

NÚRIA VILADOMAT I CANUDAS

Solteres i encantades



Sobre l'estigma de la solteria
femenina i com esquivar-lo



Angle Editorial

SOLTERES I ENCANTADES

INSPIRA

84

© 2021 Núria Viladomat i Canudas

© Suns07butterfly, per les il·lustracions

© 9 Grup Editorial, per l'edició
Angle Editorial

c. Mallorca, 314, 1r 2a B

08037 Barcelona

T. 93 363 08 23

www.angleeditorial.com

angle@angleeditorial.com

Primera edició: maig de 2021

ISBN: 978-84-18197-75-8

DL B 8091-2021

Imprès a Romanyà Valls, SA

No és permesa la reproducció total o parcial d'aquest llibre,
ni la incorporació a un sistema informàtic,
ni la transmissió en cap forma ni per cap mitjà,
sigui electrònic, mecànic, per fotocòpia, per gravació o altres mètodes,
sense el permís previ i per escrit dels titulars del copyright.

Núria Viladomat i Canudas

SOLTERES I ENCANTADES

**Sobre l'estigma de la solteria
femenina i com esquivar-lo**

Als meus pares, per haver-me donat l'ADN que em permet fer aquestes bogeries amb dignitat i llibertat.

A la Neus i l'Àngela, per ser-hi, des de fa tantes primaveres, sempre a primera línia de foc.

A la Sandra, la Marina, la Mercè i la Clara, per fer de xarxa, estimar-nos i llepar-nos les ferides.

A l'Amanda i la Maria, per ser les primeres de llegir el manuscrit i les primeres d'opinar i encoratjar.

A la Beatriz, per ensenyar-me que un altre tipus de dona és possible.

A en Ferran, per ser aquí tot i sent allà.

A la Rosa i en Miquel, per la seva professionalitat, confiança i qualitat humana.

A l'Abril i la Laila, les meves filloles, perquè puguin fer-se grans i ser dones lliures.

A tots els homes que en algun moment heu estat «de la meva vida», per haver-me ajudat a veure el que soc i el que no soc.

I sobretot, a totes vosaltres, companyes, perquè deixeu de patir pel que no és real i comenceu a gaudir del que sou.

TAULA

Nota de l'autora	11
Introducció	15
PRIMERA PART. Per què som solteres?	19
SEGONA PART. D'on venim i on som	29
La construcció de l'estigma: què és i com s'imposa?	31
La monogàmia afectiva i la parella tradicional	40
L'acceptació de la realitat: la solteria com a període vital amb identitat pròpia	42
L'amor romàntic	45
Les actituds desesperades	49
El judici social i el judici autoimposat	51
Les emocions habituals	57
TERCERA PART. Cap on anem?	77
La sexualitat durant la solteria	79
La xarxa afectiva i el selfcare	98
Tenir una vida pròpia i amb sentit	107
Conclusions	141
Agraïments	143

Nota de l'autora

Aquest llibre és un llibre d'autoajuda, entenent l'autoajuda com el gest de responsabilitat que fem quan ens trobem davant d'una situació que no sabem resoldre. Ens «autoajudem» perquè som nosaltres mateixes les que decidim trobar un pla B en comptes de ser víctimes de la situació. Per tant, sí, és un llibre d'autoajuda. Que serveixi a tothom, ja és una altra cosa.

Vol donar consells? Sí. He llegit mil vegades el «No vull donar consells a ningú perquè qui soc jo per...?»; doncs bé, jo soc la Núria i sí que vull donar-los, perquè confio que en la llibertat i el criteri de l'altra hi ha la decisió de fer-los servir o no. Perquè a mi m'hauria anat molt bé que me'ls haguessin donat en el seu dia, perquè explicar la pròpia experiència no és sinònim d'imposar-la o creure que és la generalitzada i perquè donant-los no dono per fet que siguin veritats universals.

Totes som diferents i tenim una experiència personal de l'entorn, però sovint les veritats d'una coincideixen amb les de l'altra, i aquesta és la meva intenció. Que llegint aquestes

línies s'encenguin llums de veritat personal dins de cadascuna.

