



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Facultad de
Psicología
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Enamoramiento y amor

Trabajo final de grado (monografía)



Horacio Federico Cuadrado Sención

C.I.: 4.443.279-4

Tutora: Prof. Adj. Cecilia Blezio

Revisor: Virginia Masse

Facultad de Psicología

Montevideo, febrero 2022

Índice

Resumen.....	2
Introducción.....	4
CAPÍTULO I: EN RELACIÓN AL ENAMORAMIENTO.....	6
El deseo amoroso como condición vital para el desarrollo.....	6
Primera elección de objeto de amor.....	8
Enamoramiento.....	10
Síntomas y comportamiento en el estado de enamoramiento.....	14
La duración del amor romántico.....	16
La química del cerebro en el amor romántico.....	17
El desconocimiento en el amor romántico.....	19
La adicción amorosa y el duelo melancólico.....	20
Los posibles destinos del enamoramiento.....	24
El tiempo y el apego.....	25
CAPÍTULO II: EN RELACIÓN AL AMOR.....	27
De la angustia de separatidad.....	27
La fusión simbiótica.....	29
Amor.....	30
Conclusiones.....	34
Reflexión final.....	36
Referencias bibliográficas.....	38

Resumen

Este trabajo tiene como objeto de estudio el amor de pareja. Comienza abordándose el tema desde el enfoque psicoanalítico freudiano, que lo define como enamoramiento. Se verá como a partir de las pulsiones sexuales y mediante la libido se realiza la primer elección de objeto de amor en los progenitores desencadenándose el complejo de Edipo. Por causa de la represión se producirá el sepultamiento de éste dando lugar al surgimiento de la ternura. Con el desarrollo psicosexual se producirá el enamoramiento en base a la cooperación del anhelo tierno y el anhelo sensual.

Desde sus estudios de neurobiología, Fisher coincide en la función primordial del enamoramiento para la reproducción y recuenta las sustancias químicas que intervienen en este proceso y las alteraciones que sufrirá con el tiempo, llegándose a un estado de apego. Por este carácter que tiene de idealización y por el descenso de esa pasión a medida que se satisfacen las necesidades sensuales es frecuente que se produzcan rupturas, y que el abandonado padezca una gran melancolía ante la pérdida de su amado.

En contraste se presenta el concepto de amor que desarrolla Fromm, para quien el hombre intentando escapar de la angustia causada por la separatividad, recurre a los estados orgiásticos, la conformidad con el grupo o la fusión simbiótica que le calman parcialmente. La solución a la separatividad es el amor, concebido como un arte desde el aprendizaje y el trabajo productivo, como un rasgo de madurez que requiere de un desarrollo de la conciencia moral.

Summary

This work has as its object of study the love of a couple. It begins by addressing the subject from the Freudian psychoanalytic approach, which defines it as falling in love. It will be seen how from the sexual impulses and through the libido the first choice of love object is made in the parents, triggering the Oedipus complex. Because of the repression, it will be buried, giving rise to the emergence of tenderness. With psychosexual development, falling in love will occur based on the cooperation of tender longing and sensual longing.

From his neurobiology studies, Fisher agrees on the fundamental function of falling in love for reproduction and recounts the chemical substances that intervene in this process and the alterations that it will suffer over time, reaching a state of attachment. Because of this character of idealization and because of the decline of that passion as sensual needs are satisfied, ruptures often occur, and the abandoned person suffers great melancholy at the loss of their loved one.

In contrast, the concept of love developed by Fromm is presented, for whom the man, trying to escape from the anguish caused by separateness, resorts to orgiastic states, conformity with the group, or symbiotic fusion that partially calm him down. The solution to separateness is love, conceived as an art based on learning and productive work, as a trait of maturity that requires the development of moral conscience.

Palabras claves

Pulsión, libido, investidura, enamoramiento, narcisismo, separatividad, amor.

Introducción

Este trabajo final de grado consiste en una investigación bibliográfica de carácter monográfico. Para este propósito se eligió el tema del amor de pareja, porque el amor es algo que atraviesa a todas las personas y es parte del desarrollo como seres humanos. Además el amor de pareja nos llega desde la tradición como el vínculo modélico para la fundación de la familia.

Si bien cada persona tiene una definición diferente y personal sobre el amor, en este trabajo los términos como “amor o enamoramiento” se convierten en lenguaje técnico en boca de los autores que los utilizan desde diversos campos científicos.

En este trabajo estudiamos el amor de pareja, el cual desde la perspectiva psicoanalítica de Freud (1984 [1921]), es designado como “enamoramiento”, al que atribuye un origen orgánico partiendo de las pulsiones sexuales, cuya finalidad es reproductiva. Freud (1984 [1914]) expresa:

debe recordarse que todas nuestras provisionalidades psicológicas deberán asentarse alguna vez en el terreno de los sustratos orgánicos. Es probable, pues, que sean materias y procesos químicos particulares los que ejerzan los efectos de la sexualidad y hagan de intermediarios en la prosecución de la vida individual en la vida de la especie. (...) Precisamente porque siempre me he esforzado por mantener alejado de la psicología todo lo que le es ajeno, incluido el pensamiento biológico, quiero confesar en este lugar de manera expresa que la hipótesis de unas pulsiones sexuales y yoicas separadas, y por tanto la teoría de la libido, descansa mínimamente en bases psicológicas, y en lo esencial tiene apoyo biológico (p.76).

Dado que Freud vislumbraba que la materia de su trabajo se correspondía con procesos orgánicos, resulta pertinente incluir el trabajo de Fisher (2004) desde el campo de lo neurobiológico sobre el amor de pareja, que Fisher designa como “amor romántico”. Si bien Freud y Fisher pertenecen a campos de estudio diferentes, no se contraponen ni se excluyen, y al trabajar con ellos simultáneamente podemos describir el mismo objeto de estudio, desde dos perspectivas diferentes.

Ambos autores hacen hincapié en el impulso sexual como componente clave del amor y consideran ese impulso humano tan intenso como el ansia de alimento, como una necesidad fisiológica que busca alivio. Los dos autores concuerdan en que hay procesos químicos particulares que despiertan ese impulso sexual y para ambos el fin natural que se cumple es la reproducción.

Si bien para Freud (1984 [1921]) el enamoramiento se da en parte por complacencia sensual e idealización, es a causa de esa misma idealización que se desemboca en un desengaño amoroso o en una desilusión, y ante ella muchos experimentan una pérdida o un duelo melancólico. Por esto el duelo melancólico también será trabajado desde estos autores, dentro de la temática del enamoramiento.

Este trabajo también contará al comienzo con el aporte de Lacan (1971 [1949]) para situar el “yo ideal” vinculado al narcisismo freudiano, con una participación de Tomás (2012) que reflexiona sobre estos conceptos. Además se ilustrará a lo largo del trabajo con aportes de Pinto (2012), con base en sus estudios y experiencia como terapeuta de parejas.

Una vez desarrollado el tema del enamoramiento se confrontará con el concepto de amor que propone Fromm (2020 [1959]), que constituye una concepción diferente del amor, que es presentado en este trabajo de acuerdo a sus características como un estadio de amor maduro, donde incorpora un enfoque psicoanalítico a partir de una perspectiva que involucra la filosofía moral y el comportamiento social.

Dentro de este vastísimo tema que es abordado por tantas disciplinas, en base a los diversos materiales seleccionados nos enfocamos en el análisis del amor heterosexual principalmente, sin perjuicio de que mucho de lo planteado pueda constatarse también en amores no heterosexuales.

CAPÍTULO I: EN RELACIÓN AL ENAMORAMIENTO

El deseo amoroso como condición vital para el desarrollo

Se trata de cómo para Lacan en el estadio del espejo se constata la presencia de un yo ideal que da cuenta de un narcisismo primario; así como del concepto freudiano de investidura libidinal

Reflexionando acerca de cómo estamos constituidos y, por tanto, de qué manera nos formamos para luego poder amar, podemos decir que el amor es el factor más importante para el desarrollo de un niño. Esto es porque nos desarrollamos con la ayuda de los demás, puesto que desde el nacimiento dependemos de la protección, alimentación y cuidados, además del afecto y el contacto.

Lacan (1971 [1949]) en su teorización acerca del estadio del espejo compara el comportamiento de la cría del chimpancé y el de la cría humana frente a un espejo. Y observa que aunque el chimpancé presenta mayor desarrollo de inteligencia instrumental, el *infans* en el período desde los seis hasta los dieciocho meses de edad ya reconoce su imagen en el espejo y adopta una actitud lúdica frente a él, jugando con los gestos de su rostro y con los objetos a su alrededor, sintiendo júbilo y placer con la imagen que le devuelve el espejo al identificarse con ella.

El estadio del espejo se trata de un proceso complejo pues implica una transformación producida en el sujeto a partir de la identificación, cuando asume una imagen, o más propiamente un *imago*. El término *imago* alude a esa imagen que predestina esta transformación (Lacan, 1971 [1949]).

Lacan encuentra que el hecho de que esta imagen sea felizmente asumida por este ser, en tal estado de dificultad motriz y dependencia para alimentarse, se debe a que aflora en él lo que Lacan (1971 [1949]) llama el yo ideal. Esta es una primera manifestación del yo que surge antes de la identificación con los demás y hasta antes del lenguaje: “antes de objetivarse en la dialéctica de la identificación con el otro y antes de que el lenguaje le restituya en lo universal su función de sujeto” (Lacan, 1971 [1949], p. 87). Y que será la base de identificaciones secundarias o futuras.

Con este experimento Lacan ha constatado que mediante el espejo el *infans* ha asumido una imagen de sí mismo lo que evidencia la existencia de un narcisismo incipiente, una primera manifestación del yo que él llama yo ideal.

La madre cumplirá una función como la del espejo, pues formará o irá creando una imagen del niño a partir de su deseo proyectado en su hijo, que aunque tan solo es un cachorro humano, será visto por la madre como un sujeto. Según expresa

Tomás: “En la imaginación de su madre, el bebé recién nacido es un sujeto, lo piensa ya con su nombre, le asigna parecidos y lo ve en proyección, más adelante” (Tomás, 2012, p. 34).

