

## COMPRENSIÓN DEL ENAMORAMIENTO

JOSÉ M<sup>a</sup> MORA MONTES  
*Neurólogo y psiquiatra (Cáceres)*

### RESUMEN

El autor en el presente artículo busca la comprensión del enamoramiento como hecho psicológico de importancia sociológica innegable. Hace una primera aproximación por todo lo referente a su naturaleza, predominantemente erótica. Posteriormente repasa las principales y más conocidas teorías sobre el mismo. Crítica algunas de estas teorías. Establece el concepto de “enamoramiento enquistado” Y finalmente con base a las teorías freudianas y a la teoría de los sentimientos de Castilla del Pino, expone el enamoramiento como un proceso, desarrollado de forma didáctica, en distintas etapas.

*Palabras clave:* Ágape, Enamoramiento, Eros, Mitos románticos, Sentimientos

### ABSTRACT

In the current article, the author deals with the comprehension of the falling in love as a psychological fact of undeniable sociological importance. He presents a first approach to everything relating to its nature, predominantly erotic. Subsequently he revises the main and best-known theories on it and he criticizes some of these theories. He establishes the concept of “*encrusted love*”. And finally, based on the Freudian theories and on Castilla del Pino’s theory of feelings, he exposes the falling in love as a process across different phases, explained in a didactic way.

*Key words:* Agape, Eros, Falling in love, Feelings, Romantic myths.

### 1. CONCEPTO DE ENAMORAMIENTO

El enamoramiento en su sentido más propio, definido, según la Psicología como “el estado de una persona dominada por un vivo sentimiento hacia otra,

a quien considera su mayor bien, con la que desearía estar unida para siempre y por la que llegaría a sacrificar, si fuera necesario su propia vida”. O dicho de otra forma, como “el estado que vive una persona, dominada por vivos sentimientos de contenido erótico, deslumbrada gratamente ante la imagen enormemente positiva, que se ha formado de otra, con la que ha tenido la fortuna de encontrarse”, constituye un fenómeno psíquico que ha interesado al hombre desde tiempos inmemoriales. Los vivos sentimientos y el deslumbramiento que una persona provoca en otra, no por sí misma, sino por “*la imagen*” que se forma de ella, constituye el núcleo del proceso que conviene retener en la mente para que no sea confundido con otros fenómenos psicológicos de menor entidad y que coloquialmente se asignan con esta misma denominación. Para mayor claridad: No es enamoramiento la buena impresión que se puede tener de una persona nada más conocerla, ni el agradable y placentero trato con alguien determinado, ni tampoco, a pesar de la frecuencia del mal uso del término, el cariño entrañable que se establece entre dos personas, en el transcurso de un tiempo más o menos largo.

## 2. REPERCUSIÓN SOCIAL DEL ENAMORAMIENTO

Nuestra sociedad aplaude el enamoramiento; siente una misteriosa fascinación por él y admira a quienes están dominados por estos apasionados sentimientos, de tal modo que hasta parece exigirse a toda pareja que vaya a casarse. Genios de la literatura han dejado escritas inmortales obras en torno al enamoramiento y actualmente el cine se recrea igualmente en historias ocurridas en torno a este tema. Es muy frecuente la aspiración de muchísimas personas a vivir un gran amor, y a ser posible a permanecer indefinidamente en un estado de enamoramiento. ¿Es todo ello producto de una tradición cultural que se inicia en el siglo XII, en la corte provenzal de Leonor de Aquitania? Posiblemente así sea, pero sin detenernos en el origen y desarrollo del fenómeno social, es cierto que sus repercusiones en la vida real son innegables: Matrimonios que se rompen porque uno de los cónyuges se siente extramaritalmente enamorado; matrimonios que se sienten fracasados porque esa llama viva de sentimientos que un día les alentó se apaga; parejas de novios que no se atreven a dar el paso definitivo hacia el altar por no sentirse suficientemente enamorados. Quizás haya que ver en estas ansias de vivir un gran e inextinguible amor, un anhelo de felicidad, que el hombre descristianizado de nuestro tiempo busca aquí y ahora, como otras veces lo buscaba en Dios y en la vida de un mundo futuro. La realidad es que el hombre de hoy mantiene el enamoramiento en una muy alta estima y cualquier crítica que pueda hacersele corre el riesgo de ser mal recibida. Como igualmente será rechazada toda opinión en contra al legítimo derecho de

cada cual a buscar “al *hombre o mujer de su vida*”, esto es, la persona capacitada por sí para hacer feliz y dichoso a uno.

### 3. EN LA MUY AMPLIA VARIEDAD DE AMORES, ¿EL ENAMORAMIENTO A QUÉ TIPO PERTENECE?

Apenas hay un autor actual que al enfrentarse al amor no refiera las dificultades que a su paso encuentra. Así por ejemplo, Josef Peipper escribe: “Hay razones más que suficientes que le sugieren a uno no ocuparse del tema del amor”<sup>1</sup>, y José Antonio Marina afirma: “Existe una nutrida serie de sentimientos a los que etiquetamos con la palabra amor, que está a punto de convertirse en un equívoco”<sup>2</sup>.

Si se trata de encontrarle una adecuada definición las dificultades se presentan como insuperables. Diversos autores, como Scheler, Leersch, Ortega, etc., han afirmado que el amor es sentimiento. De acuerdo. Y cuando como cristianos pensamos en el precepto divino de “amar a Dios, sobre todas las cosas y al prójimo como a nosotros mismos”, ¿qué hemos de pensar?, ¿que Dios nos ordena que tengamos un determinado sentimiento? ¿Y acaso es posible, depende de nuestra voluntad disponer de los sentimientos a nuestro antojo? Otros autores, precisamente, han puesto el acento en la voluntad. Esta línea la han seguido y la siguen actualmente filósofos como Melendo, Manglano, Fromm, etc. Para éstos el amor al prójimo, incluyendo a nuestro más prójimo tal es nuestro cónyuge, debe basarse en la voluntad. Pero, ¿para qué se necesita la voluntad cuando una madre arrebatada por el encanto de su hijito estaría dispuesta a dar la vida por él, si fuera preciso? Hacer uso de la voluntad para amar será preciso en unos casos, como por ejemplo en el mandamiento divino, pero totalmente innecesario en otros.

El sentimiento y la voluntad están presentes en el amor que se da entre un hombre y una mujer, pero en proporción muy variable de unos casos a otros, de ahí que pueda hablarse de la cualidad del amor y tres tipos principales de amor puedan ser claramente delimitados.

1. Amor erótico o simplemente eros.
2. Amor agápico o simplemente ágape.
3. Cariño.

1 J. PIEPER, *Las virtudes fundamentales*, Madrid, Rialp, 2000.

2 J. A. MARINA, *El laberinto sentimental*, Barcelona, Anagrama, 1996.

El término castellano “*amor*” proviene del vocablo latino “*amor-amoris*”, según el DRAE, y este a su vez procede del término griego “*eros*”.

Debemos a Ferrater Mora la siguiente correlación de término en referencia al amor<sup>3</sup>:

En castellano el término “*amor romántico*” equivale al latino “*amor-amoris*” y al griego “*eros*”.

En castellano el vocablo “*cariño*”, corresponde al latino “*dilectio*” y al griego “*filia*”.

En castellano la palabra “*altruismo*” es sinónima de la latina “*charitas*” y de la griega “*ágape*”.

El enamoramiento, que cursa siempre con una fuerte carga de sentimientos, pertenece, en tanto forma de amor, principalmente, pero no de forma exclusiva, al eros, por lo que bueno será una breve reflexión sobre estos tres tipos de amor, para observar hasta que punto el enamoramiento participa de cada uno de ellos.

### 3.1. EROS (EL AMOR)

Nos encontramos con un término de origen griego que ha alcanzado una enorme difusión por estar expuestos en el “*El Banquete*” de Platón, del siglo IV a. C. El gran filósofo pone en boca de Sócrates el siguiente diálogo:

“Cuando nació Afrodita celebraron los dioses un gran festín y entre ellos se encontraba Poros, hijo de Metis. Después de la gran comida se presentó Penía solicitando unas migajas sin atreverse a pasar de la puerta. En aquel momento Poros, embriagado de néctar (porque entonces todavía no se bebía vino), salió de la sala y entró en el jardín de Zeus, donde el sueño no tardó en cerrar sus párpados cansados. Penía entonces, instigada por su penuria, ideó tener un hijo de Poros; se acostó a su lado y fue madre del Amor. He aquí por qué el amor fue el compañero y servidor de Afrodita, puesto que fue concebido el mismo día que ella nació, y además porque por su naturaleza ama la belleza y Afrodita es bella. Y como hijo de Poros y de Penía, mira cual fue su herencia; duerme al aire libre en los quicios de las puertas y en las calles; en fin, está siempre, como su madre en precaria situación. Pero, por otra parte, ha sacado de su padre el estar siempre sobre la pista de todo lo que es bueno y bello”<sup>4</sup>.

