dentro de la cultura visual en la que nos ubicamos" (p. 14).

En este trabajo, la cultura visual es nuestra primera escuela de amor, pues aprendemos a amar con la mirada. Y es también el lugar donde podemos generar una nueva visión, de desaprender, reconstruir y aprender nuevas maneras de amar.

Estos conceptos abordados no operan por separado durante esta investigación. El amor, desamor, amor romántico, idealización y cultura visual como pedagogía afectiva, se entrelazan, tensionan y transforman a lo largo de estas páginas, se vinculan directamente a su vez con los datos recolectados de las mujeres que participaron en este trabajo. Entender estos conceptos es el paso inicial para desencantar el espejo que nos enseñó a amar.

Para dar continuidad y profundizar en el análisis de esta investigación, articulo cinco variantes fundamentales: las relaciones de poder (Foucault), los símbolos del inconsciente (Bettelheim), los patrones afectivos internalizados (Norwood), la cultura visual como pedagogía (Giroux) y el poder de las imágenes (Alcala y Sanchez).

9.6. El amor como dispositivo de poder

Aunque no relacionamos a Michel Foucault directamente con el concepto del "amor", sus estudios son esenciales en esta investigación para comprender cómo se genera la subjetividad femenina en torno a las relaciones afectivas. Si este fuera un cuento, Foucault nos revelaría el truco detrás del hechizo: él no habla de amor, pero lo atraviesa por completo, pues las relaciones de poder integran todo, hasta lo cotidiano.

Cuando Foucault habla del sujeto, rompe de manera contundente con la idea tradicional de que somos individuos libres, autónomos y completamente dueños de lo que pensamos o sentimos. Para él, el sujeto no es un punto de partida, sino un resultado. Es decir, no nacemos siendo quienes somos, sino que nos vamos construyendo —o más bien, siendo contruidos— a través de las relaciones que nos atraviesan. Como él mismo afirma, "el sujeto humano está situado en relaciones de producción y de significación; está igualmente situado en relaciones de poder" (Foucault, 1991, p. 52). Esto implica que nuestra manera de pensar, de sentir, de amar y de relacionarnos no surge únicamente de una esencia interna, sino de un entramado de fuerzas sociales, culturales y simbólicas que nos moldean constantemente.

Desde esta perspectiva, el amor deja de ser una experiencia puramente íntima o natural, y comienza a entenderse como un espacio profundamente atravesado por discursos y relaciones de poder. Aquello que creemos que "nos nace", muchas veces ha sido previamente aprendido, repetido y validado en distintos escenarios: la familia, la escuela, los medios, las películas. Foucault nos permite ver que incluso nuestras emociones más personales están configuradas por estructuras externas que operan de manera silenciosa, pero persistente. No se trata de negar la experiencia emocional, sino de comprender que esta experiencia está mediada por formas culturales que nos enseñan cómo sentir, qué desear y qué esperar del otro.

En este sentido, el sujeto no es algo fijo ni estable. Es una construcción en movimiento, que se produce en la interacción entre el poder y el conocimiento. Foucault insiste en que no existe un "yo verdadero" escondido esperando ser descubierto, sino múltiples versiones de nosotros mismos que se configuran según los discursos que habitamos. Así, una mujer no nace siendo "romántica", "entregada" o "sacrificada"; aprende a serlo dentro de una red de significados que legitiman esas formas de ser como naturales o deseables. Lo que parece elección muchas veces es efecto de una larga exposición a modelos que indican cómo debe vivirse el amor.

Para explicar cómo se produce este sujeto, Foucault propone lo que denomina modos de objetivación, es decir, formas en las que el ser humano es convertido en objeto de conocimiento y, al mismo tiempo, en sujeto dentro de determinadas estructuras. Una de estas formas es la objetivación del sujeto hablante, desarrollada a través de disciplinas como la lingüística y la filología. Aquí, el lenguaje no es solo un medio de expresión, sino una estructura que organiza lo que puede decirse, pensarse y nombrarse. Es decir, no hablamos libremente: hablamos desde lo que el lenguaje ya ha hecho posible. Incluso las formas en que

nombramos el amor —"media naranja", "alma gemela", "para siempre"— ya vienen cargadas de significados que orientan nuestra experiencia.

Otra forma es la objetivación del sujeto productivo, vinculada a lo económico. En este caso, el individuo se entiende desde su capacidad de producir, de trabajar, de ser útil dentro de un sistema. Aunque parezca lejana al amor, esta lógica también atraviesa las relaciones afectivas: se espera que las personas "funcionen", que "aporten", que cumplan ciertos roles dentro de la relación. Así, el amor también se ve influido por dinámicas de intercambio, esfuerzo y rendimiento emocional.

Finalmente, Foucault habla de la objetivación del ser viviente, desarrollada desde campos como la biología o la historia natural. Aquí, el sujeto es entendido como un cuerpo que puede ser observado, clasificado y normalizado. Esta mirada también impacta la forma en que se construyen los ideales de belleza, feminidad y comportamiento, especialmente en las mujeres. El cuerpo femenino, por ejemplo, ha sido históricamente regulado y representado bajo ciertos estándares que luego se reproducen en la cultura visual, incluyendo las películas de princesas.

Comprender estos modos de objetivación permite reconocer que no solo somos sujetos que sienten, sino sujetos que han sido pensados, definidos y organizados por distintos saberes. En el marco de esta investigación, esto resulta clave, ya que permite entender que la manera en que aprendimos a amar no es casual ni individual, sino el resultado de múltiples discursos que han configurado nuestra subjetividad. Así, las películas de Disney, los cuentos de hadas y las narrativas románticas no son solo historias: son espacios donde se producen formas específicas de ser mujer, de desear y de vincularse.

Ahora bien, muchas de las narrativas románticas que conocemos giran en torno a lo que postula Foucault: nos enseñan cómo debe amar una mujer, sin ser explícitas, de manera inocente. Podemos entender que el amor no es una emoción espontánea, sino un espacio

donde operan las normas, expectativas y mandatos que se aprenden desde pequeñas. Disney, los cuentos, las imágenes, hasta nuestras mujeres más cercanas, como mamá, nos hacen caminar en los mismos discursos: "sé buena", "sé paciente", "sé la que salva", "sé la que cura". Y así, sin una pizca de duda, actuamos bajo esas miradas y conductas, bajo ese guion que no escribimos nosotras.

Foucault entonces ayuda a comprender cómo funcionan esos "guiones" como un dispositivo de control. Aunque se vean inocentes y pequeños, provocan estímulos que ordenan nuestro comportamiento. Cuando una mujer cree que debe ser paciente, complaciente, entregada o emocionalmente disponible, está respondiendo a micropoderes⁹ que dictan esa conducta. En las películas de princesas, el personaje principal, aunque es la princesa, no actúa desde su propia voluntad y autonomía; por el contrario, siempre gira en torno a ser la salvada y guiada por la noble astucia de un príncipe, quien revela las verdades del mundo, los vestidos brillantes, los castillos inmensos y el lugar al que pertenecen estas princesas: al lado de la voluntad y la razón de un hombre. Este pensador revela que "las relaciones de poder atraviesan los gestos mínimos, los vínculos íntimos, las formas en que nos relacionamos con los demás" (Foucault, 2007, p. 34).

Ese control que se esconde de forma aparentemente inocente detrás de estas historias muestra que el poder no se ejerce únicamente en instituciones formales como las escuelas o incluso la familia; circula en imágenes, en lo cotidiano, en lo que se habla en el pasillo y lo que vemos a diario. Nos regulan el comportamiento, nos moldean la subjetividad. Esa manera

⁹ Foucault entonces ayuda a comprender cómo funcionan esos "guiones" como un dispositivo de control, que así se vean inocentes y pequeños, provocan estímulos que ordenan nuestro comportamiento, cuando una mujer cree que debe ser paciente, complaciente, entregada o emocionalmente disponible, está respondiendo a micropoderes que dictan esa conducta. En las películas de princesas el personaje principal, aunque es la princesa, no actúa desde su propia voluntad y autonomía, por el contrario, siempre gira en torno a ser la salvada y guiada por la noble astucia de un príncipe quien revela las verdades del mundo, vestidos brillantes, castillos inmensos y el lugar al que pertenecen estas princesas, al lado de la voluntad y la razón de un hombre. Este pensador revela que "las relaciones de poder atraviesan los gestos mínimos, los vínculos íntimos, las formas en que nos relacionamos con los demás" (Foucault, 2007).

de actuar se torna común, naturalizada, en el deber ser de las niñas y mujeres. Foucault nos da a entender que éste sentido común afectivo no es natural: surge de la tradición cultural que define cómo se debe amar y la manera correcta de hacerlo.

Podemos así, gracias a este importante autor, revelar para esta investigación que muchas de mis propias conductas y las de otras mujeres no surgieron espontáneamente, sino que son comportamientos aprendidos en el sistema cultural en el que vivimos, que regula la manera en que amamos dentro de este mundo de hombres.

Foucault también plantea en *Estética, ética y hermenéutica* (1999) el "cuidado de sí" como práctica de libertad. Este concepto resulta fundamental en la investigación, ya que el proceso de reconstrucción tras el desamor implica deshacer los mandatos afectivos aprendidos y volver a ocupar la vida y las relaciones desde el pensamiento propio, no desde la norma heredada. Como él mismo señala, "hay que liberarse de toda adhesión a sí, no porque el sí mismo sea una ilusión, sino porque es demasiado real. Cuanto más descubramos la verdad sobre nosotros, más debemos renunciar a nosotros mismos" (Foucault, 1999, p. 229). En este trabajo, esa renuncia no es un abandono, sino una reelaboración: desaprender los guiones que nos precedieron para volver a habitarlos desde una posición más consciente y libre.

9.7. Los símbolos que se escondieron bajo la almohada

En el libro "Psicoanálisis de los cuentos de hadas", Bettelheim (1976), menciona que los cuentos infantiles enseñan a construir y moldear las emociones de los niños, "el niño encuentra este tipo de significado a través de los cuentos de hadas (Bettelheim, 1994, p. 9), con esto plantea que esas historias, fabulas y mitos no son solo un texto narrativo, por el contrario, retira la apariencia de inocencia que evocan y revela su capacidad de estimular el inconsciente con ideas y maneras en las que se mueve la sociedad.

Con esto en mente es posible encontrar el valor que las películas de princesas de Disney toman de los cuentos, aprovechando su naturaleza inocente como mecanismo de poder, utiliza estos modelos en los que cuentan historias y los convierte en imágenes que provocan a la mirada, naturalizándose y adaptándose muy tranquilamente en las conductas de quienes lo ven. Menciona que “en los cuentos de hadas, los procesos internos se traducen en imágenes visuales.” (Bettelheim, 1994, p.7). Estos procesos internos educan la mirada, controlan la conducta, generan mujeres pasivas, que esperan ser salvadas, que se refugian en la salvación del amor, que buscan en el sacrificio una virtud y cuya meta será el felices para siempre.

Bettelheim desde este texto enseña que los cuentos construyen la identidad emocional en las infancias, las niñas aprenden cómo deben amar, cómo comportarse ante diferentes situaciones, qué esperar y cuál es el lugar del deseo. Estas matrices simbólicas se instauran en el inconsciente desde la niñez y se perpetúan en la adultez provocando que estos ideales conductuales se reflejen en las maneras de actuar, de seguir un guion afectivo. No son solamente historias inocentes, éstas enseñan lo que debe esperarse de la vida, del otro, del peligro y del amor.

La manera en que aprendemos a amar -y a desamar- no surge de experiencias aisladas, sino de un conjunto de imágenes, narrativas y estructuras culturales que moldean expectativas afectivas y sociales desde la infancia. Dentro de estas estructuras, los cuentos de hadas y sus versiones contemporáneas juegan un papel fundamental en la configuración del imaginario amoroso y de la vinculación emocional con el mundo.

Estos cuentos de hadas abordan temas como los celos, la rivalidad fraterna, el abandono y la búsqueda del amor. El autor afirma que estas narrativas ayudan a dominar conflictos afectivos esenciales del crecimiento, como: “superar frustraciones narcisistas, los conflictos edípicos, las rivalidades fraternas; renunciar a las dependencias de la infancia”

(Bettelheim, 1994, p.10), con ello los cuentos no solo muestran cómo amar, sino también como separarse, como soportar la pérdida y cómo asumir la independencia emocional.

De esta manera Bettelheim propone establecer que los cuentos de hadas funcionan como estructuras que fundamentan el imaginario emocional. A partir de los símbolos, los conflictos y su manera de resolver, permite aprender modelos de cómo relacionarse dentro de su cotidianidad y que luego se replicará o cuestionará en su adultez. Entonces comprender el trabajo psicoafectivo de los cuentos no solo permite descubrir el origen de algunas conductas y expectativas, sino que da la posibilidad de ver críticamente cómo la cultura visual, especialmente las películas de princesas de Disney, reconfiguran estas simbologías. Con este trasfondo se torna preciso estudiar las narrativas que intervienen en la formación del deseo, en el desarrollo del rol afectivo y en las relaciones de poder que atraviesan nuestras experiencias del amor y desamor.

9.8. La mirada como narradora del amor

Como vimos anteriormente las imágenes tienen un poder especial, el amor y el desamor no surgen en el vacío. Las imágenes le dan forma y lugar, aquellas que vimos desde que éramos niños a través de las películas de princesas de Disney, imágenes que heredamos desde la familia, que quedaron plasmadas con los primeros amores y las que estamos reconstruyendo como adultos; éstas funcionan como medio para enseñar las maneras en que se ama, se siente, se actúa y se desea incluso antes de que el lenguaje escrito se presente. Las imágenes, como dice Alcalá y Sánchez (2018), poseen “el poder de convencer, emocionar, generar interacción, recordar, remarcar o simplemente registrar” (p. 12).

La cultura visual con la que nos habituamos a vivir nos presenta el amor para aprenderlo para dirigirlo e incluso para deformarlo. Por eso es fundamental el aporte de este libro, pues afirma que “las imágenes fílmicas siguen siendo extractos de memoria y formas

de recordar o revivir aquello que ha dejado de ser” (Alcalá & Sánchez, 2018, p. 12). Este extracto resalta parte fundamental de esta monografía, la oportunidad de revisar qué imágenes se instauraron en mi manera de amar y qué otras tuve que dejar atrás para amar de nuevo.

Cuando se es niño y aún no hay dominio de la abstracción, las imágenes son la primera verdad que se presenta. Como dice Alcalá y Sánchez, los audiovisuales permiten “integrarse en los procesos mentales y en los hábitos culturales de las audiencias” (2018, p. 10). Nos permite entender que las infancias no solo ven una historia de amor, lo instauran en su memoria emocional, como una posibilidad -a veces única- de comprender al amor.

El libro de Alcalá y Sánchez resalta que la imagen cinematográfica no es pasiva ni transparente, enseña y educa. En sus palabras “las imágenes fílmicas siguen siendo extractos de memoria y formas de recordar o revivir aquello que ha dejado de ser” (Alcalá & Sánchez, 2018, p. 12). Ese revivir no es neutro, las imágenes ya vienen con un mensaje instaurado, ellas eligen que se narra, que se cuenta o no. Es así como Disney a través de las películas de princesas, enmarca a las princesas en la necesidad de esperar a su salvador, a sacrificarse, a fijar al príncipe como el que la rescatara de su torre. Las imágenes allí no solo construyen a esos personajes, sino que además instalan el deber ser emocional y simbólico.

En este camino en el que vamos, estos autores nos aseguran que las imágenes son capaces de imponer significados que vivirán más allá del momento en el que se observan, “las imágenes permanecen como formas simbólicas que continúan actuando incluso cuando ya no se están viendo” (Alcalá & Sánchez, 2018, p. 9). De esta manera, aquella niña que creció viendo como favoritas las películas de La Sirenita o La bella y la bestia, recibe a través de Ariel y Bella, aquellas referencias afectivas que instauran dentro de su práctica social, viendo aquel sacrificio de renunciar a su voz por amor o enamorarse de su captor, como una narrativa natural que está bien replicar.

Esta mirada nos permite entender que Disney a través de las películas de princesas, no actúa solo como industria del entretenimiento, sino como manipuladora de subjetividad. Las películas sirven entonces como “procesos de transmisión simbólica” (Alcalá & Sánchez, 2018, p. 14). Quiere decir que la imagen nos educa la mirada, pero dependiendo los intereses de la sociedad, normaliza, legitima lo que está bien y también lo que no está tan bien dentro de la cultura visual en la que nos ubicamos.

Es así como entendemos que las imágenes enseñan una visión muy finita de la vida, la del capitalismo racista, del mundo de los hombres y del norte del continente. Fijan roles de género, ideales amorosos, formas de poder que se multiplican inocentemente, no imponiendo sino seduciendo la mirada. La imagen no controla con voz fuerte, educa con princesas.