El cuerpo como tal se irá construyendo por causa del vínculo entre la madre y el bebé, será ella o quien ocupe ese lugar materno, quien le indicará al *infans* cuáles son sus deditos, sus manitas, su nariz, etc. Por tanto, es a través del deseo materno que lo proyectó (depositando en él sus ilusiones y expectativas) y a través de los cuidados del afecto materno lo que permite al bebé construir su cuerpo.

En un principio quien cumpla la función materna será, al decir de Tomás (2012), el primer espejo del niño. Esta persona desde ese lugar materno, es quien le cuida, le acaricia, le alimenta, le mimas, lo erotiza, y es quien le ayuda a desarrollarse, a hablar, a caminar, etc. y es de esta forma que le habilita para que éste luego pueda reconocer con júbilo, su propia imagen unificada en el espejo.

Tal la función del Otro en los primeros tiempos del sujeto: proveerle, mediante su deseo, de un narcisismo preespecular, porque es donado directamente por el Otro, pues aun no es propiedad del sujeto. Para que esto ocurra deberá advenir la instancia del espejo plano en la cual el niño ya se ve a sí mismo, se reconoce a través de lo que fue en un principio el espejo del Otro. (Tomás, 2012, p. 34)

El niño ya cuenta con un narcisismo primario al encontrarse con su imagen en el espejo, luego hace suya la imagen de sí mismo en el espejo, tomándola de afuera, desde el exterior e incorporándola hacia adentro; en esa identificación se conquista la propia imagen. El estadio del espejo da cuenta de ese narcisismo, ya que esta imagen es recibida con júbilo por el *infans*, y la constitución del yo se dará en parte por medio de la identificación. Se llega a lo que Lacan (1971 [1949]) llama el yo ideal, es lo que Freud (1984 [1914]) también mencionaba como “Su majestad el Bebé”; cuando éste pasa a ser cuidado, mimado y atendido desmesuradamente como si fuera el centro del mundo. “La imagen del semejante regocija al niño, porque la ama; encuentra en ella lo que le falta: unidad, dominio, libertad motriz. Por su mirada puede estar entero allí afuera” (Julien, 1992 [1985], p. 37).

En este sentido Tomás afirma: “El estadio del espejo está vinculado al narcisismo de Freud pues da cuenta de la constitución del yo, instancia que desde luego, no está desde el origen” (Tomás, 2012, p. 32).

En el estadio del espejo el niño asume un imago, reconociendo en la imagen de su físico que le devuelve el espejo plano, la imagen que le fue dada desde la

mirada materna. Por lo que a pesar de su dependencia y torpeza motriz se percibe completo y podrá anticipar sus potencialidades por la identificación con su madre (el ejemplo más notorio es que al verla caminando sabrá que él también podrá hacerlo).

Al respecto de las identificaciones Freud (1984 [1923]) expresará: “las elecciones de objeto que corresponden a los primeros períodos sexuales y atañen a padre y madre parecen tener su desenlace, si el ciclo es normal, en una identificación de esa clase, reforzando de ese modo la identificación primaria” (p. 33).

Freud (1984 [1923]) dirá que las identificaciones más tempranas serán universales y duraderas, reconduciéndonos a la génesis del ideal del yo, ya que tras el ideal del yo se esconde la primera identificación y la más valiosa; es una identificación directa, temprana y anterior a cualquier investidura de objeto.

La investidura se realiza al depositar la libido que es la energía o impulso psíquico sobre el objeto de amor. Freud (1984 [1914]) expresa que desde el comienzo en el estado narcisista se dispone de la libido yoica (vinculada a la autoconservación) y la libido de objeto (vinculada a lo erótico). Sin embargo no será posible aún distinguirlas ya que: “sólo con la investidura de objeto se vuelve posible diferenciar una energía sexual, la libido, de una energía de las pulsiones yoicas” (p.74).

Freud (1984 [1920]) en su trabajo *Mas allá del principio del placer* desarrolla su concepción de pulsiones yoicas y pulsiones sexuales, dándoles el nombre de pulsiones de muerte (Thanatos), y pulsiones de vida (Eros). Freud dice: “nos vimos llevados a distinguir dos clases de pulsiones: las que pretenden conducir la vida a la muerte, y las otras, las pulsiones sexuales, que de continuo aspiran a la renovación de la vida, y la realizan” (p. 45).

Primera elección de objeto de amor

Trata de cómo la investidura de objeto hacia los progenitores configura el complejo de Edipo y su sepultamiento dará lugar a la ternura

Freud (1984 [1914]) expresa:

Así como al comienzo la libido yoica quedó oculta para nuestra observación tras la libido de objeto, reparamos primero en que el niño (y el adolescente) elige sus objetos sexuales tomándolos de sus vivencias de satisfacción. Las primeras satisfacciones sexuales autoeróticas son vivenciadas a remolque de funciones vitales que sirven a la autoconservación. Las pulsiones sexuales se

apuntalan al principio en la satisfacción de las pulsiones yoicas, y sólo más tarde se independizan de ellas; ahora bien, ese apuntalamiento sigue mostrándose en el hecho de que las personas encargadas de la nutrición, el cuidado y la protección del niño devienen los primeros objetos sexuales: son, sobre todo, la madre o su sustituto (p.84).

Freud (1984 [1923]) nos explica que en una época muy temprana el niño desarrolla una investidura de objeto hacia la madre, cuyo punto de arranque se centra en el pecho materno, mientras que con el padre tendrá una fuerte identificación, hasta que en algún punto, por el refuerzo de los deseos sexuales que el niño tiene hacia la madre y por la percepción de que el padre es un obstáculo para cumplir estos deseos porque le roba la atención de la madre, nace el complejo de Edipo. La identificación con el padre se vuelve hostil y se produce el deseo de eliminar al padre para poder ocupar su lugar con su madre. A partir de aquí la relación con el padre se vuelve ambivalente. La ambivalencia hacia el padre, y la aspiración que tiene hacia la madre, caracterizan, en el niño, un complejo de Edipo simple o positivo.

Con la demolición del complejo de Edipo tiene que ser resignada la investidura de objeto de la madre. Puede tener dos diversos remplazos: o bien una identificación con la madre, o un refuerzo de la identificación-padre. Solemos considerar este último desenlace como el más normal; permite retener en cierta medida el vínculo tierno con la madre. De tal modo, la masculinidad experimentaría una reafirmación en el carácter del varón por obra del sepultamiento del complejo de Edipo. Análogamente, la actitud edípica de la niña puede desembocar en un refuerzo de su identificación-madre (o en el establecimiento de esa identificación), que afirme su carácter femenino (Freud, 1984 [1923], p. 34).

Si bien se menciona que el complejo de Edipo puede manifestarse de diferentes formas, dando lugar al complejo de carácter positivo (heterosexual) o a su opuesto, el negativo (homosexual), o bien el más común, de carácter mixto (bisexual); lo que queremos destacar de esta etapa es que sea cual fuere el tipo de Edipo que se presente, será la caída o el sepultamiento de ese Edipo, mediante la prohibición de los deseos incestuosos hacia los progenitores, lo que dará lugar a la pulsión de meta inhibida, es decir, una meta cuya finalidad ya no será sensual sino más bien de carácter tierno. Debemos tener en cuenta que:

En la primera fase, casi siempre concluida ya a los cinco años, el niño había encontrado un primer objeto de amor en uno de sus progenitores; en él se habían reunido todas sus pulsiones sexuales que pedían satisfacción. La represión que después sobrevino obligó a renunciar a la mayoría de estas metas sexuales infantiles y dejó como secuela una profunda modificación de las relaciones con los padres. En lo sucesivo el niño permaneció ligado a ellos, pero con pulsiones que es preciso llamar “de meta inhibida”. Los sentimientos que en adelante alberga hacia esas personas amadas reciben la designación de “tiernos” (Freud, 1984 [1921], p. 105).

Las pulsiones de meta no inhibida (sensual), serán reemplazadas ahora en el niño por pulsiones de meta inhibida (ternura), esa es la modificación que se produce en el vínculo con sus padres. Las pulsiones de meta inhibida permiten que se generen investiduras de carácter permanente, sin la necesidad de ese apetito sexual de por medio; en otras palabras, podemos decir, que la ternura o el amor permiten vínculos más duraderos que las relaciones que se basan en un simple desahogo o interés sexual.

Freud (1984 [1921]) hace referencia a que aunque el complejo de Edipo quede sepultado conforme se desarrolla el niño, y por tanto estas pulsiones sensuales son sepultadas en el inconsciente, aún así permanecerán en el inconsciente con mayor o menor intensidad en cada individuo, escondidas pero latentes en la vida del sujeto.

Enamoramiento

De cómo la cooperación entre las pulsiones de meta no inhibida (sensuales) y las pulsiones de meta inhibida (ternura) constituye el enamoramiento; un espejismo donde el objeto es tratado como el yo propio y se ve en él un ideal del yo no alcanzado (del cual la primera huella fue el yo ideal cuando el infans se vio a sí mismo perfecto en el estadio del espejo)

En el texto *Enamoramiento e hipnosis*, Freud (1984 [1921]) explica que en principio se suele reunir vínculos afectivos muy variados bajo la denominación de amor para luego reflexionar sobre sus diversas naturalezas (para determinar si se trata de un amor genuino o no) observando que poseen diferente graduación.

A causa de nuestras pulsiones sexuales tendremos una necesidad o apetito que buscará ser saciado para satisfacerlas. Freud (1978 [1905]) explica que en el

impulso sexual hay una tensión orgánica que es producida por ciertas alteraciones químicas en el cuerpo, que se percibe como un dolor, y la forma de aliviar esa tensión (al menos de forma temporal) es lograr la satisfacción sexual. Cuando nos enamoramos de una persona ella es objeto de nuestro amor porque la hemos investido con nuestra libido, lo que significa que hemos depositado en ella nuestra atención y energía psíquica y sexual proveniente de nuestro narcisismo o amor propio, dotándola de un valor que a medida que se acrecienta se vuelve también más y más deseable para nosotros.

Sin embargo, Freud (1984 [1921]) advierte que:

En una serie de casos, el enamoramiento no es más que una investidura de objeto de parte de las pulsiones sexuales con el fin de alcanzar la satisfacción sexual directa, lograda la cual se extingue; es lo que se llama amor sensual, común (p. 105).