El amor, según este relato es una especie de demonio que obliga al hombre a ir en busca de lo bello y de lo bueno, que Platón identifica en una única palabra: La belleza.

3 FERRATER MORA, *Diccionario de Filosofía*, Buenos Aires, Ed. Sudamericana, 1965.

4 PLATÓN, *Diálogos. El banquete, o del amor*, Madrid, Ed. Boreal, 1998.

Un demonio en estos diálogos no tiene el significado cristiano de ser maligno, sino el de una divinidad menor que media o sirve de intérprete entre los dioses mayores y los hombres, llevando a éstos la voluntad de aquellos.

El relato del nacimiento del Amor nos sugiere lo siguiente:

1. El hombre se ve indigente, necesitado y siente la necesidad de completarse, pero no a cualquier precio sino yendo al encuentro de lo bueno y lo bello. Recuerden que el Amor ha heredado de su padre Poros el gusto por la belleza.

2. De otros diálogos del Banquete se desprende que una vez encontrada la belleza, el hombre desea hacerla suya y poseerla.

3. Que el deseo de posesión va guiado por el deseo de ser feliz.

4. Que quien ama desea no solo poseer la belleza sino poseerla para siempre.

5. Que este deseo de inmortalidad el hombre solo a medias puede lograrlo perpetuándose en su descendencia, o dicho de otra forma, por la fecundación y generación.

De todo ello, podemos comprender sin mayor dificultad a Platón cuando afirma que amar es el deseo del hombre de engendrar en la belleza.

### 3.2. EL EROS EN LA FILOSOFÍA CRISTIANA MEDIEVAL

Sabido es como gran parte de la filosofía clásica griega sufrió una reelaboración por parte de los Padres de la Iglesia y sobre todo por S. Agustín y S. Tomás de Aquino. Este último, ya entrado el siglo XIII, en su extensa obra filosófica trató el tema del amor distinguiendo el amor concupiscente y amor benevolente, rebautizando dos conceptos conocidos por otros nombres como eros y ágape. El primero definido como el sentimiento que nos empuja a buscar lo que consideramos bueno para poseerlo y para gozarlo, o dicho más brevemente, el ansia de posesión y goce de la persona amada y el segundo la tendencia a hacer el bien, o altruismo, de unas personas hacia otras.

El Aquinate se da cuenta que ni el hombre ni la mujer están hechos para sí mismos, que tanto uno como otro están en esta vida para relacionarse con los demás y descubrir en ellos a alguien digno de ser amado. Cuanto más plena sea esta relación de amor y confianza con los demás, tanto más completo se hace el ser humano. Se da, en el Aquinate una similar percepción de nuestro ser personal como algo incompleto en sí mismo, tal y como vimos antes en Platón<sup>5</sup>. El hombre es un ser necesitado y ello condiciona que tenga una gran cantidad de

5 TOMÁS DE AQUINO, *Summa Theologiae*, I-II, 2, 5, ad 2, Madrid, BAC, 1959.

“*apetitos*”, deseos, apetencias y tendencias. El hombre está hambriento de una plenitud que solo puede recibir de fuera. Está necesitado de amistades, amor, afecto, conocimiento de las cosas, inteligencia, belleza, sabiduría y tantas más cosas. Está hecho para recibir, porque no es autosuficiente y por eso permanece receptivo para abrazar todos los bienes que le lleguen y proporcionen una vida más plena. El término *apetito* sugiere que el hombre intenta alcanzar algo que intuye como bueno porque su valor ha sido previamente percibido. Esto es lo que ocurre cuando alguien se enamora de otra persona; el encanto de una ha llegado directamente al alma de la otra, que reconoce su bondad, su belleza, su singularidad y por ello se mueve hacia ella como respuesta, para conocerla más plenamente y para no perder ese bien que como tal ha sido captado.

Afirma el Aquinate que tras percibir la bondad de una persona ese algo bueno tiene poder de transformarnos, pues penetra en nosotros y nos imbuje un sentido de afinidad o atracción hacia él. “El amor, no es otra cosa que la complacencia en lo apetecido”<sup>6</sup>. Al percibir su excelencia se opera en nosotros una transformación interior, que hace que la integremos en nuestra identidad y sea sentida ya como parte de nuestra alma.

Estamos obligados a recibir lo que nos falta. Por eso el Aquinate llama “*pasión*” al amor, pues una pasión implica una deficiencia; es una confesión de necesidad, de una indigencia que desea y aspira a ser satisfecha a través de otra persona capaz de ofrecer aquello que por si mismos no podemos darnos.

### 3.3. EL EROS. SU DEFINICIÓN ACTUAL

El amor erótico ha sido tratado a través de los siglos siguiendo las ideas de Platón y S. Tomás, con las variaciones y matices que obviamente hay que suponer. Y de esta forma llega hasta nuestros días y entra a formar parte de las once acepciones que el Diccionario de la real Academia española (1984. DRAE) ofrece para definir el amor. La primera de ellas dice: “Afecto por el cual busca el ánimo el bien verdadero o imaginado, y apetece gozarlo”. La segunda testifica: “Pasión que atrae un sexo hacia otro”.

El Diccionario Ideológico de la Lengua Española (Casares, 1942) presenta también varias definiciones del amor y en la primera de ellas, señala: “Sentimiento afectivo que nos mueve a buscar lo que consideramos bueno para poseerlo o gozarlo”<sup>7</sup>, en total consonancia, como se puede observar, con las definiciones mencionadas del DRAE.

6 *Ib.*, I-II, 26, 2.

En el amor considerado en su vertiente erótica entran pues una serie de conceptos tales como el deseo, seducción, aspiración, sensualidad, necesidad, obsesión, petición, pasión etc. Demasiados conceptos, quizás, que obligan a una subclasificación:

a) Lo que podemos calificar de “*Pasión Romántica*” en la que predomina un deseo de estar junto al amado, como una gran aspiración que colmaría de felicidad.

b) “*Pasión erótica*”, definida preferentemente por el ansia de posesión y goce de la persona amada.

Pasión romántica y pasión erótica, aunque se presenten con tan distinta apariencia, participan ambas de una naturaleza común que subyace en su origen, que no es otro que la necesidad de satisfacer el instinto sexual. En este último caso el instinto se manifiesta abiertamente exigiendo su satisfacción y en el primero, de forma engañosa como una especie de adoración del objeto sexuado.

### 3.4. ÁGAPE

Se trata de un término de origen griego (agapé) con el que se expresaba inicialmente el amor, la amistad y comidas en común. Posteriormente los primitivos cristianos lo emplearon para denominar las celebraciones con una comida colectiva, a fin de avivar y exteriorizar la caridad mutua, o incluso para referirse a la celebración de la Eucaristía. Los poetas latinos Virgilio y Ovidio mencionan el ágape como banquete fúnebre dedicado a la honra del difunto y los cristianos también en este sentido acudían al ágape, como una forma de culto a los mártires y cristianos fallecidos. Realizaban una comida frugal (banquete en recuerdo de Cristo) para terminar con la celebración de la Eucaristía. Pasado un tiempo estas comidas pasaron a ser verdaderos banquetes, con lujo y mucho aparato, descuidándose la situación económica precaria de algunos cristianos y la caridad que con ellos había que practicar, tal y como desde un principio se hizo. Por este motivo los ágapes decayeron notablemente en tiempos de S. Agustín, y S. Ambrosio, obispo de Milán los prohibió como culto a los mártires. En Italia estas costumbres desaparecieron, pero perduraron hasta el siglo IV en África.

El término ágape se identificó finalmente con el ideal cristiano del amor, o caridad, entendido como altruismo, abnegación, entrega y dedicación totalmente desinteresada al prójimo, y con este significado persiste en nuestros días.

Santo Tomás de Aquino a este tipo de amor le llamó “amor benevolente”, siguiendo la filosofía aristotélica que consideraba que “amar es querer el bien

para alguien”<sup>7</sup>, pues así, para el Aquinate “benevolencia no es solamente desear el bien del otro, sino trabajar activamente para que sea bueno”, lo que exige un espíritu generoso que goce al hacer algo noble por la persona que se ama.

