

Modelo de la Dinámica del Amor Romántico

Karol Wojtyła, al hablar de sexualidad, lo hace siempre inseparablemente unido al amor. Y define al amor como la afirmación de la persona (Wojtyła, 1981). El amor no es un agregado al impulso sexual para darle categoría humana a un fenómeno que por sí mismo tiene más relación con la animalidad. El amor forma parte de la definición de la sexualidad y su ausencia en cualquier actividad relacionada con el sexo desfigura totalmente esta realidad: no es que la presencia del amor categorice la sexualidad, más bien es su ausencia la que deshumaniza este fenómeno profundamente personal.

En este apartado no se analizará el complejo fenómeno del amor en general, sino lo que llamamos el Modelo de la Dinámica del Amor Romántico que es la manera en que el amor pasa por diferentes estadios en la relación romántica de la pareja y qué dimensiones va afectando en ese camino. También sirve para visualizar los problemas que se presentan cuando el ciclo no se completa al menos satisfactoriamente y más bien se queda fijado en pasos intermedios. Muchas veces se confunde las dinámicas parciales del fenómeno amoroso con amor: este modelo permite visualizar la complejidad y ubicar cada parte en su lugar a fin de permitir comprender qué otros pasos son necesarios eventualmente, para que el amor sea una vivencia plena y conduzca al éxito en la vida matrimonial.

La ciencia puede ayudarnos a comprender tanto las bases psicológicas como las dimensiones del amor, y el por qué amamos de la manera en que lo hacemos. La investigación científica no reemplaza a otras formas de investigación sobre el amor, pero tampoco las otras formas de investigación sobre el amor eluden la necesidad de la ciencia. El amor puede ser explorado en una amplia variedad de formas complementarias. (...) Si uno tuviese que «diplomarse en amor», en una universidad o como estudio independiente, desearía probablemente recibir clases o realizar lecturas independientes solamente sobre psicología y sociología, sino también sobre historia, literatura, arte y filosofía (Sternberg, 1989, p. 32).

Estas diferentes disciplinas confluyen en este análisis para mostrar el poliédrico fenómeno que nos permite cumplir una tarea que Abraham Maslow (1908-1970) veía como un imperativo de las ciencias humanísticas: “Debemos entender el amor. Debemos ser capaces de enseñarlo, crearlo, predecirlo, o de lo contrario el mundo se perderá en la hostilidad y la sospecha” (Maslow, 1991, p. 233).

Esta enseñanza que reclamaba Maslow en su día pasa por incorporar todos los elementos antropológicos hasta aquí analizados. Erick Fromm (1900-1980) da una de las claves para

comprender la relación entre sexualidad y amor en un pasaje de un texto que, con sus aciertos y sus inconvenientes, es un hito al respecto en el siglo XX, *El arte de amar*:

El amor erótico, si es amor, tiene una premisa. Amar desde la esencia del ser -y vivenciar a la otra persona en la esencia de su ser-. (...) El amor debe ser esencialmente un acto de la voluntad, de decisión de dedicar toda nuestra vida a la de la otra persona. Ese es, sin duda, el razonamiento que sustenta la idea de la indisolubilidad del matrimonio. (...) En la cultura occidental contemporánea, tal idea parece totalmente falsa. Supónese que el amor es el resultado de una reacción espontánea y emocional, de la súbita aparición de un sentimiento irresistible. (...) Se pasa así por alto un importante factor del amor erótico, el de la voluntad. Amar a alguien no es meramente un sentimiento poderoso –es una decisión, es un juicio, es una promesa–. Si el amor no fuera más que un sentimiento, no existirían bases para la promesa de amarse eternamente. Un sentimiento comienza y puede desaparecer. ¿Cómo puedo yo juzgar que durará eternamente, si mi acto no implica juicio y decisión? (Fromm, 1988, p. 43).

91

Queda claro, entonces, que para comprender el amor integralmente es necesario incluir todos los elementos de lo que es la persona humana.

1. Marco General¹

Partiendo de la base de que la persona humana es una totalidad bio–psico–espiritual y social, el ser humano puede comportarse y se comporta de diversos modos frente a la estructura estratificada de su personalidad. A las tres dimensiones de la persona humana corresponden, en efecto, tres posibles actitudes.

La actitud más primitiva por ser más inmediata, menos pensada, es la que se refiere a la capa externa –corporal–, es la respuesta de *atracción sexual*.

Esta respuesta es el primer momento donde la persona capta la atención de otra porque se siente físicamente atraída por ella. Se inicia una relación que puede durar lo que dura el sentirse atraído físicamente –usualmente un tiempo corto– o la relación puede ir a más y pasar a la etapa de *enamoramiento*. En un primer momento, las cualidades físicas de la otra persona producen una cierta excitación sexual, una sensación ubicada exclusivamente en la periferia; pero conforme se van conociendo más descubren que se produce un enamorarse de sus cualidades anímicas. Por tanto, el enamorado no se siente ya excitado en su propia corporalidad, sino conmovido en su emotividad psíquica.

¹ Basado en desarrollos del Dr. Eduardo D'Agostino (D'Agostino, 2004)



El *amor*, en este proceso, es la más alta forma posible de expresión de lo erótico por ser la vinculación de dos personas en el plano espiritual. La relación directa con lo espiritual de la otra persona constituye, por tanto, la más alta forma posible de emparejamiento. Quien ama en este sentido no se limita a sentirse excitado en su propia corporalidad, ni conmovido en su propia emotividad, sino que se ve afectado en lo más hondo de su espíritu por el portador espiritual de lo que en el ser amado hay de corpóreo y de emocional, por su meollo personal. La realidad espiritual atraviesa a toda la persona y la define, es lo que le da significado y valor particular a ese cuerpo y a esas cualidades humanas y por ello es lo que eróticamente más conmueve.

La capacidad de amar es condición y presupuesto para la progresiva integración de la sexualidad en el curso del desarrollo y de la maduración de la persona. El amor es algo más que un estado emotivo: es un acto 'intencional' de encuentro y aceptación de la intimidad del otro para entregarle la propia intimidad y buscar el bien común. Se transforma, entonces, en un estado espiritual.

Así como la persona espiritual cobra forma en sus modos de manifestación psíquica y corporal, el amor fundamenta la integración y se basa en ella. En la totalidad centrada en torno a un núcleo personal, las capas exteriores cobran, así, un valor de expresión en cuanto a las interiores. Lo espiritual se expresa –y reclama expresión– en lo corporal y anímico. De este modo, la presencia corporal del ser amado se convierte para el amante en un símbolo, en el signo de algo que hay detrás y que se manifiesta en lo externo, pero no se agota en ello.

Son ciertas propiedades corporales o ciertos rasgos psíquicos del carácter los que conducen al amante por el camino que le lleva hacia una determinada persona.

Así, pues, una relación superficial se quedaría en la superficie de la persona "amada", o más bien convendría decir *deseada*, sin buscar el contenido personal, mientras que en una relación profunda la superficie no es más que la expresión del fondo y, en cuanto tal expresión, nada decisivo, aunque siempre importante. Así como para quien verdaderamente ama, el cuerpo del ser amado es la expresión de su persona espiritual vista de manera integral, así también el acto sexual es, para el auténtico amor, la expresión de una intención espiritual.

Es el amor y solamente él lo que infunde dignidad y sentido humanizante a la pulsión erótica, a los rasgos individuales psico-somáticos, convirtiéndolos en cualidades amadas. En esto han coincidido prácticamente todos los psicólogos y psiquiatras del siglo XX.

En consecuencia, hasta los lunares y los defectos de la belleza forman parte integrante e inseparable de la persona a quien se ama. Cuando algo externo produce un efecto, no lo produce de por sí, sino precisamente en el ser amado.

Los hombres tienden a olvidar cuán relativamente pequeña es la importancia de los atractivos externos y cómo lo que importa, en la vida amorosa, es, fundamentalmente, la personalidad.

La acentuación de la apariencia externa lleva a exagerar, en general, la importancia de la belleza física en el campo de lo erótico. A la par con ello se rebaja, al quedar reducido en su primer nivel de integración, en cierta medida el valor de lo humano.

El flirteo y las relaciones eróticas superfluas huyen de todo lo que tiene de vínculo absorbente el auténtico amor, del deseo de verdadera compenetración y compromiso con la otra parte y de la responsabilidad que esos lazos imponen siempre a quien los contrae.

Solo puede sentirse amor por una persona, en cuanto se busca afirmarla como tal: la negación de la persona excluye el amor o dicho de otro modo: la negación de la persona es la negación del amor mismo, por mucha apariencia romántica que haya.

La negación de la persona implica la negación de la fidelidad. En esta clase de relaciones eróticas superficiales, la infidelidad, más que posible, es, podríamos decir, necesaria. Allí donde falta la calidad de la dicha amorosa tiene que compensarse necesariamente con la cantidad de los placeres sexuales: cuanto menos 'feliz' se siente una persona, más necesita su impulso el ser 'satisfecho'. El bienestar sustituye a la felicidad.

La auténtica actitud amorosa representa la orientación de una personalidad espiritual hacia otra, esa actitud es la única garantía de la fidelidad en el amor. Porque se ha llegado a captar la esencia del otro ser, descubriendo su bondad. De ser así no habrá quien mueva esta verdad y nada podrá apartarnos ya de este amor, ni apartar a este amor de la persona.