Aquí estamos hablando claramente de un interés únicamente sexual, de una investidura de objeto temporal, que solo se mantiene mientras el apetito sexual está presente. Hablamos de pulsiones sexuales, con metas también sexuales o sensuales:

El hecho de la existencia de necesidades sexuales en el hombre y el animal es expresado en la biología mediante el supuesto de una “pulsión sexual”. En eso se procede por analogía con la pulsión de nutrición: el hambre. El lenguaje popular carece de una designación equivalente a la palabra “hambre”; la ciencia usa para ello “*libido*” (Freud, 1978 [1905], p. 123).

Vemos que la libido es mencionada como una manifestación o como una expresión de la pulsión sexual.

La unión de los genitales es considerada la meta sexual normal en el acto que se designa como coito y que lleva al alivio de la tensión sexual y a la extinción temporaria de la pulsión sexual (satisfacción análoga a la saciedad en el caso del hambre) (Freud, 1978 [1905], p. 136).

Sin embargo:

La certidumbre de que la necesidad que acababa de extinguirse volvería a despertar tiene que haber sido el motivo inmediato de que se volcase al objeto

sexual una investidura permanente y se lo “amase” aun en los intervalos, cuando el apetito estaba ausente (Freud, 1984 [1921], p. 105).

Podemos inferir que se ama a la persona cuando aun saciado el apetito sexual, nuestro interés en ella se mantiene y por tanto nuestro interés va más allá de lo sexual.

Al respecto de la pubertad, que es el momento en el cual alcanzamos el completo desarrollo genital, Freud (1984 [1921]) afirma:

Es notorio que con la pubertad se inician nuevas aspiraciones, muy intensas, dirigidas a metas directamente sexuales. En casos desfavorables permanecen divorciadas, en calidad de corriente sensual, de las orientaciones ‘tiernas’ del sentimiento, que persisten (p. 106).

En casos desfavorables se produce un divorcio entre el deseo sexual (pulsiones sexuales de meta no inhibida) y la ternura (pulsiones sexuales de meta inhibida): “El hombre se inclina a embelesarse por mujeres a quienes venera, que empero no le estimulan al intercambio amoroso; y sólo es potente con otras mujeres, a quienes no ‘ama’, a quienes menosprecia o aun desprecia” (Freud, 1984 [1921], p. 106).

Dicho de otra forma: en un caso desafortunado, ese hombre sentirá deseo y placer y será muy potente sexualmente con mujeres a quienes no ama, e incluso desestima completamente, mientras que la mujer que sí ama, la que él considera que es más pura o de mejor categoría, la que él venera por encima de las demás, no le atraerá sexualmente.

Podemos pensar que si ese hombre siente tanto respeto, admiración y profundo cariño por una mujer (como en su infancia sintió hacia su madre y que a causa de la represión de sus pulsiones sexuales infantiles surgió una pulsión cuya finalidad era tierna), no será tan potente sexualmente con una mujer que despierte su lado amoroso o tierno. En cambio, sí lo sería con una mujer cuyas virtudes no puedan ni compararse con las de su madre.

A pesar de este ejemplo mencionado, Freud (1984 [1921]) dice que lo más común es que en el adolescente su relación con el objeto en el enamoramiento se caracterice por la cooperación entre las pulsiones de meta no inhibida (sensuales) y las pulsiones de meta inhibida (ternura). Es gracias a la cooperación de ambas que se produce el enamoramiento: “Y gracias a la contribución de las pulsiones tiernas, de

meta inhibida, puede medirse el grado del enamoramiento por oposición al anhelo simplemente sensual” (Freud, 1984 [1921], p. 106).

Esto significa que si el anhelo tierno supera al anhelo sensual, a mayor ternura, mayor enamoramiento.

Freud (1984 [1921]) destaca que en el enamoramiento se da el fenómeno de la sobrestimación sexual; es decir, que la persona amada permanece en buena medida exenta de crítica al tiempo que se reconocen sus cualidades más que en otras personas o incluso más que en otros tiempos, cuando no se la amaba. Se produce un espejismo con la persona amada.

Y acerca de esta suerte de espejismo, Freud (1984 [1921]) desvela que: “se ama sensualmente al objeto sólo en virtud de sus excelencias anímicas; y lo cierto es que ocurre lo contrario, a saber, únicamente la complacencia sensual pudo conferir al objeto tales excelencias” (p. 106).

Freud (1984 [1921]) explica que es a causa de la represión o a través del retraso de las aspiraciones sensuales que surge de esta suerte de espejismo donde creemos ver cualidades etopéyicas (cualidades morales o de carácter) en el amado que en realidad le otorgamos nosotros porque nos complace sensualmente.

Para Freud (1984 [1921]) nuestro juicio respecto a la persona amada se verá nublado a causa de la idealización que tendremos sobre ella, el objeto de amor será tratado como nuestro yo propio y por ello iremos depositando en él en forma creciente una mayor cantidad de libido narcisista. Por causa de la idealización, la complacencia sensual, la sobrestimación sexual, y todo ese espejismo que se produce hace que podamos apreciar que el objeto en realidad nos sirve para sustituir un ideal del yo no alcanzado. “Se ama en virtud de perfecciones a que se ha aspirado para el yo propio y que ahora a uno le gustaría procurarse, para satisfacer su narcisismo, por este rodeo” (Freud, 1984 [1921], p. 106).

Teniendo en cuenta que el enamoramiento supone un espejismo narcisista, donde vemos nuestra imagen ideal en el amado; podemos inferir que: creyendo que lo amamos en realidad nos amamos a nosotros mismos.

Freud 1984 [1921] señala que ante el aumento de la sobrestimación sexual y el enamoramiento se repliegan hacia atrás las aspiraciones de satisfacción sexual directa a raíz del autosacrificio del yo:

el yo resigna cada vez más todo reclamo, se vuelve más modesto, al par que el objeto se hace más grandioso y valioso; al final llega a poseer todo el amor de sí mismo del yo, y la consecuencia natural es el autosacrificio de este. El objeto, por así decir, ha devorado al yo. Rasgos de humillación, restricción del

narcisismo, perjuicio de sí, están presentes en todos los casos de enamoramiento; en los extremos, no hacen más que intensificarse y, por el relegamiento de las pretensiones sensuales, ejercen una dominación exclusiva (Freud, 1984 [1921], p. 107).

Es debido a esto que se evapora nuestra conciencia moral y falla toda capacidad crítica para con el objeto amado.

Freud (1984 [1914]) Destaca que: “Vemos también a grandes rasgos una oposición entre la libido yoica y la libido de objeto” (p.73). Cuanto más libido es depositada en el objeto, mas se empobrece nuestro yo, y viceversa. Sin embargo: “El amar en sí, como ansia y privación, rebaja la autoestima, mientras que ser-amado, hallar un objeto de amor, poseer al objeto amado, vuelven a elevarla” (p.96).

Podemos inferir que el autosacrificio del yo y la posposición de las aspiraciones de satisfacción sexual directa guardan relación con el aumento de la sobrestimación sexual. Es decir: al posponer o retrasar las aspiraciones sexuales aumenta la sobrestimación sexual. Mientras que en cambio: “toda satisfacción sexual rebaja la sobrestimación sexual” (Freud, 1984 [1921], p. 107).

Vemos el enamoramiento como una pasión que se consume a sí misma a medida que se satisfacen las metas sensuales y se va rompiendo esa idealización o espejismo sobre la persona amada.

Síntomas y comportamiento en el estado de enamoramiento

De cómo la necesidad instintiva de reproducirnos nos impulsa al cortejo y de los sentimientos y comportamientos que se verifican en este proceso

La bióloga y antropóloga Fisher (2004) en su libro *Por qué amamos*; dice que cuando nos enamoramos podemos experimentar un conjunto de síntomas físicos y alteraciones emocionales en presencia del ser amado, como temblores, nerviosismo, sentimientos de incomodidad, tartamudeo. Podemos ponernos pálidos o, por el contrario ruborizarnos, podemos presentar aceleración de la respiración, aceleración de las pulsaciones del corazón, sudoración, un cierto descontrol sobre las emociones, mareos, sentirnos torpes o tímidos, entre las manifestaciones más comunes. Sabemos que estamos enamorados porque nuestro cuerpo nos lo indica manifestándose de forma involuntaria. Fisher expresa:

alcancé a ver esta pasión como un impulso humano fundamental. Al igual que el ansia de alimento o de agua y el instinto maternal, se trata de una necesidad fisiológica, un impulso profundo, un instinto que consiste en cortejar y conseguir a un determinado compañero para aparearse (Fisher, 2004, p. 13).

Hablamos de una necesidad, no solo de una simple ilusión o de una construcción social, que parte de fuentes culturales ya establecidas.

Los amantes son obsesivos. Cuando un sujeto se enamora adopta un comportamiento obsesivo compulsivo; tiende a tener una meditación obsesiva sobre la persona amada. Al centrar toda su atención en esta persona, resta atención a otras cosas como la familia, amigos, trabajo o estudio. También es normal la pérdida del apetito, el insomnio y el exceso de energía durante esta etapa. Además podemos apreciar el anhelo de unión emocional: ante la ausencia del amado es normal experimentar la falta del otro, mediante una sensación de vacío, de estar incompleto, donde lo único que prima es la necesidad por el otro. Los cambios de humor también son frecuentes en el enamorado; van desde la euforia al recuperar al ser amado hasta los de ansiedad, ira y desesperación ante el rechazo o el sentirse ignorados (Fisher, 2004).

En busca de detectar si el amante es correspondido o no, es normal que el amante se vuelva hipersensible a las posibles pistas de su ser amado ya que el amante puede diseccionar cada una de las acciones realizadas para analizarlas minuciosamente. Una persona profundamente enamorada es capaz de adoptar toda clase de nuevos intereses, valores, gustos, costumbres, creencias y estilos de vida con el fin de agradar más al ser amado, porque se vive una cierta dependencia emocional y una gran empatía por el amado.

Fisher (2004) expresa citando a Freud:

La necesidad de unión emocional con el amado es tan intensa que los psicólogos creen que la percepción que el amante tiene de sí mismo se desdibuja. Como decía Freud: «En su punto más álgido, el estado del enamoramiento amenaza con borrar las barreras entre el yo y el objeto» (p.30).

Además, muchas veces las discusiones o rupturas temporales, las barreras físicas o sociales, las adversidades u obstáculos que surgen pueden estimular y acrecentar aun más la pasión romántica en lugar de disminuirla, nos dice Fisher (2004).