El Diccionario Ideológico de Casares recoge esta acepción del amor, definiéndolo como “sentimiento altruista que nos impulsa a procurar la felicidad de otra persona”. Una definición que guarda mucha afinidad con la idea del amor de H. S. Sullivan<sup>8</sup> que lo definía como un estado en el que la seguridad y la satisfacción del otro son tan importantes como las propias.

### 3.5. FILIA (CARIÑO)

Es un sentimiento de afecto que surge hacia una persona, provocado por la amistad, el trato asiduo, el desarrollo de una especial intimidad o la simple convivencia. Incluye sentimientos variados, próximos entre sí como el apego, aprecio, gratitud, etc. Este sentimiento supone la existencia de experiencias previas que surgen del trato humano, tales como la simpatía, el atractivo, lo estimulante, acogedor, agradable, y otras sensaciones de signo igualmente positivo. El desafecto como sentimiento opuesto al cariño surge igualmente de experiencias anteriores como lo penoso, tedioso, irritante, desagradable, repulsivo, etc.

## 4. CARACTERÍSTICAS DEL ENAMORAMIENTO

De lo anteriormente dicho, llegamos a entender el enamoramiento como una manifestación del Eros, y todos los conocimientos que en nuestra civilización se han ido acumulando sobre este tipo de amor nos permiten una primera aproximación para la comprensión del mismo. Ahora bien, el enamoramiento posee tal singularidad, unos caracteres tan sorprendentes, que obligan a un desentrañamiento más radical.

De los muy variados caracteres que acompañan al enamoramiento, tales como el ser de aparición súbita (“el flechazo”) cursar con intenso estado emocional, provocar pensamientos intrusivos, desencadenar frecuentes reacciones neurovegetativas, y ese deseo insaciable de estar junto a la persona amada, etc., hay tres que llaman poderosamente la atención: Su irracionalidad, su portentosa carga de idealización y su ceguera increíble para reparar en los defectos del otro.

Si la idealización es una supervaloración de las bellas cualidades del amado, muy relacionado con ella surge el fenómeno de la ceguera, por el que al

7 ARISTÓTELES, *Moral a Nicómaco*, Madrid, Austral, 1978.

8 H. S. SULLIVAN, *The interpersonal theory of psychiatric*, New York, Norton, 1953.



mismo tiempo se da una sorprendente incapacidad para detectar las taras y graves inconvenientes del otro. El enamorado se resiste a reconocer estos defectos que le son presentados por los familiares más allegados, con toda clase de razones y argumentos. Y resulta desesperante para ellos observar como a ninguno atiende. Es ilógico e irracional en tanto dos personas, con harta frecuencia, se prometen en matrimonio reuniendo entre sí las peores condiciones para una feliz convivencia.

Infinidad de ejemplos de la vida real avalan lo dicho: Una joven, muy guapa, de trato agradable y de buena familia, decide mantener relaciones con un chico drogadicto y VIH +. Como era de temer, pocos años después la chica muere de sida, contagiada por el novio.

Una señora viuda, de vida ejemplar y religiosa, lanza por la borda todos sus principios éticos tras enamorarse con un señor casado y padre de varios hijos.

¿Qué fuerza es ésta, que arrasa con todo lo que se le enfrenta y domina a quien le posee que no duda en arriesgar la salud física, espiritual, o el simple bienestar social y material?

Goethe en su primera etapa literaria escribió la novela que lleva el título de su protagonista: “*Los sufrimientos del joven Werther*”. La obra está escrita en 1774, durante la primera etapa romántica por la que pasó su autor y nos habla de la fuerza del enamoramiento. La novela está inspirada en un hecho real y las cosas que en ella se narran debieron ocurrir aproximadamente así, al menos en sus principales secuencias, sin que la imaginación del autor la haya desvirtuado mayormente. Su argumento resumido es éste:

Un joven de buena familia (Werther) se enamora de una muchacha (Carlota), que ya estaba prometida a otro hombre. Entre los dos jóvenes se establece una estrecha amistad, en el transcurso de la cual, Werther puede visitar a Carlota en su ambiente íntimo familiar y lo sigue haciendo incluso una vez que ella casa con su prometido. Pero el joven Werther es presa de intenso sufrimiento cuando comprueba que su enamoramiento está condenado a ser un mero sentimiento, que ya por el simple hecho de manifestarlo le crea serios problemas, pues Carlota solo le corresponde en el afecto de una mera amistad y nada más puede esperar de ella. Tanto es su dolor, que al cabo de año y medio de haber conocido a la joven, persuadido de que su amor no podrá manifestarse de otra forma, decide poner fin a su vida.

En esta estremecedora historia se expone claramente como el amor necesita, exige mejor dicho, proyectarse en la unión con la persona amada. El enamorado exige la correspondencia y se ve totalmente imposibilitado para desasirse de su objeto erótico y buscar otro con mejores perspectivas.

Acertadamente Ferrand escribió, en referencia al enamorado:

“Sus sentidos trastornados, la razón se extravía, la imaginación se altera, los discursos se hacen impertinentes. El pobre enamorado solo ve a su ídolo. Todas las acciones del cuerpo están igualmente alteradas, se vuelve pálido, delgado, alelado, sin apetito, sus ojos se hundén. Y no puede ver de noche (como dice el poeta) ni con los ojos ni con el pecho. Le veréis reírse, sollozar y suspirar sin transición, y en un estado perpetuo de inquietud, rehuyendo toda compañía, buscando la soledad para entregarse a sus pensamientos. Por un lado le ataca el temor, y a menudo, por otro la desesperación”<sup>9</sup>.

Freud estudió el enamoramiento con su habitual agudeza y afirmó al respecto: “Desaparecen por completo las funciones adscritas al ideal del yo. La crítica ejercida por esta instancia enmudece, y todo lo que el objeto hace o exige es bueno e irreprochable. La conciencia moral deja de intervenir en cuanto se trata de algo que puede ser favorable al objeto, y en la ceguedad amorosa se llega hasta el crimen sin remordimiento”. En “*Psicología de las masas*” advierte la idealización en los enamorados y afirma “el objeto amado queda sustraído en cierto modo a la crítica, siendo estimadas todas sus cualidades en más alto valor que cuando aún no era amado o que las de personas indiferentes”. En este estudio compara el enamoramiento con la hipnosis y encuentra un gran parecido en las relaciones del enamorado con respecto al objeto que ama y el hipnotizado con respecto al hipnotizador.

Evidentemente el enamoramiento en sus distintas manifestaciones no ha podido dejar indiferente a quien se haya interesado por él. Intelectuales de distinta filiación lo han estudiado y esbozado distintas teorías, de las que ahora, brevemente vamos a pasar revista a algunas de ellas.

## 5. TEORÍAS EXPLICATIVAS DEL ENAMORAMIENTO

Solo mencionaremos algunas teorías que explican el enamoramiento antes de llegar a nuestra exposición.

### 5.1. TEORÍA PLATÓNICA

Parece que Platón durante un viaje que hizo a Egipto, leyó algunos de los libros de Moisés, como el Génesis, e hizo una interpretación muy personal de estas lecturas, que sería más o menos como sigue: En un principio, nuestro primer padre Adán fue creado macho y hembra, pero al cabo de un tiempo Dios separó la parte femenina del cuerpo de Adán, por miedo a que se quedara solo

9 J. FERRAND, *Melancolía erótica*, Madrid, Asociación Española de Neuropsiquiatría, 1996.

en el mundo. De esta forma, Platón quiso mostrarnos la fuerza del amor, como el agente restaurador y reconciliador de dos seres que en un principio eran uno y más tarde fueron divididos en hombre y mujer. Versión, que al parecer y en un principio, tuvo una buena acogida por parte de los rabinos y los doctores versados en lengua hebrea<sup>10</sup>.

### 5.2. LA FUERZA DE LA PASIÓN AMOROSA SEGÚN DAVID HUME

El filósofo de Edimburgo (1711-1776), representante del empirismo inglés, expuso su teoría acerca de la fuerza del amor en una de sus obras capitales, el “*Tratado de la naturaleza humana*”<sup>11</sup>. Para Hume la intensidad y vehemencia del amor entre los sexos se deriva de la conjunción de tres diferentes impresiones o pasiones:

- La sensación placentera originada por la contemplación de la belleza.
- El apetito carnal en pro de la generación.
- El generoso afecto o benevolencia.