A esto se le llama actitud monogámica (Allers, 1965) la que supone que el cónyuge es concebido como un ser único, insustituible e irremplazable, es decir, en su valor genuinamente espiritual, más allá de todas sus cualidades corporales o anímicas.

Basta con lo dicho para llegar a la conclusión de que el simple enamoramiento, como un estado de ánimo más o menos fugaz, debiera considerarse casi como una contraindicación en la decisión matrimonial ya que asume mucho sin tener suficiente piso.

El amor es siempre una vivencia de íntima compenetración; la unión monogámica (bajo la forma del matrimonio) representa el vínculo externo. Mantenerlo en pie de un modo definitivo es lo que llamamos fidelidad conyugal. Sin embargo, el carácter exclusivo de la unión requiere que quien entre en ella "contraiga" la unión adecuada; que, además de vincularse él, sepa a quién se vincula.

La madurez erótica, concebida como la capacidad interior para contraer una unión monogámica, entraña, pues, un doble postulado: el de la capacidad para decidirse, con carácter exclusivo, a favor de una determinada persona y el de la capacidad para guardarle definitivamente fidelidad.

Desde estos postulados se debería educar al joven para una sana sexualidad. Sin embargo, este doble postulado no deja de encerrar cierta antinomia. En efecto, si se quiere educar al joven en el sentido que marca el postulado de la capacidad para elegir, no cabe duda que hay que cultivar en él un cierto conocimiento erótico de las gentes, esto quiere decir: ayudarle a comprender e identificar cómo actúan las pulsiones en él y cómo afectan sus respuestas físicas, para que aprenda a conocerse y autogobernarse, sin miedos ni sentimientos de culpa agregados. En cambio, el postulado de la fidelidad le lleva a sobreponerse a los simples estados de ánimo para fijarse en una sola persona y mantener en pie firmemente las relaciones que a ella le une. Madurez y objetivo se requieren mutuamente y se influyen entre sí.

La captación de valores sólo puede servir para enriquecer al hombre. A veces este enriquecimiento interior constituye, incluso, el sentido mismo de su vida.

No cabe duda de que el simple enamoramiento ciega, en cierto modo, al enamorado; el verdadero amor, en cambio, aguza la mirada. El amor ayuda al ser amado a convertir en realidad lo que el amante se adelanta a ver, a intuir.

La mera satisfacción del impulso sexual produce placer; las relaciones eróticas del enamoramiento causan alegría; el verdadero amor depara al hombre la felicidad, como veremos al detalle más adelante.

El materialismo erótico, no contento con hacer de la otra parte de la relación amorosa un objeto patrimonial, la convierte en una mercancía. Un problema que se da como consecuencia de esto, lo vemos en la pornografía o en la prostitución. El consumidor de prostitución o pornografía, busca aquella forma impersonal y sin compromiso de vida 'amorosa' de complacer sus pulsiones sexuales, equiparable a la actitud de la persona ante una mercancía, ante una cosa (de Irala, Beltramo, Osorio, & López del Burgo, 2014). Sólo busca satisfacer una necesidad propia sin reparar en el carácter personal de quien tiene enfrente.

El problema se agudiza cuando ese joven que va por el camino de la prostitución o pornografía se habitúa, y hasta diríamos que se amaestra, a una actitud ante los problemas del sexo que repugnan directamente toda pedagogía sexual racional. Se acostumbra, concretamente, a ver en la sexualidad un simple medio para obtener el placer. En el caso de la joven no es diferente, donde un matiz amplía el concepto: la instrumentalización llega a un extremo en el que el sexo se convierte en medio para obtener cosas diferentes, las que se consideran imposibles de obtener de otra manera.

En ocasiones, la esclavitud del joven o la joven al goce sexual como fin en sí proyecta su sombra sobre toda su vida matrimonial futura. Cuando le llega el momento de amar de verdad, ya no puede retroceder; mejor dicho no sabe encontrar el camino hacia adelante, es incapaz de avanzar hacia la actitud normal del amante ante lo sexual (Frankl, 1997).

2. Dimensiones

En base al desarrollo de los fundamentos antropológicos manejados anteriormente, toca ahora aplicar esos conceptos al funcionamiento del amor en la persona humana. Cabe aclarar que ninguno de los desarrollos siguientes tiene afán de definitivos en un tema que, por ser existencial, exige una meditación que busque constantemente la profundización.

Los procesos a continuación descritos se dan en la persona como una unidad. Tal vez más de uno de nosotros ha tenido una experiencia que en tiempos y formas tenga matices diversos de los aquí expresados. Esa es una muestra más de la riqueza existencial de cada persona humana.

La experiencia del amor debería abarcar por igual todos los dinamismos humanos en una realidad integrada y equilibrada. Pero el inadecuado uso de la libertad ha introducido en una u otra medida la “no integración” de los dinamismos, lo que lleva a menudo a la vivencia reducida del hecho sexual a uno de esos dinamismos en detrimento de los demás. Por eso la división metodológica posibilitará también comprender cuáles son los resultados de quedar estancado en algún dinamismo intermedio, con el lógico estancamiento del amor en etapas inmaduras.

En síntesis, el siguiente acercamiento tiene una doble función: comprender cómo se da progresivamente el fenómeno del amor abarcando la integridad de la persona y al mismo tiempo tener una idea aproximada de cómo sería esa experiencia humana si quedase reducida a estadios intermedios.

La lógica, una vez analizada la configuración antropológica en su modo fenoménico, se puede establecer de la siguiente manera: a) qué valores emanan en cada uno de los dinamismos de la persona y que servirán de puente con los demás y núcleo de la dinámica del amor; b) qué emoción –en el sentido que la escuela fenomenológica da a este constructo– se corresponde con cada uno de esos valores en relación con cada dinamismo; y c) qué efecto produce vivenciar esa emoción. Lo indicado es proceder desde lo más elemental y llegar a lo más integrador, en la parte superior de la pirámide.

3. Valores

Antes de explicar qué valores emanan de cada dinamismo, y que interesan específicamente en la dinámica del amor, es bueno repasar un poco el concepto de valor, ya que es un término muchas veces poco comprendido y mal explicado.

Elementos fundamentales del valor

“Los valores son características que tienen o poseen las cosas y las personas. Estas ‘características’ impactan en nosotros que descubrimos su importancia” (Hildebrand, 1983, p. 43). El propio Dietrich von Hildebrand (1889-1977) describe precisamente el valor como un contenido “*importante en sí mismo*”.

Existe, de entrada, una relación estrecha entre *valor* y *ser* al punto que el primero depende del segundo incluso para que lo comprendamos –la inteligibilidad del valor le viene por el ser–. Ya lo señalaba muy acertadamente Romano Guardini (1885-1968) en sus lecciones en la Universidad de Munich:

El “ser”, o, más exactamente, “lo que es”, es aquello con lo que nos chocamos, aquello que nos obliga a que lo consideremos como algo que está ahí y con lo que tenemos que contar. El “valor”, en cambio, es una característica que ese ser tiene o puede tener y que le confiere una determinada significación (Guardini, 1999, p. 21).

Max Scheler (1874-1928), uno de los padres de la fenomenología, considera que los valores no se inventan ni se acuñan, son simplemente descubiertos y van apareciendo con el progreso de la cultura (Scheler, 2001).

Por ejemplo: al observar a una persona hacerle un favor a un necesitado o perdonar a alguien, se puede descubrir en esas acciones «valores». Pero también en las cosas se observan valores específicos, como cuando se dice que una silla es cómoda, que un puente es seguro o que alguien es sano. En todos estos casos lo que se produce en la persona es una aprobación, una estimación: eso es el valor, ese color especial con el que la persona humana puede calificar el acto o la cosa.

Sin embargo, no se puede caer en simplezas que poco favor le hacen a los valores. Para comprender más íntegramente qué es un valor se tienen que tener en cuenta los elementos fundamentales que lo caracterizan:

- El contenido objetivo de valor del ser.
- El efecto que produce en el sujeto (la persona humana).
- Necesidad de una respuesta adecuada.

Una breve descripción de cada uno

- El contenido objetivo de valor del ser en sí mismo.

En los ejemplos de las acciones de ayudar o perdonar, o al hablar de los objetos como la silla y el puente, o el mismo hombre, es claro que en todo momento se puede detectar un valor que en sí tienen las cosas.

Denominamos “valor” a la importancia intrínseca con que está dotado un acto.
(...) En efecto, el acto de perdón generoso brilla como algo notable y valioso;
lleva en sí el sello distintivo de la importancia (Hildebrand, 1983, p. 43).

Es fundamental partir de la base de que los valores no son invenciones de nadie. Están ahí, en la realidad concreta del objeto². Aun cuando no sea descubierto, el valor sigue estando presente, ya que los valores son cualidades objetivas de los seres “... el valor posee su importancia independientemente de su efecto en nosotros” (Hildebrand, 1983, p. 44).

La felicidad verdadera y profunda que los valores proporcionan a la persona humana implica de modo necesario un conocimiento de la importancia intrínseca del objeto.