Los amantes también tienen el deseo de posesión y exclusividad sexual: “cuando un hombre o una mujer se enamoran y empiezan a anhelar una unión emocional con su enamorado, desean profundamente que esta pareja les permanezca fiel sexualmente” (Fisher, 2004, p. 37). Esto también explica los celos. Además, el anhelo de unión emocional supera el deseo de desahogo sexual, a diferencia de lo que puede ocurrir con los amigos que ocasionalmente tienen sexo (popularmente llamados en la actualidad “amigos con derecho”).

Debemos tener en cuenta que, para Fisher, que desarrolla el tema desde el campo de la neurobiología, el enamoramiento en el ser humano responde al mandato biológico (que tiene como cualquier organismo celular) de reproducirse.

La duración del amor romántico

Trata del enamoramiento como un estado transitorio

Para Fisher (2004) ese amor involuntario, incontrolable, esa atracción magnética, es un estado transitorio. Según sus estudios el amor romántico dura al menos unos diecisiete meses, aproximadamente, aunque también nos dice que este amor romántico puede durar más tiempo dependiendo de las personas, ya que no somos iguales. Pinto (2012) concuerda con que es un período breve de aproximadamente un año y añade que existe una relación entre el tiempo de enamoramiento y la edad del individuo, en cuanto que a menor edad menos dura el idilio pero el apasionamiento es aún mayor. Sin embargo ambos autores concuerdan en que en algún momento el ardor sexual termina por descender hasta desaparecer.

Pinto (2012) explica que los enamoramientos más duraderos pueden asociarse a la hipersexualidad o adicción sexual, al igual que también a la codependencia o adicción al amor. “La hipersexualidad es la exacerbación del deseo sexual, más común en varones que en mujeres, se trata de personas que han convertido a la actividad sexual en el sentido de sus vidas” (Pinto, 2012, p. 101).

Pinto (2012) reflexionando sobre la obra de Sternberg de 1998 *El triángulo del amor*, explicará que los hombres en general confunden el amor con la pasión, tienden más a la hipersexualidad, y esperan una vida matrimonial con gran actividad sexual, mientras que las mujeres confunden la intimidad con el amor, tienden más a la codependencia y tienden a casarse buscando tener un compañero antes que un amante.

Tanto la hipersexualidad como la codependencia son ejemplos de la patologización de la etapa del enamoramiento, quizás los primeros se hacen adictos a los estimulantes químicos que se producen durante el deseo sexual, y las segundas lo sean a la oxitocina que propicia la necesidad de protección. (Pinto, 2012, p. 101)

Del trabajo de Fisher (2004) y Pinto (2012) se puede inferir que las patologizaciones pueden dar lugar a uniones conyugales donde los hipersexuales confunden su apasionamiento con el amor por su adicción a la testosterona, sin tener en cuenta que este período es relativamente breve, mientras que las codependientes pueden llegar a confundir el amor creyéndose enamoradas de quien les suscite lástima, porque su adicción a la oxitocina despierta en ellas el afán de protección.

El estado de alteración, intensidad y emociones fuertes no puede durar para siempre porque sería insoportable y agotador para quien lo vive. Luego de un tiempo desciende y se reduce el ardor sexual, por esta razón las parejas de más larga duración tienden a tener menos relaciones sexuales, según Fisher (2004).

Pinto (2012) y Fisher (2004) coinciden en que el amor cambia con el paso del tiempo: la pasión, el éxtasis, la euforia, el anhelo, la energía intensificada y el pensamiento obsesivo se disuelven.

La química del cerebro en el amor romántico

De cómo determinadas sustancias químicas son responsables de los sentimientos y el comportamiento del enamorado

Para Fisher (2004) el amor romántico es un sentimiento natural humano universal, que está asociado a sustancias químicas y estructuras específicas del cerebro. En el cerebro hay sustancias como la dopamina y la norepinefrina, que desempeñan un papel clave en la excitación sexual y, junto a la serotonina, producen una gran parte de las emociones de la pasión romántica en los seres humanos.

El éxtasis que experimentan los amantes está asociado a la dopamina. Las grandes concentraciones de dopamina producen euforia y muchas otras sensaciones y reacciones como aumento de energía, insomnio, hiperactividad, pérdida del apetito, aceleración del corazón, aumento de la motivación, aumento de la concentración, respiración acelerada, temblores, obsesión, ansiedad e incluso miedo, entre lo que dicen experimentar los enamorados, según Fisher (2004).

La dopamina explica por qué pasamos por alto muchos de los defectos o características negativas del amado: la concentración de los amantes sobre las cualidades del amado es tan intensa que pasan por alto sus defectos. La dopamina también explica por qué nos volvemos dependientes del ser amado y ansiamos esa unión con el otro, lo cual configura una dependencia y ansia que son síntomas típicos de una adicción, lo cual sería como afirmar que el amor romántico es una adicción. Experimentamos una dependencia feliz cuando somos correspondidos y una dependencia triste, dolorosa y autodestructiva cuando somos rechazados o no correspondidos, según Fisher (2004).

Fisher (2004) evidencia la unión entre el amor romántico y el deseo sexual: “Cuando los niveles de dopamina en el cerebro aumentan se producen mayores niveles de testosterona, la hormona del deseo sexual” (p. 71). Esto explica por qué se produce el ansia o deseo de tener relaciones sexuales con el amado; para Fisher (2004) la pasión romántica está ligada al deseo sexual, como también vimos anteriormente con Freud (1984 [1921]).

Fisher (2004) explica que la norepinefrina tiene efectos variados dependiendo de la parte del cerebro en que se active. El aumento de esta sustancia química produce mucha energía, euforia, insomnio y pérdida del apetito, pero también puede contribuir a que el amante recuerde detalles intrascendentes vividos con el amado, por ejemplo qué canción sonaba en determinado momento, o si se percibía un aroma especial o si el día era cálido, así como detalles de la apariencia o comportamiento de su amado.

Según Fisher (2004) el descenso de la serotonina es el responsable de que no podamos dejar de pensar en el ser amado, de tener pensamientos obsesivos, de no poder quitar al otro de nuestros pensamientos. Tanto en los pacientes enamorados como en los que sufren TOC (Trastorno Obsesivo Compulsivo), podemos ver niveles bajos de serotonina:

este fuego en la mente es provocado por unos niveles elevados de dopamina o de norepinefrina, o de ambas a la vez, así como por la disminución de los niveles de serotonina. Tales sustancias químicas forman el eje central del amor obsesivo, apasionado, romántico (Fisher, 2004, p. 74).

Es así que la autora describe los comportamientos de exacerbación emocional derivados de estas alteraciones químicas. Para Fisher (2004): “Esto podría explicar por qué el creciente éxtasis romántico del enamorado intensifica de hecho la

compulsión a soñar despierto, fantasear, meditar, reflexionar y obsesionarse por el objeto de su amor” (p. 73).

La autora también explica:

El deseo está asociado sobre todo con la testosterona, tanto en hombres como en mujeres. El amor romántico está asociado con el estimulante natural de la dopamina y tal vez la norepinefrina y la serotonina. Y los sentimientos de apego entre el macho y la hembra están producidos principalmente por dos hormonas: la oxitocina y la vasopresina (Fisher, 2004, pp. 97-98).

El desconocimiento en el amor romántico

Sobre cómo el desconocimiento propicia la idealización cegándonos ante posibles incompatibilidades

El sentirnos enamorados nos dice que ya encontramos con quien mezclar nuestros genes, ya que predomina una atracción sexual, pero de ninguna forma sabemos si realmente esa persona es compatible para la convivencia, por lo tanto en cierta forma estamos ciegos. Cuanto mayor es nuestra inmadurez más intensas serán las emociones sexuales y la atención estará centrada en el otro desde lo pasional, por lo que no daremos gran atención o importancia a que los intereses y valores del otro sean similares o compatibles con los nuestros, según Pinto (2012).

Pinto (2012) nos dice: “Puedo decir que el enamoramiento es una prolongación de la atracción sexual a la cual se añade la ternura, produciéndose un vínculo que oscila entre el deseo y la protección” (p. 103).

Pinto (2012) explica que cuando nos enamoramos pasionalmente de alguien, ese alguien es un desconocido y no sabemos realmente de quien nos estamos enamorando; suponemos que las emociones e ilusiones que tenemos son prueba suficiente de que ese amor es real y verdadero. “Así, estar enamorados nos introduce en un estado alterado de la conciencia y en alteraciones complejas de nuestro organismo. Estar enamorado es salir de uno mismo y perder la capacidad crítica” (Pinto, 2012, p. 108).

Para Pinto (2012) ante el descenso de la pasión, el vínculo de una pareja puede romperse o bien algunos pueden buscar mantener viva la sensación del deseo fuera de la pareja. Esto sucede porque en el amor romántico es el deseo por el otro lo

que valida la unión amorosa, en lugar de la compatibilidad como pareja, aferrada a valores, gustos, intereses, etcétera. Pinto (2012) al respecto dice:

Las personas más estúpidas confundirán el descenso del deseo con la desaparición del amor y propondrán el rompimiento del vínculo; sin percatarse que el ser humano ha superado las necesidades básicas para priorizar los valores trascendentales que serán los que configuren la creación del lazo amoroso (p. 103).

Pinto (2012) añade:

El enamoramiento no es el recurso para la felicidad matrimonial ni para la fidelidad conyugal. Todo lo contrario, si la pareja se concentra en avivar la pasión descuidará la intimidad y pondrá en riesgo el compromiso. Los que tienen un temperamento sexual ardiente rápidamente perderán el interés por su cónyuge y buscarán aventuras extramatrimoniales para mantener viva la sensación del deseo (p. 102).

Para Pinto (2012) estos desencuentros a los que se puede enfrentar la pareja suceden porque en el amor romántico tendremos a dos desconocidos que juntos iniciarán la aventura de descubrirse.

La adicción amorosa y el duelo melancólico

De cómo el enamorado vive una dependencia adictiva con su amado y la abstinencia que sentirá ante su falta. También se describe las fases que se transitan en la melancolía.

Teniendo en cuenta que durante el amor romántico vivimos euforia y ansia, cambios de humor, obsesión por el ser amado, distorsión de la realidad, dependencia emocional, dependencia física, compulsión, pérdida del autocontrol y cambio de personalidad; el amor romántico puede considerarse una adicción, una droga adictiva, según Fisher (2004).