Per altra banda, no és un llibre que parli de la història de la solteria. No soc una intel·lectual i no m'interessa en aquest sentit. Respecte al passat, només m'interessa l'estat emocional en el qual ens ha deixat, la part interna ferida que arrosseguem i anem reproduint com autòmats tot i ser nociva. M'interessa l'emocionalitat que envolta l'estigma de la solteria i la manera que tenim de percebre el que ens passa i el que passa, perquè és en aquesta percepció esbiaixada on neix el patiment. I és aquest patiment el que es tracta que deixem de tenir.

Pel que fa a la meva trajectòria personal i professional, soc humanista, en el sentit més estricte del terme, i confio, com deia Nuccio Ordine, en «la utilitat de l'inútil» que t'aporten les humanitats. Vaig estudiar aquesta carrera convençuda de la qualitat humana d'aquesta titulació i he tingut una trajectòria professional plena de girs, havent entrat en diversos camps del saber des de la motivació d'aprendre i completar la meua visió de la vida i de la societat. Per a mi, aquest llibre és el resultat de l'actitud vital humanista que ajuda les persones a ser crítiques amb l'entorn i a buscar veritats que ens portin a donar sentit a l'existència.

Pel que fa al gènere, el llibre està escrit en femení perquè segurament les lectores majoritàries seran dones. Però m'agradaria deixar clar que aquest fet no exclou de cap manera els homes. Molts companys solters m'han comentat que se senten identificats amb moltes de les coses que dic, però davant la solteria la pressió social que rebem les

dones és molt més forta que la dels homes, i per tant em sembla més necessari centrar l'atenció en el gènere femení.

Pel que fa a les lesbianes, els exemples que poso provenen d'una realitat heterosexual, perquè és la que jo he viscut i la que m'apareix al cap quan escric. Tot i això, la majoria dels exemples exposats es donen també en parelles de dones, perquè la base de memòria col·lectiva hi és en totes: totes vivim dins d'un sistema patriarcal i totes som dones, amb independència de les preferències afectives que triem.

Finalment, cal afegir que al llarg de tot el manuscrit faig referència a les solteres enteses com aquelles dones que no tenen un compromís afectiu i sexual fix amb una única parella. Aquest matís, tot i que evident, és rellevant, tenint en compte que es poden establir vincles afectius i sexuals amb més d'una persona i que a nivell públic no hi ha una parella normativa reconeguda.

Introducció

L'estiu de 2018 vaig decidir ampliar el meu cercle d'amistats femenines i vaig entrar a internet amb l'objectiu de trobar algun col·lectiu de dones solteres que em permetés obrir el camp. Quan vaig posar al cercador «solteres Barcelona» totes les opcions que em van sortir (i quan dic totes vull dir totes) eren de pàgines de cites. L'ordinador, la xarxa, la societat, m'estaven dient que si era soltera «el que estava buscant» era una parella, que si era soltera el pas següent era tenir una cita, que si era soltera el que havia de fer era relacionar-me amb solters i no amb altres solteres. I com que soc de naturalesa curiosa i reactiva, vaig posar-me a pensar si això realment havia de ser així... i a partir d'aquí, va començar tot. El resultat d'aquest procés és el llibre que tens ara mateix a les mans.

La societat monògama i patriarcal ha relegat la solteria femenina a un estigma que moltes dones pateixen en silenci, sobretot després de la trentena. El judici social ha convertit l'estat de «no aparellada» en una dura trinxera on la soledat, la falta d'afecte i la sensació de desvalorització for-

men un tàndem indissociable. En aquest marc, el patiment de les dones solteres queda silenciada i el dolor i l'autojudici conviuen en un escenari d'aparent normalitat. Avui dia, el sistema encara ens empeny a formar nuclis monògams de dos, des d'una lògica heterosexual i reproductiva, i ens fa entendre que tot el que surti d'aquest esquema fix és anòmal i susceptible de ser jutjat. Amb aquests estigmes, les dones solteres, per la seva condició de dones i de no emparellades, es tornen carn de canó per al rebuig social.

