

Emma Sopena yuxtapone la vida de tres mujeres en «Enlazadas»

[Multimedia](#)

La autora toma como punto de partida la dependencia emocional para sus relatos

Emma Sopena Balordi es docente de la Universidad de Valencia, además de ensayista, investigadora y escritora. En la actualidad, cuenta con varios libros publicados en España, como son *Lenguaje emocional y aspectos contrastivos. La indignación de un dios salvaje; Mujeres rotas: el lenguaje de la dependencia emocional; o, Palabras sobre el amor y palabras de amor*. Su obra literaria gira en torno a las emociones, las relaciones personales y la realidad más sensible del mundo. Así, es cierto que [Enlazadas](#) es su primera obra de ficción, y por tanto una de las más especiales de su carrera, pero tiene la esencia misma de su trabajo, sus investigaciones y sus anteriores publicaciones.

Esta novela ha sido publicada por Bohodón Ediciones y es la historia del desequilibrio emocional que comparten tres mujeres totalmente diferentes. Tal desequilibrio viene motivado por la lucha contra la dependencia emocional, las relaciones tóxicas y el apego incontrolado.

"El "mal de la dependencia sentimental" en las mujeres es todavía muy frecuente porque por demasiados frentes se transmite la idea de que el vínculo afectivo es el núcleo de la vida, por lo cual su posible pérdida acarrea gran temor e inseguridad".

La autora genera, a través de sus tres relatos, una conexión entre las tres mujeres protagonistas: Mar, Estrella y Margot viven diferentes tipos de amor pero con lugares comunes: el apego emocional, el amor desmedido y la falta de estabilidad sentimental.

"Creo que la total autonomía sentimental es una falacia, una quimera. Podemos dirigirnos y regularnos a nosotros mismos con un grado adecuado de autoestima, pero de una manera o de otra siempre dependemos del cariño y la aceptación de nuestro entorno".

Emma Sopena plantea la necesidad de desligarse de los patrones impuestos en las formas de relación emocional para que estos sean más equilibrados y proteger así la autoestima de cada uno, la cual supone la valoración principal que rige las conexiones sociales y amorosas.

"El miedo acarrea una imperiosa necesidad de seguridad y puede agarrarse al siguiente apego tóxico, porque el ser humano vive 'ligado'

afectivamente y la amputación amorosa le priva incluso de su propia imagen como reflejo en el ser amado".

Evitar el bloqueo personal para poder construir una vida independiente y no dejar que la propia felicidad sea responsabilidad de otras personas es lo que Emma Sopena Balordi quiere transmitir a lo largo de sus tres historias. Estas ejercen de reflejo en el lector para poder hacer una introspección sobre las relaciones sanas.

¿Realmente se ama de manera incondicional o, por el contrario, se ama con restricciones? ¿El amor del otro siempre se acaba convirtiendo en un molde que se puede manipular para conseguir la felicidad? Estas cuestiones sobre las formas de amor y de amar son la base fundamental de la propuesta de la autora.

"Pero el apego se convierte en enfermizo cuando se necesita el contacto permanente por miedo a perder el vínculo y ser reemplazados y olvidados, por el pavor a dejar de ser amados".

Enlazadas es un libro necesario en una sociedad cada vez más deshumanizada que busca el apego de cualquier forma. Pero antes, se ha de analizar todo aquello que necesita uno mismo para así poder entablar, posteriormente, relaciones que no sean tóxicas.

Emma Sopena construye y comparte una obra que llega a doler mientras se lee. A medida que se entra en la vida las protagonistas, el lector no puede sentirse desvinculado: existe una identificación, un pequeño pinchazo que se produce al saber que cada cual ha pasado por algo semejante. Una relación actual que tiene aspecto de laberinto sin salida, un pasado en el que sigue viviendo parte de la autoestima, sentimientos que se desbordan y afligen...

Una serie de relatos que "enlazan" con el lector de manera intensa y que le lleva a preguntarse si ama por complacer o si ama sin pautas y con toda la libertad.
