

¿Es el Amor un invento?

Sobre la transformación de lo imposible a lo posible

La pregunta: ¿Qué es el amor? Es una de esas preguntas para las que no hay una respuesta definitiva, como la pregunta: ¿Qué es el universo? Hay observaciones de las que se derivan suposiciones sobre el universo, que parecen tener sentido. Si el universo es así, no se sabe y a fin de cuentas nunca se sabrá. Hace poco unos investigadores han descubierto que en contra de la hipótesis de Albert Einstein puede que haya algo que sea más rápido que la luz – un descubrimiento revolucionario que podría tener una repercusión enorme sobre las hipótesis actuales referentes al origen del universo. Algo similar ocurre con el amor. Cómo yo lo describo dice más sobre mí y mis “descubrimientos” que sobre el amor mismo.

Voy a adelantarles algo: A la pregunta: ¿Es el amor un invento? se puede responder desde un determinado punto de vista con un NO claro. En una conferencia en Salzburgo, el neurobiólogo alemán Gerhard Hütther justificó ese claro “NO” de la siguiente manera:

“El amor **no** es un invento de los seres humanos, tampoco ha caído del cielo. Es una forma de relación muy desarrollada cuyos orígenes se remontan hasta los organismos unicelulares. De la fuerza creativa que surge siempre que dos seres se juntan, que han tenido diferentes experiencias en mundos distintos y que lo que estaba separado hasta el momento se une, surge siempre algo nuevo. Este proceso de transformación que impulsa esa energía creativa, a la que llamamos

amor, no ha concluido todavía, sin embargo la dirección está marcada: El amor sigue siendo una búsqueda del despliegue de las posibilidades con las que se ha venido al mundo. Es el estímulo decisivo para encontrarse con el otro y juntos formar algo. Para los seres humanos el amor es una fuerza que deja entrever la realización de sus anhelos más profundos”.

Desde que existe la vida, el desarrollo se produce por medio del encuentro y el intercambio y esto no comenzó con los humanos, sino ya con las bacterias y nos remonta al principio de la vida. Sin embargo, un microbiólogo que mira a través de un microscopio, no diría: Aquí hay dos bacterias locamente enamoradas, al ver que se ponen en contacto e intercambian su información genética.

“En última instancia, también es el sentido del erotismo que se encuentren dos que han tenido experiencias distintas en ámbitos de vida diferentes y que se unen para crear algo nuevo, que es más y más grande que cada uno de ellos.” (Ídem)

Al nacer a este mundo, en seguida entramos en un intercambio con nuestro entorno – como embrión también lo hacemos de forma prenatal con el entorno “madre”. Al llegar al mundo sentimos frío y calor, reaccionamos al volumen, a las condiciones lumínicas, al alimento que nos ofrecen, al contacto, y experimentamos diferentes respuestas a las necesidades que expresamos: nos cuidan, nos consuelan, nos acarician, también experimentamos el rechazo, sentimos lo fino y lo burdo y aprendemos a relacionarnos.

Desde pequeños nos van formando por medio de mensajes y conforme

vamos creciendo nos vamos experimentando cada vez con más consciencia como un ser propio, que por medio de su comportamiento puede provocar, posibilitar o impedir esto o aquello. Sin embargo, al mismo tiempo experimentamos también que hay muchas cosas que no podemos lograr, porque hace muy poco tiempo que estamos en el mundo para poder seguir el ritmo de todo lo que pasa a nuestro alrededor. Estas experiencias límites tempranas pueden ser en un buen sentido la base para valorar los peligros y riesgos con los que nos encontraremos a lo largo de la vida.

En la suma de todas las experiencias, las más importantes son aquellas con otras personas. Éstas dejan huellas en el cerebro que son decisivas para el modo de relacionarnos con otros. Las experiencias de relaciones que nos dan miedo, que nos provocan inseguridad nos obligan a utilizar nuestro cerebro de un modo determinado y cuando las cosas siguen siendo difíciles, entonces nos alejamos cada vez más de aquello que éramos originariamente, cada vez más del potencial de desarrollo del que disponíamos al principio de nuestra vida.