Todo proceso de conocimiento de los valores debe comenzar con un acceso a la realidad misma y no partir de la subjetividad para modificar esa realidad de acuerdo a un orden arbitrario de valores –como pretende el inmanentismo–. De este modo la persona recoge los valores de la realidad y los debe ordenar, en su propio bien, de acuerdo a las indicaciones de esa misma realidad en su interioridad. De no hacerlo no se beneficiaría de los valores, perdería la razón de ser de tales valores.

- El efecto que produce en el sujeto (la persona humana).

La significación del valor no se agota con la importancia en sí mismo. Si fuese así no habría forma de distinguir el valor del ser y de hecho son diferentes: una cosa es lo que algo «es» y otra lo que «vale». Cuando se habla de valor se está haciendo referencia a importancia, estimación, un acto personal en relación con un contenido objetivo encontrado en la realidad. Pero la estimación no es una característica de las cosas sino más bien lo que surge de la persona cuando entra en contacto con el objeto.

De alguna manera la importancia del objeto tiene que trascender hacia la persona que es testigo de ese acto o ser en general –sería, entonces, “testigo del valor”–. El valor “nos conmueve y engendra en nosotros la admiración. (...) este gozo surge de nuestra relación con un objeto que posee una importancia intrínseca”, dice Von Hildebrand. Por eso hay una relación, y es polar: sujeto-objeto.

El valor objetivo (utilidad, pureza o preciosidad) por un lado, y el efecto del valor en el sujeto (satisfacción, enriquecimiento o mejora de su vida) por otro, forman un todo, una de las formas en que consiste y se realiza la existencia humana (Guardini, 1999, p. 22).

² Se usa la noción de “objeto” como contrapuesta a la de “sujeto”, como la finalidad del acto de conocimiento y volición, y no como sinónimo de “cosa”. De este modo la persona puede ser “objeto” para la persona y en ella se pueden captar valores. Es más, en torno a los valores, así como la persona ocupa el lugar más alto en el ser de la creación material, del mismo modo encarna valores más elevados y en forma más privilegiada.

El efecto de los valores –en este caso la felicidad gozosa– es *dependiente* en cuanto brota necesariamente de la objetividad de la realidad, pero es *esencial* porque sin la relación de la persona el valor pierde su sentido.

Los valores son siempre para el hombre. En sentido estricto los valores son tales sólo para el hombre. Es este binomio valor (objetivo) – persona (subjetivo) el que le da sentido a la vida concreta. El ser humano no se enfrenta al ser solo desde frías categorizaciones de conceptos. En cada experiencia de encuentro con el ser hay una coloración “intuitiva” en la que capta también el valor de ese determinado ente. Sin embargo no basta con captar el valor sino que además el hombre es un “administrador de los valores”. De esta administración resultará el orden –o desorden– de la propia vida.

La primera impresión ante un valor es descubrir en qué se caracteriza en sí mismo, que tiene un contenido objetivo. Pero sucede algo más: “Por otra parte, los valores dicen referencia unos a otros” dice Guardini. Y de eso se trata la tercera característica de los valores: exigen del sujeto una respuesta.

- Necesidad de una respuesta adecuada

Todo bien que posee un valor nos impone, por decirlo así, la obligación de darle una respuesta adecuada. (...) Comprendemos que no se ha dejado a nuestra decisión arbitraria o a nuestro estado de ánimo ocasional responder o no y cómo responder (Hildebrand, 1983, p. 46).

Los valores correctamente captados y ubicados en una escala justamente ordenada son los que le dan sentido a la vida.

La realización de cualquier valor obliga al hombre a establecer comparaciones; y en la comparación se descubre que hay niveles. En primer lugar, en el grado mismo de realización: por ejemplo, de dos hechos generosos, uno puede serlo más que otro. Y también, entre valores diferentes: así valoramos toda conducta buena, pero enseguida decimos que una conducta generosa está por encima de una conducta pacata, que ésta, sin dejar de ser buena, es inferior. Los valores, pues, nos piden que establezcamos una escala entre ellos... (Guardini, 1999, p. 23).

La apertura a los valores –un hábito de objetividad constante frente a la realidad– es una tarea permanente de toda persona. Por eso “es inexacto decir que en el mundo moderno los valores han sido destruidos; es más exacto afirmar que se ha disminuido la capacidad de muchos hombres para descubrir, apreciar y asumir los valores trascendentes” (Canseco, 1989, p. 14). Esto es más o menos lo mismo que decir que, antes de declarar a la humanidad atrofiada, en una capacidad que no puede perder de ninguna manera, es más adecuado considerar que lo

que se ve alterada es la relación que el sujeto establece entre distintos valores. De esta relación se puede deducir cuál es la apuesta vital de esa persona.

Es que, según muestra Guardini, la apertura humilde acerca a la persona, no solo al valor, sino que, completando lo que él llama “el círculo del valor”, ese ser humano descubre su lugar dentro de la gama de experiencias, exteriores e interiores, que vive a diario. Esta apertura es algo que lo acerca a su ser plenamente humano ya que la existencia se caracteriza por una toma de posición frente a los valores. Desde el punto de vista subjetivo son indicadores para la conducta, una forma de ordenarse bien y adjudicar un sentido a dicha conducta (Guardini, 1999).

Por ello es tan importante descubrir las tres dimensiones del valor frente al hecho sexual. Porque en este terreno el hombre busca comprender para actuar bien. Existe en la actualidad un problema en la captación de los valores de la persona lo que repercute en todo el comportamiento sexual. Por eso fue importante introducir de esta manera el concepto del valor.

Los valores presentes en la persona ³

La persona humana tiene un *único valor* –su dignidad es la más alta de la naturaleza– pero así como la persona siendo una tiene diversas formas de actuar, este *único valor* supone varios *valores intermedios* que nos revelan la grandeza de la persona.

Cuando una persona se pone en relación con otra de sexo complementario entran en juego sus dinamismos, su ser bio-psico-espiritual. Correspondientemente con ellos, la persona encarna unos valores con características muy definidas. Conociendo qué valor es el que está en juego se puede reconocer de qué tipo de relación se trata y qué se puede esperar de ella.

Al dinamismo físico	corresponde	el valor corporal.
Al dinamismo psicológico	corresponde	el valor de masculinidad/feminidad.
Al dinamismo espiritual	corresponde	el valor personal.

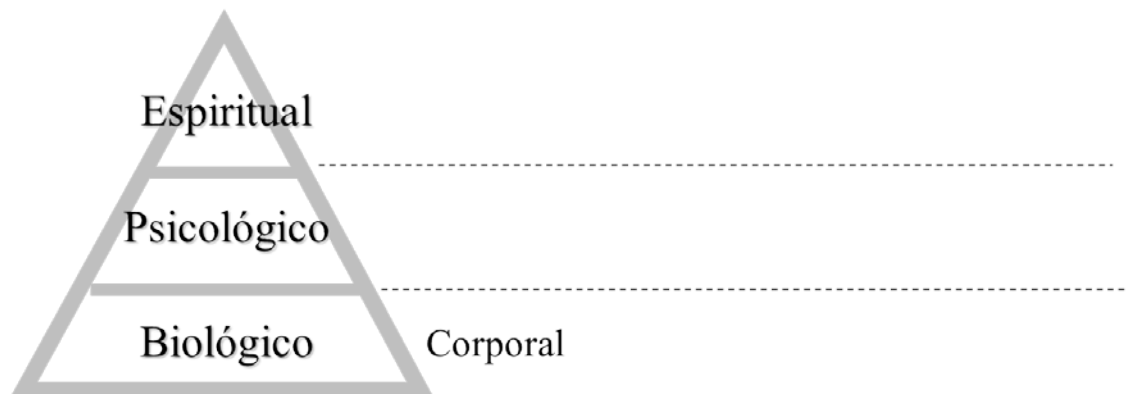
³ Es importante destacar que en este escrito solo se tratará de aquellos valores de la persona que sirvan para comprender mejor el hecho sexual en general y la dinámica del amor romántico en particular. Esto no significa que los valores propios de la persona se reduzcan a estos tres.

Valor Corporal

El cuerpo es una parte fundamental de la persona, es la puerta de entrada que la comunica con el mundo.

Gráfico 11

DINAMISMOS VALORES



100

Cuando se habla de valor corporal se deben tener en cuenta algunas cosas:

El cuerpo es “no libre”. De hecho no piensa, es “ciego” en todo sentido. Depende de estados hormonales y de procesos automáticos (crecimiento, respiración, etc.).

Busca comunicarse con el otro complementario, es una tendencia anatómica y fisiológica, por decirlo de alguna manera.

Es bueno para la persona en la medida que está en relación con el resto de los valores de la integridad.

Este valor significa solamente la puerta de entrada a la persona, lo más exterior, lo primero con lo que nos encontramos.

Evidentemente la persona no se agota en su cuerpo y si la tratamos solo en clave de este valor se la está desvalorizando.

Esta es la paradoja de los valores: si se los saca de su lugar y no se reconoce su justa medida se los convierte en antivalores.

Por ejemplo: una chica se arregla cuando va a una fiesta. Ella está cuidando su cuerpo pensando en agradar a los chicos. Esto está muy bien porque cuida su apariencia y se embellece en función de evidenciar más un valor que posee. Hasta aquí no hay ningún problema.