De la mateixa manera que no tenir parella s'associa amb un estat anòmal, tenir-ne, per contraposició, és la promesa de viure una vida plena. L'amor romàntic ens ha venut la parella com la compleció imprescindible i la majoria ens hi hem aferrat, tot i que l'experiència ens hagi demostrat que no és així. La idea de la parella com a esglaó necessari per a la felicitat posa les solteres en un fals escenari d'infelicitat, vivint en una dualitat que ens fa entendre la parella com a sinònim d'èxit i la solteria com a sinònim de fracàs.

Tot i el context, aquest llibre no pretén ser una croada a favor de la solteria i en detriment de la parella, sinó un manual d'anàlisi respecte a la manera que tenim d'entendre els afectes i el que som quan no tenim parella; del que és ser soltera i del que realment no és. És un intent (i espero que es concreti per a algunes) de deixar enrere tots els prejudicis respecte a la solteria i canviar el victimisme vital per una actitud favorable.

Per fer aquest pas, encarar l'estat de no emparellada amb autosuficiència i independència és la clau per viure'l amb felicitat, i amb aquest objectiu el llibre tracta tots aquells

aspectes que es posen en escac quan som solteres. Saber quines són les nostres necessitats reals i preocupar-nos de cobrir-les, tenir clar qui som, posar atenció en com i en què invertim el nostre temps, prendre decisions amb seguretat, conèixer l'essència de la nostra sexualitat, apropar-nos a la soledat sense drames, aprendre a cuidar-nos, ser econòmicament independents i construir un cercle afectiu al nostre voltant són alguns dels aspectes que hem de tenir en compte per poder ser solteres còmodament.

En resum, l'ambició primordial d'aquestes pàgines és desmuntar l'estigma social de la solteria femenina i despertar la necessitat de les solteres de ser activistes de la pròpia felicitat, perquè només des del canvi individual de cadascuna podrem fer caure l'estigma.

Benvingudes al meravellós món de la revolució!



PRIMERA PART

PER QUÈ SOM SOLTERES?



L'índex de solteres i solters creix any rere any a tot el món. Segons l'INE, l'any 2018 Catalunya registrava 2.300.000 solters i solteres, d'entre 19 i 69 anys, entre no casats, separats, divorciats o vidus. Com a matís rellevant, respecte a les dades de 2017, el nombre de solters va disminuir en 10.000 homes, mentre que el nombre de solteres va augmentar en 8.800. Aquesta dada és prou significativa com per parar-nos un moment a pensar: com és que cada dia hi ha més dones que no tenen parella?

Aquesta pregunta, que podria semblar exageradament complicada de respondre, és de resolució simple.

En les últimes dècades, les dones hem entès que podem progressar en el món acadèmic i professional, i l'entrada en aquests nous camps ens ha portat a posicionar-nos d'una manera diferent dins l'entorn. No només hem canviat l'estil de vida antic, sinó que la manera de relacionar-nos amb els altres també s'ha transformat. Tenim accés al coneixement, som econòmicament independents i podem prendre decisions respecte a quin tipus de vida volem. En tant que

persones autosuficients, l'opció d'emparellar-nos ja no és una necessitat, sinó que es converteix en una decisió que prenem segons la persona que tenim davant. Amb aquest canvi les demandes sobre el que volem en una parella també han canviat.

La idea d'home proveïdor i salvador està desapareixent progressivament, i quan ens apropem a l'espai dels afectes ens trobem que el perfil masculí no respon a aquest nou funcionament. No és que no hi hagi homes, quantitativament parlant, sinó que la qualitat del que ens ofereix el mercat no ens satisfà. El canvi de rol femení dins la societat ha incrementat la demanda de qualitat respecte al potencial company i, de la mateixa manera que les dones ens hem tornat més autosuficients (a tots els nivells), busquem un company que tingui no només les mateixes característiques sinó que entengui l'espai de la parella com un espai on relacionar-se amb un igual, no amb un subordinat. Per tant, avui dia podríem dir que moltes dones busquen homes que encara no existeixen i molts homes busquen dones que cada vegada existeixen menys.