En este sentido, el amor es la búsqueda del desarrollo del potencial propio con el que vinimos al mundo. Está unido a las experiencias básicas que comenzaron con la concepción: **crezco y estoy en contacto.**

Los padres no son los únicos que posibilitan este desarrollo, hay una gran cantidad de experiencias con otras personas, con animales y plantas, con ideologías, etc., que posibilitan que continuemos creciendo. Si en la psicoterapia nos limitamos a responsabilizar al padre y la madre de lo que ha sido del cliente, reducimos de un modo extremo las posibilidades de continuar desarrollando el potencial del que dispone.

Cita de Gerhard Hüther: “Un gran neurólogo dijo una vez en una conferencia: Cuando esta conferencia hay terminado, ustedes saldrán con un cerebro distinto al que tenían al entrar, porque todas las experiencias dejan huella”.

**Por tanto, el amor no es un invento, sino una fuerza que es necesaria para que pueda producirse el desarrollo.** Ésta es una respuesta.

La otra respuesta a la pregunta: “¿Es el amor un invento? Es igualmente un claro **“Sí”**. Es también un invento **que hace algo imposible o que puede hacer algo posible.**

El punto de partida implícito para esta respuesta es la observación de que ya hace mucho tiempo que las personas relacionan con el concepto del amor algo distinto a lo que se puede comprender por “intercambio transformador”. Este **”lo que tengo te lo doy y de ti recibo lo que tú tienes y de todo eso hacemos algo nuevo y cada uno de nosotros luego será algo más de lo que era antes”** se va relegando cada vez más en el plano de: simplemente queremos ser felices.

Lo que es el amor y cómo tiene que ser, esto nos lo dicen por todas partes. Muchas imágenes ideales, yo las llamo inventos de amor, movilizan en la mayoría de las personas determinados anhelos. Están relacionados con estados de ánimo ideales que se quieren alcanzar y que el compañero o compañera correcto/correcta debe despertar. Hoy en día se puede encontrar al “compañero ideal”, a “la compañera ideal” con ayuda de buscadores que de la masa interminable de candidatos potenciales han de filtrar al hombre o la mujer de ensueño.

Si en la vida real la relación no va de un modo tan ideal como se desearía, entonces elegimos en una librería uno o varios libros de autoayuda que nos proporcionarán un gran abanico de estrategias para atraer al amor correcto, evitar los dolores del amor y también facilitarán los pasos que llevarán a una buena separación de aquellos que antes se querían. Muchos de estos libros de autoayuda se parecen en su dicción a las instrucciones de los robots de cocina:

“7 trampas para el amor”, “Se acabó el esperar y suspirar”, “100 consejos contra el mal de amores”, “Recuperar un antiguo amor”, “La guía del amor definitiva”, “Cede y él será tuyo”, “Los tres primeros meses de un nuevo amor”, “Pasión, deseo y amor”, “El amor duradero”, “Homeopatía para el amor”, “El tarot del amor”, “El horóscopo del amor”, “La búsqueda del amor en la red”, “El verdadero amor en la vida diaria”, “1000 motivos para no tener mal de amores”, etc.

La base de todos estos libros de autoayuda son los inventos del amor de los autores y la certeza de que hay un gran potencial de compradores. Los lectores pueden interpretar sus propias ideas sobre el amor en los títulos tan amplios y al leer reconocer todo aquello que ellos mismos inventan. “El contenido del mensaje lo crea el receptor” - una perogrullada de la teoría de la comunicación.

**Wilhelm Schmid, filósofo en Berlín** contestó de la siguiente manera a la pregunta: ¿Qué es el amor? “El amor es la interpretación infinita de aquello que se experimenta como amor, formulado de un modo más conciso: **El amor es lo que se interpreta como amor.**”

El núcleo de la interpretación correspondiente es la imagen que encierra. Esta imagen se forma por las experiencias, anhelos y temores que la persona siente en sí mismo. Se ven alimentados por la propia

biografía y también por los valores condicionados culturalmente. Esto se refiere no sólo a diferencias culturales fundamentales entre países, las diferencias relativas a los ideales y valores entre las familias de los que se aman son lo suficientemente grandes para causar confusión.