Pero si ella piensa que lo único que la hace importante –y por lo tanto atractiva– es su cuerpo está sacando de lugar ese valor. Al sobredimensionar uno de los valores que posee, se está desvalorizando como persona. Incluso su mismo cuerpo se desvaloriza. Porque si el cuerpo no conduce a valores más profundos, pierde sentido.

Lo mismo ocurre con el muchacho que se la pasa en un gimnasio porque cree que si no tiene músculos de levantador de pesas vale menos como persona. O cuando en las relaciones entre hombres y mujeres lo único que se busca es un cuerpo atractivo o atlético. Quien se dirija a otra persona con esa intención la estará desvalorizando y se estará desvalorizando a sí mismo.

La palabra “desvaloriza” viene bien para expresar esta realidad. Se puede comparar con lo que ocurre con el dinero: cuando hay inflación la moneda se desvaloriza, ya no vale lo mismo. Hay “mucho” dinero circulando pero cada vez con menos valor real. De igual modo sucede con las relaciones que se basan únicamente en el valor del cuerpo: pueden ser muchas pero no tienen valor real.

¿Cuál es verdadero valor del cuerpo?

El cuerpo tiene que “transmitir” a la persona: no se debe exponer para llamar la atención ni se debe ocultar totalmente. En el primer caso solamente estaría mostrando un cuerpo como puede haber muchos. Lo que hace único y especial a un cuerpo es la persona, la totalidad, la suma de lo exterior y lo interior. En esta suma está el valor del cuerpo.

El cuerpo, por su naturaleza es egocéntrico; quién le da la capacidad alterocéntrica en la donación es el espíritu (la conciencia, la motivación, la moralidad, el ideal de vida). Muchos encuentros entre chicos y chicas han fracasado por ser encuentros de cuerpos sexualmente atractivos y vigorosos, unidos a un espíritu raquítico y debilucho. Entonces el cuerpo mata el espíritu, el amor. El poner el cuerpo al servicio del amor, es tan importante durante el noviazgo como, después, a lo largo del matrimonio (Gastaldi & Perelló, 1991, p. 38).

Por eso el cuerpo debe conducir a las demás personas hacia la profundidad de uno mismo, de “mi persona”. Es –en la mayoría de los casos– el primer paso para conocer a la persona total. Pero existen hoy en día formas no personalistas de tratar el cuerpo y, en general, la intimidad sexual relacionada con este.

Pornografía y erotismo

La inquietud por el desarrollo de una investigación más profunda en torno a la problemática de la pornografía surge de una realidad que hace un tiempo interpela a la sociedad: el modo en que las nuevas tecnologías están modificando los estilos de vida de muchos jóvenes. Desde la

práctica profesional se ve con claridad que la pornografía online es una suerte de novedad que surge con la popularización de internet y es un fenómeno que está influyendo en la vida de muchas personas. Con la aparición de las nuevas tecnologías, la posibilidad de consumo de pornografía se amplía notoriamente ya que los consumidores tienen acceso de forma anónima a todo tipo de material pornográfico desde cualquier lugar del planeta y, al menos inicialmente, de manera gratuita. Según la activista Pamela Paul, mientras en Hollywood se producen 400 películas al año con diferente rango de calificación de audiencia, la industria pornográfica edita y saca al mercado más de 11,000 en el mismo período (Paul, 2005).

Numerosos indicadores señalan que la pornografía en internet es muy diferente a la que anteriormente podía encontrarse en films o material gráfico, tanto desde el punto de vista cualitativo como cuantitativo. Esto se debe, fundamentalmente, a su universalidad y fácil acceso, al contraste cualitativo de las imágenes y del contenido (con relación, por ejemplo, a los medios gráficos) y al aumento exponencial del consumo. Semejantes cambios han conducido a una situación nunca antes vista en términos sociales: a casi nadie le es indiferente la pornografía.

Este nuevo fenómeno social puede explicarse por lo que técnicamente se denomina el efecto de la Triple-A Engine: 1) *Accessibility* (accesibilidad); 2) *Affordability* (asequibilidad); y 3) *Anonymity* (anonimato) (Cooper, 1998). Eventualmente, algunos añaden una cuarta A: *Acceptability* (aceptabilidad) (King, 1999). Las consecuencias de la pornografía en internet tienen que ver, precisamente, con su accesibilidad irrestricta y las formas extremas en que se muestra, lo cual perjudica tanto a hombres, como a mujeres e incluso a niños, desde diferentes perspectivas (ECPAT International & INTERPOL, 2018). El impacto social producido por este fenómeno es tan alto que investigadores de prácticamente todos los campos del conocimiento científico se dedican a estudiarlo.

Algunos estudios están encontrando la existencia de una notoria correlación entre el consumo de pornografía y un significativo aumento en la probabilidad de derivar en agresión física y sexual. En un estudio realizado en Estados Unidos, el 40% de las mujeres que denunciaron haber sufrido abusos afirmó que su pareja consumía pornografía violenta (Layden, 2014).

La vida de las sociedades modernas no se entiende, en ninguno de sus ámbitos, sin la intervención de la tecnología. En tal sentido, la pornografía no solo no ha quedado al margen de este impacto tecnológico, sino que se ha convertido en parte del convencionalismo cultural. En otras palabras, se puede decir que nuestra cultura se ha pornificado ocasionando graves daños tanto a los individuos como a las parejas (Paul, 2014).

Tanto el momento madurativo en el que se encuentran, la gran concentración hormonal y la posibilidad de ingreso irrestricto a Internet de que gozan los adolescentes les hace particularmente vulnerables. La industria pornográfica no hace distinciones de edades y ofrece material explícito altamente invasivo con el que los jóvenes se pueden encontrar incluso sin

intención de buscarlo (Mitchell, Finkelhor, & Wolak, 2003). Los jóvenes son más vulnerables que los adultos debido a la fragilidad de su estructura psíquica, todavía en proceso de formación. En efecto, diversas investigaciones demuestran que uno de los impactos iniciales de la pornografía en la mente de los adolescentes consiste en generar un profundo malestar y estrés, debido a que, aún en proceso de desarrollo, la persona no es capaz de procesar psicológicamente las imágenes, distorsionando la representación mental de las mismas (Owens, Behun, Manning, & Reid, 2012).

En conclusión, se puede decir que la pornografía es un tema con profundas implicaciones sociales y culturales que se encuentra en proceso de análisis desde tres vertientes prioritarias: 1) cerebro y subjetividad; 2) relaciones interpersonales y 3) la sociedad en su conjunto⁴.

Qué es la Pornografía

El Diccionario de la Real Academia Española -en el avance de la vigésimo tercera edición-, define el término Pornografía de la siguiente manera: “1) presentación abierta y cruda del sexo que busca producir excitación; 2) espectáculo, texto o producto audiovisual que utiliza la pornografía; 3) tratado acerca de la prostitución”. La edición anterior, publicada en el 2001, aporta: “Carácter obsceno de obras literarias o artísticas”. Este matiz resulta interesante ya que los conceptos de obscenidad y pornografía tienen raíces etimológicas comunes, griegas y latinas (Eberstadt & Layden, 2010).

Etimológicamente la palabra pornografía proviene del griego ‘*porné*’ (prostituta) y ‘*graphein*’ (escritura). De esta manera, la pornografía sería la descripción de la prostitución. Mientras la etimología de la palabra obsceno proviene del latín ‘*obscenus*’, formada por las raíces ‘*ob*’ (hacia) y ‘*caenum*’ (suciedad). De este modo se refiere a algo indecente, sin pudor o que ofende los sentidos.

Teniendo en cuenta el origen de la palabra, se percibe que en la actualidad, esa descripción no abarca todo el sentido del fenómeno. Hoy en día el término pornografía se debe definir más ampliamente, como “la exhibición visual, auditiva y táctil de contenidos sexuales, cuya intención es despertar excitación sexual, tergiversando o prostituyendo a la persona. La pornografía puede apelar tanto al estímulo auditivo como al visual, ya que pueden tener el mismo efecto: ambos, en igual medida, y sin importar a quién van dirigidos, tienen la capacidad de generar excitación sexual” (Sierra Londoño, 2011).

Otra mención destacable es la que refiere a la diferencia entre pornografía y erotismo.

Muchas personas tienden a pensar que el erotismo es un valor cultural que puede llegar a ser un arte exquisito y sofisticado, mientras que la

⁴ Esta es, por ejemplo, la estructura de una de las mayores páginas web de combate a la pornografía, que a su vez es un movimiento integral de lucha contra este problema, Fight the New Drug. Cfr. <https://fightthenewdrug.org/> (consultado el 19/06/2018).

pornografía no sería otra cosa que el erotismo degradado para consumo de los incultos, pobres, o viciosos. Dicho al revés, esas personas piensan que si la pornografía está hecha de una manera artística puede ser aceptada bajo el nombre de erotismo. Llama la atención la proximidad entre ambos términos, con la diferencia importante de que la pornografía es considerada 'obscena', esto es, como algo que no debe aparecer en escena, y está relacionada con la prostitución, mientras que el erotismo alude más bien a la exaltación de la dimensión física y sensual del amor (Nubiola, 2003).