Explica el filósofo las conexiones existentes entre el instinto sexual y la belleza, recordando, que es lo normal, porque el instinto se relaciona igualmente con todas las emociones agradables, como la alegría, el júbilo, la música, el baile, la buena mesa, etc. De la conjunción de las tres impresiones dichas, no importa cual aparezca en primer lugar, pues siempre cada una de ellas irá acompañada de las otra dos. Pero reconoce que lo más común es que primero aparezca la belleza, que difunde luego su influencia en el cariño y en apetito carnal. También afirma que el cariño y el apetito de generación están demasiado apartados entre sí. “El uno es quizá la pasión más refinada del alma; el otro la más grosera y vulgar. El amor por la belleza está situado en un justo medio entre las dos pasiones, y participa a su vez de la naturaleza de ambas. A esto se debe que sea tan singularmente apto para producir las otras dos”.

### 5.3. TEORÍA DE LA CRISTALIZACIÓN DE STENDHAL

Enrique-María Beyle, conocido por el seudónimo de Stendhal, fue un escritor francés de la época del romanticismo (1783-1842). Su producción literaria ha sido muy amplia, abarcando distintos géneros. Sus novelas, “*Armance*”, “*Le rouge et le noir*”, y “*La chartreuse de Parme*”, han tenido una difusión universal y en ellas aunque los personajes estén descritos con una especie de

10 Referido por Ferrand en su “*Melancolía Erótica*”.

11 D. HUME, *Tratado de la naturaleza humana*, Madrid, Tecnos, 1988.

aureola poética, se ha de reconocer a su autor como un magnífico observador de la realidad social de su tiempo. En una de sus obras, “De l’amour” (1822)<sup>12</sup>, hace un interesantísimo estudio del enamoramiento, que resiste con todo merecimiento el paso del tiempo.

Emplea Stendhal la siguiente metáfora para explicar el fenómeno del enamoramiento: Si en una mina de Salzburgo arrojamos una vara desecada, al cabo de unos días, esa misma vara será irreconocible, porque a su alrededor se habrán formado gran cantidad de cristalizaciones que la iluminan y embellecen. Pues así ocurre cuando un hombre conoce a una mujer y deja que su imagen, en el fondo de su pensamiento se vaya enriqueciendo con los productos de su fantasía, que superponen sobre la imagen primitiva una gran variedad de perfecciones.

En línea con lo expuesto por Stendhal, en el sentido de que en el enamoramiento nos engañamos, que no percibimos la realidad tal como es, Nietzsche afirmaba que el enamoramiento era una trampa biológica para asegurar la procreación.

#### 5.4. TEORÍA FREUDIANA DEL ENAMORAMIENTO

Sigmund Freud creó el psicoanálisis como método terapéutico de las enfermedades psíquicas, pero tal método fue al mismo tiempo una especial forma de concebir el psiquismo humano. Su obra está impregnada de un claro pansexualismo, sobre el que se puede estar o no de acuerdo, pero es indudable que Freud en todo momento se mostró como un agudo observador de la psicología humana y muchos de los mecanismos psíquicos establecidos por él han pasado a enriquecer el acervo cultural de la humanidad.

Allá por el 1921 escribió la “*Psicología de las masas*”<sup>13</sup> y en el apartado VIII, “Enamoramiento e hipnosis”, llevó a cabo un estudio del tema que tratamos, considerando en primer lugar el amor corriente o sensual, o enamoramiento, que según sus propias palabras “no es sino un revestimiento de objeto por parte de los instintos sexuales, revestimiento encaminado a lograr una satisfacción sexual directa y que desaparece con la consecución de este fin”. Vemos, que este primer tipo de enamoramiento no merece tal nombre porque se corresponde con el deseo, aunque sea un deseo encubierto por una cierta apariencia amorosa. A continuación Freud pasa a considerar el enamoramiento en su más auténtico sentido y admite la “*idealización*” para su comprensión:

12 STENDHAL, *Del amor*, Madrid, Alianza Editorial, 1973.

13 S. FREUD, “*Psicología de las masas*”. *Obras Completas*, vol. 1, Madrid, Ed. Biblioteca Nueva, 1968.

“Dada una represión o retención algo eficaz de las tendencias sexuales, surge la ilusión de que el objeto es amado también sensualmente a causa de sus excelencias psíquicas, cuando, por lo contrario, es la influencia del placer sensual lo que nos ha llevado a atribuirle tales excelencias”.

Luego explica mejor esa atribución de excelencias al objeto por simple narcisismo:

“Reconocemos, en efecto, que el objeto es tratado como el propio yo del sujeto y que en el enamoramiento pasa al objeto una parte considerable de líbido narcisista. En algunas formas de la elección amorosa llega incluso a evidenciarse que el objeto sirve para sustituir un ideal propio y no alcanzado del yo. Amamos al objeto a causa de las perfecciones a las que hemos aspirado para nuestro propio yo y que quisiéramos ahora procurarnos por este rodeo para satisfacción de nuestro narcisismo”.

Conforme el enamoramiento crece, el objeto es visto cada vez con mejores ojos y el amor hacia el propio yo decrece hasta el límite que “puede decirse que el objeto ha devorado al yo”. Estas consideraciones sobre la servidumbre del enamorado son interesantísimas, como igualmente lo son otras observaciones que Freud hace sobre el enamoramiento, la fascinación y la hipnosis, cuya detenida exposición ocuparía excesivo espacio.

##### 5.5. PENSAMIENTO DE ORTEGA Y GASSET

El filósofo español en sus famosos estudios sobre el amor y el enamoramiento, fue especialmente crítico con la teoría de Stendhal, quizás, por ser en su tiempo la más conocida, afirmando de su autor que “tenía la cabeza llena de teorías; pero no las dotes de teorizador”<sup>14</sup>.

Sin embargo, en todo momento reconoció el estudio “*De l’amour*”, como uno de los libros más leídos y la teoría de la cristalización como mayoritariamente aceptada.

Para Ortega la teoría del enamoramiento desarrollada por Stendhal, era un producto típico del europeo del siglo XIX. Era, según él, una teoría idealista porque del objeto amado hace una mera proyección del sujeto. Y era, también, una teoría pesimista, porque en definitiva, un fenómeno tan normal como el enamoramiento, se describe como una anormalidad psíquica. Ortega se pregunta ¿es posible que no existan personas excelentes, capaces de despertar el amor, por sí mismas? Pues a lo que parece, según Stendhal, no se dan y es preciso imaginarlas.

14 J. ORTEGA Y GASSET, *Estudios sobre el amor*, Madrid, Alianza Editorial, 1980.

Ortega, sin embargo, no estuvo muy acertado en esta crítica a la teoría de la cristalización, entre otras cosas porque pierde, con cierta frecuencia, en su discurso la noción de enamoramiento, confundiéndola con la de amor. Un ejemplo de ello es la descripción que hace del amor que le profesó la marquesa de Custine a Chateaubriand, prototipo de amor que surge una vez en la vida para no morir jamás. En realidad, en este caso, no hubo amor, sino enamoramiento y si al cabo de largos años la marquesa persistía en él, fue, como en otros muchos casos, porque su relación íntima con el poeta duró solo ocho días. Tan corta convivencia no permitió el clásico desencanto amoroso que sobreviene siempre, irremisiblemente, tras el enamoramiento.

Ocurre, normalmente, que con la convivencia y el trato asiduo, la persona enamorada vuelve a la realidad, de forma que la idealización se desvanece y la visión objetiva de las cosas termina por imponerse. A veces, por las circunstancias de la vida, no hay lugar para ello y se origina lo que podríamos llamar un “enamoramiento enquistado”, de consecuencias negativas para quien lo padece. Así por ejemplo, una chica joven, enamorada perdidamente de un hombre, inicia un noviazgo que pronto acaba al morir el novio imprevisiblemente, en accidente de tráfico. La chica vive la tragedia con la firme creencia de haber perdido el gran amor de su vida; el hombre con el que habría sido enormemente feliz. Esta joven, tome la decisión que tome, tendrá una vida desgraciada, pues convencida de no encontrar otro amor que iguale al primero, puede decidir una vida alejada de todo tipo de relación con los hombres. Su decisión será respetable pero ciertamente equivocada y triste. Supongamos, que decide, pasado un tiempo, iniciar otra nueva relación y tras ella unirse en matrimonio y formar familia. Su marido por muy excelente que sea jamás logrará olvidar el primer amor, cuyo protagonista, idealizado, le aventajará siempre en valores y bellas cualidades. Esta mujer llevará su vida matrimonial, en el mejor de los casos, con una serena resignación.