El poder de Disney a través de las películas de princesas se fundamenta en su capacidad de construir las maneras en que se debe sentir. Revelan ese uso de la imagen como un lugar donde se entrelazan aprendizaje emocional, memoria colectiva y principalmente regulación simbólica. Su poder no parte de lo estético, aunque es fundamental encantar la mirada. Es por esto que, con esta monografía, se busca generar una reflexión que rompa con esa ingenuidad que instauran estas películas de princesas y desinstalar esa cultura visual que nos hechiza.

9.9. Disney, pedagogía cultural y la fabricación del deseo

En este punto se hace necesario indagar en el pensamiento de Henry Giroux, este nos ayudará a comprender la esfera política y afectiva de la cultura visual promovida por Disney, la cultura visual con la que crecí. En *El Ratoncito feroz* Disney o *el fin de la inocencia* del 2001, este autor nos revela que las imágenes que consumimos desde la infancia no solo entretienen; estas educan, ordenan la sensibilidad, moldean la identidad y, sobre todo, configura las formas en que aprendemos a amar.

Giroux señala que vivimos en un tiempo donde las imágenes y narrativas fílmicas se han intensificado, haciendo de la cultura mediática un aparato de regulación afectiva e imaginaria, cuando menciona que “la industria cinematográfica y televisiva de Hollywood (...) ha transformado la cultura en un poderoso instrumento, configurando actitudes y comportamientos humanos y regulando constantemente nuestras prácticas sociales en todo momento” (Giroux, 2001, p. 14). Algo especialmente relevante para la investigación pues nos da las bases teóricas para cuestionarnos sobre el poder de las imágenes en nuestra educación.

Además, podemos hacer una reflexión de lo que hoy sentimos, los modos en los que nos vinculamos, herimos, sanamos, deseamos o renunciamos. Todo esto está atravesado por esas imágenes tempranas que parecían inocentes. Como explica el autor, la cultura mediática define los marcos de lo posible al mencionar que “la cultura mediática define la infancia, el pasado nacional, la belleza, la verdad y el papel de la sociedad” (Giroux, 2001, pp. 14–15).

Este punto es central, ya que, desde la escritura autobiográfica, además de narrar experiencias personales, también permite reconocer cómo esas experiencias fueron moldeadas por un horizonte simbólico que ya estaba dado. En esta historia Disney no es un tema que pasa por alto, es una matriz emocional. Giroux lo logra conceptualizar como “pedagogía social”, un proceso por el cual se reproducen e interiorizan significados, prácticas y deseos: “la producción de significados, prácticas sociales y deseos -o lo que podemos denominar pedagogía social- debe analizarse desde una perspectiva educativa, política y de poder institucional” (Giroux, 2001, p. 16).

Aquí se puede ver más clara la importancia de este autor para la investigación, ya que las narrativas del amor, el desamor y las relaciones de poder que viví, se enlazan con las pedagogías afectivas que Disney instaló como norma. Este autor también advierte que esta pedagogía está ligada a intereses corporativos que sugieren al espectador, especialmente al

niño, a aprender qué desear. Menciona que “la producción de significados, prácticas sociales y deseos -o lo que podemos denominar pedagogía social- debe analizarse desde una perspectiva educativa, política y de poder institucional” (Giroux, 2001, p. 16). Así, la ternura, los sacrificios, la promesa de una familia o el destino heroico se convierten en guiones que repetimos sin saberlo. Es entonces que la inocente apariencia de estos relatos debe ponerse en cuestión, también presente en el pensamiento de Giroux cuando afirma que “los sueños que Disney ofrece a los niños no son inocentes y debe escudriñarse el contenido de las promesas que encierran, los valores que promocionan y las formas de identificación que ofrecen” (Giroux, 2001, p. 19).

Esto me permite leer mi propia memoria como un terremoto donde chocan el deseo aprendido y la experiencia vivida; donde el amor que se me prometió, desde las películas de princesas, no coincide con el amor de la vida real, con quiebres, silencios y poder.

Finalmente, Giroux insiste en que la influencia de Disney opera de forma compleja más allá del entretenimiento: “El papel que desempeña Disney en modelar las identidades individuales y en controlar los campos del significado social (...) es complejo” (Giroux, 2001, p. 99). Es por esto por lo que un proyecto como este no solo hace una revisión a películas, sino que revisa la vida; revisa cómo estas imágenes se incrustaron no solo en mí, sino en millones de espectadores, cómo hicieron desear y esperar ciertos modos de ser amadas y aceptadas, cómo moldean los duelos, los vínculos familiares, amigos y parejas.

9.10. Patrones afectivos y mujeres que aman demasiado

Robin Norwood, llegó a esta investigación de manera sorpresiva, con su libro *Las mujeres que aman demasiado*, con su título original (*Women Who Love Too Much* 1985), un libro de autoayuda que me dio la respuesta primero a reconocer conductas heredadas y que

seguían vigentes, segundo a encontrar la manera de salir de aquellos patrones afectivos que vivían arraigados en mí y que películas de princesas de Disney mantenían esos cuentos en mi inconsciente y se reflejaban con naturalidad en mi consciente. Norwood nos ofrece una mirada desde la psicología sobre la tendencia que siguen muchas mujeres a amar desde la dependencia emocional. Estas dinámicas y patrones conductuales no surgen en la madurez, cuando las mujeres ya son adultas, por el contrario, se moldean desde la infancia, estimuladas por ideas culturales, sociales y familiares.

Aprender a amar no surge de la nada. Se construye desde lo que vemos y lo que nos cuentan. En mi caso, el amor siempre fue una necesidad, una búsqueda para cubrir heridas de abandono, el sentimiento de tener que hacer las cosas perfectas para merecer aprobación. Una tensión que nos da una mirada del amor como lugar que se desborda, se adapta, se mueve, se acomoda. Un amor que se carga, que se repite, que duele.

Robin Norwood (1986) nombra esa manera de amar “cuando estar enamorada significa sufrir, estamos amando demasiado” (p.5). Y no haciendo referencia al sufrir romantizado que idealizan las películas que crecimos viendo, sino un molde amplio donde el amor vive como una deuda, como un esfuerzo, como la salvación. Un patrón que convive con nosotras desde antes de las primeras relaciones; su origen está en la niñez en la que crecimos, rodeadas de escenas de poco cuidado o demasiado, donde no surgían respuestas sino debías buscarlas, y cuando algo se tornaba incomodo el silencio siempre fue el mejor refugio y adivinar que pasaba la respuesta.

Norwood nos cuenta que estas formas de amar surgen “de un hogar disfuncional que no satisfizo sus necesidades emocionales” (1986, p.11). No solamente por experiencias violentas en esas primeras etapas, sino por sutiles actos, por ejemplo, de atención intermitente, un afecto bajo condiciones, roles firmes y rígidos o también muchas

expectativas que no son fáciles de alcanzar. La autora nos permite reconocer que esas vivencias son un patrón emocional que seguimos repitiendo en la adultez.

Robin Norwood, explica que lo buscamos en el otro no es solo compañía, es reparación al mencionar que cuando: “hemos amado y necesitado a un progenitor que no nos correspondía, a menudo nos comprometemos con una persona similar, o con una serie de ellas, en la edad adulta” (Norwood 1986, p.14). Esto nos permite entender que no se escoge desde el presente, escogemos desde la herida. Sin querer repetimos esa misma batalla afectiva con la intención de ganar en esta ocasión. En otras palabras, buscamos a alguien que por fin nos elija.

Esta noción de repetición se sostiene en un anhelo más que en una presencia. En su libro afirma que quienes aman desde esta lógica “está mucho más en contacto con su sueño de cómo podría ser que con la realidad de la situación.” (Norwood 1986, p.11). Por este motivo se conecta directamente el imaginario visual: las narrativas, los productos que consumimos, las princesas que esperan, los héroes que salvan, amores que redimen, finales con el felices para siempre; éstas refuerzan y sostienen fantasías cuando la vida ofrece señales claras de otra cosa. Es por eso por lo que es tan frecuente escuchar que vale la pena quedarse “por si cambia”, “porque tienen un lado bueno” o por “la versión que me imagino de él”.

Gracias a esta autora se puede reconocer la profunda relación entre visualidad, expectativa y experiencia afectiva. También nos explica que nos atraen “los hombres que reproducen la lucha que soportamos con nuestros padres, cuando tratábamos de ser lo suficientemente buenas, cariñosas, dignas, útiles e inteligentes para ganar el amor (...) la atención y la aprobación no tuvieran importancia a menos que podamos obtenerlos de un hombre que también es incapaz de darnoslos, debido a sus propios problemas y preocupaciones.” (Norwood 1986, p.16), las imágenes con las que crecimos refuerzan la idea

que esta manera de amar es legítima y vale la pena esperarlo, que sacrificarse nos da garantía de una promesa de retorno.

Esta noción del amor nos dice Norwood, intenta transformarlo todo: “tratamos de convertirnos en su terapeuta” (Norwood 1986, pp. 5). Es natural ver como patrones de mujeres que acompañan, sostienen, curan, que se entregan a la emoción, que la mayoría de las veces no es compartida. Mujeres que aman desde la fé, más que desde la reciprocidad. Desde la intensidad más que desde la calma. Esta forma de amar no vive solo desde la carencia, sino que también está presente en el cuerpo. Norwood lo describe como una especie de vértigo emocional, “una relación realmente horrible cumple para nosotras la misma función que una droga fuerte” (Norwood 1986, p.18). El sentir incertidumbre y adrenalina se convierten en mecanismos para evitar el vacío, el miedo intenso a habitar la soledad, de cómo esta sensación desata insomnio, tristeza, ansiedad y hasta taquicardia. El cuerpo también va escribiendo y contando la teoría.

Con estos aportes en esta monografía se busca precisamente esto; comprender como esas maneras de amar, desde la cultura visual, la emocionalidad en las infancias, los relatos heredados, los repetimos sin darnos cuenta. En este caso dieron lugar a mi propio estado de enamoramiento. Con este trabajo pretendo hacer más que un análisis académico, es un acto de reconocimiento y reconciliación conmigo. Es enfrentarme a lo que el amor hizo en mí y lo que permití e hice en nombre del amor. Es un intento de entender como mi historia emocional, mi educación visual, mis experiencias y las de otras mujeres que aman demasiado, dialogan entre sí para demostrar que no se aprende a amar en el vacío, sino que llevamos dentro estas estructura, patrones e ideas que nos preceden.

Se logra recuperar de Norwood una teoría valiosa, comprender que mi historia, así como la de otras mujeres forman parte de un mismo tejido cultural. Un tejido que señala y

guía hacia un amor que duele, pero también se piensa, se nombra, se transforma. Con esto apunto a ello, a mostrar una posibilidad de transformación.

10. Metodología: Cartografía del Corazón Roto

10.1. Hilos que entretejen la mirada y la memoria

La metodología de este trabajo de grado parte de una intuición profunda: una necesidad de entender el amor y el desamor, que no basta solamente con narrarlos; se hace necesario verlos, seguirlos, cuestionarlos y reconocer las bases que los mantienen en pie. Esta monografía se construye desde un cruce entre la investigación y la experiencia, es por esto por lo que requiere de un enfoque interpretativo y sensible, donde las experiencias personales, las imágenes que veíamos en nuestra infancia y los relatos de otras mujeres, se encuentran, revelando cómo aprendimos a amar dentro de un mundo de hombres que nos enseñó primero a mirar. Es por lo tanto que se compone principalmente por voces, recuerdos, símbolos y narrativas que permitirán comprender, interpretar y cuestionar, las maneras en que el amor se inscribe en nosotras

Es un trabajo que combina la auto narrativa, el análisis de cultura visual y la recolección de relatos de mujeres, a partir de las nociones del amor y el desamor, que aunque son conceptos que parten de la subjetividad individual, se configuran dentro de una fenomenología cultural que a través de símbolos, imágenes, discursos y prácticas se proyectan desde la niñez. De esta manera la metodología de este documento se entreteje con hilos representados por películas de princesas, recuerdos y palabras, que dan lugar a comprender y ubicar la situación que venimos explorando a lo largo de este documento.

10.2. Caminar el propio relato para entender el amor

Esta monografía se sustenta desde un enfoque cualitativo, que se desarrolla desde la hermenéutica y la auto etnografía, esta se entiende desde rutas metodológicas que apuntan a comprender las experiencias afectivas desde la mirada, la memoria y la cultura visual. Este

enfoque fundamenta la idea de que las vivencias emocionales -como amor, desamor y los patrones afectivos que lo contienen- no pueden estudiarse de manera individual, por el contrario, se debe abarcar en paralelo desde la interpretación de la experiencia humana.

Como señala Carlos Sandoval en el documento de Investigación cualitativa (2002), la investigación cualitativa da la guía que “busca establecer cuáles son las ópticas que se han desarrollado para concebir y mirar las distintas realidades que comprenden el orden de lo humano” (Sandoval 2002. p. 27). Resulta relevante este enfoque ya que este trabajo nace desde el relato propio y de otras mujeres, con esto se busca indagar cómo la cultura visual influye en la manera de amar, formar y edificar vínculos afectivos.

Sandoval también afirma que este tipo de investigación reconoce el sujeto que está profundamente atravesado por su contexto social y simbólico. Lo cualitativo permite entonces escuchar la voz del sujeto situado, observar cómo interpreta su mundo y descubrir cómo la cultura visual -especialmente las películas de princesas- configura modos de sentir.

10.3. Comprender el fenómeno desde dentro

El enfoque cualitativo parte de la premisa de que los fenómenos humanos no pueden solamente reducirse a mediciones, estadísticas o cifras, sino que merecen una revisión desde la subjetividad, los sentidos y las narrativas que los constituyen, su historia. El manual anteriormente mencionado sostiene que la investigación cualitativa debe tener en cuenta al sujeto

El cual está influido por una cultura y unas relaciones sociales particulares, que hacen que la particularidad epistémica dependa para su definición, comprensión y análisis, del conocimiento de las formas de percibir, pensar, sentir y actuar, propias de esos sujetos cognoscentes. (Sandoval 2002, p. 28).

Esta forma de entender y clasificar la información permitirá comprender de una manera más profunda cómo las mujeres aprendemos a amar a través de las imágenes, cómo da una herramienta para interpretar los relatos personales y visuales que moldean expectativas afectivas y de relacionamiento social, además también permite analizar la cultura visual como un dispositivo que educa el deseo y la conducta.

10.4. Interpretar el sentido de lo vivido

Por otra parte, el enfoque hermenéutico que se utilizará aporta una manera de interpretar las experiencias afectivas, no como hechos separados, sino como textos que deben ser leídos, comprendidos y resignificados. Si el enfoque cualitativo permite acercarse a ese fenómeno, la hermenéutica permite leerlo. Este comprender implica interpretar el mundo y lo que sucede desde la propia experiencia y la experiencia compartida, un acto que exige reflexión, diálogo interno y reconocimiento del contexto histórico y cultural que nos atraviesa como sujetos.

En el documento de Sandoval se afirma que la hermenéutica se orienta a “describir la experiencia vivida en una forma tal que pueda ser valorada para informar la práctica y la ciencia” (Sandoval 2002, p. 60), es decir, permite entender por qué algunas mujeres tienden a repetir patrones afectivos, de la misma forma que los cuentos de hadas instalan expectativas amorosas y la manera en la que las películas de princesas de Disney se convierten en discursos pedagógicos dirigidos a audiencias infantiles.

Desde este enfoque, el amor y el desamor se leen como una especie de textos pedagógicos de la vida, de experiencias que atraviesan y forman sujetos, donde cada una de estas son una posibilidad de interpretar y comprender los marcos culturales que moldean los modos y formas en que nos desenvolvemos y abordamos la vida.

La hermenéutica permite comprender por qué tantas mujeres vivimos historias similares, no hay cabida para la casualidad, es cultura. Así, este enfoque permite abordar críticamente cómo las narrativas de princesas -que prometen una salvación amorosa- se transforman en mandatos afectivos interiorizados.

10.5. Narrar el yo para comprender el nosotras

La autoetnografía en esta investigación es el corazón metodológico, esta se puede entender como una forma de investigación cualitativa que analiza sistemáticamente la experiencia personal para comprender los procesos culturales que la atraviesan. Como afirman Ellis, Adams y Bochner (2010), la autoetnografía¹⁰ es “un acercamiento a la investigación y la escritura que busca describir y analizar sistemáticamente la experiencia personal para entender la experiencia cultural” (Ellis et al., 2010, p. 18). Esto implica que el testimonio individual y personal no se puede considerar un relato privado o aislado, sino una fuente legítima al entendimiento de normas, símbolos, discursos y estructuras sociales que producen subjetividad.

Este enfoque se encamina junto con el propósito del documento, que explora cómo el amor y el desamor además de ser una vivencia emocional, también se encuentran atravesados por narrativas culturales, visuales y simbólicas que han implantado formas particulares de comportamiento desde pequeños. Es así, que el relato personal se convierte en un método para indagar dónde, cómo y por qué aprendimos a sentir de cierta manera.