Fisher (2004) expresa que casi todas las drogas generalmente afectan a un mismo recorrido cerebral: afectan el sistema de recompensa mesolímbico, el cual es activado por la dopamina; y el amor romántico mediante la dopamina, estimula partes de este mismo recorrido. Además Fisher (2004) dice que cuando los neurólogos

Andreas Bartels y Semir Zeki compararon los escáneres cerebrales de hombres y mujeres que habían consumido cocaína, comprobaron que se activaban muchas de las mismas regiones cerebrales que se activaban en los sujetos enamorados.

Según Fisher (2004), el sujeto enamorado muestra los tres síntomas clásicos de una adicción: la tolerancia, la abstinencia y la reincidencia. La autora explica que un enamorado al principio se conforma con ver a su amante menos veces y menos tiempo, pero a medida que se va acostumbrando cada vez necesita tener más contacto con él, verlo con mayor frecuencia y duración, porque cada vez necesita una dosis mayor de esa droga que en este caso constituye su amado. Al no conseguir esa dosis, se siente mal, y experimenta desilusión y el anhelo por volver a tener ese contacto.

Cuando termina la relación, el enamorado sentirá los mismos síntomas característicos de abstinencia a las drogas como por ejemplo a la cocaína, experimentando pérdida de apetito o, por el contrario, atracones de comida, llanto, insomnio, irritabilidad, ansiedad, aislamiento crónico, depresión. Al igual que los adictos, los amantes también reinciden incluso mucho tiempo después de haber terminado la relación. Les basta con escuchar una canción que les haga recordar o recorrer un mismo camino que antes recorrían con su amado, o mirar sus fotos para que desemboquen en el anhelo de volver a verle, llamarle o escribirle compulsivamente, para tener otro contacto con esa persona y así conseguir otra dosis de su droga, según Fisher (2004).

El rechazo de la persona amada hunde al amante no correspondido en uno de los sufrimientos emocionales más profundos y perturbadores que puede soportar un ser humano. La pena, la furia y muchos otros sentimientos pueden invadir el cerebro con tal vigor que la persona apenas consiga comer o dormir. Los grados y matices de este intenso malestar varían en la misma medida que lo hacen las personas entre sí. (Fisher, 2004, p. 182)

Fisher (2004) habla de dos fases en el rechazo amoroso: la protesta y la resignación/desesperación. En la fase de la protesta, los enamorados buscan de forma obsesiva recuperar a su amante; luego, cuando se resignan, se rinden y entonces caen en la desesperación.

En la fase de la protesta el amante vivirá con intensa nostalgia, añoranza e inquietud, depositando toda su atención y energía en la persona amada cuando ella está por abandonarle y, si ya fue abandonado, se obsesionará con reencontrarse con su amado perdido. Es frecuente que tome ciertas medidas para reencontrarse con su

amado, como recorrer ciertos sitios a los que antes solía ir con él. Su obsesión es tan grande que casi todo le recuerda a su amado, nos cuenta Fisher (2004).

Para Fisher (2004) el amor romántico y la furia que se puede desatar del abandono están íntimamente conectados en el cerebro. Estas dos pasiones están asociadas con la excitación corporal y mental, en ellas hay una producción de energía excesiva, en ambas se centra la atención del amante en el amado de forma obsesiva, y también ambas coinciden con el anhelo de unión con el ser amado, o con el anhelo de venganza hacia el otro por haberle abandonado.

Fisher (2004) dirá que al finalizar la fase de protesta; la furia, el pánico, la atención concentrada, esa angustia de separación e impulso por recuperar a su amado se desvanecen para dar lugar a la resignación/desesperación. En la fase de la resignación muchos se acuestan en la cama y lloran, algunos se sientan y miran inexpresivamente al vacío, se retraen socialmente, les cuesta mucho dormir, concentrarse o trabajar, experimentan una profunda melancolía, y nada a excepción del tiempo consigue sacarles de su profunda angustia.

En cuanto a la profunda melancolía que menciona Fisher (2004) en la fase de resignación, Freud (1984 [1917]) desde el psicoanálisis en su trabajo sobre *Duelo y melancolía* expresaba lo siguiente:

La melancolía se singulariza en lo anímico por una desazón profundamente dolida, una cancelación del interés por el mundo exterior, la pérdida de la capacidad de amar, la inhibición de toda productividad y una rebaja en el sentimiento de sí que se exterioriza en autorreproches y autodenigraciones y se extrema hasta una delirante expectativa de castigo (p. 242).

Así como antes vimos la investidura de objeto en el proceso de enamoramiento; en la melancolía se produce la desinvestidura del objeto, luego de batallar entre dejar ir al objeto o retenerlo, lo que constituye un proceso lento, largo y muy doloroso:

En la melancolía se urde una multitud de batallas parciales por el objeto; en ellas se enfrentan el odio y el amor, el primero pugna por desatar la libido del objeto, y el otro por salvar del asalto esa posición libidinal. (Freud, 1984 [1917], p. 253)

En la fase de protesta aumenta el nivel de dopamina, ya que como la recompensa tarda en llegar, las neuronas que producen dopamina, prolongan su

actividad. Es una forma de no rendirnos cuando estamos por alcanzar un objetivo que consideramos que aún se puede alcanzar. Los niveles altos de dopamina también están asociados al miedo, a la ansiedad, a conductas dirigidas a alcanzar sus objetivos y a la motivación intensa. En la fase de resignación, cuando el amante se da cuenta de que su amado no volverá y, por lo tanto, la recompensa no llegará nunca, las células que producen dopamina disminuyen su actividad: el abatimiento, el letargo y la depresión, están asociadas a esa disminución de dopamina, concluye Fisher (2004).

Como vemos se puede enfermar tanto psicológicamente como físicamente, ya sea por problemas de alimentación, la obsesión desmesurada, el agotamiento, los trastornos de sueño o la intensa depresión. Algunas personas llegan a morir por causa del sufrimiento amoroso no solo por suicidio; generalmente estas muertes pueden ser a causa de infartos o derrames cerebrales fuertemente relacionados con la depresión, concuerdan Fisher (2004) y Pinto (2012).

Reflexiona Fisher (2004) que es importante en este caso tratar esa adicción como cualquier otra: cortar todo contacto, no llamarle ni escribirle al amado, evitar ciertos lugares, tirar las cartas y fotos o ponerlas lejos de nuestro alcance, mantenerse ocupado y buscar pasatiempos, tomar sol, hacer ejercicio, hacer cosas nuevas, eliminando así todo rastro de nuestra sustancia adictiva, que en este caso es la persona amada. Pero será difícil y se debe tener determinación y dejar pasar el tiempo. La desesperación que experimenta el enamorado al no ser correspondido hace descender los niveles de dopamina, mientras que el hacer cosas nuevas o el hacer ejercicio son algunas de las maneras de aumentar la dopamina y volver a sentirnos bien.

Desde la perspectiva de Freud (1984 [1917]) el desenlace con el paso del tiempo será que: ante cada una de las batallas parciales ambivalentes se irá poco a poco aflojando la fijación libidinal hacia el objeto, rebajándolo y desvalorizándolo. Al ser carente de valor una vez que la furia se ha desahogado se puede dejar ir al objeto. “Tal vez el yo pueda gozar de esta satisfacción: le es lícito reconocerse como el mejor, como superior al objeto” (Freud, 1984 [1917], p. 254).

De lo expresado anteriormente por Freud (1984 [1917]) podemos inferir el por qué luego de superado el desamor o el rechazo amoroso, podemos experimentar un cierto sentimiento de superioridad al recordar a aquel que alguna vez amamos, pero que de alguna forma nos desilusionó o defraudó. Si al aflojar la fijación libidinal hacia el objeto, esa libido retorna a nuestro yo, sería lógico pensar que se verá aumentado nuestro narcisismo frente al otro que ahora carece de valor, considerando que después de todo nos hizo un favor al marcharse o que no valía realmente la pena. Esa

sería una forma lógica de recuperarnos de esa pérdida o desilusión amorosa. Seguramente, tarde o temprano encontremos otro nuevo objeto digno de amor, en donde podamos volver a depositar nuestra libido.

Los posibles destinos del enamoramiento

Trata de cómo afrontamos el final de un enamoramiento

Acerca de los destinos del enamoramiento Pinto (2012) expresa:

Ante el desencanto hay dos alternativas saludables y una patológica. Las saludables se relacionan con el afrontamiento que el otro no es la imagen que hemos elaborado, no es una figura de nuestro pasado, es alguien independiente de nuestros deseos. Si estamos dispuestos aceptamos a la persona como es y si no terminamos la relación. La relación patológica conlleva la magnificación de la imagen en detrimento de lo que el otro es, podemos encapricharnos negando las diferencias de valores e intereses e insistir en mantener el falso vínculo o si el otro decide romperlo, manipular para evitar su alejamiento (p. 143).

Como el enamoramiento supone el desconocimiento, es de esperar que la idealización caiga después de un cierto tiempo, y se romperá el espejismo que teníamos sobre el otro; produciéndose entonces una desilusión que en muchos casos determinará el fin de la relación.

La desilusión que experimenta el enamorado respecto a la idealización que tenía sobre su amado muchas veces puede ser percibida como un engaño o una traición. En algunos casos puede despertar el odio o rechazo ante esta nueva realidad percibida.

Por consiguiente, entendiendo que la desilusión vivida o el descenso de las emociones revelan el fin del amor muchos terminan la relación para repetir el ciclo de enamoramiento, yendo en busca de un “nuevo amor”. Pues lo más común es que baste con la desilusión de uno solo para que la relación finalice, sin darle tiempo al otro a alcanzar ese grado de desilusión dejándolo indefenso ante ese dolor. Y por esta razón el que es abandonado por su amado experimentará un duelo.

Mientras en otros casos esta desilusión puede ser experimentada por parte de ambos integrantes de la pareja luego de cierto tiempo.

En algunos casos la pareja se mantiene unida aún ante la evidencia de incompatibilidad con el otro, buscándose forzosamente sostener esa relación. Ya sea por dependencia y/o miedo al futuro incierto o por la soledad que se presentaría, habrá quienes negando la realidad (de cómo es el otro) optarán por prolongar la relación hasta que esta se vuelve insostenible configurando un vínculo patológico.