Pero el Diccionario de la RAE, define erótico como: "1) perteneciente o relativo al amor sensual; 2) que excita el apetito sensual". Valga decir que el erotismo en sí es el uso placentero de los resortes físicos y psicológicos que tiene una pareja en sus encuentros íntimos. Desde este punto de vista el erotismo es parte de la intimidad, una parte legítima de esa intimidad que de ninguna manera debe ser puesta a consideración pública. En ese sentido, lo que ciertos medios artísticos llaman "erotismo" no sería otra cosa que pornografía con ribetes de pseudo-arte.

En síntesis, la pornografía –al igual que la prostitución–, afecta un plano profundamente íntimo de las personas. Cuando el cuerpo se presenta de manera obscena, la persona se presenta ante los demás como un simple objeto disponible, con su aspecto sexual en primer plano de utilidad (Santamaría Garai, 1996; Wojtyla, 1978). Resulta evidente que la utilización de la pornografía como recurso para estimular y responder a impulsos de la propia sexualidad contradice claramente la visión personalista. El sujeto que recurre a ella lo hace por un placer individual, sin tener en cuenta el aspecto relacional ni su dimensión afectiva. Así, la pornografía conlleva un desorden implícito en sí mismo al buscar placer sexual al margen del amor a la otra persona en cuanto persona. Su sexualidad cae en un sinsentido.

Consecuencias de la Pornografía

Cerebro y Subjetividad

La pornografía en Internet difiere cualitativa y cuantitativamente de cualquier otra forma de pornografía, presentando rasgos únicos en la historia. Este nuevo fenómeno social se halla potenciado por el efecto del ya comentado Triple-A Engine (accesibilidad, asequibilidad y anonimato). En la actualidad, el uso de imágenes cada vez más explícitas, que muchas veces se difunden en tiempo real, y el carácter cada vez más extremo de su contenido reviste a la pornografía de características potenciales únicas para el desarrollo de una adicción. Por eso con la aparición de Internet el problema de la adicción a material sexualmente explícito ha crecido exponencialmente en tamaño y en alcance.

Mary Anne Layden, referente mundial en este tema, advierte sobre el alto grado de toxicidad de la pornografía. En la misma dirección, el Dr. Jeffrey Satinover señala que la pornografía puede ser adictiva porque involucra los mismos patrones neurológicos que la dependencia a cualquier sustancia tóxica (Layden, 2005). Los profesionales que actualmente están tratando con adictos al sexo, al comprobar los efectos de este consumo, no dudan del daño que ocasiona la pornografía (Weir, 2014).

El carácter potencialmente adictivo de la pornografía se debe a que las imágenes y escenas ofrecidas en Internet satisfacen todos y cada uno de los requisitos necesarios para un cambio neuroplástico a nivel cerebral. El adicto muestra una pérdida del control sobre la actividad que ejerce; vuelve a ella de manera compulsiva a pesar de sus consecuencias negativas; desarrolla tolerancia, de modo que para experimentar satisfacción necesita niveles cada vez más altos de estimulación, y si no logra consumir su adicción experimenta un síndrome de abstinencia. Estos mismos criterios se reflejan en el uso compulsivo de la pornografía (Egan & Parmar, 2013).

En términos químicos, la dopamina es la encargada de transmitir recompensas. Cuando se alcanza un objetivo deseado, nuestro cerebro desencadena su liberación. En la utilización de pornografía, durante la excitación sexual, como en otras conductas sexuales compulsivas, también se libera dopamina que activa los centros cerebrales de placer (Kraus, Voon, & Potenza, 2016). Esto incrementa el poder adictivo de la pornografía.

Vínculos interpersonales: matrimonio y familia

La pornografía no sólo afecta al sujeto que la consume sino que también altera el ámbito de sus relaciones interpersonales.

Entre quienes se reconocen como usuarios habituales son muchos los que expresan que han perdido capacidad de intimar o de relacionarse de modo saludable con mujeres reales (Goldsmith, Dunkley, Dang, & Gorzalka, 2017). En apariencia son hombres adecuadamente socializados, pero que reconocen que les cuesta reducir el consumo, buscando asimismo imágenes y escenas cada vez más extremas. A este fenómeno algunos especialistas lo denominan la pendiente resbaladiza: la frecuencia y la cantidad de material pornográfico consumido o deseado suele aumentar. Al principio les basta con solo ver un poco –incluso quizás como simple curiosidad–, pero a continuación se despierta el deseo de acceder siempre a más.

Cuando estos hombres desean relacionarse con mujeres de verdad les resulta inevitable evocar imágenes pornográficas: las relaciones humanas se pornifican. Las consecuencias de esta mirada hacia la mujer se agravan aún más cuando los consumidores son jóvenes o adolescentes (Romito & Beltramini, 2015).

Impacto en la Sociedad

En las últimas décadas ha quedado de manifiesto el cambio cultural y las actitudes sociales que de él se derivan como fruto de los avances tecnológicos que han impregnado a la sociedad en su conjunto. Este hecho ha transformado asimismo el panorama de la pornografía, ahora disponible a través de Internet con una magnitud sin precedentes. En la actualidad existen más de 200 millones de páginas web de acceso a material pornográfico y en los Estados Unidos solamente hay disponibles 800 millones de vídeos pornográficos (Paul, 2005).

Los productores de pornografía tienen un objetivo muy claro: incitar al autoerotismo mediante imágenes que favorezcan la masturbación y recibir dinero a cambio. Presentan el sexo como una “válvula de escape” inocua, capaz de aliviar necesidades físicas primarias de un modo recreativo y placentero. Una sexualidad que en muchas ocasiones termina representada como un producto relacionado con la violencia, el fetichismo y la degradación, más allá de la mera diversión. La sexualidad se reviste de un sentido puramente utilitarista, el sexo vendría a ser un producto apto para el comercio.

Importancia del impacto en jóvenes y adolescentes

Como se ha podido constatar a través de diversas investigaciones, los efectos de la pornografía sobre la persona y la sociedad son alarmantes, pero se estima que lo son aún más sobre los niños y los jóvenes. Las estadísticas muestran que casi todos los adolescentes se han encontrado alguna vez expuestos a la pornografía de un modo u otro. Los datos de un estudio indican que el 34% de los jóvenes afirman estar expuestos a contenido sexual on-line no deseado, mientras que el 19% de los jóvenes de entre 10 y 17 años manifiesta haber recibido propósitos sexuales no solicitados (Owens et al., 2012).

Diferentes profesionales en Estados Unidos confirman la popularidad de la pornografía entre los preadolescentes. Judith Coche, psicóloga clínica, profesora de Psiquiatría en la University of Pennsylvania y directora del *The Coche Center* de Filadelfia, afirma que hay preadolescentes que están siendo actualmente tratados por su adicción a la pornografía y que el número de casos ha aumentado notoriamente desde la aparición de Internet (Paul, 2014). Considera que nos encontramos ante una verdadera “epidemia” y que la sociedad aún no es consciente de lo que está ocurriendo. Muchos usuarios adolescentes ven que el acceso a la pornografía es un “derecho”, que es natural consumirla y que no pasa de ser un pasatiempo inofensivo. Hay variedad de videojuegos populares que incluyen en su dinámica elementos pornográficos.

En síntesis, aquí se puede deducir que la industria pornográfica conoce la importancia de captar consumidores que sean cada vez más jóvenes. La manera en que el sexo y la pornografía irrumpen en sus vidas, desde todos los sitios, hace que su percepción de la sexualidad y de la realidad se vea distorsionada. Cuanto más baja sea la edad de exposición y más extremo el material pornográfico, mayor será la intensidad de sus efectos (Manning, 2006). La creciente exposición a contenidos sexuales en jóvenes que aún carecen de la capacidad

para atenuar el daño provocado y de la madurez suficiente para procesar estas experiencias genera en ellos un impacto a largo plazo muy preocupante (Delmonico & Griffin, 2008).

La pornografía influye tanto en las actitudes como en el comportamiento de los jóvenes, en sus modos de expresión, en su lenguaje y en la manera en que enfocan su sexualidad (Romito & Beltramini, 2015). La pornografía online está debilitando la capacidad de muchos jóvenes para poder desarrollar una vida sexual saludable. Diversas investigaciones han demostrado que el aumento de la exposición a imágenes sexualizadas está asociado a inicios más precoces en la actividad sexual, al aumento en la frecuencia de comportamientos sexuales de riesgo y a actitudes de mayor tolerancia hacia la promiscuidad (Wingood et al., 2001).

107

Prevención desde la Educación integral de la Afectividad y la Sexualidad

Considerando lo desarrollado hasta el momento, queda claro que la pornografía online se está convirtiendo, entre los jóvenes actuales, en un importante agente “socializador” y “educador” de su sexualidad. Los medios de comunicación, altamente sexualizados, representan para muchos jóvenes la primera vía de información. Sin embargo, está en manos de los educadores el desafío de contrarrestar este influjo con una propuesta educativa sólida, coherente y validada. El contexto social se presenta como una realidad compleja en la que emerge la necesidad imperiosa de una intervención educativa en orden al pleno desarrollo de la afectividad y sexualidad de nuestros jóvenes.

Valor de “masculinidad” y “feminidad” (identidad sexual/ complementariedad)

La atracción de un sexo por el otro no pasa únicamente por el cuerpo sino también por una “fuerza” emocional de nivel psicológico que bien se puede definir como de “masculinidad” o “femineidad”, según cada caso (Gráfico 12).