Ortega, una vez criticada la teoría de Stendhal, expuso su propio pensamiento sobre el enamoramiento, que a su entender es un problema de atención. Explicaba el filósofo que cuando una persona se enamora, su mente, que con anterioridad estaba ocupada en una gran variedad de objetos exteriores e interiores, pasa a ocuparse casi en exclusividad de un único objeto, que es la persona de quien se ha enamorado. Como aquello en que fijamos la atención tiene más vigorosa existencia que las demás cosas que permanecen en la penumbra de nuestra conciencia, cuando se trata de una persona, ésta se carga de más estima, se hace más valiosa e importante. El enamoramiento se inicia por simples razones de simpatía o de proximidad y se desarrolla cuando la atención de uno se fija sobre otro y queda, de forma anómala, detenida sobre él. Cada día la mente del enamorado estará más plenamente ocupada con la imagen del objeto,

viéndose incapaz de desasirse de él. Los demás seres de su existencia serán progresivamente desalojados de su campo de atención y esto, evidentemente representa no un enriquecimiento sino un empobrecimiento de la vida psíquica. Por este hecho el enamorado presenta la figura del sonámbulo, del ido, del lunático, del encantado. Decía Ortega:

“El enamoramiento es un estado inferior de espíritu, una especie de imbecilidad transitoria. Sin anquilosamiento de la mente, sin reducción de nuestro habitual mundo, no podríamos enamorarnos”... “el alma de un enamorado huele a cuarto cerrado de enfermo, a atmósfera confinada, nutrida por los pulmones mismos que va a respirarla”.

Hemos de estar de acuerdo en esa forma de tener “*sorbida*” la mente el enamorado por el objeto idolatrado, pero las razones que da Ortega para explicar el fenómeno no son en modo alguno suficientes.

## 6. ESTUDIO DE LOS SENTIMIENTOS POR CASTILLA DEL PINO

El psiquiatra andaluz, en su sistematizado estudio sobre los sentimientos<sup>15</sup> realiza importantes aportaciones aplicables al mejor conocimiento del enamoramiento. Entre otras destacamos éstas:

A) Todo sujeto, ya desde el nacimiento está dotado de capacidad para percibir el entorno de acuerdo con dos sistemas, el afectivo-sentimental o desiderativo y el cognitivo. En consecuencia, la realidad es percibida con una cierta distorsión, no como en realidad es, sino como deseamos que sea. “La vinculación afectiva no se establece directamente con los objetos sino con las imágenes de los mismos construidas por el sujeto”. Por este motivo, con frecuencia, el sujeto tiene la ilusión de que el objeto es suyo, y lo es, en la medida en que en gran parte es un producto de su imaginación. La distorsión que el sujeto hace de la realidad conduce a un conflicto, que pondrá a prueba la capacidad adaptativa del sujeto, cuando la realidad se imponga como tal.

B) El sentimiento que un objeto despierta en nosotros es el resultado de una selección perceptual que hacemos en tal objeto, de acuerdo con evocaciones analógicas de objetos previamente percibidos. De tal manera alguien puede decir, “aquel señor me resultó antipático, me recordaba a un profesor que tuve de niño”. En definitiva el estado emocional ante un objeto percibido está estrechamente ligado a las connotaciones que tal objeto despierta en el sujeto.

15 C. CASTILLA DEL PINO, *Teoría de los sentimientos*, Barcelona, Ed. Tusquets, 2000.

C) Hay que contar con una especie de contaminación del sentimiento a otras áreas distintas de aquella primera que lo provocó. Así por ejemplo, un sujeto recibe un sentimiento agradable de tipo estético, por parte de un objeto. Pues bien el sujeto estará inclinado a atribuirle positivas cualidades en áreas que no sean estéticas, bien de tipo sexual, ético, o de cualquier otro tipo.

D) Castilla del Pino, se refiere a los mecanismos psicológicos de la proyección e identificación, establecidos en su día por Freud, que desempeñan un capital papel en las relaciones afectivas interpersonales. En la proyección, el sujeto atribuye, “*coloca*,” en el objeto lo que le interesa ver en él. Una chica se interesa por un joven y proyecta sobre él ciertos atributos de carácter positivo, que justifiquen su atracción. Puesto que dichos atributos parten del sujeto, la imagen del objeto va a estar formada por un componente del primero; precisamente el componente cargado de valores. Entre sujeto y objeto (imagen del objeto) habrá un algo común (lo proyectado) que hará que el sujeto se sienta identificado con el objeto.

Castilla del Pino lo explica así en este demostrativo esquema:

1. “*P ama a Q*;
2. *P atribuye propiedades que hacen razonable su amor a Q*;
3. *Partes de P pasan a Q*;
4. *P = Q*.”

## 7. COMPRENSIÓN DEL ENAMORAMIENTO

Después de haber pasado breve revista, a las principales aportaciones hechas a lo largo del tiempo para comprender el fenómeno del enamoramiento, vamos abordar definitivamente su comprensión. Nos fijamos como objetivo una comprensión que permita entender los hechos más característicos del mismo, tales como su irrupción súbita, la intensidad de los sentimientos, la idealización llamativa, la ceguera ante los defectos y esa enorme fuerza que empuja a los enamorados a cualquier desatino.

Como toda exposición teórica se hará desmembrando el enamoramiento en una serie de etapas o pasos sucesivos, a modo de película lenta que permita ver con el mayor detalle lo que está ocurriendo, lo que no quiere decir que en la realidad estos fenómenos no se produzcan simultáneamente en muchas ocasiones. Por otro lado se hará la exposición según un modelo amplio que permita a partir de él comprender todos los enamoramientos posibles, así como las formas incompletas o incluso sus aproximaciones.



## 1ª ETAPA: LA ATRACCIÓN SEXUAL

Esta etapa inicia todo el proceso. Una persona se siente atraída por otra de sexo opuesto, lo que en términos coloquiales se denomina “gustar”. P nota que le gusta Q. ¿Qué es lo que le gusta de su persona? Puede ser los rasgos físicos o los caracteriales. En nuestro medio cultural tienen una especial relevancia los primeros, puesto que el físico es lo primero que se percibe de una persona. Se han descrito, como especialmente frecuentes, para los hombres con respecto a la mujer, el tipo de piel, la configuración de los pechos, piernas, ojos, boca, caderas, nalgas, etc. Para las mujeres tienen especial importancia la altura, espaldas, complexión general, piel, mandíbulas, ojos, nariz, boca, cejas, manos, etc. Otros muchos rasgos atraen, como el timbre de voz, mirada, sonrisa, modales, compostura, etc.

Los rasgos físicos atractivos provocan la “contaminación”, (referida por Castilla del Pino) a otros aspectos de la persona. Por influencia cultural (cuentos, cine, televisión) se atribuyen buenas cualidades a personas guapas y malas cualidades a las feas. Basta recordar cualquier película de aventuras para saber de inmediato quienes son los buenos y los malos. Este “efecto de halo”, se ha llegado a verificar de forma empírica, según expone Carlos Yela en su “Amor desde la Psicología Social”<sup>16</sup>, por diversos autores (Dion, Wilson y Nias, Cook y McHenry).

Es importante señalar que en ese primer encuentro entre un hombre y una mujer el atractivo físico no es meramente estético. Los rasgos físicos agradan y agradan mucho porque son rasgos físicos sexuados. El componente sexual potencia, duplicando o triplicando, lo meramente bello o estético y constituye el principal factor de ese agradar o gustar, que puede, en ciertos casos, provocar un auténtico deslumbramiento.

Las connotaciones que se originan siempre, inconscientes e involuntarias, ante la percepción, por primera vez, de una persona, juegan también su papel y nos predisponen a una actitud sea de tipo positivo o negativo, de acogida o de rechazo. Difícilmente se puede aceptar la belleza de una persona si por evocaciones de tipo negativo experimentamos un rechazo automático hacia ella. Y viceversa por favorables connotaciones podemos fijarnos en mínimos detalles estéticos para sobre ellos levantar todo el edificio del enamoramiento.