Y en último término estarán los que a pesar de la desilusión en cuanto a que el otro no es lo imaginado, decidirán conocerlo y sin negar los defectos y las diferencias que tienen entre sí; tomarán en cuenta y valorarán las virtudes o fortalezas que el otro realmente tiene, o que tienen como pareja como base para establecer una relación amorosa de carácter sólido y maduro.

El tiempo y el apego

Acerca de cómo con el paso del tiempo se producirán alteraciones químicas que propiciarán un estado apacible y reconfortante en detrimento de la fiebre pasional

Para Fisher luego de la pasión se da paso a un estado apacible:

Pero este fuego en el corazón tiende a disminuir, cuando la pareja se acostumbra a los placeres cotidianos de la unión, siendo a menudo sustituido por otro elegante circuito del cerebro: el apego, los sentimientos de serenidad y unión con el ser amado. (Fisher, 2004, p. 40)

Al pasar el tiempo y acostumbrarnos al otro y entendernos mejor damos paso a emociones diferentes y más estables como el apego, un estado más apacible y sereno, donde nos podemos sentir más a gusto con el otro y en mayor confianza.

Pinto (2012) y Fisher (2004) coinciden en cuanto a que el amor cambia con el transcurso del tiempo; de manera que la pasión y la euforia que los caracterizó en un principio disminuyen y en el mejor de los casos dan lugar a un estado de apego; donde priman la serenidad, comodidad, el sentimiento de seguridad y de unión con el ser amado. Podemos verlo como un amor más compañero que pasional.

Fisher (2004) explica que aquí entran en juego más que nunca otras sustancias que ya estaban presentes, que ya habíamos mencionado antes; las cuales están asociadas a muchas de las conductas que tomamos en la etapa del apego: “los sentimientos de apego entre el macho y la hembra están producidos principalmente por dos hormonas: la oxitocina y la vasopresina” (pp. 97 – 98).

El instinto paternal para Fisher (2004) es causa de la vasopresina, la cual vuelve a los hombres un poco más posesivos y protectores. La oxitocina por su parte estimula la unión entre la madre y el hijo, generando sentimientos de contención y ternura. Además, la oxitocina está relacionada a los sentimientos de apego del macho y la hembra. La oxitocina y las endorfinas generadas por medio de caricias pueden tener efectos relajantes y producir a su vez sentimientos de apego. La testosterona puede elevar la vasopresina y la oxitocina. En el orgasmo la vasopresina aumenta mucho en los hombres y la oxitocina aumenta en las mujeres: ambas sustancias contribuyen a esa sensación de fusión, cercanía y apego en el encuentro sexual.

Podemos inferir de lo trabajado hasta ahora, que para llegar al estado de apego que se vive en una relación de larga duración con la otra persona, se requiere tiempo, cierta compatibilidad y tolerancia, además de las sustancias químicas que intervienen en el proceso de la pareja. De otra forma finalizaría la etapa de enamoramiento romántico y se acabaría la pasión antes de llegar al estado de apego, sin embargo debe advertirse que Fisher (2004) expresa: “podemos sentir un profundo apego por una pareja de larga duración al mismo tiempo que sentimos un amor romántico por otra persona” (p. 244).

Como podemos observar de acuerdo a sus características, el apego es propicio para el amor, pero el apego por sí solo no configura necesariamente lo que se consideraría un amor maduro o genuino. Pinto (2012) expresa: “El proceso de enamoramiento hasta este punto implica sentirse atraído (deseo sexual) y sentirse bien (apego). Hace falta un tercer elemento indispensable para el inicio del vínculo amoroso: sentirse complementado” (p. 95). Pinto (2012) señala que el deseo de amar supera al deseo de simplemente concretar la cópula, pues el ser humano desea intensamente amar y ser amado.

CAPÍTULO II: EN RELACIÓN AL AMOR

De la angustia de separatividad

Se trata de cómo con el desarrollo de la individualidad se produce la angustia de separatividad y las formas parciales a las que se recurre para aliviar este sentimiento

Hasta ahora dentro de la temática del amor hemos visto el enamoramiento desde el psicoanálisis principalmente freudiano y su correlato neurobiológico desde la perspectiva de Helen Fisher (2004). Vemos como estos procesos se encuentran entrelazados al desarrollo humano desde las primeras etapas. Mientras que en el trabajo de Fromm podremos vislumbrar una teoría amorosa enmarcada en su teoría general del amor, donde nos muestra las características que todo tipo de amor debería presentar y nos advierte que: “el amor no es un sentimiento fácil para nadie, sea cual fuere el grado de madurez alcanzado” (Fromm 2020 [1956], p. 9).

Fromm (2020 [1956]) expresa que en el ser humano:

todos sus intentos de amar están condenados al fracaso, a menos que procure, del modo más activo, desarrollar su personalidad total, en forma de alcanzar una orientación productiva; y que la satisfacción en el amor individual no puede lograrse sin la capacidad de amar al prójimo, sin humildad, coraje, fe y disciplina (p. 9).

Fromm (2020 [1956]) propone al amor como “la respuesta a la existencia humana” pues siendo consciente de la brevedad y desvalidez de su vida y la de los demás; el ser humano experimenta a partir del desarrollo de su individualidad el sentimiento de separatividad o estado de separación que le provocará angustia y sentimientos de soledad.

El hombre entonces intentará dar solución al problema existencial que entraña: “el problema de cómo superar la separatividad, cómo lograr la unión, cómo trascender la propia vida individual y encontrar compensación.” (Fromm 2020 [1956], p. 24)

Puede tratar de hacerlo recurriendo a diferentes tipos de *estados orgiásticos*; donde por ejemplo con ayuda de alcohol o drogas se da un estado de trance autoinducido durante un período transitorio en el que “el mundo desaparece.” Esto resulta aún más efectivo cuando se practica en común con otras personas experimentándose fusión con el grupo.

También el orgasmo sexual puede producir estados de trance equiparables a los que se conseguirían mediante drogas, y como con aquellos; por un período de tiempo puede aliviarse y no sentir demasiado sufrimiento por su separatividad. Pero la tensión de la angustia volverá a crecer y disminuirá nuevamente mediante estas prácticas, constituyéndose un ciclo.

El autor explica que cuando las prácticas a las que se recurre son aceptadas en su sociedad o tribu puede considerarse prestigioso o virtuoso, en cambio: “En contraste con los que participan en la solución socialmente aceptada, tales individuos experimentan sentimientos de culpa y remordimiento.” (Fromm 2020 [1956], p. 27)

Y respecto al desesperado intento de solucionar la separatividad mediante el orgasmo sexual, aunque es una manera natural Fromm (2020 [1956]) entiende que incluso puede aumentar en mayor medida la sensación de separación porque sin amor resulta incapaz de eliminar el abismo existente con la otra persona, sino momentáneamente.

Fromm (2020 [1956]) recuenta tres características que poseen todas las formas de unión orgiástica: “son intensas, incluso violentas; ocurren en la personalidad total, mente y cuerpo; son transitorias y periódicas” (p. 27).

Otra solución, más frecuente, cuyas características son el reverso de lo anterior, es la de la unión con base en la *conformidad* con el grupo, respecto a las creencias, costumbres y prácticas. En pos de esa pertenencia al rebaño desaparece en buena medida la individualidad, para ser; al decir del autor: “salvado de la temible experiencia de la soledad.” (Fromm 2020 [1956], p. 28)

En este marco se explica el miedo a ser diferente, que en ocasiones es racionalizado como temor al peligro en que incurriría quien se rebele. Sin embargo Fromm estima que de buena gana la gente tiende a someterse más de lo necesario, más de lo que estaría obligada; puesto que la mayoría no es consciente de su necesidad de *conformismo*, ni de su conducta conformista. Piensan ilusoriamente que siguen sus propios pensamientos y elecciones sin extrañarse de que sus ideas son iguales a las que expresa la mayoría, cuyo consenso les sirve como marco de referencia y evidencia de cuán correctas serían estas ideas. Así, la necesidad de individualidad se satisface conservando diferencias menores como lo serían simpatizar con determinado equipo de fútbol o partido político, armonizar con un cierto estilo musical o estético.

Esta solución presenta solamente una ventaja, y es que no es espasmódica sino permanente. Fromm al respecto expresa: “El individuo es introducido en el patrón de conformidad a la edad de tres o cuatro años, y a partir de ese momento, nunca pierde contacto con el rebaño” (Fromm 2020 [1956], p. 32).

Sin embargo, esta unión con base en la conformidad es calma y es dirigida y reglada desde lo rutinario, y por ello mismo al decir del autor “suele resultar insuficiente para aliviar la angustia de la separatidad” (Fromm 2020 [1956], p. 32).

Y Fromm agrega que además: “tal solución afecta fundamentalmente a la mente, y no al cuerpo, por lo cual es menos efectiva que las soluciones orgiásticas” (Fromm 2020 [1956], p. 32).

Considerando la importancia y el lugar que tiene en la vida tanto el trabajo como el placer Fromm encuentra que otra forma de lograr la unión es a través de la *actividad creadora*, que desarrolla tanto el artista como el artesano. Pues “la persona que crea se une con su material, que representa el mundo exterior a él”, así en el trabajo creador “el individuo y su objeto se tornan uno, el hombre se une al mundo en el proceso de creación” (Fromm 2020 [1956], p. 33).

Esta unión puede darse mediante el trabajo productivo, esto es cuando el que crea realiza todas etapas o los procesos en la producción de su obra; hay un yo que la planea o la diseña, la produce y contempla su resultado. Sin embargo, por un lado, como vemos este tipo de unión no es interpersonal, y por otra parte, en estos tiempos ese tipo de producción no es frecuente. Luego de la industrialización en que el trabajador se desempeña en determinada parte de la cadena de producción, pasa a ser como una pieza de la máquina o bien, de lo organizacional burocrático, por lo que: “Ha dejado de ser él, y por eso mismo no se produce ninguna unión aparte de la que se logra por medio de la conformidad” (Fromm 2020 [1956], p. 34).

Fromm (2020 [1956]) observa que estas formas de unión son sólo parches o soluciones parciales al problema existencial; porque considera que la solución plena se encuentra en el amor.