Hoy en día, la sociedad de consumo promete que el amor surgirá por sí mismo al adquirir diferentes productos de imagen. El desodorante que atrae a los hombres, la pasta de dientes para una sonrisa radiante, el champú que libra de la caspa y que convierte al marginado en un hombre deseado, el perfume más femenino de todos los tiempos, el cabrio fascinante, los tacones de aguja impresionantes y además de todo esto todo lo que ayuda a alcanzar la belleza y a encender el deseo.

¿Qué tipo de amor es el que se inventa ahí? ¿Se encuentra de esta manera aquello que necesitan las personas para su posterior desarrollo? Desde mi punto de vista se invierte mucha fuerza en la optimización de la fase del cortejo, en la que algunos animales tienen mucho que ofrecer. Si observamos el ajetreo de determinadas aves, lo que ofrecen algunos machos, no podemos menos que asombrarnos. El objetivo es encontrar una pareja con la que intercambiar sus genes para que surja algo nuevo y la vida continúe. Vemos también como incuban los huevos, como los padres, como un equipo bien coordinado alimentan a las crías, las alejan los peligros y luego las animan a emprender el vuelo y un buen día las dejan solas.

La publicidad hecha por las personas no se ocupa del después. Conocemos esas películas que terminan con la pareja caminando hacia la puesta de sol, la vida después se oculta y hay bastantes personas

que se entregan al engaño de que ahí ya está todo lo necesario.

En la vida diaria, el concepto de amor se utiliza de forma abreviada y se da por supuesto que el que tenemos enfrente sabe qué es lo que contiene. Al que tenemos enfrente le sucede exactamente lo mismo. El error de creer que las personas se comprenden porque utilizan las mismas palabras está muy extendido.

Cuando les pregunto a los clientes qué es el amor para ellos hablan de la necesidad de seguridad, de la posibilidad de dejarse caer, del deseo de sentirse tomado como persona, del anhelo de sentirse en casa junto a alguien, la esperanza de verse apoyado, vivir la unión, ser importante para alguien, experimentar la ternura, poder vivir una buena sexualidad. La mayor parte de los deseos llevan a las necesidades básicas de un ser humano que viene al mundo, y cuya satisfacción le ayudará a continuar desarrollando unas buenas raíces para poder crecer. Es evidente que esto es lo que nos impulsa.

Sólo si se continúa preguntando nombran valores como: “pensar lo mismo sobre la vida, sobre el mundo”, “querer tener hijos”, “aspirar a cosas similares en la vida”, “vivir las creencias”, “cuidar las tradiciones”, “crear juntos un hogar” etc. Estos deseos resultan ser los espacios en los que las necesidades nombradas anteriormente pueden ser vividas y experimentadas.

Si anteriormente ha habido algunas relaciones fracasadas, entonces se describe al amor desde estas experiencias vividas, de modo que todos los déficits que hubo en las relaciones anteriores no deben volver a acontecer en una nueva relación o bien ha de darse una compensación

por lo que no se ha obtenido hasta el momento. El deseo es que la pareja sea una gasolinera con dos piernas que siempre está ahí cuando el depósito se nos vacía. Casi siempre se ignora la aportación propia al fracaso de las relaciones y por ello se frena en gran medida el propio crecimiento.

¿Quién dice?:

“En mi próxima relación no quiero abusar de la confianza de mi pareja, no quiero imponer **primordialmente** mi estilo de vida, quiero invertir más energía y tiempo en la vida en común, quiero participar en la organización de la vida diaria (aquí no estoy hablando del reparto de tareas domésticas), quiero asentarme y ser también un hogar para el otro, en lugar de mantener todas las opciones abiertas. Quiero asumir responsabilidad hacia el futuro, ocuparme de los hijos con cuidado y amor para que les vaya bien en la vida, etc.”