L'educació tradicional ha diferenciat sempre el que la societat espera d'un home del que espera d'una dona. Per una banda, les dones entenien que havien d'aprendre a donar i rebre amor, i aquest gest s'havia de convertir en el seu *life motive*, que és el mateix que dir que s'havia de convertir en una prioritat. L'objectiu primordial de la seva existència era construir vincles afectius duradors, i la carrera o els interessos propis s'havien de supeditar en pro de l'amor o de les cures. Als homes, en canvi, se'ls educa

per ser independents, estar enfocats en ells i prosperar en el que la societat valorava com a exitós. Però a mesura que les dones han anat incorporant el feminisme en el seu dia a dia, aquesta dinàmica de gènere ha fet un tomb i cada vegada hi ha més dones que entren en l'espai que habitualment era masculí, descompensant la balança tradicional i tornant-se així més completes. Pel que fa a aquest canvi, però, la majoria d'homes han restat impassibles, bé perquè l'antiga dinàmica els atorga una sèrie de privilegis que no volen cedir o bé perquè no volen conquerir aquest espai dels afectes (tradicionalment femení) perquè els fa perdre el que socialment es considera la masculinitat normativa.

En aquest sentit, el psicòleg barceloní Antoni Bolinches ha publicat un llibre que porta per títol *La síndrome de les Superdones*, on analitza per què les dones d'èxit tenen més dificultats per tenir parella. I per èxit em refereixo a una dona amb estudis superiors, carrera professional definida i una vida plena, un perfil que coincideix (causalment) a la perfecció amb el perfil majoritari de la soltera europea d'avui.

En la seva tesi, Bolinches descriu com els homes se senten incòmodes al costat de dones que presenten un perfil vital exitós, que els situa un esglaó per sota del propi èxit, i com això dificulta que aquestes dones puguin trobar un igual per emparellar-se. Tot i que Bolinches comenta que les dones busquen per naturalesa homes més exitosos que elles (un aspecte que no acabo de compartir), sí que penso que, a diferència dels homes, busquen relacions on la balança estigui més equilibrada. El conflicte apareix quan aquest equilibri no és compartit per la part masculina.

Segons Bolinches, el que enamora homes i dones és diferent, tot i que en ambdues parts l'eix vertebrador és el mateix: les dones s'enamoren d'homes a qui poder admirar i els homes s'enamoren de dones que els admiren. D'entrada, aquesta equació pot semblar d'encaix fàcil. Unes busquen admirar i els altres busquen ser admirats. Però si tenim en compte que hi ha més homes que excel·leixen que no pas dones, en el moment en què la dona progressa a nivell personal i professional la quantitat d'homes disponibles per admirar es redueix, ja que el tipus d'home que admira ha de tenir una trajectòria vital semblant o superior. En el cas dels homes, però, la lògica funciona justament al revés. Si excel·leixen a nivell social, cada vegada hi haurà més dones disposades a admirar-los, perquè numèricament parlant hi ha menys dones que sobresurten. Això genera que en el moment en què les dones excel·leixen es troben amb un mercat més reduït d'homes (tant en nombre com en disposició de convertir-se en la seva parella), i per tant l'evolució personal va en detriment de la sentimental. En canvi, en el cas de l'home la mateixa situació implica tenir més èxit sentimental, i per tant es pot dir que la societat, en el cas dels homes, premia en la vida afectiva la progressió personal.

Respecte a aquesta tesi de Bolinches, jo afegiria que la majoria de dones no busquen tant algú a qui admirar sinó un igual. En aquest sentit, doncs, les dones estan disposades a emparellar-se amb algú que hagi arribat al mateix punt de maduresa personal i professional que elles, però la majoria d'homes segueixen en l'estereotip anterior i, per tant, davant d'una dona que representi una igual, preferi-