Aunque la impresión producida por el objeto sea sensorial, la emoción puede dirigirse hacia valores no-materiales. Un contacto directo del hombre y de la mujer provoca siempre una impresión que puede ir acompañada de una emoción. (...) En ese caso, el objeto de la emoción será para la mujer el valor de ‘masculinidad’ y para el hombre el de la ‘feminidad’. La primera puede asociarse, por ejemplo, a la impresión de fuerza, la segunda a la de encanto, ambas vinculadas con la persona entera del otro sexo y no solamente a su cuerpo. Ahora bien, habría que llamar afectividad a esta facultad (que no es excitabilidad) de reaccionar ante los valores sexuales de la persona de sexo diferente en su conjunto, facultad de reaccionar ante la femineidad o masculinidad (Wojtyla, 1981, p. 109).

Gráfico 12

DINAMISMOS VALORES



108

Como ya se ha dicho, desde el momento de la concepción la persona tiene una identidad: o es hombre o es mujer. Cada persona es única e irrepetible pero, al mismo tiempo, “incompleta”. El cuerpo humano puede estar completo, pero dentro hay algo que dice que para estar plenos hace falta una compañía. Pero esa compañía no puede ser de cualquier tipo: tiene que aportar lo que, en líneas generales, a cada uno le hace falta.

Y en líneas generales, justamente lo que le hace falta a la mujer lo tiene la masculinidad y lo que le hace falta al hombre lo tiene la femineidad. Es a lo que se llama “complementariedad”. Es esa inexplicable magia –muy notoria desde inicios de la adolescencia– que hace que los chicos se acerquen a las chicas y estas a los varones.

En esto reside la fuerza de este valor: así como el cuerpo expresa a la persona toda desde la biología, la psicología muestra un temperamento, una forma de ser que requiere ser complementada y que, al mismo tiempo, quiere complementar a otro. Por ello este valor no atrae a la persona, en primera instancia, por la persona misma, sino más que nada por lo que tiene para dar.

Desde el punto de vista psicológico, el amor entre el hombre y la mujer es un fenómeno centrado en su reacción ante los valores sexuales. La persona es aprehendida primariamente como un ser humano de sexo diferente, incluso cuando no se llega a considerar su cuerpo en cuanto objeto de placer (Wojtyla, 1981, p. 122).

En las relaciones cotidianas toda persona transmite, más allá del lenguaje del cuerpo, una “carga” de este valor. Siempre, de alguna manera, expresa estados de ánimo, sentimientos, temperamento, emociones, cuando se relaciona con los demás. Por eso una chica que dentro

de las tendencias de la moda pudiera no ser considerada linda, es la más perfecta para el enamorado que ha encontrado que son complementarios –por lo menos en algún sentido–.

Valdría la pena estudiar el modo en que se modifica la percepción del atractivo físico a medida que las personas llegan a conocerse mejor. Lo que se ha analizado es el modo en que la percepción del atractivo físico influye en lo que sentimos por una persona, pero es igualmente importante el modo en que lo que sentimos por una persona influye en nuestra percepción de su atractivo físico (Sternberg, 1989, p. 143).

El primer impacto de este valor siempre es fuerte, ya que toda persona necesita la complementación y es un profundo anhelo vital de todo ser humano. Pero además es poco o nada racional y está totalmente a merced de los estados de ánimo y las emociones producidas, por lo que su duración dependerá de la no aparición de un impacto mayor.

Por ello las experiencias surgidas de este valor no pueden ser lo que fundamente una relación seria. En su ímpetu este valor nos puede confundir.

Esta es una paradoja: la persona se acerca a otro porque “siente” que está hecho para él o ella, pero como no llega a tener una imagen completa de la persona –ya que todavía no llega al valor personal–, no sabe si lo que siente es cierto o solo un espejismo.

Suele suceder que las personas se concentran “afectivamente” mucho en un solo aspecto, dependiendo de las carencias que sienta en ese momento. Se ve muy claro cuando una chica está pasando por un período de marcada inseguridad y se encuentra con un chico “aparentemente muy seguro” o cuando un muchacho siente que no “lo quieren” y se topa con una chica muy cariñosa. Sternberg, citando estudios de Dutton y Aron, explica que este “despertar emocional” suele ser en personas que afrontan situaciones de estrés y están juntas. Él mismo constata que, terminada la situación estresante, el vínculo se enfría porque precisamente está dominado por esta variabilidad afectiva y emocional.

En la experiencia del adolescente frente a este valor se debe agregar la fuerza de impacto que representa el poder sentirse “poseedor”, de algún modo, de “algo” tan valioso como una persona. La densidad de ser personal femenino o masculino del “otro” impacta de tal modo en el adolescente que experimenta una sensación que lo supera. Es la experiencia del adolescente que más que estar enamorado de una persona está enamorado “del amor” o de sentirse enamorado.

Por último, una nota especial. Por sus características, la mujer suele brindarle naturalmente mayor importancia a estos valores, incluso por encima de los del cuerpo. Por su parte el hombre reacciona más primariamente ante el valor corporal.

Valor personal

Se relaciona directamente con el dinamismo espiritual: este es el valor más importante que tiene toda persona.

Gráfico 13



En sentido estricto, solo las personas humanas se relacionan a través de la sexualidad y el amor de una manera que les es totalmente propia. Por tanto, cualquier reacción física o psicológica se tiene que elevar al nivel personal para cobrar verdadero sentido humano.

Básicamente este valor dice: “Más allá de que me guste su cuerpo o me sienta bien con él o ella, lo más importante es que es una persona y eso es lo que la hace verdaderamente valiosa”.

El valor personal es el que le da sentido a los demás. El valor personal se refiere también a lo físico y a lo psicológico, pero asumidos y elevados a un nivel superior: el nivel personal humano.

Lo que cada persona es “en su profundidad más íntima” tiene relación directa con el espíritu. Su acto de ser personal y su yo, que la define en su mismo ser de persona. Por eso solo se puede encontrar al otro en la medida en que se busca y se llega a percibir su “valor personal”.

Para comprender cuál es el valor de todo lo humano se debe partir de la base de que se trata de una persona. Así, el amor humano es afirmación de la persona del otro y justa actitud para con ella, o no es amor. Para que exista verdadero amor debe haber no solamente comprensión de las realidades física o psicológica, sino por sobre todo captación integral desde el nivel espiritual.

A partir de la captación de este valor adquiere verdadero significado la complementariedad. En el valor personal se percibe que existe un núcleo íntimo, lugar de la dignidad, que varones y

mujeres tienen por igual: son personas humanas. Por eso se pueden comunicar y entregar. En última instancia, por eso pueden formar comunidad. Sin este valor la entrega no tendría ningún sentido: nadie puede entregarse a algo menos valioso, pues se rebaja. Y justamente la entrega a otro en el amor es lo que más eleva y realiza al hombre.

El disfrute constante de la satisfacción meramente subjetiva nos arroja finalmente a nuestra propia limitación, aprisionándonos dentro de nosotros mismos. Por el contrario, nuestra adhesión a un valor nos eleva, nos libera del círculo de nosotros mismos, nos transporta a un orden trascendente, independiente de nosotros, de nuestros estados de ánimo, de nuestras disposiciones (Hildebrand, 1983, p. 44).

111

Tanto el valor del cuerpo, que atrae por el placer, como los valores sexuales, que atraen por la complementariedad, están en la persona como fuerzas intensas que impulsan a dos personas a unirse. No ceder al fin inicial de esas tensiones (catexias primarias) permite transformar esa fuerza “unitiva” en energía que posibilita arribar a la comprensión del núcleo más íntimo del otro (su yo y su acto de ser personal), conocerlo y mantener, más allá de toda contingencia, la actitud amorosa de entrega⁵.

Esto quiere decir que el otro es mucho más que un lindo cuerpo o alguien simpático. Si se cede a lo que produce ese cuerpo o esa simpatía y no se aprovecha la fuerza que brindan esas experiencias tal vez suceda que nunca se llegue a estar realmente cerca de esa otra persona, no se la podrá descubrir. Pero esto implica que el camino inverso también está vedado: uno no conoce al otro pero ese otro no puede conocer al sujeto original. El yo quedará encerrado y no de-velado. Esta es la peor soledad.

Comprender el valor personal es la condición para que los dos valores anteriormente referidos se vean correctamente dimensionados, con una intensidad nueva y más real. El valor personal es la piedra de toque para la integración. De la consideración del valor total y abarcante de la persona surgirá el verdadero amor, el amor de virtud, que por lo tanto referirá a la cercanía afectiva y a la atracción física en una dimensión de justicia.

No se trata en absoluto de borrar o de dejar de lado los valores sexuales ante los cuales reaccionan los sentidos y la afectividad. Se trata simplemente de ligarlos estrechamente con el valor de una persona, puesto que el amor no se dirige a sólo el cuerpo, ni solamente al ser humano de sexo opuesto, sino precisamente a la persona. Es más, solamente orientado hacia la persona el amor es amor (Wojtyla, 1981, p. 134).

⁵ La condición primaria de esta transformación de fuerzas es la búsqueda de la afirmación del otro y la salida sincera y desinteresada, de modo que no se convierta en un esfuerzo voluntarista y represivo que puede generar situaciones de neurosis. Este reordenamiento debe encontrar en el otro un sentido existencial para salir de sí mismo.