La autoetnografía entonces se puede reconocer como una metodología que amplía los modelos tradicionales de investigación, dando principal atención a la separación entre

¹⁰ “La autoetnografía plasma la experiencia en recuerdos e imágenes que nos configuran y dan sentido [...] convirtiéndose en fundamento de nuestra memoria” (Picech, 2021, p. 2).

investigador e investigación. En palabras de Ellis y St. Pierre, se “considera la investigación como un acto político, socialmente justo y socialmente consciente” (Ellis et al., 2010, p. 18). Esto cobra especial sentido en una investigación donde la reflexión personal y la revisión crítica se despliegan mientras se escribe desde la propia experiencia amorosa.

Asimismo, la autoetnografía demanda asumir la posición situada del quien escribe. Como se menciona en el texto, “la escritura es un método de investigación coherente con el desarrollo de los seres éticos que participan en la acción y la reforma social” (Richardson & St. Pierre, 2005, p. 46), esto implica afrontar y pensar las consecuencias personales, sociales y políticas de narrar la propia vida como materia de investigación. Es entonces pues que este reconocimiento es fundamental, pues las emociones no se descartan como ruido metodológico, sino como parte constitutiva del fenómeno abordado, aprender a amar y a sufrir amorosamente es también una forma de subjetivación atravesada por el mundo social. Como menciona el mismo autor “la escritura como método de investigación... ha abierto una manera viable para aprender de sí mismo y del tema de investigación” (Richardson & St. Pierre, 2005, p. 46). Pensando y repensando a través de las diferentes posturas este tema tan abstracto pero transversal en nuestra experiencia del mundo.

Por otra parte, el sentido político de la autoetnografía también es señalado por los autores. Ellis, Adams y Bochner subrayan que este modo de investigar “considera la investigación como un acto político, socialmente justo y socialmente consciente” (Ellis et al., 2010, p. 18). En este trabajo, narrar el amor desde la experiencia femenina, propia y de otras mujeres, implica reconocer que la subjetividad amorosa no es neutral, depende de respuestas y vivencias personales, se construye desde mandatos culturales, discursos visuales, roles de género, fantasías románticas implantadas y memorias audiovisuales compartidas.

Además, la autoetnografía abre la puerta al reconocimiento de que la subjetividad no se origina solo en el individuo, sino en los discursos disponibles para pensar el mundo. De esta manera, lo que una mujer siente al amar o al sufrir depende del marco cultural disponible para interpretar aquello que se vive. Por ello, esta investigación narra una historia personal casi global y compartida, así mismo la lee como parte de modos compartidos de entender las relaciones interpersonales.

Es pues que la autoetnografía se convierte en el puente metodológico que permite tomar la experiencia personal e íntima como un dato legítimo e importante de investigación, así como permite comprender que las emociones personales son también construcciones compartidas con otras mujeres. También permite visibilizar cómo la cultura visual, produce modos de amar y entender el amor, entre otras emociones.

Del mismo modo el escribir investigando y pensar escribiendo, permite asumir este proceso de una forma analítica y narrativa, casi como un ejemplo de vida que resuena en el lector.

Bochner (1994) señala que contar historias permite “a los lectores sentir su verdad y también involucrarse moral, estética, emocional e intelectualmente” (Bochner, 1994, citado en Bochner, 1997, p. 115), no solo para conocer, sino para reconocer(se) en ellas. Esa es la apuesta de esta monografía: que al narrar el propio aprendizaje del amor permita acercarse a las expectativas, los silencios, los miedos y las heridas que no empezaron en una relación concreta, sino en la educación sentimental recibida desde niñas.

Es entonces que el enfoque autoetnográfico resulta particularmente pertinente para esta investigación porque, además de permitirme analizar la historia afectiva propia como puerta de entrada para analizar un fenómeno más amplio y casi generalizado, reconoce la voz femenina y la emoción como una fuente valiosa de conocimiento.

Así mismo esta metodología de investigación permite desnaturalizar el amor, mostrando que no se siente de la misma manera o de una sola manera, que esto depende de la cultura y de sus imágenes que la moldean. Que lo íntimo también es político y que las experiencias personales se pueden leer discursos sociales más grandes.

Es por esto por lo que la autoetnografía no es solo un método investigativo, es la forma más coherente de comprender cómo se aprende a amar y a sufrir en una cultura que educó la imaginación afectiva a través de historias, imágenes y mitologías románticas. Es por esto por lo que este documento articula estos tres enfoques (cualitativo, hermenéutico y autoetnográfico) para construir un análisis que primero observa cómo las imágenes de Disney han educado el deseo y moldeado expectativas amorosas en las mujeres, interpretando cómo estos discursos simbólicos producen modos de amar, sufrir, esperar y sacrificarse como un lenguaje válido y esperado del amor, para finalmente narrar desde la experiencia, propia y compartida, cómo estas estructuras afectivas se encarnan, se repiten pero también se pueden transformar. De esta manera pretendo dar pasos hacia la comprensión: mirando, escuchando, desaprendiendo, narrando, interpretando y reconociendo.

Dentro del desarrollo metodológico de esta investigación también se incorporarán dos dispositivos conceptuales provenientes de los catálogos de Máquinas Epistemológicas, cuyo propósito es abrir caminos desde lo sensible para comprender a través de ellas lenguajes no tradicionales. Estas máquinas se entienden como artefactos metafóricos que permiten visualizar procesos subjetivos, afectivos y culturales, haciendo la función de herramientas interpretativas que dialogan directamente con los enfoques cualitativos, hermenéuticos y autoetnográficos de este estudio.

La primera máquina, titulada Des/amor, propone un modelo que comprende el amor y el desamor como fuerzas dinámicas que producen conocimiento. En este artefacto, el amor no

es solo emoción, sino un proceso simbólico que organiza la vida y guía la investigación; así mismo, el desamor no es únicamente ruptura, sino un acontecimiento que permite desarmar los mandatos afectivos aprendidos y cuestionarse la historia personal.

Esta máquina dialoga con la autoetnografía, pues convierte la vivencia emocional en un dato necesario para pensar los procesos culturales. En otras palabras, la máquina Des/amor habilita una ruta para leer la experiencia afectiva como un territorio epistemológico: cada herida, cada pérdida, cada repetición se vuelve materia de interpretación y no solo de memoria o relato.

Así mismo, esta máquina se puede sostener sobre el enfoque hermenéutico, pues su operación consiste en “desarmar para reinterpretar”: extraer sentido de aquello que se vivió. Con esto pretendo revelar las estructuras culturales que operan en los vínculos y comprender cómo los afectos se producen dentro de narrativas más amplias como las imágenes de Disney, los deseos familiares y los guiones amorosos heredados. Y en el marco de la investigación cualitativa, también funciona como un dispositivo de observación y categorización: permite identificar patrones afectivos, representaciones simbólicas y formas de comportamiento que las mujeres asumimos.

Gracias a esta máquina epistemológica, el análisis no queda restringido a lo anecdótico o meramente discursivo, sino que se puede transformar la experiencia emocional en un mapa interpretativo que permite reconocer dinámicas de poder, discursos amorosos y formas de subjetivación presentes en nuestra cultura visual.

El segundo artefacto, *Había una vez después de esa vez*, corresponde a una máquina orientada a explorar la narrativa como forma de reconstrucción. Su principio central es que toda historia afectiva tiene un antes, un durante y un después, pero sobre todo posee un

“después de esa vez”: el punto en el que la persona reorganiza su identidad tras haber atravesado un evento emocional significativo.

Esta máquina se puede revisar desde la autoetnografía narrativa, pues entiende el acto de escribir como un acto de conocimiento propio y pensado para compartirse. El relato personal además de describir, resignifica la experiencia. Al contar cómo se aprendió a amar, se construye simultáneamente una interpretación de ese aprendizaje.

Asimismo, esta máquina se vincula con el enfoque hermenéutico, dado que propone leer la vida como una narración que se interpreta cada vez que se comparte. Lo vivido no es un hecho fijo, sino una trama abierta que puede reorganizar sus sentidos. Por eso esta máquina se vuelve esencial en una investigación centrada en el amor y el desamor, puesto que permite reconocer que lo afectivo tiene la capacidad para reescribir cada vez que se cuenta, que cada relato abre una posibilidad de comprensión distinta.

Desde la perspectiva cualitativa, esta máquina actúa como un dispositivo de análisis narrativo, pues permite identificar categorías emergentes en los relatos de mujeres -silencios, sacrificios, expectativas, renunciaciones, patrones reiterados- y vincularlas con las estructuras culturales estudiadas en el marco teórico (Disney, los cuentos de hadas, los relatos familiares, la cultura visual romántica).

Es entonces pues que ambas máquinas epistemológicas funcionan como puentes entre metodología y experiencia, porque permiten comprender la vida afectiva como un proceso cultural interpretativo, así como tiene la capacidad de transformar el relato personal en materia investigativa.

Con esto la investigación se orienta a conectar la experiencia individual con estructuras colectivas (cultura visual, educación sentimental, discursos de género). Así como

puede ofrecer un lenguaje simbólico para pensar el deseo, el dolor, la repetición y la transformación. En este conjunto, estas máquinas expanden la investigación, posibilitando que se articulen de manera orgánica. Estas herramientas acompañan el análisis y también lo hacen posible, pues su operación se basa en leer y releer las experiencias afectivas que nos moldearon.

La intención de incluir estas máquinas epistemológicas dentro de la metodología, además de hacer legítima la subjetividad como vía de investigación, ofrece estructuras conceptuales para pensar el amor como un fenómeno cultural complejo. Ambas máquinas permiten revelar la forma en que las imágenes, los cuentos y los discursos han configurado nuestras maneras de amar y sufrir.

10.6. Instrumentos de recolección de información

Ya con los tres enfoques definidos se hace necesario recoger, organizar y analizar los materiales visuales, afectivos y narrativos que componen este fenómeno, es entonces que describiré los instrumentos metodológicos usados y la forma en la que dialogan con la pregunta de investigación.

El primer instrumento son fragmentos de diarios autoetnográficos con registros escritos reflexivos, es una libreta que acompañó el proceso durante varios meses, en el cual se registraron las sensaciones asociadas al amor y al desamor, escenas del pasado que emergían durante la escritura, pensamientos intermitentes sobre patrones emocionales y preguntas que surgían al releer la propia historia; donde la función principal fue la de permitir convertir la experiencia en un archivo que considere la memoria emocional como un valioso dato de análisis, así mismo fue insumo para la primera máquina epistemológica Des/amor.

Otros instrumentos fueron los formularios dirigidos a mujeres, estos no fueron estructurados, las participantes son 18 mujeres entre los 20 y 40 años, conocidas y desconocidas, que respondieron voluntariamente. En dichos formularios se encuentran sus primeras influencias visuales del amor, las escenas infantiles significativas, así como patrones afectivos que logran reconocer y las relaciones donde sintieron que “amaron demasiado”. Estos vitales para la investigación ya que estos construyeron un puente entre lo personal y lo colectivo. La autoetnografía enfatiza que el yo siempre se produce en relacionar con los otros; por eso estos datos permitieron reconocer resonancias afectivas y categorías comunes.

Además de esto se seleccionaron imágenes fílmicas de materiales cinematográficos de Disney como La Bella y la Bestia, La Sirenita y Frozen, esto con el fin de identificar roles femeninos, mandatos afectivos, simbolismos que alimentan expectativas amorosas; además de estructuras de sacrificio y salvación como lenguaje de amor. Con esto se busca aportar directamente a descubrir cómo aprendimos a amar mirando.

Como resultado de organización se relacionaron los instrumentos de la siguiente manera:

<i>Instrumento</i>	<i>Enfoque que lo sustenta</i>	<i>Objetivo al que responde</i>
<i>Diario autoetnográfico</i>	Autoetnografía	Identificar la propia educación sentimental.
<i>Relatos de mujeres</i>	Cualitativo / Autoetnográfico	Reconocer patrones afectivos compartidos.
<i>Corpus visual Disney</i>	Hermenéutico	Comprender simbologías del amor aprendido.
<i>Máquina des/amor</i>	Autoetnográfico / Hermenéutico	Desarmar y reinterpretar los mandatos amorosos.
<i>Máquina Había una vez después de esa vez</i>	Autoetnográfico	Reconstruir la narrativa afectiva.

De igual manera también surgió este diagrama desde la metodología completa condensada:

RECOLECCIÓN SENSIBLE

(diario – relatos – imágenes)



APERTURA HERMENÉUTICA

(lectura simbólica y afectiva)



DIÁLOGO AUTOETNOGRÁFICO

(cruces entre yo – otras – cultura visual)



MÁQUINAS EPISTEMOLÓGICAS

(des/amor – había una vez después de esa vez)



ANÁLISIS Y CATEGORIZACIÓN

(patrones – mandatos – simbolismos)

ESCRITURA FINAL

(comprender, narrar, transformar)

11. Análisis: Lo que Aprendimos al Romper el Hechizo

Llegada esta etapa, esta monografía se mueve primero de lo conceptual y metodológico a lo íntimo, personal y subjetivo: un análisis de las experiencias. Aquí no encontramos datos numéricos que permitan generar cálculos y resultados exactos, por el contrario, el material de análisis parte del recuerdo, de las memorias, imágenes, escenas que son claves para encontrarle sentido a lo que representan los afectos. A partir de lo que se propone en el marco de la autoetnografía, analizar no quiere decir alejarse, por el contrario, es regresar a la experiencia desde un nuevo punto de vista, con otra mirada.

La información que analizaremos en este capítulo surge de la biografía, los diarios personales, la escritura que se torna en ese cuerpo que los sentires habitan, como menciona Richardson y St. Pierre “el pensamiento sucedió en la escritura. [...] Escribí ideas y teorías en las cuales nunca antes había pensado” (Richardson y St. Pierre 2019, p. 67). Es así que surge desde mi diario, ese dispositivo de recolección de datos, un laboratorio hermenéutico, donde en cada frase y palabra escrita, se revela un proceso que permite interpretar mi amor, mi pérdida y mi reconstrucción. Este análisis permite comprender que las palabras no solo eran desahogo, eran fragmentos que permitían llevar un registro e identificar lo que vivía y sentía en cada etapa del desamor.

11.1. Fragmentos de diarios personales

Se logra identificar dentro de los fragmentos del diario, tres escenas clave, tres etapas, todas con sus heridas y símbolos: la ruptura, la transformación y el renacer. Las tres representan una ruta de emociones que conversa con los relatos de otras mujeres, con las imágenes de la cultura visual y los patrones visuales que se han venido analizando en este documento.

El principio de sentires que surge dentro de la escritura de los diarios es la soledad que se refleja como maestra que nace desde la ruptura.

La vida te enseña la verdadera soledad [...] enfrentarme a mí y a lo que soy conmigo no generan tranquilidad, en estos tiempos tan radioactivos, he encontrado algo de paz dentro de mí, pero todo se desvanece cuando estoy en esta soledad, he preferido buscar a la persona que soy acompañada, que olvida todo lo malo y doloroso e incluso encuentra un renacer dentro de mí, hay esperanza y consuelo al sentir compañía, entiendo que se nace y se muere solo en este espacio y tiempo, pero es una decisión el querer estarlo, estos días decido no querer mi soledad y abrazar la vida en compañía, huyo de lo que esconde mi ser en soledad, pero no tengo miedo de volver allí, es inminente, solo espero que al regresar allí, esté lo suficientemente bien para no querer escaparle, sólo saludarla, abrazarla como una vieja amiga... Quien sabe al final no quiera huir de allí y, al contrario, encuentre la compañía y el amor suficiente para continuar esa vida que empezó por esa misma soledad. (Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 16-17.)

Este fragmento permite analizar desde una mirada autoetnográfica el yo que observa su propia emoción y sentir, como un territorio que debe ser leído. No se trata de estar sola, sino de aprender a estar consigo misma, algo que surge desde la conciencia del ser, pues el resto de la sociedad y la cultura, nos prometen compañía y el “felices para siempre”, nunca enseña a abrazar la soledad, permitirse este espacio consigo misma, a verlo como algo natural y necesario. Ese aprendizaje, no forma parte de la educación sentimental que recibimos durante nuestra infancia. Como advierte Foucault (1999), el “cuidado de sí” no es un mandato más, sino una práctica de libertad que requiere desprenderse de las ataduras heredadas.

Atravesar la experiencia de la soledad también se expresa en otras páginas de los diarios, donde la noche y el insomnio se unen para generar incomodidad:

Hoy me levanto luego de una larga noche, logré dormir como a las 2am y me levanté a las 7 y como ocurre ahora usualmente, recuerdo mis sueños, y ahí estabas una vez más, y me levanto con la idea de que es tan difícil intentar avanzar día a día sin pensar en ti, temo la noche y dormir, ahora el insomnio es peor, pero no porque no pueda dormir, sino porque no quiero, todas las noches es imposible evitar al dormir que mi mente me haga soñar contigo. (Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 18)

A través de estos escritos se analiza una capa de profundidad: el estado de soledad no solo se siente en el día, sino que en la noche es más intenso, cuando el subconsciente se niega a soltar lo que la conciencia ya aprendió a dejar ir. El insomnio no es el resultado del dolor, sino una elección: "no quiero dormir porque no quiero soñar contigo". La lucha por soltar al otro no ocurre solo en la vigilia sino también e incluso con más ferocidad en el territorio de los sueños, donde el control de la conciencia se desvanece.