El conocido fenómeno “*del flechazo*” tiene una explicación muy elemental y no encierra ningún misterio; es mera consecuencia de la esperanza (ridícula, absurda y de mediación cultural) de encontrar un día la persona excepcional, especialmente diseñada para compartir nuestra vida y ofrecernos eterna felicidad.

16 C. YELA, *El amor desde la psicología social*, Madrid, Pirámide, 2000.

Con esta mentalidad, cualquier individuo puede tener, en un momento dado, la corazonada o intuición de encontrarse frente a la persona predestinada.

## 2<sup>a</sup> ETAPA: HIPERVALORACIÓN

Una vez producida la atracción hacia una determinada persona, a través del gustar sexuado, tendrá lugar una proyección de buenas cualidades sobre ella que provocará su hipervaloración. Se trata de cualidades tenidas por positivas por parte del sujeto contemplador, por lo que, con sobrado fundamento, puede afirmarse que en cierta medida están en él y sobre ello se establecerá la identificación con el objeto amado, tal y como ha descrito Castilla del Pino. Así por ejemplo un mentiroso no “colocará” la sinceridad sobre la figura del objeto amoroso, aunque éste bien pudiera ser sincero. En cambio, el amante de la verdad, sí podrá alabar la sinceridad (real o imaginada) de la persona que le atrae. Nos encontramos pues con el fenómeno también reconocido con el nombre de idealización, que Stendhal usó como fundamento de su famosa “*cristalización*”, hoy en día, prácticamente aceptado por todos como definitorio y muy característico del enamoramiento. Pronto veremos, sin embargo, que la atracción y la hipervaloración, aunque sean dos realidades que se producen en el proceso que estudiamos no son capaces por sí solas de generar el enamoramiento en su más estricto sentido.

## 3<sup>a</sup> ETAPA: APROPIACIÓN DEL OTRO

Un joven ciudadano de los llamados “*de a pie*” puede conocer a una joven y encantadora princesa, sentir su atractivo físico, considerarla como la persona más encantadora del mundo, atribuyéndole las más bellas cualidades que pueda imaginar y no obstante no estar enamorado de ella. Podrá decir, con toda razón que es un gran admirador de ella, pero nada más. Jóvenes admiradores de gente famosa (actores, actrices, cantantes, presentadores de televisión, etc.) existen a millares en el mundo entero y ante la presencia del ídolo podrán incluso sufrir desmayos espectaculares, pero nadie considerará que se trata de enamoramientos. La chica quinceañera soñará con su cantante favorito y se deleitará infinidad de veces imaginándole en su singular apostura. Y tan reiterativos pensamientos alterarán su concentración en los estudios y nadie por eso considerará que se trata de un enamoramiento.

Ni la atracción física, ni la idealización, ni los pensamientos ocupados por la imagen del otro son suficientes para que el enamoramiento se de. Entonces, ¿qué algo más es necesario? Simplemente, que uno vea en el otro la posibilidad

de hacerlo suyo, de incorporarlo a su vida, a su propia existencia. Cuando tal posibilidad se da, ese uno tiene la intuición o incluso la convicción, que ese hombre (o mujer) es el hombre de su vida, el gran amor que un día habría de llegar, la gran ocasión que uno no puede dejar pasar. El enamoramiento se produce cuando los grandes mitos de nuestra civilización adquieren viva presencia: “*El Príncipe Azul*”, “*la media naranja*”, “*la otra mitad*”... Una observación es necesaria al respecto: Nadie, hoy en día, parece estar en disposición de aceptar tales mitos. Creer en el “*Príncipe Azul*” como un ser ideal y perfecto sería una ingenuidad, propia de subnormales. ¿Pero acaso no es creer en el “*Príncipe Azul*” esperar la llegada de un apasionado enamoramiento? ¿O creer en la aparición de alguien que nos hará inefablemente felices? ¿O esperar que surja aquella persona especialmente predestinada para compartir con ella nuestra vida?

La referida posibilidad supone que una persona mida su propia valía y la compare con el sujeto que atrae su atención. Normalmente se tienen en cuenta la raza, religión, ideología, nivel socio-económico, formación cultural, edad, e incluso el atractivo físico. Sabido es, que en esta cuestión los hay audaces y los hay timoratos, unos pecan de ambiciosos, “*pican demasiado alto*”, y otros, por el contrario “*se contentan con poco*”. Igualmente supone que las circunstancias geográficas, círculos sociales, etc. permitan los encuentros y un trato de cierta asiduidad.

Cuando la atracción física y la idealización referidas a un individuo, aparecen como posibilidad de un gran amor correspondido, podemos afirmar que el enamoramiento ha fraguado. Quien tal experimenta, siente, como realidad viva, que ese otro es, o puede ser, suyo, y de nadie más. Fenómeno nuclear del enamoramiento que llamo “*apropiación del otro*”, porque ilusoriamente el enamorado se apropia, o trata de apropiarse, del otro, haciéndolo suyo, constitutivo de su propia existencia, ya y para siempre. El encuentro con ese otro viene a ser el mayor hallazgo que jamás pudo imaginar; la joya más preciada que pudo ambicionar, lo más grande que hasta ese momento le ha ocurrido en la vida. En este momento del enamoramiento el verbo “*querer*” adquiere su más auténtico significado, diferente del “*amar*”, con el que frecuentemente se le confunde. El que P quiera a Q, no implica que P le desee ningún bien; no implica ningún sentimiento; solo expresa su decidida y firme voluntad de hacerlo suyo. Y cuando pasados los años P interroga a Q, sobre si le sigue queriendo, lo que querrá saber es, sin duda, si desea seguir formando parte de su propia vida.

Comprobamos, por lo dicho, el influjo tan grande que en nuestro medio ejerce la cultura como responsable principal del fenómeno enamoramiento. Desde edades tempranas de la vida una persona asimila que un día conocerá a un ser maravilloso por el que sentirá un gran amor. Con esta esperanza cualquier joven deja transcurrir los años a la espera de que tal hecho tenga lugar. Es como

el cazador apostado en determinado lugar, con la escopeta cargada, expectante con sus cinco sentidos, ansioso y sabedor de que en cualquier momento surgirá la pieza codiciada. Así, el joven espera, anhelante, el encuentro con esa persona, especialísima, que por sus bellas cualidades le cautivará. Aparecerá sin duda “*el dechado de excelencias*” y sobre él ejercerá, quien le “*descubre*”, todos los recursos de seducción posibles hasta incorporarlo a su propiedad. “*¡Es mía, porque yo la vi primero!*” es el grito que parece brotar del enamorado– cazador, que el inolvidable humorista Summer dejó para la posteridad.

Esta 3<sup>a</sup> etapa de apropiación del otro consta de dos momentos perfectamente delimitados:

- a) El enamorado emprende la conquista del objeto erótico.
- b) El enamorado experimenta el éxito o el fracaso de su empresa.

Se comprende bien que el enamorado viva en un estado de terrible angustia hasta que llega ese momento, ansiado como ningún otro en la vida, en que espera verse correspondido en el amor. El proceso puede ser rápido, incluso fulgurante, para dicha de sus protagonistas. Otras veces será lento y el enamorado habrá de poner en práctica una estudiada estrategia, que se conoce con los nombres de “*seducción*” o “*cortejo*”. Se sucederán momentos de optimismo en los que el éxito parece estar próximo y el sujeto aparecerá radiante y su imaginación se recreará con las dichas venideras. Habrá también momentos duros en los que todo será incertidumbre y el enamorado, presa de una gran turbación que le desmejora físicamente, apenas podrá dormir y cumplir con sus obligaciones cotidianas.

La conquista ha tenido lugar. Felicidad suprema. El enamorado se ve correspondido en sus ansías de posesión; en su interior oye como una voz que le dice. “*¡Es mía! (mío) Es mi amor! Mi mayor bien. Todo cuanto tengo es nada, comparado con ella (él)*”. Un horizonte nuevo y luminoso se abre ante los enamorados y la vida se presenta con un color rosa apastelado de inefable dicha. Surge la experiencia de un gratísimo sentimiento, como pura reacción al deseo hecho realidad.