El aspecto de aceptación, respeto, buena voluntad y valoración de la familia del otro casi siempre se suele descuidar. Esto es un error que tiene consecuencias extremas en la relación, ya que él o ella viene al fin y al cabo de su familia y esta familia tiene que haber logrado algo bueno, si no yo no hubiera elegido esta pareja. Por mi vida cotidiana como psicoterapeuta sé qué gran papel juegan las familias de origen de los miembros de la pareja en su vida diaria amorosa.

El salto de la vida ideal del principio a la vida cotidiana como el lugar “**en el que el amor pasa de ser posibilidad a ser realidad**” (W. Schmidt) provoca aterrizajes con daños imprevistos. “Como tarde, en ese

momento se hace evidente que el amor es más que un sentimiento romántico. Como tarde, en ese momento la mella en los dientes de nuestra pareja, que antes nos parecía encantadora, ahora nos ataca los nervios. Y de repente su voz aguda canturreando “Buenos días” a la hora del desayuno se convierte en una dura prueba”. (Ídem)

Los anhelos y las decepciones se van alternando, las parejas de enamorados caen de grandes alturas a profundos abismos. En casi todos los casos creen que la causa de que no se haya producido lo que esperaban, de que el amor haya resultado ser “una mercancía con fecha de caducidad” está en el otro.

**Hace poco me contaba una clienta: “Durante mucho tiempo busqué a la pareja ideal y creí que la había encontrado. ¡Pero ya no es el hombre con el que me casé! Mi pregunta de “¿en que parte eres tú responsable de que salieran así las cosas? la contestó escuetamente con: “Simplemente me he equivocado con él. Con el próximo he de mirar con más atención”. No se puede formular de un modo más claro el rechazo de la contribución de uno mismo al fracaso de una relación. Uno no puede evitarse a sí mismo de un modo más crítico que negando su propia contribución.**

Si el estado de excepción de estar enamorado va más bien hacia la normalidad, entonces el tema del compromiso y la libertad entra con fuerza. Así como en el enamoramiento uno hubiera querido encadenarse al otro y dar juntos cada paso, ahora cada uno recupera su contorno, las necesidades diarias también imponen “la separación de los amados” al menos por un tiempo y ahora comienzan los siguientes inventos:

“¿Cuánta unión necesita este amor, cuánta libertad cada uno? Cada

uno determina cuanta limitación está dispuesto a asumir y en caso de duda, qué debe de tener prioridad.

Mi experiencia me dice que **“la libertad necesita el estar dispuesto a cumplir unas reglas y la unión el estar dispuesto a permitir la libertad”**. Muchas personas viven con dolor el que los padres no les dejen libres y los padres opinan que es una expresión profunda de amor el que quieran proteger a sus hijos del mundo y de sus abismos. En última instancia no quieren soltarlos.

Rainer Maria Rilke, un poeta de Praga del siglo pasado, describió esto de un modo maravilloso:

“Dando por supuesta la consciencia de que también entre las personas más cercanas permanecen lejanías infinitas, pueden lograr un maravilloso estar junto al otro si consiguen amar la distancia entre ellos, que les da la posibilidad de verse con toda su figura y ante un gran cielo”.

El dogma propagado hoy en día por todas partes sobre la independencia del individuo se ha convertido en un factor económico. Se necesita que las personas se dediquen totalmente al trabajo, se les reclama también desde la industria del ocio y tiempo libre y en todo esto, los vínculos estrechos con una pareja son casi un estorbo. A los hijos se les empuja pronto hacia la independencia, han de ser capaces de hacer frente a todo tipo de cosas (a esto lo llamamos “educación para la autonomía”) porque los padres dirigen su energía a cubrir necesidades existenciales y otras cosas no necesarias, su carrera personal, cumplir con obligaciones que han contraído con bancos, aseguradoras, concesionarios de coches, etc. Todo tiene que ir hacia adelante, **parar se considera una enfermedad**, se requiere flexibilidad.