11.1.1. Ruptura: el derrumbe del guion aprendido

Los fragmentos del diario permitieron generar ese abismo a la región emocional del cuerpo, esas fisuras que dejaron dar paso a la sensación de pérdida, la angustia por no sentirse suficiente, el miedo al abandono o culpa por lo que no pudo ser. Pocas palabras dan cuenta de ese desgarró emocional que vivía dentro, frases llenas de súplica, intentando rescatar un amor que ya hacía mucho tiempo no existía. La voz que escribe estaba aún dentro de ese guion de princesa que dice que amar es sostener, esperar, resistir para no perder.

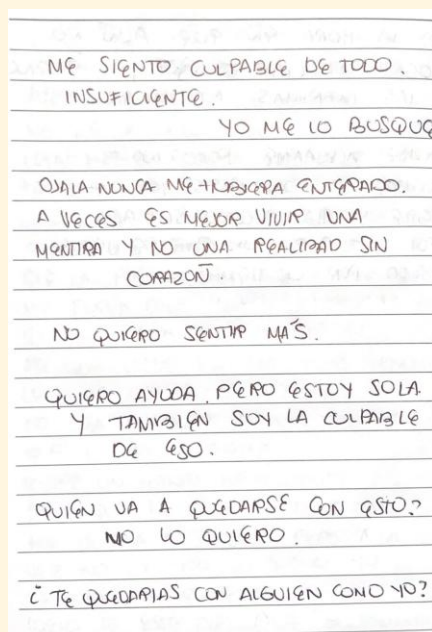


Imagen n.1 (Fragmentos de Diarios Personales de Jisdym García, p. 4.)

En estas frases encontradas no se evidencia espacio para la pausa o reflexión, solo habita una descarga emocional pura. La culpa se instaura como ese sentimiento dominante, no solo se ha perdido el amor, sino que esa pérdida se vive como un castigo merecido. La frase “yo me lo busqué” evidencia la internalización del guion aprendido: si el amor se acaba, yo soy la responsable.

En esta etapa podemos evidenciar una relación con los datos que más adelante encontraremos en este capítulo donde otras mujeres también asumen el duelo del desamor, la ruptura, como un fracaso personal, como si desde esa pérdida surgiera una máscara que nos cubre y da paso a emociones negativas, que llenan la mente de desaprobación; el amor propio y la autoestima también se fragmentan y ahora se habla como si el atravesar esa pérdida fuese nuestra culpa y un defecto propio. También se dialoga con los guiones de las películas de princesas de Disney, donde encontramos a la princesa que insiste, que espera, que no quiere soltar y como un buen cuento de hadas, estos patrones se perpetúan y se adaptan a la cultura contemporánea, como Norwood nos menciona

las mujeres que redimen a los hombres a través del don de su amor desinteresado, perfecto, que todo lo acepta, no es de ningún modo una idea moderna. Los cuentos de hadas, que representan tan bien las lecciones de la cultura que los crea y perpetúa, han venido ofreciendo desde hace siglos versiones de este drama. [...] hay una tendencia a interpretar los cuentos de hadas en una forma que refuerce la tendencia cultural. Al hacerlo, es fácil pasar por alto su significado más profundo. (Norwood 1986, p.73)

Es con esta faceta podemos reconocer que la ruptura, aquella perdida, da paso a la siguiente etapa, que, aunque duele, aunque se siente un corazón roto, no solo se quiebra eso y la relación, se quiebra el mito del “felices para siempre”.

11.1.2. Transformación: cuando el dolor revela

Cuando el dolor revela por lo que se está atravesando, surge un corazón intentando asimilar lo que sucede, se genera un movimiento, que produce aquella escritura, generada desde la conciencia. Una fase que da pie a la segunda etapa, la transformación, que a su vez se divide en tres fases:

11.1.2.1. *Lo que veo en mí:*

Surge una manera diferente de expresar lo que se siente, ya no se escribe a modo de súplica para que no se vaya aquel que rompió el corazón; ya se fue, lo que se escribe es para dejar ir y entender. Ya no hay líneas llenas de frases tristes que reflejaban esa alma rota que buscaba redención, ahora las frases son de aliento, permiten reconocer patrones afectivos, maneras de ser una mujer que ama demasiado, heridas con las que cargaba desde niña,

hábitos de entrega y servicio, el miedo a estar sola. Empiezo a nombrar lo que duele, pero también lo que aprendí sin ponerlo en duda.

Los fragmentos permiten reconocer ese paso de sentirme culpable, de cuestionarme “¿qué hice mal?” a “¿qué me enseñaron a hacer?”, también a preguntarme “¿porque tengo este tipo de conductas?”, “¿porque importa más si los demás están bien antes que mi propio bienestar?”. En ese momento surge la mirada más íntima hacia mí misma, lo que permite generar ese tránsito entre la víctima que había construido, hacia la mujer que es consciente de lo habituada que estaba a las maneras de amar fundadas desde la familia y sobre todo con referentes visuales que educaron mi mirada. El diario registra este cuestionamiento en frases breves pero contundentes: “Qué difícil es entender cuando alguien no te sabe querer.”

(Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 12)

Y más adelante con más de detalle

también ahora soy consciente de muchas cosas que fui inconscientemente por querer tenerte y no perderte, jamás querría volver a actuar como una víctima o utilizar mi debilidad o susceptibilidad para que la gente se quede, no quiero dar pesar ni lástima, no quiero que por querer ser rescatada pueda llegar a manipular a la gente y que así se quede, supongo que también todo lo que pasó sirvió para reconocer estas cosas de mí.

(Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 18)

Este último fragmento es vital pues demuestra ese tránsito de la víctima a la observadora de sí misma. Aquí se reconocen los patrones además que se identifican como mecanismos de supervivencia que estaban ya naturalizados, como uso de la debilidad para retener a otros. Reconocer a su vez que el querer ser rescatada permitía manipular al otro, es un acto de honestidad que solo es posible cuando el dolor cede lo suficiente para permitir una

auto observación. Esto es lo que Norwood describe como el inicio de la recuperación: dejar de preguntarse por la culpa para empezar a indagar en los patrones aprendidos.

11.1.2.2. *Cuando la cultura visual se vuelve espejo:*

Esta parte de la etapa de transformación resulta ser la que conflictúa mi manera de ser mujer y más allá de verme una mujer convertida en lo que me heredaron, fragmentos dentro de mí convertidos en el reflejo de patrones y conductas familiares, enfocadas en el ser sumisa, callada y estar siempre al servicio de los demás. Nuevamente Norwood logra aterrizar en estas ideas

aprendimos a edad demasiado temprana y demasiado bien a cuidar a todos menos a nosotras mismas. Nuestra propia necesidad de amor, atención, cariño y seguridad quedó insatisfecha mientras fingíamos ser más poderosas y menos temerosas, más adultas y menos necesitadas, de lo que realmente nos sentíamos. Y habiendo aprendido a negar nuestro propio anhelo de que nos cuidaran, crecimos buscando más oportunidades de hacer lo que habíamos aprendido a hacer tan bien: preocuparnos por las necesidades y exigencias de los demás en lugar de admitir nuestro miedo, nuestro dolor y nuestras necesidades insatisfechas. Hace tanto tiempo que fingimos ser adultas, que pedimos tan poco y hacemos tanto, que ahora nos parece demasiado tarde para esperar nuestro turno, entonces seguimos ayudando, con la esperanza de que nuestro miedo desaparecerá y nuestra recompensa será el amor. (Norwood 1986, p.39)

A la vez, permeado en mí, habitaban las referencias visuales de mujeres que mostraban mis películas favoritas de niña, las películas de princesas de Disney, en donde inconscientemente adapte de manera muy natural modelos y patrones de conducta, de esas princesas, muy perfectas y muy dispuestas. Como menciona Giroux “las películas de Disney

provocan y dan forma a las imaginaciones, los deseos, los roles y los sueños de los niños a la vez que sedimentan simultáneamente sentimiento y significado” (Giroux 2001, p.99). Así esa niña que creció dentro de mi apostaba a la idea a la cual se aferraban las princesas, el amor verdadero llegaría a salvarme.

Es importante señalar que antes de cualquier relación de pareja, ya había experimentado el amor a través de otro tipo de vínculo, uno que no respondía a los mandatos del amor romántico

Puedo decir que conocí lo que es amar con el recuerdo de mi primera mascota, Venus, una labrador chocolate que llegó muy cachorrita a mi vida, fue inmediato que lo supe. Supe que el amor existía en mí cuando sabía que haría todo lo que estuviera en mi alcance para que ella estuviera bien. Hablamos de más de 15 años que esto pasó, hoy a mis casi 24 años, a partir de ese recuerdo y ese sentir pude darle un lugar y una forma a ese sentir, a ese tal amor. (Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 10)

Es fundamental revisar a través de este fragmento como se vivió un vínculo de amor de forma pura y desinteresada, a pesar de esta experiencia, ese aprendizaje no fue suficiente para evitar enfrentar los mandatos de un amor romántico aprendidos con Disney. La cultura visual que me enseñó que el amor verdadero duele, que se sacrifica, que se entrega hasta perderse. Y esa narrativa prevaleció sobre la experiencia temprana de un amor incondicional.

Al reconocer que estas dinámicas se alojaban en mí, se dio uno de los giros más significativos en ese tránsito, en los escritos que surgían empiezo a relacionar los comportamientos que fundaron esa escuela sentimental con la que crecí: Ariel renunciando a su voz o Bella aceptando la violencia “porque él va a cambiar”.

“El amor no tiene que sentirse como un sacrificio.” (Fragmentos de Diarios Personales de Josdym García, p. 13). Esta afirmación, condensa el aprendizaje de la esta etapa de transformación. No es una reflexión elaborada, sino una certeza que surge de la experiencia vivida a través del dolor. Es el eco de Norwood en su propia voz: el amor no debería doler, no debería ser una renuncia constante.

Los diarios permiten analizar cómo esa cultura visual llena de princesas y finales felices no fueron solamente entretenimiento, sino estructuras que funcionaron como pedagogías afectivas, que plasmaron en mí la manera en cómo se debe amar, desde la paciencia, la entrega incondicional, el renunciar a mí por él.

Esta etapa me permitió comprender que estaba actuando a través de un personaje que yo no escribí; estaba amando desde un guion impuesto, un guion heredado.

11.1.2.3. *Lo que veo reflejado en las demás mujeres:*

La etapa de transformación se potencia cuando logro poner en contraste mi experiencia con los relatos de las demás. El encontrar otras versiones del mismo cuento que viví, hace que la experiencia personal se amplifique, no soy solo yo y está bien que me sienta así. Al hacerse compartida estas experiencias, se construye un eco colectivo de esos trasgos heredados, desde la familia y a su vez, referentes visuales de nuestra cultura. La transformación entonces, permitirme comprender que lo que viví no fue una excepción, sino un síntoma, resultado de la herencia de mi infancia sobre mi yo adulta.

El diario registra este movimiento hacia el reconocimiento de lo colectivo en un fragmento donde respondo una pregunta a una amiga:

Valen: ¿qué fue lo que más dolor me ha hecho sentir? Sentí como todo se derrumbó, en un segundo quería que todo fuera un sueño, la mala noticia llegó al despertar, una mañana, el 19 de mayo del 2023, como un baldado de agua fría, fue esperar sin vida, fue esperar vacía y literal todo mi corazón sentía como se iba quedando sin espacio y a la vez. Mi primer amor terminaba y mi renacer empezaba. (Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 15)

Este párrafo en su conclusión condensa la tesis central de esta investigación: el desamor no es un final, sino un umbral.

11.1.3. Renacer: comprender para dejar ir

Esta última etapa, el renacer, se construye a través de una escritura que ya ni suplican ni consuela, sino que sostiene. Otro lenguaje de cuidado propio, límites, dignidad, surgen dando cuerpo a ese renacer en mí. Es a través del libro de Robin Norwood, Las Mujeres que aman demasiado, que los diarios registran la confrontación que encontré al reconocirme en las páginas del libro, los ciclos de excesiva entrega, confundir el amor con necesidad o la búsqueda de validación de mis afectos a través del sacrificio.

El diario nos cuenta como este proceso es contradictorio pues acá el renacer no es lineal, sino que se comprende de múltiples altibajos

El desamor se ha marchado, un poco, mucho, sé que aún vive en mí, pero el de a poco se transforma. Un nuevo amanecer me permitió darme cuenta de que todo pasa. Y todo fue. Y todo será, solo espera seguir, seguir adelante, sanar, sanar lo que alguien usó de hombro, sanar lo que yo mismo permití arrancar de mí. Se siente extraño sentirme extraña. (Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 14)

Aquí se muestra ese renacer no como un estado de perpetua felicidad, sino un proceso algo contradictorio, pues nos dice que se ha marchado el desamor, pero aún vive. Esa transformación no es lineal, se avanza y retrocede.

Ese renacer, no fue tan rápido como aquí lo cuento, tomo tiempo, mucha reflexión y compañía, abrazar a las amistades y perdonar a la familia, pero, sobre todo, a abrazarme, soltar esa culpa cargada desde la ruptura, reconstruirme y finalmente volver a mí.

Esta etapa me deja con nuevas ideas que se inscriben ahora en mí, como que el desamor no es el final, es el puente de transformación, de mejora; que de la herida se renace y que la escritura es la aliada para encontrar ese camino dentro de mí.

El cierre que nos enseña la recopilación de los fragmentos de mis diarios, condensa este aprendizaje en un acto simbólico de despedida “Aunque nunca te enviaré esto y no lo leerás, acá lo dejo, acá te dejo.” (Fragmentos de Diarios Personales de Joldym García, p. 19)

Este cierre nos da claridad a entender que el diario no se escribe para el otro, sino para una misma. Es un acto que despide, que no requiere respuesta, "acá te dejo" no es un mensaje dirigido al ser amado, sino una declaración de autonomía, la escritura plasmada en esos diarios permite soltar lo que la realidad no podía resolver. El renacer no consiste en olvidar, sino en dejar de escribir por alguien más y empezar a hacerlo para una misma.

La etapa final cierra esta narrativa íntima con una certeza, el amor que ahora doy no será igual siempre, porque ahora no soy la misma que inicio escribiendo estas páginas. Es el verdadero renacer cuando aquel que está herido es capaz de ver su historia no como tragedia, sino como aprendizaje.

11.2. Máquina epistemológica 1.0, “Des/amor”

Esta máquina epistemológica, fue el primer mecanismo de reconocimiento y lectura colectiva sobre el amor. Surgió como parte de la exposición Máquinas Epistemológicas 1.0, realizada en el Pasaje Macondo del Centro Cultural Gabriel García Márquez – Fondo de Cultura Económica, en mayo de 2024. En el marco del Seminario de Trabajo de Grado de la línea de Cultura Visual, cada estudiante construyó un dispositivo creativo que condensaba, en forma de metáfora de pensamiento, las temáticas de su investigación.



Imagen 2. Máquina Epistemológica 1.0, “¿Y para usted, que es el amor?”

11.2.1. Descripción técnica de la máquina:

La máquina se constituye de varios elementos que interactúan para crear una experiencia única y efímera. En el centro de la exhibición se encuentra un vidrio de 4 mm de grosor y dimensiones de 100 x 100 cm, sostenido por una base sólida que

proporciona estabilidad. Una línea de luces LED rodea la base del vidrio, iluminando su superficie y destacando las interacciones que ocurren sobre él. Un elemento central de la máquina es la elección de una esfera metálica o un martillo, alguno de los dos colgados de manera paralela al vidrio. Además, se proporcionan marcadores gráficos blancos y nailon o guaya metálica para que el público intervenga en el vidrio. (García, 2024, p. 50)

11.2.2. Descripción conceptual de la máquina:

La instalación de la máquina en la exhibición ofrece una oportunidad única para que los visitantes participen en una experiencia interactiva y emotiva. El vidrio, dispuesto como un lienzo abierto para la expresión, invita a las personas a plasmar sus pensamientos y sentimientos más profundos relacionados con el amor. Con marcadores gráficos en mano, tienen la libertad de escribir, dibujar o simplemente dejar fluir sus emociones sobre la superficie del vidrio, convirtiéndolo en un testimonio vivo de sus experiencias amorosas.

A medida que el vidrio se llena con las palabras y los trazos de los visitantes, se convierte en algo más que un simple material; se transforma en un símbolo tangible de corazones compartidos y memorias entrelazadas. Representa la fragilidad y la belleza del amor humano en todas sus formas.

Sin embargo, llegado el momento final de la exhibición, se produce un giro dramático. El martillo o la esfera, emblemas que en esta obra hacen el papel del desamor, se lanzan como un péndulo sobre el vidrio. Este acto simbólico de destrucción representa el fin de la ilusión del amor y el doloroso despertar del

desamor. El vidrio, que una vez sirvió como soporte para los sentimientos más íntimos, ahora se convierte en un reflejo visual de la ruptura y la separación.