Fromm dirá que lo que sostiene a la raza humana, a la familia y a la sociedad es el deseo de fusión interpersonal que constituye el más poderoso impulso en el ser humano. Sin embargo la *fusión interpersonal* no siempre conlleva amor; término que utiliza Fromm para referirse al que entiende como amor maduro o “solución madura al problema de la existencia” (Fromm 2020 [1956], p. 35).

La fusión simbiótica

Trata de cómo se pierde la integridad en la fusión sin lograr la unión, y por tanto sin resolver la separatidad

Fromm (2020 [1956]), distingue formas inmaduras de amar que se encuentran en la unión simbiótica. A diferencia de la unión simbiótica de la embarazada y el feto donde de alguna forma son dos en uno; en la unión simbiótica que responde a una manera inmadura de amar a la que se refiere Fromm se trata de una unión simbiótica *psíquica*. En ella encuentra la forma *pasiva* o también llamada *masoquista* que es la *sumisión*; donde la persona huyendo del sentimiento de separatividad y aislamiento se transforma en una parte de la otra que la dirige y la protege. En ese sentido, la persona exagerará el poder del otro creyéndose nada sin él, mientras que como parte de él compartirá su grandeza y seguridad, y sobre todo le evitará tomar decisiones. Sin embargo, esto tiene su revés, en que será explotado, maltratado y humillado.

Cuando además está mezclado el deseo sexual se trata de una sumisión psíquica y física. Y advierte que la sumisión masoquista puede darse como una actitud ante factores o en ámbitos de la vida, y pone como ejemplo la sumisión ante lo que le depare la vida o el estado orgiástico. Afirma que: “en todos los casos la persona renuncia a su integridad, se convierte en un instrumento de alguien o algo exterior a él; “no necesita resolver el problema de la existencia por medio de la actividad productiva” (Fromm 2020 [1956], p. 36).

La otra forma que responde a la fusión simbiótica es la forma *activa* o *sádica* que es la *dominación*; donde para escapar de su soledad y de sentirse aprisionado, hace de otro una parte de sí mismo, pues la adoración del otro lo acrecienta; y en su dominación explota, humilla y lastima a su contraparte. Fromm advierte que, así como el masoquismo, se trata de una actitud, que se puede tener en determinado ámbito, por lo que por ejemplo se puede ser sádico en una relación y sumiso en un contexto de culto.

Las formas que componen la unión simbiótica, tanto activa como pasiva, no pueden vivir una sin la otra; y las dos tienen en común una *fusión sin integridad*.

Amor

De cómo se alcanza la unión y se soluciona la angustia de la separatividad a través del amor

Respecto al amor maduro Fromm (2020 [1956]) dirá que: “significa *unión a condición de preservar la propia integridad*, la propia individualidad” (p. 36). El autor expresa que es un poder activo, y en este sentido: “es una acción, la práctica de un

poder humano, que sólo puede realizarse en la libertad y jamás como resultado de una compulsión” (p. 39).

Fromm (2020 [1956]) advierte que la mayoría de las personas de nuestra cultura consideran que para amar deben encontrar un objeto adecuado, sin entender que se trata de una actividad. Esta visión mercantilista hace que consideren que ellos mismos deben ser la mejor opción o el mejor objeto disponible para ser dignos de ser amados. Debido a ello buscan el éxito, el poder económico y social; así como cuidar el atractivo físico, la imagen y los modales con el fin de obtener amigos e influencias.

Aunque el autor expresa que el amor no viene solo, naturalmente, sino que es infantil considerar que el problema del amor radique casi exclusivamente en ser amado y en esperar ser amado; el amor no sería un afecto pasivo sino una actividad, un ejercicio continuado de dar. Ese dar no es desde una perspectiva mercantilista donde se espera a cambio recibir, ni tampoco visualizándolo como una virtud a causa de un sacrificio o renuncia. Desde la perspectiva de un carácter productivo dar expresa potencia, porque en ese acto se manifiesta la fuerza, el poder, la prosperidad y la propia vitalidad de quien lo realiza reportándole dicha.

Para Fromm (2020 [1959]):

la capacidad de amar como acto de dar depende del desarrollo caracterológico de la persona. Presupone el logro de una orientación predominantemente productiva, en la que la persona ha superado la dependencia, la omnipotencia narcisista, el deseo de explotar a los demás, o de acumular, y ha adquirido fe en sus propios poderes humanos y coraje para confiar en su capacidad para alcanzar el logro de sus fines (p. 43).

El autor asimismo destaca que como el amor es de carácter activo; es una práctica constante de cuidado, responsabilidad, respeto y reconocimiento hacia el otro. Estas actitudes que son mutuamente interdependientes son propias de una persona madura. El cuidado refiere a una activa preocupación por el desarrollo de la otra persona. Fromm (2020 [1959]) expresa que: “la responsabilidad, en su verdadero sentido, es un acto enteramente voluntario, constituye mi respuesta a las necesidades, expresadas o no, de otro ser humano” (p.45). Se debe prestar atención a las necesidades físicas como psíquicas del otro.

Además, advierte que esa responsabilidad podría devenir negativamente en posesividad y dominación si no está acompañada del respeto de la individualidad, del reconocimiento de la unicidad de esa persona; lo que significa verla tal cual es y amarla, sin pretender que sea lo que uno necesita, lo que la colocaría en lugar de un

objeto, de uso. Por lo tanto, para que pueda haber respeto es condición imprescindible haber logrado independencia, porque el respeto solo es posible desde la libertad.

Podemos ver como Fromm pone de manifiesto el humanismo de su concepción (basado en el amor al ser humano), cuando además de vincular el respeto a la libertad, lo vincula al conocimiento, señalando que no se puede respetar y reconocer al otro sin el conocimiento del otro.

Al respecto Fromm (2020 [1959]) señala que: “En el acto de amar, de entregarse, en el acto de penetrar en la otra persona, me encuentro a mí mismo, me descubro, nos descubro a ambos, descubro al hombre” (p. 49). Explica que únicamente puede llegarse al conocimiento total; que es conocer al otro psicológicamente y objetivamente, y conocerse uno mismo, trascendiendo las palabras, trascendiendo el pensamiento, en el acto de amar.

A su vez, Fromm (2020 [1959]) indica que no es posible amar solamente al otro: “Si una persona ama solo a otra y es indiferente al resto de sus semejantes, su amor no es amor, sino una relación simbiótica o un egotismo ampliado” (p. 67). Al respecto de esto el autor explica que las personas suelen creer que amar a una sola persona es prueba de un amor intenso; cuando en realidad: “Si amo realmente a una persona, amo a todas las personas, amo al mundo, amo la vida” (p. 68). Y a esto agrega: “Amo a todos en ti, a través de ti amo al mundo, en ti me amo también a mí mismo (p. 68).

En estas expresiones entendemos que en términos de amor; se ama (a todos) o no se ama, porque en el amor la persona se da a sí misma, y porque amar es una facultad. Así como queda patente esa indivisibilidad del amor pues Fromm considera que en la medida que se ama al otro también se ama a sí mismo, y que uno no puede amarse a sí mismo sin amar a los demás.

Fromm (2020 [1959]) dice que hay diferentes tipos de amor de acuerdo a la clase de objeto, como el amor fraternal, el amor materno, el amor a sí mismo entre otros; sin embargo en todos los tipos de amor se encuentra el amor fraternal porque:

En el amor fraternal se realiza la experiencia de unión con todos los hombres, de solidaridad humana, de reparación humana. El amor fraternal se basa en la experiencia de que todos somos uno. Las diferencias de talento, inteligencia, conocimiento son despreciables en comparación con la identidad de la esencia humana común a todos los hombres (Fromm, 2020 [1959], p. 69).

Se trata de un amor entre iguales, aunque por momentos uno se encuentre desvalido; para ello son necesarias la identificación y la compasión. El amor al

desvalido es una condición básica, porque como expresa Fromm (2020 [1959]): “El amor sólo comienza a desarrollarse cuando amamos a quienes no necesitamos para nuestros fines personales” (p. 71).

Fromm explica que en el concepto de amor erótico se encuentra la atracción sexual. El amor erótico tiene por anhelo la unión con una persona exclusivamente. Sin embargo, Fromm (2020 [1959]) expresa que: “Como la mayoría de la gente une el deseo sexual a la idea del amor, con facilidad incurre en el error de creer que se ama cuando se desea físicamente” (p. 77). Y agrega que: “Si el deseo de unión física no está estimulado por el amor, si el amor erótico no es a la vez fraterno, jamás conduce a la unión salvo en un sentido orgiástico y transitorio” (p. 78).

Cuando además de la unión física se da la fusión psíquica, se trata de una unión simbiótica psíquica; donde no se alcanza verdaderamente la unión por causa de la fusión psíquica en la que ambas partes han perdido su individualidad, y constituye una manera inmadura de amar.

Por otra parte, el autor señala que a menudo se interpreta equivocadamente la exclusividad del amor erótico como una relación posesiva. Fromm (2020 [1959]) dice: “El amor erótico excluye el amor por los demás sólo en el sentido de la fusión erótica, de un compromiso total en todos los aspectos de la vida —pero no en el sentido de un amor fraterno profundo” (p. 79).

Como vemos a través del amor erótico se busca la unión con la persona en todos los aspectos: para Fromm (2020 [1956]) el amor erótico que alcanza la unión es el maduro pues en él cada uno mantiene su integridad, en una actividad continuada de cuidado y preocupación cotidiana por el desarrollo del otro. Constituye la solución para resolver el estado de separación, el problema existencial de la separatividad.

Conclusiones

La primera pregunta que resultó el motor de este trabajo fue: ¿qué es el amor? Esta pregunta refería más propiamente a qué es el amor de pareja, desde un punto de vista científico; y aún de entre las ciencias ¿qué es para la psicología? y propiamente dentro de la psicología ¿qué es para el psicoanálisis?

De esta forma se partió del cuerpo teórico de Freud (1984 [1921]) donde es tratado bajo el concepto de enamoramiento. De la propia manifestación de Freud acerca de que sus supuestos teóricos y los procesos que verifica habrían de expresarse en el campo biológico, se indagó en los estudios de Fisher (2004). Allí encontramos que el concepto de amor de pareja al que la autora se refiere como amor romántico puede equipararse o servir de apoyatura al que desarrolló Freud; pues, dentro de lo que pueden converger ambos campos de estudio tienen en común puntos fundamentales.