El riesgo de no hacerlo, de no reconocer esta primacía unificadora del amor anidado en el valor personal, es perder la categoría plenamente humana de la propia sexualidad.

La sexualidad humana tiene un valor en tanto y en cuanto está al servicio del amor, la complementación plena y mutuo perfeccionamiento y felicidad de la pareja, y al servicio de la perpetuación de la especie. Cuando se le atribuye un valor en sí, convirtiéndolo en fin ajeno e insubordinado al amor o a la procreación, se transforma en anti-valor; la ‘fuente de placer’ se transmuta en ‘fuente de angustia’, y lo que debiera ser un encuentro amoroso (de donación) se cambia por encuentro de egoísmos; el intercambio e incremento de patologías espirituales y emocionales; lo que se vuelve perverso y perjudicial (Canseco, 1989).

112

Nunca se insistirá poco en el abordaje de este valor ya que los otros dos, como reacciones inmediatas ante un estímulo corporal o psicológico, suelen ser más fuertes en primera instancia.

Solamente la clara conciencia de que el otro es realmente valioso puede evitar caer en utilizarlo como fuente de placer o como objeto de uso. Es decir, solamente la conciencia del yo y del acto de ser personal de la otra persona libera del utilitarismo a quien se acerca a ella.

La sexualidad se entiende solo en la medida en que se comprenda y experimente el valor personal. Es una importante y valiosa dimensión de la persona y está en la persona para colaborar en su búsqueda de la felicidad.

Descubrir este sentido de la sexualidad, su verdadero sentido, es el único camino para lograr que el adolescente la vea como ella es y asuma el hermoso desafío de responder a sus exigencias: si se entiende a la sexualidad como grande y sublime, íntimamente relacionada con el amor que los padres se tienen y del cual el hijo es fruto, la virtud tendrá una poderosa motivación adicional para brotar en la persona. Pero si se la ve como una especie de “mal necesario” o simple objeto de “pasatiempo”, es poco lo que se podrá hacer en este terreno.

Por ello la familia es irremplazable. Los valores, del cual el personal es un ejemplo y que derivará en el amor –que a su vez es un valor–, solo son captables “por imitación y vivencia”, por connaturalidad (Hildebrand, 2006). Es mucho más que una comprensión intelectual: se aprende a amar siendo amado y la primera consecuencia de este amor incondicional es la comprensión de la propia realidad valiosa como persona. Si el niño, más tarde adolescente, se sabe amado más allá de cualquier otra determinación, comprenderá que es tan valioso como para ser digno de ese amor, habrá llegado a la comprensión del valor personal del ser que tiene más cerca: él mismo. Esta comprensión lo impulsará a la comunicación que siempre partirá como base –al menos teóricamente– del respeto al otro. De hecho la mejor vía para

captar el valor personal del otro es caer en la cuenta de que él o ella son “otros yo fuera de mí”, por lo tanto con una vida interior y un valor “de igual magnitud que yo mismo”.

Si una persona no es capaz de captar los valores más “elementales”, primeros y periféricos –en su objetividad y en su lugar dentro de la escala–, le va a resultar difícil captar los más elevados. En última instancia estaría incapacitado de llegar a la persona misma. El objetivo educativo en afectividad y sexualidad humana debe ser siempre brindar elementos a los alumnos para que ellos puedan descubrir los valores, su lugar en el mundo, y, una vez descubiertos en toda su exigencia, adherir a estos, vivir su plenitud que es la que los plenifica como personas.

Comprender la profundidad del valor personal es la única forma de entender lo que es el amor y, en última instancia, la misma sexualidad.

4. Emociones

Habitualmente se ubica a la emoción en el dinamismo psicológico, como uno de los fenómenos más característicos de ese plano. Pero la palabra emoción, en realidad, es un término que puede tener un grado de equivocidad y cuyo significado hay que leer de una manera amplia. De hecho, es abordado con frecuencia en, al menos, por dos aproximaciones epistemológicas diferentes, aunque relacionadas entre sí por la experiencia humana subyacente.

Para la psicología, la emoción es un impacto de un estilo con tinte afectivo y que desata una reacción rápida pero no persistente en el tiempo, aunque entre los propios psicólogos y teóricos de esta ciencia todavía no hay un acuerdo en los alcances de esta definición (Kennedy, 2015). De ahí que, en el lenguaje común, una persona emocionada es, por ejemplo, aquella que llora o salta de alegría, y se excluyen otros alcances del término. Pero hay otra aproximación que es la que presenta la Fenomenología. Para esta forma de hacer filosofía que da una gran preeminencia al hecho antropológico, no todas las emociones se comportan de la misma forma ya que son no únicamente una experiencia relacionada con el mundo psicológico sino con la totalidad de la persona humana. Entre ambas concepciones hay muchos puntos en común pero otros en los que se diferencian, pudiendo generarse alguna confusión. En este apartado se utilizará el concepto fenomenológico de la emoción en el cual la de orden psicológico o afectivo es solo una de las varios tipos de emoción posible.

Para ello, se debe partir de la definición de emoción como un movimiento interno de la persona frente a un estímulo, ya sea también interno o externo.

En efecto, *e-mover* [*e-mouvoir*] significa, literalmente, «poner en movimiento», y viene directamente del latín «*exmovere*»: mover, propulsar, poner o llevar fuera de sí. (...) movimiento impulsado por otra

cosa que yo mismo, que me conduce fuera de mí, sin que tal movimiento contenga implicaciones de dirección o de finalidad (Depraz, 2012, p. 40).

Por ejemplo, si se lee a Wojtyla en *Amor y responsabilidad*, se encuentra que él dice que la partícula elemental de la vida psíquica del hombre es la percepción, de la que deriva la emoción. “En el contenido de una impresión lo que se refleja es la imagen de un objeto, mientras que en una emoción estamos reaccionando a los valores que encontramos en ese objeto” (Wojtyla, 1981, p. 102).

En principio, la emoción está ligada a la materialidad del objeto que la produce, pero como los valores que capta pueden no ser materiales, ella misma se transforma en algo más profundo, que escapa de alguna manera a los condicionantes materiales, aunque siempre sigue ligada a esa materialidad.

Es sabido que las emociones son muchas veces provocadas por valores no-materiales, espirituales. Ciertamente que para provocar la emoción es menester que tales valores sean ‘materializados’ de una manera o de otra. Es menester que se les perciba, que se les escuche, que se les represente o se les rememore: entonces es cuando nace la emoción, una profunda emoción. La emoción es superficial cuando tiene por objeto valores materiales. Cuando, por el contrario, su objeto está constituido por valores supra-materiales, espirituales, llega a lo más profundo del psiquismo del hombre (Wojtyla, 1981, p. 102).

La combinación entre percepción y emoción profunda es la que permite captar el valor de un “objeto”. Y los diferentes valores presentes en la persona permiten profundizar en el conocimiento de la misma y, por tanto, ir haciendo más complejas las características de las propias emociones. Así, para Wojtyla, cuanto más profundo e inmaterial es el valor captado, más humana y humanizante será la emoción. En esto el uso del término emoción en Wojtyla toma máxima distancia respecto de la psicología moderna y de la cultura popular.

Así la atracción y el amor son emociones, esto es, movimientos internos producto del contacto de la persona con los valores presentes en el otro, pero no están relacionados únicamente con la sensación o estado psicológico. Por eso hay que recalcar que una emoción es un cambio de estado interno producto de la relación de una persona con otra o de una persona con situaciones o cosas. Determinando qué valor es el que se capta se podrá saber de qué tipo de emoción se trata: sí física, psicológica o personal. La emoción más propia de la persona —o al menos la única que puede sustentar vínculos humanos personales serios y profundos—, es la que brota de la captación del estrato personal del otro.

Así se puede continuar completando el cuadro de comprensión sobre este tema:

La relación con el:	...da lugar a la emoción:
Dinamismo físico / valor corporal	Atracción
Dinamismo psicológico / valor masculinidad-feminidad	Enamoramiento
Dinamismo espiritual / valor personal	Amor

Emociones y vínculos

La razón de incluir este análisis de los tipos de emoción en el camino del amor de pareja es poder comprender la fortaleza que pueden tener los vínculos que surjan de esas emociones. Cada tipo de emoción va a abrir la puerta a un tipo de vínculo diferente (Pichon-Rivière, 1985). Si la emoción es epidérmica o se encuentra en los niveles más básicos de la configuración de la acción humana, esos vínculos serán débiles. Es yendo a niveles superiores en que esos vínculos se van haciendo más concretos, resistentes, firmes y duraderos. Claro que es solo en el nivel del amor personal cuando se verá la más alta fortaleza de la vinculación y, en definitiva, la única situación en la que la unión total de hombre y mujer se puede sostener y durar en el tiempo.