Cuando la correspondencia no se da, el enamorado con bastante frecuencia cae en un estado depresivo de ánimo con persistentes ideas obsesivoides referidas al otro. Durante meses el malestar por este fiasco le atormentará; podrá incluso ver su propia imagen desvalorizada y más de una vez estará tentado a reiniciar el asedio al objeto querido. Ocurre otras veces que la resignación por la derrota encuentra un fácil consuelo cuando el pretendiente repara en algún defecto del objeto idolatrado y lo magnifica. Acontece como en la famosa fábula del zorro y las uvas, “*estaban verdes*”. Y acentuando el despecho puede llegar incluso a la difamación y a la calumnia. Por último hay que decir que en

esta triste situación el enamorado está expuesto a caer en ideas delirantes (delirio erótico), esto es, ideas invenciblemente erróneas, que vienen a explicar por qué el otro no le declara su amor, de cuya existencia en ningún momento pone en duda. La psiquiatría ha profundizado en estos delirios y se han realizados muy interesantes trabajos al respecto.

Puede también ocurrir que una persona tras haberse enamorado de otra, y no verse correspondida, la siga queriendo. Posibilidad que solo se da en personas de una gran nobleza de corazón, donde el proceso puede fácilmente desembocar en el “enamoramiento enquistado” ya descrito anteriormente.

#### 4º ETAPA: RECIPROCIDAD EN EL ENAMORAMIENTO

Esta fase del enamoramiento de gran felicidad como ya se ha dicho, viene marcada por una serie de hechos muy característicos, tales como el compromiso, (decisión de mantener la relación, salvando cualquier obstáculo que la estorbe) y las confidencias íntimas. Los enamorados se cuentan sus recuerdos más lejanos, anécdotas de muy diversas situaciones vividas; se describen los caracteres de padres, hermanos, familiares y conocidos; se exponen proyectos, metas, anhelos y ambiciones, se detallan los gustos, preferencias, aficiones, incluso las pequeñas “manías”, etc.

¿Qué anida en el interior de los enamorados? Hay un sentimiento y una actitud. El sentimiento es de una tonalidad cálida, inefable pero arrobador, ante quien se considera ser poseedor de inmejorables perfecciones. Hay, una actitud de cada enamorado hacia el otro, que iguala o incluso supera en importancia al sentimiento. Es una actitud que se puede describir como “*un estar volcado hacía el otro para su bien*”. Implica esta actitud una amplia gama de comportamientos que van desde la simple contemplación y conocimiento del ser amado, hasta su promoción como persona. En esta fase del enamoramiento la ecuación no sería ya “*P quiere a Q*”, sino “*P ama a Q*”. Comprendemos ahora muy bien por qué muchos tratadistas (filósofos, psicólogos, antropólogos, etc.) identifican, en mi opinión de forma equívoca, enamoramiento con amor.

¿Es posible que una persona egocéntrica, que solo piensa en su propio bien; sin bondad alguna, ni capacidad para amar se pueda enamorar? Es posible y no son excepcionales los casos. Estas personas que tienen poco desarrollada su capacidad de amar, muy centradas en sus propios intereses, incapaces de considerar lo que le conviene al otro, pueden enamorarse y en tal situación gozar con los dorados sentimientos que la presencia real o imaginada de la persona amada le proporciona. Pero, ¡cuidado! no van a pasar de ahí. Estarán dispuestas siempre a recibir amor, pero no a darlo. Este sería un caso opuesto al

de aquellas otras personas que sin experimentar los vivos sentimientos del enamoramiento saben comportarse amorosamente en todo momento, guiadas en gran medida por su buen corazón y sentido del deber. De forma que alguien podría decir: “Yo amo a fulanito aunque no le quiero”. Sería la forma más heroica del amor, solo al alcance de los privilegiados; es la invitación suprema a la que estamos llamados todos, a la luz del Evangelio: ¡Ama, incluso a tus enemigos! Ante un concepto, tan importante para nuestra vida como es el de amar, resulta mucho más importante hacer su delimitación por la vertiente volitiva que por la sentimental. Los afectos, por sí mismos son poco operativos, lo primero. No se dejan someter a ningún control, por nuestra parte, lo segundo. Y cambian de signo con la mayor facilidad, lo tercero.

¿Cómo explicar la ceguera del enamorado? El enamorado asume, generalmente, los defectos, taras o inconvenientes de la otra parte, no en una primera fase del enamoramiento sino cuando ya ha tenido lugar la correspondencia, cuando el otro ya ha sido incorporado a la propia vida, para formar parte de su propia existencia. El amor que recibe una persona es en gran parte el amor que uno se tiene a sí mismo. En esta situación descubrir los defectos del amado es algo muy doloroso pero se soporta como si de defectos propios se tratara. “*Es mi vida, es mi amor, qué le vamos hacer*”, se dirá para sí. El enamorado no rompe el compromiso por los inconvenientes que el otro le presente; los reconoce e incluso avergonzándose de ellos, trata de ocultarlos a la mirada de los demás. Y no rompe el compromiso por la sencilla razón del enriquecimiento que ha experimentado su vida, que le compensa con creces de estas contrariedades. Pero hay más explicaciones: Téngase presente que el enamorado tiene un conocimiento de las deficiencias del otro en un plano meramente intelectual, no vivido. Supongamos que un experto le dice a una joven: “*su novio tiene una personalidad inestable*” y a continuación le explica los rasgos de este trastorno de la personalidad. La novia conoce así el hecho negativo pero no lo valorará adecuadamente hasta el momento en que, iniciada la convivencia matrimonial, sufra en sus propias carnes lo que es una persona que presenta ese trastorno. Resumiendo, la ceguera del enamorado ante todo lo inequívocamente negativo del objeto amoroso, se comprende por lo siguiente:

- En tanto el otro se ha incorporado a la propia existencia, sus defectos se asumen como propios.
- La imagen idealizada del amado compensa los defectos que, parcialmente tan solo, pueden percibirse en él.
- Los defectos se conocen, pero no se valoran adecuadamente.

A estas tres razones aún se puede añadir una cuarta: El enamorado embebiendo en sentimientos amorosos se siente en la obligación de aceptar los defectos, por grandes que sean, con impasible y sorprendente resignación.

Es tan intenso el enriquecimiento que una persona puede experimentar con la apropiación amorosa de otra, que esté dispuesto a cualquier sacrificio por ella. Max Scheler ha descrito al respecto “la esclavitud psíquica”<sup>17</sup>, que explica el hecho de volcarse una persona en una vida ajena, hasta llegar a sacrificar la propia vida, cuando, por no encontrar sentido a la vida en su propio ser se llena de las vivencias ajenas. En ocasiones, una persona se puede sentir vacía, insignificante, no valorar ninguna de sus acciones o iniciativas, no encontrarle sentido a su propia existencia, pensar que su desaparición nadie la lamentaría, que no tiene ningún papel que desempeñar en el mundo. En esta situación el encuentro con otra persona, que muy bien puede ser el amado, (Scheler lo refiere a cualquier otra relación de cierta intimidad interpersonal) predispone a que quien se siente vacío, sin valor e inútil se llene de vivencias ajenas, exista por y para el amado, convirtiéndose en su esclavo, pues, todos sus esfuerzos, iniciativas y obras, se volcarán en una vida ajena, la vida de la persona amada. Scheler considera que quien tal hace, lleva a cabo un falso holocausto, porque sacrifica su vida por otro. Una vida nula, que no sabe qué hacer con ella, ni le da el más mínimo valor.

También puede suceder que la vida se haga insoportable ante la pérdida del ser querido y en última instancia se opte por el suicidio. No se olvide nunca que el enamorado vive una ilusión que le hace muy feliz y la ausencia del ser amado significa regresar a un mundo sin color.

#### 5ª ETAPA. EL FINAL DEL ENAMORAMIENTO

Es de capital importancia reconocer que todo enamoramiento se acaba, por intenso y apasionado que sea. Su final se reconoce por una serie de cambios en la relación de la pareja: Declina el sentimiento apasionado. Desaparece la idealización mutua. Se reconocen y se sufren los defectos y carencias del otro. Cada miembro de la pareja deja de ocuparse preferentemente del otro para poner su atención en los asuntos más diversos, (“*ya no piensas en mí como antes, querido*”, es la clásica queja). Se pierde el interés sexual por la pareja y surgen apetencias sexuales nuevas (“*efecto Coolidge*”).

17 M. SCHELER, *Esencia y Forma de la Simpatía*, Buenos Aires, Ed. Labor, 1950, y M. ROJO, *Fundamentos Doctrinales para una Psicología Médica*, Barcelona, Ed. Toray, 1978.