El sonido del vidrio al romperse resuena en el espacio, marcando el fin de una era y el comienzo de otra. Es el ciclo eterno del amor y el desamor, encapsulado en una experiencia única que deja una profunda impresión en aquellos que la presencian. (García, 2024, p. 52)

11.2.3. La experiencia performativa:

Sobre el cristal, como si fuera el alma de todos, transparente o invisible, surgieron palabras que narraban los ecos de ese amor que cada quien a su manera representó en frases y palabras en respuesta a la pregunta “¿Y para usted, que es el amor?”.

Cuidar, libertad, compartir, compañía, riesgo, vulnerabilidad, palabras que daban reflejo a esas definiciones de lo que es el amor para las distintas personas que participaron en el desarrollo performativo de esta obra. La frase, “amar es dejar ir” surge más de una vez en el cristal, dando testimonio a una voz que se repite, a través de diferentes maneras de decirlo.

Este acto colectivo permite reconocer lo que Sandoval afirma cuando menciona:

un sujeto cognoscente, el cual está influido por una cultura y unas relaciones sociales particulares, que hacen que la realidad epistémica dependa para su definición, comprensión y análisis, del conocimiento de las formas de percibir, pensar, sentir y actuar, propias de esos sujetos cognoscentes. (Sandoval 2002, p.28)

Lo que observamos en esta acción es que lo que se inscribe sobre el cristal no es algo espontáneo, es el rastro de lo que han aprendido de los sentires, esa educación sentimental

que se ha construido desde los cuentos, las películas, las herencias familiares y las experiencias de la propia vida.

El amor lo definen como un acto más que un sentimiento: dar, acompañar, cuidar, compartir. Esta asociación de emoción y acción lo estuvo transmitiendo la cultura romántica de Disney, donde las princesas demostraban el verdadero amor sacrificándose para mantener ese romance. El que tantas personas nombren el amor como una acción y no a partir de sus experiencias nos permite evidenciar, como fuimos educados para servir como muestra de amor.

Aparecen también palabras que ponen en tensión la definición de amor como: “dolor”, “sacrificio”, “riesgo”, “dejar ir”. Términos que permiten entender que el amor no se siente únicamente como sentimiento, más bien como un proceso donde se vive y se transforma. Desde ese punto, Foucault nos recuerda que:

hay que liberarse de toda adhesión a sí, no porque el sí mismo sea una ilusión, sino porque es demasiado real. Cuanto más descubramos la verdad sobre nosotros, más debemos renunciar a nosotros mismos; y cuanto más queramos renunciar a nosotros mismos, tanto más nos es necesario poner a la luz nuestra propia realidad. (Foucault 1999, p.229.)

Es así como la presencia repetitiva de términos como “libertad”, “decisión” y “vida”, permiten observar un intento de soltar estas estructuras heredadas, como si las personas que escribieron sobre el cristal quisieran describir el amor desde una ética propia y no desde una guía impuesta.

Esta primera máquina fue una materialización de los diarios personales que ya se venían registrando, la tensión entre el amor aprendido y el amor vivido, entre la entrega y el soltar, entre la libertad y el sufrimiento. En los fragmentos de diarios analizados

anteriormente, la escritura acerca del amor se ubicaba entre la súplica y también la culpa, entre el retener y esa necesidad de soltar.

El escribir sobre el cristal es un acto que replica esa condición del amor que se refleja a su vez en los escritos de los diarios, una escritura privada pero vulnerable y su vez liberador. La máquina permitió complicidad dentro de esto tan privado, al hacerlo público ese dolor individual se convirtió en un gesto colectivo.

La máquina propuesta se entrelaza con mi trabajo de grado al ofrecer una plataforma para la recopilación y análisis de relatos y auto relatos emocionales sobre el amor y el desamor, enmarcados dentro de las dinámicas de poder y la antropología emocional. Al permitir que los participantes expresen sus sentimientos y experiencias a través de la intervención directa en el vidrio, la máquina crea un espacio donde lo individual y lo social convergen, proporcionando comprensiones y conclusiones sobre cómo las narrativas personales se entrelazan con las normas culturales y las estructuras de poder en las relaciones afectivas. (García, 2024, p. 52)

Este impacto se revela de la manera en que la máquina dialoga con los tres momentos de análisis presentado anteriormente: la ruptura (el vidrio que se llena de palabras antes de romperse), la transformación (el momento en que el martillo o la esfera se lanzan sobre el vidrio) y el renacer (el sonido del vidrio al romperse como inicio de algo nuevo). La máquina no solo representó estos momentos, sino que los activó en quienes participaron en ella.

La experiencia ofrecida por la máquina no solo es un ejercicio en la expresión emocional individual, sino que también se enmarca dentro de un contexto más amplio de cultura visual. Al permitir que los participantes intervengan en el vidrio con marcadores gráficos, la máquina se convierte en una herramienta para la creación de arte efímero y colaborativo, donde las emociones y las narrativas personales se

plasman en un medio visual. Esta práctica no solo refleja la importancia de la expresión artística en el proceso de comprensión y procesamiento emocional, sino que también destaca el papel fundamental de la cultura visual en la representación y negociación de significados dentro de la sociedad. La destrucción final del vidrio por el martillo o la esfera, aunque simboliza el fin de una era emocional, también puede interpretarse como una metáfora del carácter efímero de la experiencia humana y la transitoriedad de las formas de expresión visual en nuestra cultura contemporánea. (García, 2024, p. 53)

Esta relación es clave pues la maquina no solo utilizo imágenes (palabras escritas, trazos, el cristal roto), sino que genero conocimiento a través de ellas. Como señala Alcalá y Sánchez (2018), "las imágenes fílmicas siguen siendo extractos de memoria y formas de recordar o revivir aquello que ha dejado de ser" (p. 12). En este ejercicio el vidrio que fue intervenido nos sirvió como un archivo vivo de memorias afectivas, y su destrucción, como acto de liberación.

Finalmente la maquina revelo que el amor que aprendimos está atravesado por mandatos culturales que enseñaron a asociarlo con el dolor, la entrega y el sacrificio. Las palabras decisión, libertad y vida también plasmadas en el cristal son testimonio de que incluso dentro de las narrativas heredadas, surge la posibilidad de agencia. La máquina permite entender que el amor que aprendimos puede reescribirse, y ese guion que nos cultivaron puede volverse a escribir. Además, que evidencia la manera en la que vivimos el amor como se mencionaba previamente, no es solo de ese romance idílico entre una pareja, sino que esta máquina permite reconocer que el amor se instaura de diferentes maneras, amar a la madre, amar a las amistades, amar a los animales.

11.3. Maquina Epistemológica 2.0, “Había una vez... después de esa vez”

Esta segunda maquina epistemológica, fue otro mecanismo de reconocimiento y lectura colectiva para indagar en este caso sobre el desamor, concebida como la segunda parte de la primera maquina "Des/Amor". Mientras que la primera máquina nos invita a dar respuesta a la pregunta “y para usted ¿qué es el amor?”, esta segunda maquina propone un espacio de introspección y escritura sobre el desamor, dando respuesta a otra pregunta ¿qué nos pasó?, entendiendo su respuesta no como un final sino como un dispositivo de transformación.

Surgió como parte de la exposición Máquinas Epistemológicas 2.0, realizada en el Centro Cultural de la Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto en Bogotá, durante el segundo semestre de 2024. En esta versión, el diálogo se centró en el cuerpo como eje articulador: el cuerpo que habita el espacio, el cuerpo que recuerda, el cuerpo que escribe, el cuerpo que se transforma.

11.3.1. Descripción técnica de la máquina

La máquina epistemológica *Había una vez... Después de esa vez*, consiste en un cubículo en forma de paralelepípedo de 1,5 m de altura, 2 m de largo y 1,5 m de ancho. Su esqueleto o base está formado por tubos de PVC, cubierto con tela quirúrgica de color negro. Dentro del cubículo se ubican una silla y una mesa. Sobre la mesa se dispone una lámpara, una libreta, un espejo y un bolígrafo. A través de estos objetos, la máquina convoca a ser visitada. (García, 2024, p. 98)

11.3.2. Descripción conceptual de la máquina

Al ingresar al espacio oscuro, la persona se encontrará con una silla, mientras un aroma a crispeta inunda el espacio, imaginando la visita a una sala de cine. Una vez adentro, buscará sentarse, ubicándose así en el centro de la máquina. La única luz en el espacio suscita a revisar los objetos sobre la mesa y a observarse a través del espejo. De esta manera, quien ingrese se convertirá en el protagonista de una fracción de película: la película de su vida.

En la mesa también se encontrará con una libreta. Al abrirla, el espectador se encontrará con la pregunta: ¿Qué nos pasó?, así como algunos relatos escritos que intentan dar respuesta a la pregunta. Cada relato aborda alguno de los cinco tipos de relaciones que convoco en mi trabajo de grado: relación romántica, relación con los padres, relación con los hermanos, relación con las mascotas y relación con los amigos. Los relatos remiten a historias de amor y desamor que permiten ubicar a la persona que está sentada en la temática principal de la máquina.

La siguiente hazaña será que la persona registre su propia historia, que nos cuente su relato, que nos cuente qué pasó después de lo que pasó. El acto performático finaliza cuando haya decidido registrar, o no, su propio relato. La máquina entonces se convierte en un dispositivo que proporciona un espacio de reflexión e introspección a quien participe, permitiendo explorar y comprender sus relaciones y experiencias pasadas, ofreciendo un lugar de catarsis a sus sentires, ya sea para recordar, aliviar u olvidar. (García, 2024, p. 100)

11.3.3. Los relatos: un archivo del desamor

Los relatos que se lograron evidenciar en el desarrollo performativo de esta segunda máquina epistemológica conforman un enramado de emociones en donde encontramos patrones narrativos que dan cuenta a ideas de abandono, idealización, culpa, sacrificio, renuncia, miedo a soltar, necesidad de reconocimiento, heridas de infancia y la reconciliación consigo mismo.

A diferencia de los formularios, donde las respuestas eran más estructuradas y anónimas, estos relatos plasmados en esta máquina tienen la potencia de lo íntimo hecho público. Las personas que participaron en este acto no eran solo participantes de la investigación, sino personas que encontraron un lugar seguro que les permitió detenerse y escribir sobre lo que duele. Esta máquina no solo capturo datos, ofreció un lugar para la catarsis.

11.3.3.1. *La idealización y el amor que no fue.* Muchos relatos hablan de un dolor que

no surge de otro, sino de aquella acción de idealizar. Una de esas voces describe:

Amé a alguien a quien no conocía, sentía una conexión. Yo era suya y ella no lo sabía. No sé a cuál de las dos le dolió más mi acto de indiferencia. Cómo sigo con la cotidianidad después de hacer como si no existiera en mi conciencia su presencia, su existencia al lado mío, habitando mi corazón, mi vulnerabilidad y hacer como si no hubiera causado lo más mínimo nunca en mí. Me rompió el corazón la parte de mí que soñaba con una historia de amor, la idealización que creé sobre su amor me acostumbré a disfrazar el desamor en amor. Pero fue bello demasiado bello. Me gusta el amor de intensidad, de entrega, pero no el que depende emocionalmente de otro. Eso me rompió. (Anónimo, extraído del documento de relatos de “¿Qué nos pasó?”)

Podemos identificar desde este texto, dos maneras de interpretarlo, desde una mirada de un amor heredado o aprendido, el que nos enseña Disney, los cuentos de hadas, la espera y el sacrificio. La frase "me acostumbré a disfrazar el desamor en amor" revela como aprendimos a llamar amor a lo que nos lastima, a romantizar esas dinámicas de estar esperando, a confundir la intensidad con esa entrega personal sin límites.

La otra mirada es desde el amor vivido, donde se crean dinámicas de incertidumbre, abandono y un final inminente. Este choque de versiones de vivir el amor revela como la cultura visual logro instaurar y naturalizar la idea de que esta normal que el amor duela y que la espera es reflejo de fidelidad. Como advierte Norwood (1986), "cuando estar enamorada significa sufrir, estamos amando demasiado" (p. 5).

11.3.3.2. *La culpa y el dolor de ser sensible.* Otro fragmento dice:

No sé quién me rompió el corazón... Tal vez muchos, tal vez sólo yo. Los niños, mi mejor amiga, mi familia. Ser sensible no es fácil, porque todo me rompe el corazón. Quisiera saber si me rompo el corazón más yo; me gustaría que fuera así. Sólo yo... me rompo el corazón. (Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?")

Este relato nos permite entender que las mujeres no solo viven el desamor, también se culpan por sentirlo, repiten ese sentido de las historias de romance donde la protagonista es tranquila, paciente, compresiva, "buena" incluso si se está sintiendo dolor. La culpa como se evidencio en el análisis de los diarios personales, es un síntoma de haber aprehendido la idea de que cuando el amor se acaba una es la responsable.

También amplia y reafirma que el concepto del desamor abarca espectros más allá de la relación de parejas. Aquí el desamor como el amor, no se limitan a una sola forma de

vínculo. Nuevamente se menciona a la familia y a las amistades como parte de esos agentes que nos pueden romper el corazón. Y ese dolor al no tener espacio en las narrativas del amor romántico se vuelve aún más difícil de nombrar.

11.3.3.3. *La búsqueda del amor propio y la reconciliación.* Otros escritos nos permiten ubicarnos también del otro lado del proceso, esa posibilidad de estar mejor, de reconstruirnos. “Quiero aprender amarme a mí misma. Seguir dando amor a mis personas especiales. Amo y seguiré amando a mis mascotas con toda el alma.” (Jenn, extraído del documento de relatos de “¿Qué nos pasó?”), “me amo a mí primero para así poder dar amor a otros.” (CJPC, extraído del documento de relatos de “¿Qué nos pasó?”).

Estos relatos nos cuentan entonces que el amor propio no es ser egoísta, es la condición para poder amarse sin perderse. Como se evidencia en los datos de los formularios, el 74% de las mujeres participantes afirmó que, después del desamor, el amor propio fue lo más importante que aprendieron. Estos relatos son la voz de ese dato.

11.3.3.4. *La transformación: del dolor a la reinención*

Me busqué en los escombros de lo que creí ser. En las grietas profundas donde dejé mi voz. Me odie como quien odia a un extraño, con palabras ajenas que nunca fueron mías. Con un peso que no era más que el eco de mi desilusión. Pero en la rutina también hay semillas. Entre las sombras, descubrí que no soy sólo caídas, sino el fuego que las consume y me rehace. Soy mi propio artesano, el pulso de manos temblorosas que moldean algo más fuerte de lo que alguna vez fui. Hoy abrazo mis cicatrices como constelaciones, trazos imperfectos que narran mi resistencia. Ya no

temo ser un borrador eterno, porque en cada trazo incompleto hay belleza, en cada paso incierto hay vida. Me reconstruyo con amor y paciencia como quien siembra un bosque en el desierto. Soy mi origen, mi destino y en este renacer, me elijo.

(Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?")

En este fragmento logramos observar la posibilidad de reinventarse luego de vivir dentro de patrones de amores pasados. Acá el amor ya se transforma, deja de ser mandato y se convierte en posibilidad.

11.3.3.5. *El cuerpo y la escritura como territorio de sanación.* Varias voces nos permitieron evidenciar que el ubicarse dentro de un lugar distinto al habitual para expresar los sentires, nos genera incomodidad, genera extrañeza no hacer esta escritura en el diario propio, “que sensación tan extraña de escribir en otro cuaderno que no sea mi diario.” (Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"), “Ni siquiera reconozco esta letra. Me gusta que esté sin luz porque no me gusta hablar de esto. Me cuesta aceptar el sentir.” (Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"). Esta escritura nos revela algo central, ese espacio diseñado para contener la presencia y evadir el día, la intimidad y el silencio dan permiso para expresar lo que no se dice en voz alta. El escribir dentro de este ejercicio se convierte en un acto de valentía, pero también de vulnerabilidad y la maquina se transforma en captor de archivo colectivo de dolor y resistencia.

La máquina no solo recolecto relatos de desamor, nos revelo que el desamor no es un fracaso personal, sino un síntoma de una educación sentimental que enseñó a idealizar. A su vez revelo que, aunque se vive ese dolor también podemos nombrarlo, escribirlo, compartirlo y transformarlo.

La escritura anónima plasmada en esta máquina se convierte en un acto de resistencia. Escribir sobre desamor en una sociedad que nos enseña a callar cuando algo nos duele es un acto político. Y permitir la lectura del otro es reconocer el dolor ajeno y también acompañarnos dentro de estas vivencias, es sentir que ya no estamos solos en esto.

Finalmente, como menciona uno de los fragmentos que nos regaló esta máquina "La vida es eso, experiencias, es lo único que nos llevamos" (Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"). Y en eso que compartimos en conjunto ese desamor deja de ser herida individual y se transforma en un hilo que nos conecta.