Para ambos este tipo de amor es una necesidad como el hambre, un impulso que viene a servir a la reproducción. Así como la complacencia sensual, o bien, los químicos que se producen ante ella; llevan a la idealización del otro, produciendo la fiebre y ceguera pasional del enamorado sobre el amado. De acuerdo a sus diferentes campos de estudio: Fisher explica las sustancias químicas que se encuentran actuando ante determinados procesos, conductas y sentimientos de los que Freud explicaba dentro del encuadre del desarrollo psicosexual del individuo.

Para Freud (1984 [1921]) el enamoramiento constituye un espejismo, pues por causa de la complacencia sensual se produce la sobreestimación del amado, al tiempo que se pierde la capacidad crítica; se produce una ceguera donde no podemos ver sus defectos. En este proceso la libido narcisista es depositada en el objeto porque ubicamos el objeto en nuestro ideal del yo, pues le atribuimos virtudes que deseamos para nosotros mismos y a medida que el objeto amado crece en importancia ante nuestros ojos, nuestro yo se debilita.

Con una mirada diferente tenemos la perspectiva que nos trae el psicoanalista Fromm (2020 [1959]). Como vimos elabora desde un enfoque con base filosófica moral y anclaje en lo social un concepto de amor de pareja, enmarcado en un concepto más general que tiene como pilar de base el concepto del amor al prójimo.

Para Fromm con la individualidad surge la angustia del estado de separación; que el hombre intentará calmar por diversos medios que le resultarán soluciones parciales porque la vía para resolver esa angustia existencial y los problemas que la constituyen: lograr la unión, trascender la vida individual y alcanzar la compensación, es a través del amor. De esta forma concibe al amor como una acción, un ejercicio de

libertad, de la propia individualidad donde a través del conocimiento y el trabajo productivo, la responsabilidad y el cuidado; se persiga el desarrollo propio y al mismo tiempo el desarrollo para la otra persona, respetando asimismo su individualidad. Estas cualidades son propias de una madurez del carácter, y mediante ellas se configura para Fromm un amor maduro al que finalmente decide designar sencillamente como amor.

En este punto vemos que parece haber una disputa entre las posiciones de los autores acerca de cuál es el genuino, verdadero, o más excelso concepto que pueda definir el amor de pareja.

En favor de esto Fromm ha preferido llamar a su conceptualización de amor maduro como amor, pues desde su óptica la conceptualización del amor de pareja que ofrece Freud puede resolver las diversas cuestiones del problema existencial del hombre como la descendencia, pero no se puede solucionar a través del enamoramiento la separatividad. Pues mediante él, en vez de alcanzar uniones se presta a caer en fusiones donde se desintegra la individualidad y se cae en la dependencia y la necesidad por el otro.

Además Fromm considera que el amor de pareja ha de basarse en el conocimiento mientras el enamoramiento es ceguera, espejismo, idealización.

Y fundamentalmente que desde la conceptualización de Freud (1984 [1914]) se visualiza una oposición libidinal; entre la libido yoica y la libido de objeto; por lo que cuanto más se ama a uno mismo menos se ama al objeto, mientras que cuanto más se ama al objeto más se empobrece nuestro yo.

Para Fromm (2020 [1959]) la diferencia estructural radica en que desde su óptica humanista basada en el amor al hombre, expresada en el precepto bíblico que indica amar al prójimo como a sí mismo; no es posible amar en un sentido y no en otro, pues esta premisa resulta indivisible. No es posible amar al otro sin amarse a uno mismo, ni es posible amarse uno mismo sin amar al otro, pues entender las necesidades propias nos hace entender las del otro y viceversa. Amar sería una capacidad que se debe aprender y desarrollar, es una decisión, y una actitud de compromiso.

Frente a estas razones expuestas vemos que es posible considerar que se estaría ante dos concepciones de amor de pareja. Y ante esa disputa sobre cuál sería la que genuinamente defina qué es el amor, en términos del amor de pareja; podemos, tomando diferentes criterios volcarnos por una que se remite a procesos prácticamente involuntarios, y sus causas; o bien por la otra que teoriza sobre un deber ser, acerca de consecuencias de determinados procedimientos y actitudes concebidas desde la voluntad y el desarrollo moral.

O podemos considerar que estas concepciones aparentemente opuestas del amor de pareja bien podrían tratarse de dos tipos de amor que corresponden típicamente a distintas etapas de la vida, sin perjuicio de que puedan constatar formas que podemos llamar inmaduras de amar en la adultez, como también sería posible una madurez inusitada a edad temprana que posibilite un amor de características maduras.

Estas etapas están marcadas por lo biológico, pero también dependerán de un desarrollo de la personalidad; pues como vimos, para el enamoramiento debió haber surgido la ternura, y para el amor maduro un desarrollo de la conciencia moral al que no todos podrán acceder.

Reflexión final

Se puede concluir que aunque un adolescente difícilmente alcanzaría un amor de carácter maduro, el ser maduro de por sí o entrado en años no significa que toda relación amorosa en la adultez será madura. Una pareja alcanza una cierta maduración con el paso del tiempo y el aprendizaje, no por la edad de los individuos sino por la edad de la pareja, su compromiso y capacidad de tolerancia entre otras características, ya que un adulto también puede amar de forma infantil, fantasiosa o egoísta. Los amores no son maduros desde su inicio, sin importar la edad en la que se vivan, al comienzo serán amores más pasionales y estarán más sujetos a idealizaciones.

Cabe preguntarse observando la sociedad en este contexto sociohistórico en el que vivimos con los fenómenos que se están visibilizando como los femicidios y la desarticulación familiar por el abandono de progenitores ante la ruptura de la relación amorosa: ¿bajo qué concepto de amor se constituyen las parejas y posteriormente familias? ¿Saben diferenciar un amor romántico de un amor maduro? ¿Se tiene la idea de que cuanto más intensas son las emociones es más legítimo ese amor? O bien, ¿conciben el amor romántico como deseable por el placer de la pasión, mientras el amor maduro es concebido a través de obligaciones y una pérdida de la libertad en la vida del individuo?

Esta confusión puede ser alimentada por los medios de comunicación que primordialmente ofrecen visiones artísticas y ficcionales del amor. Estas impactan en nuestra subjetividad, que no ha sido educada críticamente para distinguir que mediante los productos como la música o las películas y el arte en general no se está pretendiendo educar sino entretener.

En la vida los seres humanos no enfrentaremos los mismos problemas o dificultades, puesto que no todos seremos alcohólicos, o seremos depresivos, o tendremos intentos de suicidio o experimentaremos la muerte de un hijo; sin embargo casi todos a lo largo de la vida nos enamoraremos y experimentaremos el rechazo amoroso.

Como vimos las experiencias amorosas pueden ser las más gratificantes y excitantes de nuestras vidas, o por el contrario, sumamente traumáticas y dolorosas a tal punto de cambiar la vida de una persona por completo. Por esta razón considero que mi grado de implicación con el tema como estudiante de psicología, se debe a su alto nivel de pertinencia para la formación profesional, entendiendo que estas experiencias hacen al desarrollo del ser humano.

Si tomamos en cuenta que durante la adolescencia la confusión y la intensidad de las emociones son aún mayores, con más razón se debería aprender sobre el tema en esa etapa de la vida. Si bien es cierto que en la educación secundaria se da una cierta información que hace a la educación sexual tendiente a la prevención de enfermedades y embarazos adolescentes, no se prioriza sobre una educación afectiva que contenga en ella la educación sexual como un elemento más.

El estudio acerca del tema debería fortalecerse académicamente para difundirse a la sociedad, debiendo llegar incluso a formar parte de la currícula de secundaria, puesto que sentar las bases de una educación afectiva constituye una preparación para la vida, deseable para todo ciudadano. Esto repercute directamente en el individuo, la familia y la comunidad, a fin de contrarrestar cierta fractura social que se percibe en la violencia con la que nos relacionamos como sociedad.

Además considero ético que el conocimiento de estos temas no debe estar relegado a la oscuridad de la consulta y los que buscan socorro en ella o en las páginas de best sellers de manuales de autoayuda. Sino que es responsabilidad de los psicólogos llevar estos temas mediante la investigación y la elaboración teórica, a un estatus de autoridad científica que permita volcar frutos positivos a la sociedad, cumpliendo el compromiso de la Universidad, función para la cual fue creada.

Referencias bibliográficas

Fisher, H. (2004). *Por qué amamos. Naturaleza y química del amor romántico*. Madrid: Santillana.

Freud, S. (1978 [1905]). *Tres ensayos de teoría sexual*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 7, pp. 109-224). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1984 [1914]). *Introducción del narcisismo*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 14, pp. 65-98). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1984 [1917]). *Duelo y melancolía*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 14, pp. 235-255). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1984 [1920]). *Más allá del principio de placer*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 18, pp. 1-62). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1984 [1921]). *Enamoramamiento e hipnosis*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 18, pp. 105-110). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1984 [1923]). *El yo y el superyó (ideal del yo)*. *Sigmund Freud, Obras Completas* (Vol. 19, pp. 30-40). Buenos Aires: Amorrortu.

Fromm, E. (2020 [1959]). *El arte de amar*. Montevideo: Editorial Planeta.

Julien, P. (1992 [1985]). *Mi querido semejante, mi espejo. El retorno a Freud de Jacques Lacan* (pp. 33-41). México: SITESA.

Lacan, J. (1971 [1949]). *El estadio del espejo como formador de la función del yo [je] tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica*. *Jacques Lacan, Escritos I* (pp. 86-93). Buenos Aires: Siglo XXI.

Pinto, B. (2012). *Psicología del amor*. La Paz: SOIPA.

Tomás, S. (2012). "Ensayo sobre el Sujeto y el Otro". *El estadio del espejo como instancia constitutiva. Revista de Psicoanálisis Docta*, 10 (8), A-niñados (pp. 32-35).
Publicación de la Asociación Psicoanalítica de Córdoba.

Imagen de portada: De John William Waterhouse - Echo and Narcissus - Google Art Project.jpg;

[https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:John_William_Waterhouse -
_Echo_and_Narcissus_-_Google_Art_Project.jpg](https://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:John_William_Waterhouse_-_Echo_and_Narcissus_-_Google_Art_Project.jpg)