El enamoramiento puede durar años cuando se mantienen unas relaciones de noviazgo sin convivencia. Poco a poco, en el transcurso del tiempo, el enamoramiento va perdiendo fuerza, pero, aunque se trate de un noviazgo muy largo, siempre hay un cierto grado de idealización que llevar al altar. Una vez iniciada la convivencia el enamoramiento se desmorona indefectiblemente, oscilando su precario mantenimiento de unos meses a varios años. El final del enamoramiento es un fenómeno universal, confirmado mediante investigaciones realizadas con metodología empírica<sup>18</sup>.

Todo aquel que no esté preparado para este final podrá sufrir una terrible frustración de nefastas consecuencias. ¿Cuántos novios y lo que es peor, cuántos matrimonios no se rompen sin justificación alguna al experimentar el final de la pasión amorosa? ¿Cuántos matrimonios quedan deshechos cuando uno de los esposos corre en pos de alguien por el que siente un súbito enamoramiento, sin saber que esa llama que le inflama se apagará con brevedad? Estos lamentables hechos, que en nuestra sociedad ocurren con inusitada frecuencia, sobrevienen cuando no se ha diferenciado adecuadamente el amor del enamoramiento, como muy bien Sangrador<sup>19</sup> y otros han descrito acertadamente.

Existen matrimonios, ya ancianos, que afirman seguir enamorados como el primer día. Son matrimonios que han sabido llevar muy juiciosamente su relación a través del tiempo. Que, muy sabiamente, han sabido conducirse para mantener una relación de cálido afecto (cariño-dilectio-filia) fundamental para salvar las múltiples diferencias que han podido distanciarles.

## BIBLIOGRAFÍA

- ARISTÓTELES, *Moral a Nicómaco*, Madrid, Austral, 1978.
- BURTON, R., *Anatomía de la Melancolía*, vol. 3, Madrid, Asociación Española de Neuropsiquiatría, 2002.
- BUTTIGLIONE, R., *La persona y la familia*, Madrid, Ed. Palabra, 1999.
- CASTILLA DEL PINO, C., *Estudios de Psicopatología sexual*, Madrid, Alianza Editorial, 1984.
- *Teoría de los sentimientos*, Barcelona, Ed. Tusquets, 2000.
- CUNNINGHAM, J., “Loving in developing romantic relationships”, en DUCK, S., *Personal Relationships*, vol. 2, London, Academic Press, 1981.
- DELAY, J y PICHOT, P., *Manual de Psicología*, Barcelona, Ed. Toray-Masson. 1969.

18 H. FISHER, *The anatomy of love*, New York, W. W. Norton, 1992.

19 Sangrador, J.L. (1993). “Consideraciones psico-sociales sobre el amor romántico”. *Psicothema*.



- FERRAND, J., *Melancolía erótica*, Madrid, Asociación Española de Neuropsiquiatría, 1996.
- FERRATER MORA., *Diccionario de Filosofía*, Buenos Aires, Ed. Sudamericana, 1965.
- FIELDING, W. J., *Curiosas costumbres de noviazgo y matrimonio*, Barcelona, Caralt Editores, 1975.
- FISHER, H., *The anatomy of love*, New York, W. W. Norton, 1992.
- FREEDMAN, A. M., KAPLAN, H. I., SADOCK, B.J., *Tratado de Psiquiatría*, Salvat Editores, Barcelona, 1982.
- FREUD, S., *El porvenir de una ilusión*, en *Obras Completas*, vol. 2, Madrid, Ed. Biblioteca Nueva, 1968.
- *Ensayos sobre la vida sexual y la teoría de las neurosis*, en *Obras Completas*, vol. 2, Madrid, Ed. Biblioteca Nueva, 1968.
- “La moral sexual cultural y la nerviosidad moderna”. *Obras Completas*, vol. 2, Madrid, Ed. Biblioteca Nueva, 1968.
- “Psicología de las masas”. *Obras Completas*, vol. 1, Madrid, Ed. Biblioteca Nueva, 1968.
- FROMM, E., *El arte de amar*, Buenos Aires, Ed. Paidós 1979.
- GARCIA, RODRÍGUEZ y otros, *Diccionario de Filosofía*, Madrid, Miletó, 2001.
- GIDDENS, A., *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*, Madrid, Ed. Península. 1997.
- HENDRICK, C y HENDRICK, S., “Lovers wear rose colored glasses”, en *Journal of Social and Personal Relationships*, 5 (1988), 161-183.
- HUME, D., *Tratado de la naturaleza humana*, Madrid, Tecnos, 1988.
- LABAT, R., *Le poème babylonique de la création*, Paris, A. Maisonneuve, 1935.
- LAPLANCHE, J. Y PONTALIS, J. -B., *Diccionario de Psicoanálisis*, Barcelona, Ed. Labor, 1971.
- LERSCH, P., *La estructura de la personalidad*”, Barcelona, Ed. Scientia, 1963.
- MARAÑÓN, G., *Amor y Eugenesia*, en *Obras Completas VIII*, Madrid, Espasa-Calpe, 1972.
- *Matrimonio por amor y matrimonio por conveniencia*, en *Obras Completas VIII*, Madrid, Espasa-Calpe, 1972.
- *Virilidad cuantitativa y cualitativa*, en *Obras Completas VIII*, Madrid, Espasa-Calpe, 1972.
- MARIAS, J., *La educación sentimental*, Madrid, Alianza Editorial, 1992.
- MARINA, J. A., *El laberinto sentimental*, Barcelona, Anagrama, 1996.
- “Crónicas de la Ultramodernidad”, en *Diario ABC* (15 de Mayo del 98).
- MELENDO, T., *La hora de la familia*, Pamplona, EUNSA, 1995.
- *Las dimensiones de la Persona*, Madrid, Ed. Palabra, 1999.
- *Introducción a la filosofía*, Pamplona, EUNSA, 2001.

- MELENDO, T. Y MILLÁN-PUELLES, L., *Dignidad, ¿una palabra vacía?*, Pamplona, EUNSA, 1996.
- *Asegurar el amor*, Madrid, Rialp, 2002.
- MONJES de la ABADÍA de SOLESMES, *Sobre la Sexualidad y el Amor*, Barcelona, Salvat, 1999.
- MORIN, E., *El paradigma perdido*, Barcelona, Ed. Kairós, 1983.
- NÉDONCELLE, M., *La fidelidad*, Madrid, Madrid, Ed. Palabra, 2002.
- O'NEILL, N y O'NEILL, G., *Open marriage*, New York, M. Evans & Co., 1972.
- ORTEGA y GASSET, J., *Estudios sobre el amor*, Madrid, Alianza Editorial, 1980.
- PIEPER, J., *Las virtudes fundamentales*, Madrid, Rialp, 2000.
- PLATÓN, *Diálogos. El banquete, o del amor*, Madrid, Ed. Boreal, 1998.
- POUPARD, P. (1992) "Felicidad y fe cristiana", Ed. Herder. Barcelona.
- RATZINGER, J., Y AMATO, A., "Hombre y mujer en la Iglesia y en el mundo. Carta a los obispos de la Iglesia Católica", *Alfa y Omega*, el 7-X-2004.
- ROJAS, L., *Nuestra felicidad*, Madrid, Espasa Calpe, 2000.
- ROJO, M., *Fundamentos Doctrinales para una Psicología Médica*, Barcelona, Ed. Toray, 1978.
- ROUGEMONT, D. De, *El amor y Occidente*, Barcelona, Ed. Kairós, 1978.
- RUPNIK, M., *Decir el hombre*, Madrid, PPC, 2000.
- SANGRADOR, J. L., "Consideraciones psico-sociales sobre el amor romántico", *Psicothema*, 5 (1993) Suplemento, 181-196.
- SCOLA, A., *Hombre-Mujer, el misterio nupcia*, Madrid, Ed. Encuentro, 2001.
- SCHELER, M., *Esencia y Forma de la Simpatía*, Buenos Aires, Ed. Labor, 1950.
- SOLOMON, R. C., *About love*, New York, Simon & Schuster, 1988.
- STENDHAL, *Del amor*, Madrid, Alianza Editorial, 1973.
- SULLIVAN, H. S., *The interpersonal theory of psychiatric*, New York, Norton, 1953.
- TEILHARD DE CHARDIN, P., *Sobre el amor y la felicidad*, Madrid, PPC, 1997.
- TOMÁS DE AQUINO, *Summa Theologiae*, Madrid, BAC, 1959.
- WINCH, R., "The Theorie of Complementary Needs in Mate-Selection: A Test of One Kind of Complementariness", en *American Sociological Review*, 20 (1955), 52-56.
- YELA, C., *El amor desde la psicología social*, Madrid, Pirámide, 2000.