11.4. La cultura visual como la primera escuela de amor

El análisis visual que empezaremos a construir acá surge de la cualidad fundamental de la autoetnografía que permite narrar experiencias y los relatos colectivos que logran entender las heridas compartidas. Revelando el origen de muchos aprendizajes que se instruyeron con las películas que vimos de niñas.

Los cuentos de hadas más allá de contar historias enseñan a desear. Las imágenes se convierten en "extractos de memoria y formas de recordar o revivir aquello que ha dejado de ser." (Alcala & Sanchez 2018, p.12.). Estas siguen en la adultez permeando la manera en que expresamos nuestras emociones. Como pudimos reconocer en los diarios personales, lo que se escribe acerca del amor y el desamor atraviesa imágenes que nos precedieron, Ariel renunciando a su voz, Bella esperando que la bestia cambie. Esas imágenes no son solo recuerdos del pasado, son pedagogías vivas que están vigentes en nuestras formas de relacionarnos.

A partir de esto analizaremos tres películas de princesas que han sido clave dentro de esta monografía, nos permiten entender simbologías dentro de todos los datos hallados de las diferentes mujeres participantes y mis narrativas.

11.4.1. *La sirenita (1989): La pedagogía del sacrificio*

La Sirenita, estrenada en 1989 por Disney, nos cuenta la historia de la joven Ariel, una sirena hija menor del rey Tritón, quien vive en el mar y a su vez tiene una tremenda fascinación por el mundo de los humanos. Durante una tormenta Ariel se arriesga y salva a un humano, el príncipe Eric, quien tras un naufragio es salvado por la sirenita de ahogarse, ella queda profundamente encantada del príncipe y se enamora de él. Sin el príncipe saber nada tras su salvación, regresa a su castillo con la duda de quien lo habrá salvado, recordando únicamente una voz preciosa que escucho de la persona que lo rescato. Mientras tanto Ariel decide que quiere estar con Eric y para poder llegar a eso, hace un pacto con la bruja del mar, Úrsula, quien toma la voz de Ariel a cambio de darle un par de piernas humanas. Si ella logra enamorar al príncipe y el la besa antes de tres días, podrá quedarse en el mundo humano; si no su alma pertenecerá a la bruja. Tras no conseguir que Eric la reconociera pues estaba muda, ella pierde su voz.

Partimos con esta primera película de princesas de Disney que, a primera vista, nos presenta una historia de amor inocente pero como menciona Giroux (2001):

La Sirenita, parece estar a primera vista comprometida en la lucha contra el control parental, motivada por el deseo de explorar el mundo de los humanos y dispuesta a arriesgarse para conseguir el sujeto y el objeto de sus deseos. Pero, al final, su lucha por lograr la independencia de su padre, Tritón, y el esfuerzo desesperado que la motiva desaparecen cuando Ariel hace un pacto mefistofélico con la bruja del mar,

Úrsula. En esta transacción, Ariel cede su voz para tener un par de piernas y poder atrapar al atractivo príncipe Eric.

Aunque las niñas puedan estar encantadas con la rebeldía adolescente de Ariel, al final están firmemente dispuestas a creer que el deseo, la capacidad de elegir y la autodeterminación están estrechamente unidos para atrapar y amar a un hombre atractivo. (Giroux 2001, p.107.)

De esta manera podemos observar y entender que Ariel renuncia a tres cosas: su voz, su mundo, su cuerpo y su familia. La narrativa que se cuenta aquí es clara, para ser merecedora de amor, una mujer debe estar dispuesta a sacrificar parte de sí misma.

Este mandato hace eco a través de los diarios personales, donde hay fragmentos que mencionan que “el amor no tiene que sentirse como un sacrificio” (Fragmentos de Diarios Personales de Josdym García, p. 13). También resuena en los relatos de la maquina epistemológica 2.0, donde una frase nos dice "Di todo [...] incluso lo que no debía dar"(Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"). Ese mensaje condensa el modelo que nos presenta Ariel: el amor como sacrificio, como renuncia.

11.4.1.1. *Escena clave 1: El pacto con Úrsula.* Esta escena se desarrolla en la cueva de Úrsula, una imagen tenebrosa con una iluminación tenue y sombras alargadas que envuelven a la bruja en una trama de poder. Úrsula domina el encuadre, mientras Ariel se reduce a un primer plano de vulnerabilidad. Aquí las escenas se ubican en planos contrapicados que dan superioridad a la bruja y además picados para hacer ver pequeña a la joven Ariel. La música allí nos envuelve en un tono amenazante digno de una villana, y se menciona que no se debe subestimar el poder del lenguaje. Durante esa escena Ariel acepta las condiciones, ella firma un contrato que no solo es

narrativo, es visual, pierde su voz literalmente, su esencia, a cambio de esa latente posibilidad de ser elegida. Esta escena nos permite visualizar lo que muchas mujeres hemos vivido, entregar más de lo que se recibe y lo más importante dejar de ser ellas mismas para sostener una relación.

11.4.1.2. *Escena clave 2: El beso que nunca llega.* Durante la película Ariel luego de convenir el pacto con la bruja, debe conseguir que el príncipe la reconozca y le bese, se torna una tarea difícil pues ella no cuenta con su voz, aquí la comunicación se limita a gestos y miradas. La escena del carruaje muestra a Ariel vestida con un elegante traje rosa, sentada junto a Eric, intentando comunicarse con la mirada mientras el intenta interpretarla. La composición sitúa un primer plano compartido, pero ella se encuentra ligeramente descentrada, como si su lugar en el cuento dependiera a que el la mire. Sin voz no logra entenderla y el mensaje es devastador, si no hay voz ni palabra, la mujer no será escuchada. Este silencio forzado resuena con el relato anónimo de la maquina epistemológica 2.0: "En las grietas profundas donde dejé mi voz"(Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"). La voz que se pierde no es solo la de Ariel, es la representación de muchas mujeres que aprendieron a callar para no incomodar, para ser elegidas, para ser amadas.

Este análisis no intenta sugerir que quienes crecimos viendo a Ariel estemos condenadas a repetir su historia. Al contrario, como se evidencia en los fragmentos de diarios personales, es precisamente el desencuentro entre el guion aprendido y la experiencia que se vivió lo que nos permite cuestionarlo. La ruptura, ese momento donde el felices para siempre se aleja, se convierte en el punto de inflexión desde el cual podemos nombrar lo que antes se vivía como natural. Como una de las voces que compartieron su experiencia en el apartado anterior "Me reconstruyo con amor y paciencia como quien siembra un bosque en el

desierto"(Anónimo, extraído del documento de relatos de "¿Qué nos pasó?"). Esa frase condensa el paso de la princesa que debe esperar a la mujer que se permite entender que el guion que se le enseñó no es el único que puede seguir. Así la imagen no se convierte en la única verdad; la experiencia del desamor actúa como un espejo que al romperse permite verse de nuevo.

11.4.2. La Bella y La Bestia (1991): La Pedagogía de la Redención

La Bella y la Bestia, estrenada por Disney en 1991, nos cuenta la historia de Bella, una joven inteligente, curiosa del mundo y amante de los libros que vive en un pequeño pueblo francés. Su padre, un viejo inventor, durante un viaje de trabajo se pierde en el bosque durante una tormenta, encuentra un castillo encantado habitado por una Bestia, un príncipe transformado en monstruo por una maldición. El padre de Bella queda atrapado por la Bestia, cuando ella se entera, se va en busca de él, cuando lo encuentra, la condición de la Bestia para liberarlo es que ella tome su lugar, quedándose en el castillo como prisionera. Durante su estadía, Bella descubre que la Bestia en realidad está bajo un hechizo y es con el poder de su amor que logra romper el encanto, devolviéndole a la bestia el príncipe su forma humana.

En esta historia, la princesa Bella, “cura” a la bestia con su amor. Es paciente, comprensiva, bondadosa, la salvadora. Como nos plantea Norwood:

Este tema central de las mujeres que redimen a los hombres a través del don de su amor desinteresado, perfecto, que todo lo acepta, no es de ningún modo una idea moderna. Los cuentos de hadas, que representan tan bien las lecciones de la cultura que los crea y perpetúa, han venido ofreciendo desde hace siglos versiones de este drama. [...] Esta creencia, tan poderosa, tan generalizada, se infiltra hasta el centro de nuestras psiquis individuales y grupales. En nuestra forma diaria de hablar y de actuar

se ve reflejada la tácita suposición cultural de que podemos cambiar a alguien, para mejor, mediante la fuerza de nuestro amor y de que, si somos mujeres, es nuestro deber hacerlo. Cuando alguien a quien queremos no actúa ni siente como nosotras desearíamos, buscamos maneras de intentar cambiar la conducta o el ánimo de esa persona. (Norwood 1986, p.73.)

Bella debe aprender no solo a soportar el carácter violento de la Bestia, sino que aprende a ver lo bueno que hay en él, normalizando aquella idea de que la violencia puede ser tolerada si se la entiende como amor. Esto que se menciona resuena en las páginas de los diarios personales, donde se revela nuevamente "el amor no tiene que sentirse como un sacrificio"(Fragmentos de Diarios Personales de Josedym García, p. 13). Esa frase, escrita de manera casi lapidaria, condensa el aprendizaje de toda la etapa de transformación: el amor no debería doler, no debería ser una renuncia constante.

11.4.2.1. *Escena clave 1: La cena (el rechazo inicial).* Esta primera escena que analizamos es cuando cenaba por vez primera la Bella y la Bestia, donde Bella está sentada en uno de los extremos de una muy larga mesa, con la Bestia sentada al otro extremo. La imagen que se proyecta subraya una composición de distancia y miedo, planos contrapicados que muestran a una Bestia amenazante y una Bella en primeros planos expresando su terror. La Bestia gruñe y Bella se aleja. El intenta acercarse ella le grita. La Bestia se enfurece, ella huye. La violencia hace presencia como parte del proceso de conocer al otro. El mensaje invita a que para amar hay que tener paciencia infinita frente a comportamientos que no hacen bien.

11.4.2.2. Escena clave 2: La biblioteca (la transformación). En el desarrollo de la película, los dos personajes van teniendo un acercamiento cada vez más profundo el uno con el otro, la Bestia llega a regalarle a Bella una biblioteca inmensa, la escena que nos presenta este momento se ilumina con una luz dorada y cálida que envuelve a los personajes. Aquí la imagen revela un paneo lento que nos da un recorrido por los estantes interminables, mientras Bella vive ese momento con total asombro. La Bestia que ahora se proyecta en un plano medio, observa su felicidad con ternura. Esta escena brinda el punto de inflexión, pues Bella empieza a ver que hay bondad en él. El asunto y el problema es que la película sugiere que el amor de una mujer que es paciente y noble puede transformar a un hombre violento en alguien bueno. Esto nos reafirma la narrativa acerca de que es responsabilidad de la mujer sanar las heridas masculinas.

Lo que nos revelan los datos de las mujeres que participaron en esta investigación es que la creencia de la redención masculina a través del amor de una mujer no es un destino inexorable. El desamor, en especial cuando el esperar y sacrificarse no conducen al cambio prometido se convierte en un territorio de aprendizaje. Como lo muestran los fragmentos de los diarios personales pasar de "¿qué hice mal?" al "¿qué me enseñaron a hacer?" es el punto de partida hacia una profunda transformación. Ese cambio no es solo individual, al poner en contraste mi experiencia con la de otras mujeres, pude identificar que la idea de sanar a una pareja no es una falla personal sino un patrón aprendido. La cultura visual, como señala Giroux, educa sin que parezca que educa; pero el desamor, cuando duele lo suficiente, puede convertirse en la pedagogía que permite desaprender.

11.4.3. Frozen (2013): la pedagogía de la ruptura del guion

Frozen, película estrenada por Disney en el año 2013, nos presenta la historia de dos hermanas princesas, Anna y Elsa. La hermana mayor Elsa posee poderes mágicos asociados a controlar el hielo y la nieve, tras un accidente cuando eran niñas, Elsa hiere a Anna, por lo que sus padres deciden alejarlas pues los poderes de Elsa podían lastimar a los demás, ella se aísla. Años después sus padres fallecen y Elsa es coronada como reina, en ese evento Elsa pierde el control, tras esto ella huye al bosque y condena a su reino a una helada eterna. Anna inicia una búsqueda para encontrar a Elsa y salvar el reino. A diferencia de las anteriores películas de Disney, en esta película no es un príncipe quien salva a la protagonista, sino el acto de amor incondicional entre hermanas.

Esta última película que mencionaremos se convierte en un punto de reflexión importante, Frozen rompe parcialmente con el modelo de amor romántico. No encontramos al príncipe que salva a la princesa, no hay ese sacrificio por un hombre, acá el vínculo se forja entre hermanas, con autonomía y decisión.

Este cambio se puede observar en las máquinas epistemológicas. En la primera máquina, las palabras que se observaron escritas sobre el amor incluían *cuidar, libertad, compartir, compañía, riesgo, vulnerabilidad*. En los relatos de la segunda máquina aparecen frases como "*me amo a mí primero para así poder dar amor a otros*" y "*soy mi origen, mi destino y en este renacer, me elijo*". Estas expresiones finalmente no provienen de princesas rescatadas, sino de mujeres que se permitieron escribir sus propios guiones.

11.4.3.1. Escena clave 1: "libre soy". Durante la película surge un momento icónico, donde Elsa refugiada en el bosque y las montañas, construye un castillo con sus poderes de hielo, mientras ocurre esto ella canta la canción principal de esta película,

donde reitera en su enunciando la frase “libre soy” donde se permite dejar el miedo atrás y aceptarse a sí misma. Esta escena se desarrolla con una dirección de cámara que hace énfasis a esa liberación de la que Elsa canta, planos abiertos, movimientos amplios, colores fríos que luego se tornan cálidos. En esta película Elsa no busca a un hombre que la salve, ella se salva sola.

11.4.3.2. *Escena clave 2: el acto de amor verdadero.* Durante el nudo de la película,

Anna que va en búsqueda de su hermana se entera que Elsa por accidente le dio un toque de su magia, lo que provoca que ella entera se empiece a congelar. Cuando Anna encuentra a Elsa durante una estrepitosa tormenta queda congelada protegiendo a Elsa de la espada de un villano que aparece durante la película. El acto de amor al Anna sacrificarse por su hermana rompe la magia que congelo su corazón. Acá no fue el beso de un príncipe lo que las salvo, sino su propio acto de amor lo hace. Este giro subvierte décadas de narrativas de Disney, en donde el papel de la mujer era siempre esperar a ser salvada por un hombre.

Frozen entonces nos plantea una pregunta para esta investigación, ¿es posible cuestionar los guiones heredados desde la imagen propia, o es necesario vivir el impacto del desamor para hacerlo? La experiencia que hemos recogido durante la construcción de este trabajo nos sugiere que el cambio ocurre cuando esa fantasía prometida se estrella con la realidad. Como se evidencio con los diarios personales, el renacer no surge de un acto de voluntad aislado, sino de un proceso que parte de la ruptura, atraviesa la escritura como cuerpo de memoria y permite llegar a esa reconstrucción afectiva a partir de reconocer los patrones heredados. La imagen puede ofrecer alternativas, como la que propone Frozen, pero es la experiencia encarnada, el dolor que se nombra y se transforma, lo que permite habitarlas.

11.4.4. Después del cuento

El analizar estas tres películas nos permiten vislumbrar una evolución de las narrativas de amor que Disney ha ofrecido a las generaciones de niñas y mujeres. La Sirenita perpetua la idea del amor como sacrificio, donde ser amada depende de la renuncia de su cuerpo, de su mundo y de sí misma. Por otro lado, La Bella y la Bestia permitió profundizar la pedagogía de la redención, donde es deber de una mujer sanar al hombre a través de su amor paciente e incondicional. Las dos películas dejan huellas profundas en la manera en que muchas mujeres aun hoy entienden el amor desde esas miradas.

Frozen, por el contrario, expone ese quiebre de la narrativa. Propone que el amor es una elección, la salvación viene de una misma y de los vínculos que elegimos conscientemente, dialoga a su vez con lo propuesto por las otras mujeres que construyen este trabajo, ellas expresaron como aprendizaje más valioso tras el desamor, la reconstrucción de sí mismas, tener autonomía emocional y la posibilidad de poner límites.

A pesar de eso, que exista Frozen no implica que los mandatos respecto a las relaciones de poder previos a su publicación hayan desaparecido. La cultura visual no es un determinismo lineal, su dominio no radica en que se impone explícitamente, sino en la capacidad de ajustar perspectivas de expectativas que dificultan su cuestionamiento. Como advierte Foucault (2007), el poder no grita, susurra; no obliga, seduce; no aprieta, moldea. Y es precisamente por eso que el cuestionamiento no surge de la distancia analítica, sino del choque experiencial.