Nos podemos hacer la pregunta de porqué hay hoy en día tantas personas depresivas. ¿Es una forma permitida socialmente de concederse un descanso? ¿Sólo así se puede reducir el ritmo, expresar de este modo las decepciones, esconder la tristeza de que la vida se ha vuelto insoportable? Determinados diagnósticos permiten no tener fuerza, un estado que en el mundo de los análisis de los puntos fuertes y los débiles, tal y como se hacen en las empresas, no está permitido. Por el contrario: los llamados análisis de potencialidades sirven a la optimización de la fuerza. Los seminarios para aprender a gestionar correctamente el tiempo están para que haya más espacio en un día de 24 horas que lamentablemente no se puede prolongar.

La política y las instituciones crean las condiciones marco a las que se ha de plegar cada persona. Las leyes, las empresas, los bancos, las guarderías, los colegios, los centros formativos imponen su estructura, independientemente de las oportunidades que las personas hayan recibido en la vida y de donde se encuentren en un momento determinado en su crecimiento personal. Los esfuerzos excesivos que todo esto conlleva sólo pueden ser compensados en las relaciones. Las parejas y las familias se convierten en reservas naturales en las que se juntan personas agotadas de modo diferente, cada uno con el deseo de obtener reposo en un entorno que prometa seguridad. Pero aquí también juega un papel el entorno. Hay que solucionar muchas cosas para que él/ ella y los hijos puedan incorporarse al día siguiente a la vida fuera de la familia con las fuerzas renovadas, para poder hacer aquello que mantiene vivas las instituciones. Éstas nos engatusan con la promesa de hacerlo todo para que nuestros deseos se cumplan, para ello nosotros sólo tenemos que hacer esto y lo otro.

**¿Bajo estas condiciones, como podría inventarse el amor de otro modo para que pueda volver a ser una fuerza que alimente las raíces buenas de los seres humanos y que estimule el crecimiento personal y el común?**

Si observamos a enamorados o nos acordamos de nosotros mismos cuando estábamos en este estado, entonces sabemos que el amor y la velocidad se excluyen. Los amantes olvidan el tiempo, el mundo se detiene en un beso que nunca es bastante largo, en una conversación que se prolonga hasta la madrugada, la contemplación de cosas bellas, estar sentados juntos en una cafetería, cogerse de la mano y simplemente mirarse – y todo esto durante horas. El tiempo entre las citas parece ser eterno y se tiene que cubrir con cualquier ocupación, ya que lo verdadero está esperando. Apenas se dan cuenta de las personas que tienen a su alrededor, el mundo existe como proveedor de bonitas ocasiones en las que profundizar el amor o se percibe como un estorbo contra el que luchar o ignoran sus exigencias.

Una experiencia maravillosa para los enamorados es el efecto de que cada uno de ellos está tan enamorado de sí mismo como del otro. Somos valientes, atrevidos, creativos, disfrutamos de pequeñeces, descubrimos partes de nosotros que de repente son destapadas por la fuerza del amor, hasta la percepción de que en el espejo de repente nos mira otra persona: más guapa, más amable, más encantadora, más divertida, más coqueta – es sencillamente fantástico. La importancia de las tareas, obligaciones, trabajos se reduce a lo más necesario. Queremos zambullirnos rápidamente de nuevo en este estado que nos posibilita el estar con el otro. Nos vivimos con pasión y potentes y no podemos soltarnos.

**La velocidad en el amor es lenta, similar a la del crecimiento en la naturaleza.** Si miramos a lo que las personas relacionan con el amor, vemos que no es el movimiento constante hacia adelante, el ir corriendo detrás de algo – todo lo contrario: **uno quiere que todo permanezca así.** Tenemos ejemplos espantosos más que suficientes de las consecuencias que tiene el querer ir siempre hacia adelante, sin pausas, sin parar, todo por el crecimiento económico, cueste lo que cueste. ¿Cuántas cosas más tenemos que comprar, que querer poseer? ¿Cuánto tiempo más tenemos que ignorar las necesidades de otras personas, cuánto tienen que llegar a desesperar nuestros hijos y jóvenes hasta que reconozcamos que **no hay sustituto para esa fuerza creativa que puede hacer de nosotros personas amorosas?**

Nos han hecho creer que estos sentimientos maravillosos de amor sólo pueden ser posibles en los primeros meses, porque la rutina lamentablemente hace imposible mantener ese estado por más tiempo. ¿Esto ha de ser así?