¿Cuándo es posible reconocer que esas imágenes que vimos nos moldearon? Los distintos dispositivos de recolección de datos en esta investigación nos permiten llegar a una respuesta: cuando aquella promesa de amor romántico fracasa. Cuando el afecto ya no encaja con la fantasía. Cuando el sufrir desborda la imagen. Allí en la grieta entre la experiencia

vivida y el guion heredado, donde el desamor se torna en ese dispositivo de cambio, el punto de inflexión que permite dar voz a las heridas, desaprender los ideales heredaros y renacer sobre un amor más consciente posible y en especial, propio.

Así el análisis visual no solo nos presenta cómo aprendimos a amar mirando, sino a su vez cómo el desamor nos regresa esa mirada. Romper el encanto en el espejo no significa olvidar la cultura visual que nos formó, sino aprender a mirar con otros ojos, con los de quien ya no necesita ser salvada, con los ojos de quien elige escribir su propio cuento.

11.5. Lectura transversal de las voces de mujeres

11.5.1. Hacia el análisis de los formularios

Hasta aquí hemos abarcado un camino lleno de intimidad, los diarios personales que registran sentires como la soledad, la transformación y el renacer; las maquinas epistemológicas que dieron apertura a un espacio colectivo para hablar del amor y el desamor; y las películas de Disney que como pedagogías visuales dieron forma a nuestras maneras de entender el amor desde la niñez. Pero la autoetnografía no se termina en la experiencia personal. Como advierte Sandoval (2002), "el sujeto cognoscente está influido por una cultura y unas relaciones sociales particulares" (p. 28). Por esto el siguiente paso dentro de este análisis es ampliar la visión más allá de mi propia voz y contrastar esas reflexiones con la de otras mujeres.

A continuación, analizaremos los resultados de formularios aplicados a una población de mujeres entre los 20 y 40 años en donde se exploraron las narrativas de amor que viven o vivieron y los patrones afectivos con los que crecieron. Esta información nos permitirá

reconocer si las experiencias narradas son excepciones o al contrario forman parte de un tejido más amplio de educación sentimental compartida.

11.5.2. Diseño y propósito de los formularios

Para continuar con el análisis de esta monografía, fue necesario comprender cómo las mujeres hemos aprendido a amar y desamar dentro de una cultura visual constituida por imágenes e ideologías que hacen pertinente ampliar la mirada más allá de la experiencia personal. A partir de ese punto se vio necesario crear un instrumento que permitiera recolectar datos de otras mujeres, para aportar desde nuevas voces patrones similares que generarían un contrastare entre la experiencia propia con relatos de mujeres que con sus diferentes historias dan cuenta de sus vivencias afectivas similares.

Así surgió la creación de formularios, diseñados como dispositivo cualitativo para encontrar narrativas que nutrieran el asunto de esta investigación. No se pretendía medir ni calcular los sentimientos, sino dar voz a las vivencias, brindar un espacio seguro para la escritura donde cada mujer que participara nos diera cuenta de sus experiencias.

Los formularios entonces se construyen desde tres miradas que giran en torno a lo que Sandoval (2002) menciona: "el tejido de significados que las personas aplican a sus propias experiencias, significados que se desarrollan a través de patrones definidos de comportamiento" (p. 78):

- Reconocer si las experiencias emocionales vividas comparten patrones afectivos.
- Explorar cómo las películas construyeron la forma en la que aman.
- Entender cómo han atravesado esas primeras experiencias de amor que han sido representativas en las relaciones vividas.

11.5.3. Perfil de las participantes

Los formularios fueron respondidos de forma voluntaria y anónima por mujeres entre los 21 y 38 años. Con ocupaciones diversas como estudiantes, docentes, psicólogas, arquitectas, policías, manicuristas, artistas, ingenieras, doctoras entre otras. Diversidad que resulta importante resaltar pues nos permite ver que los patrones afectivos que surgen no hacen parte de un solo grupo social o educativo, sino que atraviesan diferentes contextos. El amor como el desamor, no discriminan.

11.5.4. Construcción del formulario

Este dispositivo se construyó a partir de preguntas abiertas y reflexivas, diseñadas desde un enfoque cualitativo-interpretativo. El objetivo de estos formularios no se limitaba a recibir respuestas rápidas, sino a dar paso a una estimulación de la escritura y narrativa emocional, el recuerdo y la observación propia. Algunas de las preguntas más relevantes fueron:

- ¿Qué películas, series o cuentos sobre el amor recuerdas de tu infancia o adolescencia? ¿Por qué crees que te marcaron?
- ¿Cómo imaginabas el amor cuando eras adolescente o joven adulta? ¿Qué expectativas tenías sobre tener pareja?
- Háblame de tu primera experiencia de amor romántico. ¿En qué se pareció o diferenció de lo que esperabas?
- ¿Cómo viviste tu primera experiencia de desamor? ¿Qué sentiste, qué cambió en ti?
- ¿Alguna vez sentiste que tu valor dependía de estar en una relación o de ser amada por otra persona? ¿Cómo lo experimentaste?

- ¿Qué aprendizajes personales o cambios has tenido después de una ruptura amorosa?
- Si pudieras reescribir cómo se representa el amor en películas o cuentos, ¿qué cambiarías?
- ¿Hay amor después del desamor?

Preguntas que permitieron construir un análisis que surge de esa experiencia emocional colectiva, que relaciona los diarios personales, las máquinas epistemológicas y las voces de las mujeres participantes.

11.5.5. Influencias culturales en la infancia y adolescencia

Los cuentos, series y películas que se mencionan en las respuestas de los formularios, fueron en su mayoría producciones de Disney, *La bella y la bestia*, *Cenicienta*, *La dama y el vagabundo*, así como títulos de la cultura romántica popular como *Bajo la misma estrella*, *Diario de una pasión*, *Titanic*, *Shrek*, *Patito feo* y *El extraño caso de Benjamin Button*.

Cuando se cuestionó por qué estas historias influyeron en ellas, la respuesta coincidía en varios puntos, una idealización del amor perfecto, para siempre y sin problemas. El aprendizaje de que el amor todo lo puede y el feliz para siempre. Algunas participantes dijeron que luego de un tiempo eran conscientes de las fantasías en las que vivieron, pero que las acompañaron durante años moldeando sus expectativas.

Hallar esto confirma lo que Giroux (2001) advierte: Disney no solo entretiene, sino que "provoca y da forma a las imaginaciones, los deseos, los roles y los sueños de los niños a la vez que sedimentan simultáneamente sentimiento y significado" (p. 99). La cultura visual

es entonces un dispositivo pedagógico activo que enseña a desear, que desear y como desearlo.

11.5.6. Cómo imaginaban el amor en la adolescencia

Las respuestas encontradas nos revelan que en la mayoría de las experiencias el amor fue imaginado, como algo perfecto, sin conflictos, romántico y leal, muy apegado a la premisa que compartes los cuentos de hadas. Muchas participantes creían que tener pareja era una necesidad que supliría felicidad o ese sentirse completa. Algunas se imaginaban que el amor lo curaba todo, que sin esfuerzo llega y transforma la vida.

Mantener esa expectativa del amor como salvación, resuena con lo que Norwood (1986) describe como el patrón de "amar demasiado": confundir la dependencia con el amor, esperar que el otro nos complete, creer que el amor verdadero lo puede todo. A su vez resuena con lo que se mencionó en los diarios personales, en donde se evidencia la dificultad de estar sola en un mundo que promete compañía eterna.

11.5.7. Primera experiencia de amor romántico: el choque con la realidad

Aquí la mayoría de respuestas indicaron que sus primeras experiencias de amor romántico fue un choque con la realidad. El amor no bastó, no todo fue fácil y aparecieron elementos no contemplados de manera directa en los cuentos, como los celos, la manipulación, la infidelidad, la presión sexual, las relaciones tóxicas o la dependencia emocional. Algunas vivieron bonitos amores que simplemente terminaron, pero la gran mayoría describió un desencuentro entre lo que esperaban y lo que recibieron.

Este choque nos permite revelar que, en medio del dolor de una ruptura, la culpa no es solo personal, es síntoma de haber creído la narrativa de que si una ama lo suficiente, todo estará bien.

11.5.8. Primera experiencia de desamor: dolor y transformación

Durante las primeras experiencias de desamor, predominaron sentimientos de tristeza profunda, culpa, vacío, desconfianza, ataques de ansiedad y pérdida de la ilusión. Pero junto al dolor, surgieron a su vez cambios internos significativos, donde las participantes dejaron de creer en el amor o en los hombres; otras tomaron unas actitudes más duras, más desconfiadas y más fuertes. Muchas entendieron que el amor no es estático, cambia y se construye.

11.5.9. Dependencia emocional y autovaloración

La mayoría de las mujeres participante indicaron que, si habían sentido que su valor dependía de vivir en una relación o de ser amada por otra persona, especialmente las que reconocieron tener apego emocional con los vínculos que construían. Algunas mencionan haber logrado zafarse de esa dependencia con tiempo y aprendizaje; otras aún están en ese proceso. Esos patrones conversan con lo que Norwood (1986) describe como el núcleo del "amar demasiado": la búsqueda de validación externa, la sensación de que el amor del otro nos da valor.

11.5.10. *Aprendizajes después de una ruptura*

Lo que mencionan con frecuencia las participantes respondiendo a este concepto es que los aprendizajes que se permitieron fueron valorarse a sí mismas, poner límites y no abandonarse. Mencionaron a su vez que el amor no lo es todo, que mantener una buena comunicación y respeto son fundamentales en cualquier vínculo, y que es necesario aprender a soltar, a reconocer señales de alerta y a no idealizar a la pareja.

Estos aprendizajes son el eco de lo que Foucault (1999) llama el "cuidado de sí", una práctica de libertad que necesita desprenderse de las ataduras heredadas para ocupar de nuevo la vida desde el pensamiento propio. El desamor entonces no es un final, sino el inicio de una ética de cuidado personal.

11.5.11. *¿Se puede aprender con el corazón roto?*

Frente a la frase propuesta para su interpelación "no se puede aprender con el corazón roto", las opiniones se dividieron, aunque la mayoría estuvo en desacuerdo. Muchas mujeres creen que, si se puede aprender, aunque es más difícil porque el dolor ocupa toda la atención. Otras mencionaron que es precisamente en esos momentos donde más se aprende, pero sobre todo sobre una misma y sobre las relaciones.

Esa tensión que se presenta entre el dolor que paraliza y el dolor que enseña es el núcleo de esta investigación. Como se puede observar en los diarios personales, el aprendizaje no ocurre a pesar del dolor sino a través de él. La escritura, reflexión, el paso del tiempo y el encuentro con otras voces, permiten que el corazón no solo sane, sino que esa manera inicial de amar se transforme.

11.5.12. *Cómo reescribirían el amor en películas o cuentos*

Las mujeres participantes fueron determinadas al indicar que mostrarían que el amor no es perfecto, que requiere de esfuerzo de comunicación y de respeto. Enseñarían del amor propio antes del amor de pareja. No romantizarían el depender emocionalmente de otro, ni los celos, ni la idea de que el amor todo lo cura. Añadirían finales que no sean predecibles con finales felices y enseñarían la realidad después del amor, la ruptura.

Estas propuestas de volver a escribir esas narrativas del amor, son a su vez parte del proyecto de este trabajo, desaprender ese guion heredado para poder dar escritura a otros. Permitiendo así volver a nosotras, elegirnos y romper los hechizos.

Finalmente, estos resultados permitieron reconocer ese tejido que revelo que la educación emocional y sentimental que recibimos las mujeres va de la mano con símbolos culturales que codifican como debemos comportarnos. Los diarios personales, las máquinas epistemológicas, el análisis de las películas de Disney y las voces de las mujeres en los formularios no son relatos separados. Son hilos de un mismo tejido. Nos cuentan una misma historia diferentes voces.

11.6. Lectura transversal de los resultados

Aunque ya hemos ubicado algunos datos recolectados en los formularios, acá las posicionamos como parte de este apartado, integrando el resto de los relatos, la teoría de los autores y los hallazgos mencionados anteriormente en los siguientes resultados:

11.6.1. ¿Que aprendimos sobre el amor?

Partiendo de la información que obtuvimos en los formularios, más de 60 respuestas, surgen cuatro bases principales que definen como las mujeres conciben el amor.

- El amor como sacrificio: 68% de las respuestas, se ubican frases como “Dar todo de mí”, “cuidar siempre”, “amar es dejar ir”, “amar es aguantar”. Un imaginario que coincide con Ariel y con Bella, historias mencionadas anteriormente.
- El amor como dolor: 58%, donde nos dicen “me rompieron el corazón”, “me destruyó”, “sufrir es amar”. Donde se refuerza ese ideal del amor entendido como umbral de sufrimiento.
- El amor como compañía: 74%, nos dicen “es apoyo”, “es caminar con alguien” es “tener a alguien al lado”, opera aquí esa pedagogía romántica sobre que la vida se piensa en plural, no en singular.
- El amor como libertad: 63%, se mencionan fases como que el amor es: “una decisión”, “es soltar”, “es respetar”. Este eje nos mueve hacia las nuevas narrativas, además de la reconstrucción afectiva contemporánea.

<i>Categoría</i>	Porcentaje	Ejemplos textuales de las respuestas
<i>Amor como sacrificio</i>	68%	“Dar todo de mí”, “Amar es aguantar”, “Cuidar siempre”, “Dejar ir es amar”
<i>Amor como dolor</i>	58%	“Me rompieron”, “Sufrir es amar”, “El amor duele”, “El amor desgasta”
<i>Amor como compañía</i>	74%	“Es apoyo”, “Es caminar juntos”, “Es estar para el otro”, “Es tener a alguien”

<i>Amor como libertad</i>	63%	“Es decisión”, “Es soltar”, “Es respetar”, “Amarme a mí misma primero”
<i>Miedo a la soledad</i>	67%	“Me quedé por no estar sola”, “Temía quedarme conmigo misma”
<i>Culpa tras el desamor</i>	42%	“Sentí que fallé”, “Pensé que no fue suficiente”, “Era mi responsabilidad”
<i>Reconstrucción después de la ruptura</i>	74%	“Aprendí de mí”, “Volví a mí misma”, “Me reconstruí”, “Ahora me pongo primero”

Estas categorías no son solo descripciones; son rastros de una pedagogía afectiva. El "amor como sacrificio" (68%) y el "amor como dolor" (58%) dialogan con lo que Norwood (1986) llama "amar demasiado": confundir el sufrimiento con prueba de amor. El "amor como libertad" (63%), en cambio, apunta hacia lo que Foucault (1999) describe como "cuidado de sí": una práctica ética que implica desprenderse de los mandatos heredados. El "miedo a la soledad" (67%) revela una de las heridas más profundas de esta educación sentimental: nos enseñaron a buscar compañía, pero nunca a estar con nosotras mismas.

11.6.2. ¿Qué nos pasó en el desamor?

- El abandono: 35% nos contó que la ruptura ocurrió sin ninguna explicación.
- La culpa: 42% coincidió en sentir que fallo en algo, a pesar de haber sido lastimadas.
- El cuerpo como archivo de dolor: más del 50% presento problemas de insomnio, ansiedad o dolores físicos durante el desamor.
-

11.6.3. ¿Qué surgió después?

Las respuestas dan un patrón de transformación luego del desamor en las mujeres que participaron en el formulario:

- 74% genero aumento de amor propio.
- 69% se permitió poner límites.
- 63% desarrollo una autonomía emocional.
- 59% logro una reconstrucción de identidad.

Estos porcentajes nos dan cierta esperanza. Muestran que, aunque el desamor duele, permite ser fulminante de transformación. Como mencionábamos en los conceptos iniciales de este trabajo, el desamor no es un final, sino un puente. Las mujeres que participaron en el desarrollo de los formularios no solo sufrieron, también aprendieron, a valorarse, a poner límites y en especial a no abandonarse a sí mismas.

<i>Película</i>	Mensaje afectivo aprendido	Patrón identificado en los datos	Correspondencia teórica
<i>La Sirenita</i>	Amar implica renunciar y sacrificar partes de ti.	72% dijo haber dado más de lo que recibía.	Norwood: amor desde la carencia. Bettelheim: precio del deseo.
<i>La Bella y la Bestia</i>	Amar implica sanar y redimir al otro.	70% dijo intentar sanar a su pareja.	Norwood: amor terapéutico. Foucault: dispositivo afectivo.
<i>Frozen</i>	Amar implica elegir. El amor no es destino.	74% habló de autonomía después del desamor.	Nuevas narrativas afectivas; ruptura de guión.

<i>Categoría</i>	Descripción	Ejemplos de relatos
<i>Heridas de origen</i>	Recuerdos infantiles, primeros amores, dinámicas familiares que moldean la forma de amar.	“Crecí creyendo que amar era sostener.”
<i>Patrones de repetición</i>	Conductas afectivas que se repiten en distintas relaciones.	“Siempre termino con alguien que no sabe amarme.”
<i>El cuerpo como archivo</i>	Síntomas físicos y emocionales que narran el desamor.	“No dormía, me dolía el pecho.”