Tenemos toda la libertad del mundo para inventar el amor para nosotros, de modo que nos convirtamos más en aquello que ya se encuentra en nuestro interior. Con el convencimiento de lo que el amor es para cada uno de nosotros (en distintas épocas de nuestra vida lo experimentamos de modo diferente), cada uno se puede sentir libre de dar forma a esas convicciones. **De las consecuencias que de ahí se deriven ha de hacerse cargo cada uno.**

La pregunta: ¿Cuál es mi aportación a que salga bien o no el amor, qué quedo a deber, cómo me quedo unido a mi mismo, a tu desarrollo y al mío? posibilita en nosotros un proceso de transformación de lo que era

imposible hasta ahora en algo posible. **Y toda relación**, independientemente de la cercanía con que sea vivida, es una oportunidad para experimentar estas posibilidades de expansión.

Experimentamos la fuerza benéfica de la transformación de un estado de víctima en un estado de co-creador. De repente tenemos importancia para nosotros mismos y encontramos sentido a la vida.

Para concluir quiero apuntar que **el amor necesita de la disponibilidad de dejarse amar**. Para muchas personas esto no es fácil porque se ven llevados a un estado de “reciprocidad” que les indica: Espero tu contribución para que de nosotros, de ti y de mí pueda surgir algo más. El dogma de la autorrealización, tal y como se propaga generalmente contiene un error fatal: El crecimiento relacionado sólo con uno mismo es un callejón sin salida, ya que sin las aportaciones de los demás me atrofia. El miedo a perder nuestra identidad individual es la fuerza que impide la transformación. Sólo al reconocer que mi propia aportación hacia el otro también hace más de mí, el amor se convierte en aquello que deseamos: una fuerza transformadora para nosotros mismos, que nos permite crecer.

Viktor Frankl escribe: “

**En el servicio a una causa o en el amor a una persona, se realiza el ser humano a sí mismo. Cuanto más sale al encuentro de su tarea, cuanto más se entrega al otro, tanto más es un ser humano, y tanto más se convierte en él mismo.** Es bien cierto que a través de esto podemos ganar una seguridad enorme para nosotros mismos.

Abandonemos la senda de aquellos que nos sugieren todo lo que

necesitamos para poder vivir el amor y orientémonos de nuevo a la sencillez de los enamorados que sobre todo se necesitan el uno al otro. Todo esto también es posible en la vida cotidiana si modificamos nuestras prioridades. Veámonos como un nexo de unión entre la generación anterior y la siguiente y hagamos nuestra aportación, para que la dirección de la vida continúe de un buen modo. Este cambio no es difícil. La mayoría de las personas lo logra de un momento al otro al verse confrontadas con una enfermedad grave. Es sólo una cuestión de decisión y la cuestión de cómo se puede vivir esta decisión hace de cada uno de nosotros un inventor genial y perspicaz.

Vuelvo a citar a Viktor Frankl, un judío austríaco, el fundador de la logoterapia y del análisis existencial. Sobrevivió varios años en campos de concentración y cuando acabó la guerra escribió el libro: **"El hombre en busca de sentido"** En él defiende la opinión: **"Una de las últimas libertades humanas es poder elegir libremente la actitud ante las circunstancias, sean cuales sean"**.

Para finalizar quiero presentarles en su idioma un poema de Erich Fried, un poeta alemán.

Es un poema sobre el amor que escribió en 1996. En él describe el amor desde diferentes ángulos – el amor mismo, ante tantas atribuciones, permanece intacto. Sigue siendo lo que es.

Lo que es (Erich Fried, Berlin 1996)

Es una tontería

Dice la razón

Es lo que es

Dice el amor

Es una desgracia

Dice el cálculo

No es nada sino dolor

Dice el temor

No tiene perspectivas

Dice el entendimiento

Es lo que es

Dice el amor

Es ridículo

Dice el orgullo

Es insensato

Dice la precaución

Es imposible

Dice la experiencia

Es lo que es

Dice el amor