<i>Mirada encantada</i>	Creencias heredadas de Disney, cuentos y cultura visual.	“Ariel me enseñó a sacrificarme.”
<i>Desencantamiento</i>	Reconocimiento del daño y ruptura del guion.	“Me di cuenta que nadie iba a salvarme.”
<i>Reconstrucción afectiva</i>	Nuevas formas de amar, límites y agencia.	“Ahora elijo quedarme conmigo.”

Los datos presentados en estas tablas no son números fríos. Son voces. Son las voces de mujeres que, están aprendiendo a desaprender el amor que les enseñaron.

El 74% que habla de reconstrucción después de la ruptura no es solo una estadística; El 63% que desarrolló autonomía emocional. El 42% que sintió culpa a pesar de haber sido lastimada.

Los números y las palabras cuentan la misma historia. La historia de una educación sentimental que nos enseñó a amar desde la carencia, la espera y el sacrificio. Pero también la historia de un reaprendizaje posible, de una reconstrucción afectiva que, aunque duele, transforma.

11.7. Donde los hilos se encuentran

Este análisis nos ha permitido revelar una verdad que nos pertenece a todas las mujeres que participaron en esta investigación y a las que se sientan identificadas al leer este documento: el amor que aprendimos a vivir no nació del corazón, surgió de la cultura visual a la que pertenecemos, a las imágenes que nos moldearon antes de que pudiéramos siquiera nombrar lo que sentíamos.

Cada historia conocida, cada frase escrita, cada respuesta honesta y cada herida abierta, nos confirma una misma pedagogía sentimental, aprendimos a amar a través de la mirada. Miramos a Ariel cuando renuncio a su voz y aprendimos a quedarnos calladas.

Miramos a Bella sanar a la bestia y aprendimos a sanar a los demás. Otras princesas también dan cuenta de estas narraciones que forjan una educación afectiva que sirva, que atienda, que este presta sobre todo a ese mundo de los hombres.

Pero este análisis no solo reveló el origen del hechizo. También mostró sus grietas. Sobre todo, mostró que las mujeres no somos receptoras pasivas de esas imágenes.

En los diarios personales, la escritura pasó de ser un grito de culpa a una declaración de autonomía. En las máquinas epistemológicas, el vidrio que se rompía simbolizó el fin de la ilusión, y la cabina oscura ofreció un espacio para recomponer la mirada. En los formularios, la mayoría de las mujeres afirmó haber reconstruido su vida después del desamor y haber encontrado un amor transformado, más consciente, más libre. Esto no es casualidad: es la evidencia de que las mujeres resisten, reinterpretan y negocian con las imágenes que las formaron.

No amamos desde el papel en blanco, amamos desde los guiones que se nos han heredado. Como afirma Foucault, el poder actúa en lo cotidiano, en lo pequeño, en lo que parece inocente; como advierte Bettelheim, los cuentos siembran símbolos que se vuelven carne; como nombra Norwood, repetimos lo que aprendimos en la infancia; como señala Giroux, Disney educa sin que parezca que educa.

Sin embargo, este trabajo también ha mostrado que el cuestionamiento de esos guiones no surge de la distancia analítica, sino del choque experiencial. Es la ruptura, el desamor, el dolor de que la fantasía prometida no cumple, lo que abre la posibilidad de intentarlo de nuevo.

Los datos que se obtuvieron a lo largo de la construcción de esta monografía evidencian que las mujeres amamos desde un mismo tejido cultural, el sacrificio, la entrega, la culpa, la fantasía. Cualidades que se impregnan desde la niñez pero que no es obligatorio

permanecer con ellas, esta investigación revela algo más fuerte, esa posibilidad de romper el hechizo, llegar al desencantamiento, que no es olvidarnos de lo que paso sino validar que las imágenes que nos formaron nos preceden, pero no nos determinan.

Respuestas de libertad, decisiones propias, amor propio, empezar de nuevo. En ese punto este análisis se convierte en pedagogía, ya no solo se entiende lo que se vive, sino que permite romper esa tendencia a ser mujeres perplejas, nos podemos transformar, nos podemos rescatar. Este es el aporte de esta investigación al campo de la educación artística y la cultura visual: mostrar que desaprender los guiones afectivos heredados es posible, y que la experiencia del desamor puede ser un dispositivo pedagógico para la transformación.

Porque si algo ha quedado claro a lo largo de estas páginas es que el desamor, aunque duele, también despierta. El desamor no es el final de la historia; es el inicio de otra, una que nosotras podemos escribir.

Este capítulo cierra con esa certeza de que el amor que aprendimos puede desaprenderse, el guion que nos heredaron puede volverse a escribir y el espejo encantado puede romperse. Y en ese romper, ese nuevo mirar, surge algo que no nos enseñaron las películas de princesas, pero que hoy podemos revelar: el amor vuelve a nosotras.

No como mandato. No como sacrificio. No como espera. Sino como posibilidad. Como decisión. Como territorio que habitamos desde el cuidado de nosotras mismas.

Y ese es, quizá, el final feliz que nunca nos contaron.

12. Conclusión

Llegando al final de esta investigación, resulta evidente que el amor es un concepto vasto, de múltiples dimensiones e interpretaciones; desde la familia, los amigos y la búsqueda de pareja. Lo que si queda en evidencia es que este no funciona exclusivamente como un sentimiento individual, espontáneo o natural. Por el contrario, se presenta como un cruce cultural que nos va moldeado desde la infancia; desde los relatos, las imágenes y convivencia que operan de manera imperceptible.

Tanto los diarios personales como las voces de las mujeres participantes, revelaron algunos patrones que se repiten: las mujeres amamos como nos enseñaron a amar, casi como una herencia. Este descubrimiento no surge únicamente de la experiencia que atravesé, sino de la posibilidad de revisar el pasado desde una perspectiva crítica y autoetnográfica, esto me permitió identificar las formas afectivas y amorosas inscritas en mi memoria, no como un destino, sino como un guion que puede ser cuestionado.

En este sentido, los aportes de Robin Norwood permiten comprender cómo el amor que toca lo doloroso, tiene su raíz en las primeras experiencias afectivas, donde el cariño, la validación o la atención están ligados al sacrificio, al ser complacientes y el esfuerzo por obtener amor a través del sufrimiento. Norwood explica que muchas mujeres llegan a la adultez con una asociación inconsciente entre amar y soportar, una asociación casi invisible, entre querer y rescatar al otro, entre permanecer y aguantar, sin ser conscientes de ello. Si bien no se trata de determinar que todas las historias afectivas responden al mismo patrón, sí se reconoce que existe un fondo emocional compartido que predispone a algunas mujeres a amar de modo desmedido, incluso a costa de sí mismas.

Por su parte, Bruno Bettelheim muestra que los cuentos de hadas funcionan como “mapas emocionales” que orientan el desarrollo subjetivo infantil. A través de sus símbolos y

tramas, estas narrativas presentan a la niña o la joven, escenarios donde el amor se recompensa tras la obediencia, la espera, el sacrificio o la renuncia personal. Los cuentos modelan el imaginario y los deseos, y con él, las expectativas afectivas: princesas salvadas, mujeres que soportan y obtienen enormes recompensas, figuras femeninas cuya virtud radica en la paciencia y cuya recompensa es ser amadas. Esta estructura simbólica, se instala desde la infancia, no desaparece al crecer; más bien, se transforma, se adapta y termina influyendo sutilmente en la manera en que muchas mujeres escogen a quién amar y qué están dispuestas a tolerar en nombre del amor.

Por otro lado, la cultura visual contemporánea, y clásica, amplifica estas narrativas infantiles. Las películas, series y representaciones audiovisuales (muchas de ellas producidas por grandes industrias culturales como Disney) actúan como extensiones pedagógicas del imaginario infantil. Presentan modelos de amor atravesados por la idealización, la entrega absoluta, la redención y la espera. Aunque estas historias se perciban como simples fantasías, operan como verdaderas pedagogías afectivas. Educan en lo que significa ser mujer, en cómo se debe amar y en qué se espera de una buena pareja femenina. Así, la cultura visual se convierte en una escuela paralela donde aprendemos sin saber que estamos aprendiendo, y donde los criterios del amor romántico se naturalizan al punto de parecer destinos inevitables.

Los testimonios de las mujeres participantes evidenciaron la fuerza de estos guiones afectivos. En sus relatos aparecieron patrones comunes: amar demasiado, esperar demasiado, aguantar demasiado. Este paralelismo entre vivencias permitió reconocer que lo emocional no es un ámbito estrictamente privado, sino un tejido social donde las experiencias individuales reflejan un sistema cultural compartido. La emoción también es política, y en esta investigación, el dolor amoroso se revela como una experiencia colectiva sostenida por una

maquinaria simbólica que atraviesa a las mujeres desde su infancia. Pero también se revela como un territorio de disputa donde es posible agenciar otras formas de sentir.

La autoetnografía, entonces, devino en un acto político y con vías a la transformación. La narración personal me permitió romper el silencio alrededor del amor doloroso y devolver la capacidad de interpretar mi propia historia afectiva. Es pues que me puedo reconocer no como víctima de un destino afectivo ya trazado, sino como una mujer que analiza, cuestiona y reescribe los guiones que heredó, la forma en la que aprendió a amar. Este gesto no solo me permite transformar mi experiencia individual, sino que se convierte en una invitación para que otras mujeres reconozcan que sus emociones tienen origen, estructura y posibilidades de cambio.

Precisamente aquí reside el aporte pedagógico de esta investigación. Comprender cómo la cultura visual moldea, forma y, en ocasiones, deforma nuestras maneras de amar, es un gesto profundamente formativo. Las artes visuales no solo representan el mundo: lo enseñan, lo comparten, lo instalan en los cuerpos y las memorias. Por ello, este trabajo ofrece herramientas para que educadoras y educadores puedan acompañar a futuras generaciones a leer críticamente las imágenes que consumen, los relatos que internalizan y las emociones que aprenden. Educar en el amor implica reconocer que los afectos también se enseñan y que las representaciones audiovisuales constituyen currículos emocionales tan poderosos como invisibles. Implica, también, ofrecer espacios donde sea posible nombrar el dolor, cuestionar el guion y ensayar otras formas de vincularse.

Comprender el origen cultural y simbólico del amor permite también ver que este puede mutar. El amor deja de ser un mandato y se convierte en un proceso vivo, susceptible de reinterpretarse, nombrarse y resignificarse. Cuando el amor se entiende como construcción y no como destino, se abre un abanico de posibilidades afectivas que permiten vincularse de manera más consciente, libre y de una manera autónoma. Así, este trabajo concluye que el

amor puede y debe reaprenderse, especialmente cuando sus formas tradicionales han producido sufrimiento y desigualdad emocional entre hombres y mujeres. Y ese reaprendizaje no es un acto solitario: es una práctica pedagógica que puede y debe ocurrir en el aula, en la familia, en los espacios de creación artística y en la conversación entre mujeres.

Finalmente, esta investigación subraya la importancia de la autoetnografía como metodología no solo válida, sino necesaria para abordar fenómenos emocionales desde las artes visuales y la educación. Narrar la propia experiencia no es un ejercicio de exposición innecesaria; es un acto de investigación que permite tejer lo personal con lo colectivo, lo íntimo con lo estructural. La autoetnografía nos recuerda que el conocimiento no se produce desde la distancia, sino desde el reconocimiento de que quien investiga también está atravesada por lo que investiga. Y ese reconocimiento, lejos de ser una debilidad, es una potencia: permite nombrar las heridas no como fracasos, sino como puntos de partida.

Por tanto, este documento concluye que el amor no debe asumirse como una única forma de ser, ni tampoco como una verdad heredada. Se necesita cuestionar, pues no es una narrativa que se perpetúa sin resistencia. El amor puede revisarse, liberarse y narrarse de nuevo. Y quizá, en ese movimiento de reescritura y conciencia, podamos aprender a amar de una manera que no nos duela, que no nos someta y que no nos silencie; un amor que deje de ser un camino trazado y se convierta en una elección consciente, ética y humana. Un amor que, comprendido pedagógicamente, pueda enseñarse y aprenderse desde la libertad, la dignidad y la posibilidad de imaginar nuevas formas de estar con otros y con una misma.

Si usted, lectora, se sintió identificada con lo que se desarrolló durante las páginas de esta investigación, por favor no dude en empezar su despertar leyendo el libro de Robin Norwood, *Las mujeres que aman demasiado*. Este libro fue la ventana que me permitió ver la luz sobre la manera en que yo vivía el amor. Sé que además en nuestra sociedad y en especial

en Colombia, muchas mujeres compartimos una misma forma de amar, moldeada por las mismas historias, cuentos, imágenes y mandatos. Eso nos entrelaza y nos convierte en mujeres que amamos demasiado. Por eso para cerrar le brindo de manera sincera esta recomendación, atrevase a seguir su propio encuentro leyendo ese libro. Quién sabe, talvez así también pueda romper el hechizo.

Y ese es, quizá, el mayor hallazgo de esta investigación: el amor que aprendimos puede desaprenderse. El guion que nos heredaron puede volverse a escribir. El espejo encantado puede romperse. Y en ese romper, en ese nuevo mirar, el amor finalmente vuelve a nosotras.

13. Anexos

Anexo 1. Fragmentos de diarios personales Josdym García

Documento que da cuenta de los fragmentos de diarios personales, recuperados para esta investigación.

Anexo 2. Relatos de des amor, ¿Qué nos pasó?

Documento con los registros de escritos recolectados en el desarrollo de la Maquina Epistemológica 2.0.

Anexo 3. Formularios

Registros de las respuestas de las mujeres que participaron en esta investigación.

13.1. Anexo 1. Fragmentos de diarios personales Josdym García

[FRAGMENTOS DE DIARIOS PERSONALES JOSDYM GARCIA.pdf](#)

13.2. Anexo 2. Relatos de des amor, ¿Qué nos pasó?

[RELATOS DES AMOR QUE NOS PASO.pdf](#)

13.3. Anexo 3. Formularios

[FORMULARIO DESPUES DEL FELICES PARA SIEMPRE.xlsx](#)

14. Bibliografía

Alcalá, F., & Sánchez, M. (2018). El poder de las imágenes: Retos y perspectivas contemporáneas. Universidad de Guadalajara.

Andrade Rivera, M. C. (2023). Vivir el desamor: Narrativas de mujeres sobre experiencias de duelo amoroso (Trabajo de grado, Departamento de Antropología, Facultad de Ciencias Sociales, Pontificia Universidad Javeriana).

Batallán, M., & Batallán, A. (2021). Cultura visual y afectos: notas para pensar el giro afectivo. *Revista Latinoamericana de Estudios Visuales*, 4(2), 1–14.

Bénard Calva, S. M. (2019). Autoetnografía: Una metodología cualitativa. Universidad Autónoma de Aguascalientes.

Bettelheim, B. (1994). Psicoanálisis de los cuentos de hadas (S. de la Torre, Trad.). Crítica. (Trabajo original publicado en 1976).

Foucault, M. (1999). El sujeto y el poder. En Dreyfus & Rabinow, Michel Foucault: Más allá del estructuralismo y la hermenéutica. Nueva Visión.

Foucault, M. (1999). Estética, ética y hermenéutica. Paidós.

Foucault, M. (2007). El nacimiento de la biopolítica. Fondo de Cultura Económica.

García Pinilla, B. J. (2024). Des/Amor. En E. J. Guerrero Chinome & G. S. Sáenz Gutiérrez (Eds.), *Máquinas Epistemológicas 1.0: Catálogo de exposición* (pp. 50-53). Universidad Pedagógica Nacional.

García Pinilla, B. J. (2024). Había una vez... Después de esa vez. En G. S. Sáenz Gutiérrez & E. J. Guerrero Chinome (Coords.), *Máquinas Epistemológicas 2.0: Catálogo de exposición* (pp. 98-103). Re[Tinta]. Universidad Pedagógica Nacional.

Giroux, H. A. (2001). El ratoncito feroz: Disney o el fin de la inocencia (A. Jiménez, Trad.). Ediciones Paidós. (Trabajo original publicado en 1999 como *The Mouse That Roared: Disney and the End of Innocence*).

Herrera Gómez, C. (2020). Definición de "Amor Romántico". *Blog de Coral Herrera Gómez*. <https://haikita.blogspot.com/2020/07/definicion-de-amor-romantico.html>

Muñoz Sarmiento, A. C. (2016). El amor, esa palabra: Tensiones y rupturas de mujeres frente al modelo hegemónico del amor en la ciudad de Bogotá (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas).

Norwood, R. (1986). Las mujeres que aman demasiado (N. Escoms, Trad.). Javier Vergara Editor, S. A.

Oliveros Pajares, M. J. (2019). Deconstrucción del amor romántico: Mitos y narrativas (Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de Comunicación y Lenguaje).

Picech, S. (2021). Autoetnografía y memoria afectiva. *Revista de Antropología Social*, 2(1), 1–12.

Sandoval Casilimas, C. A. (2002). Investigación cualitativa. ICFES – Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior.

Zipes, J. (2012). *The irresistible fairy tale: The cultural and social history of a genre*. Princeton University Press.