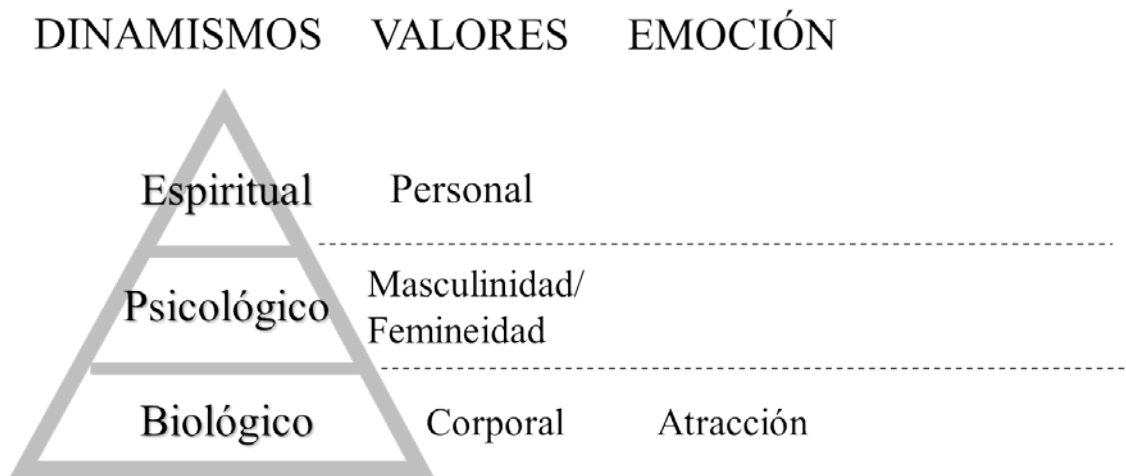
Atracción

Cuando se considera el dinamismo biológico se descubren los valores corporales. De la relación de una persona con estos valores de otra persona la emoción que surge es lo que comúnmente se conoce como atracción (Gráfico 14). “El amor entre un hombre y una mujer comienza por una atracción física inicial, un deseo de amistad” (de Irala, 2005, p. 36).

Cuando se presenta a una persona bella se dice de ella que es atractiva. Pero para notar la profunda materialidad de este valor solo basta recordar que “atractivos” también pueden ser una manzana, un auto, una obra de arte y así infinidad de “cosas”.

La palabra atracción es una traspolación desde el mundo de la ciencia física y está relacionado con el magnetismo: un cuerpo que atrae a otro –el caso del imán que atrae a los hierros es el más patente–. De aquí se puede sacar una interesante conclusión: un imán no atrae “cuando quiere”, lo hace siempre, solamente necesita que lo atraído tenga unas características muy precisas para caer en su influjo. Del mismo modo el hierro tampoco opta por ser atraído: tiene las características, “pasa cerca” y es atraído sin remedio.

Gráfico 14



En el caso del ser humano la atracción que una persona ejerce sobre otra, especialmente en el campo sexual, depende de la materialidad –en este caso, la corporalidad– y de “la proximidad” de cualquier tipo.

Entre millones de compañeros en potencia con quienes uno puede llegar a vincularse en una relación amorosa, uno conoce sólo a una fracción infinitesimal. (...) El factor más importante que determina a quienes conocemos es también el más simple: es decir, la proximidad. Es más probable que conozcamos a personas de las cuales, por una razón u otra, estamos físicamente cerca. (...) La proximidad puede generar atracción, como lo demuestra los estudios descritos hasta ahora. (Sternberg, 1989, p. 147)

Al igual que en la física, la atracción es una fuerza muy grande que “llama” a unirse a dos personas, o para ser precisos, a dos “cuerpos”. La motivación de esta reacción brota de la propia persona, no del otro: el otro es un medio para satisfacer al yo –aunque esta actitud no sea consciente–.

Así las características de la atracción son:

- Fuerza original primaria. Es lo primero que surge cuando una persona está con otro de sexo complementario que le gusta. Por provenir del nivel corpóreo puede tener una intensidad variable de acuerdo a los estados físicos y a la capacidad del objeto⁶ de satisfacer las “necesidades” del sujeto.

⁶ Se utiliza la palabra “objeto”, siendo conscientes de que ese objeto puede ser una persona. De este modo se resalta la facilidad con la que se puede caer en la instrumentalización de la persona humana.

- Poca persistencia en el tiempo. Por su relación con condiciones materiales no puede durar más allá del impacto físico: la ausencia prolongada del otro, la pérdida de alguna de las cualidades que motivaron la atracción, la aparición de otro que atrae más, e incluso el “aburrimiento”, pueden ser desencadenantes de la pérdida de la atracción.
- Ninguna capacidad de consolidación de vínculos estables. Así como un hierro pasa a otro imán si su fuerza de atracción es más fuerte, una persona vinculada a otra por la atracción física cambia cada vez que percibe a alguien más atractivo que el que “tiene” en el momento.
- Ninguna racionalidad. Impera el impacto hormonal.

Como el ser humano no se agota en su cuerpo, la atracción librada a sí misma es una reacción superficial. Puede ser suficiente en el animal, que con la simple atracción del “celo” asegura la descendencia. Pero no se puede aplicar en este caso por la simple razón de que la persona humana tiene voluntad y piensa, o sea, es libre.

Una relación basada únicamente en la atracción no responde en lo más mínimo a las expectativas de la persona humana y no crea vínculos ni relaciones verdaderas.

Entonces, ¿qué lugar ocupa la atracción exactamente en el horizonte de la dinámica del amor? La respuesta está en la unidad substancial de la persona humana, de la corporalidad y de la capacidad que tenemos de conocer a las personas partiendo de lo superficial y llegando, poco a poco y con esfuerzo, a conocer lo más profundo.

Ya se sabe que el cuerpo expresa a la persona humana y toda persona se comunica con el cuerpo. El proceso de conocimiento entre humanos comienza siempre desde el cuerpo. “Me gusta esa chica y me acerco”; “me gusta ese chico y busco conocerle”.

La cercanía provoca una conmoción física: se acelera el latido del corazón, se suda en frío, tiemblan ligeramente las piernas. El desajuste es mayor cuando más cerca está el otro, pero se da una tendencia fuerte a querer ese acercamiento.

La atracción es el primer chispazo que hace que dos personas se acerquen. Se manifiesta así la unidad de la persona en la que el cuerpo jamás está excluido.

¿Por qué es tan importante el atractivo físico? (...) Primero, ya que lleva un cierto tiempo valorar la mayoría de los atributos personales, mientras que el atractivo físico se registra inmediatamente, éste es uno de los pocos atributos que puede ser valorado con cierta precisión después de una primera cita. Segundo, mientras que el contacto en una primera cita tiende a ser superficial, los aspectos superficiales de una persona tienden a sobresalir. La implicación es más o menos clara: si uno realmente desea llegar a conocer a otra persona, no debe darle demasiada importancia a la

primera cita. O, si uno desea ir más allá del atractivo físico, no debe fiarse de lo “manifiesto” (Sternberg, 1989, p. 138).

Si la relación se estanca en esta emoción, pierde toda su fuerza. No hay acercamiento a la otra persona ya que se secciona el conocimiento: el cuerpo es solo la “parte” más externa de la persona, no su yo ni su acto de ser personal. Para Sternberg, después de analizar varios estudios relacionados con el atractivo físico y diferentes reacciones en varones y mujeres, llega a la conclusión de que, si bien el atractivo es importante al inicio de la relación, con el paso del tiempo otras variables se van volviendo más importantes para la estabilidad de las relaciones.

Pero además dejarse llevar solamente por la atracción compromete la libertad, porque se puede llegar a tomar decisiones poco meditadas con consecuencias decisivas en la vida. “Una vida que consistiese en una cadena ininterrumpida de placeres derivados de lo meramente satisfactorio no podría nunca concedernos un momento de la gozosa felicidad que engendran aquellos objetos que poseen un valor” (Hildebrand, 1983, p. 44) En este caso, el valor personal.

Por eso esta emoción inicial está llamada a incorporarse en la dinámica del amor. La atracción dejada a sí misma dura poco, se pierde al mismo ritmo que el desgaste del cuerpo. El otro termina siendo una rutina fastidiosa y aburrida.

Por el contrario, asumida en el camino del amor verdadero y pleno, se renueva, encuentra nuevas formas y es una permanente fuente de satisfacción. Cada hombre y cada mujer tienen la posibilidad, el deber y la obligación de lograr que esto sea siempre así. Y se da una retroalimentación entre la atracción y el cariño, e incluso el propio amor, una experiencia que las parejas consolidadas experimentan de múltiples maneras a lo largo del tiempo:

Podemos sentirnos atraídos por alguien a quien no amamos; pero si amamos a alguien, es muy probable que nos hayamos sentido atraídos, en un principio, por alguna cualidad impactante de esa persona. (...) Lo que se ha analizado es el modo en que la percepción del atractivo físico influye en lo que sentimos por una persona, pero es igualmente importante el modo en que lo que sentimos por una persona influye en nuestra percepción de su atractivo físico. (...) A través del tiempo, el cariño puede incidir en la percepción del atractivo físico tanto como la percepción del atractivo físico incide en el cariño (Sternberg, 1989, p. 135).

En resumen: la atracción es, por lo general, el primer paso en el camino de la relación entre dos personas de sexo complementario y está llamada a superarse a sí misma. Es el primer escalón del verdadero amor de pareja, siempre y cuando apunte y avance hacia los valores de la persona.

De lo contrario se puede convertir en un espejismo de vínculo, muy frecuente hoy, que promete todo “en poco tiempo” pero que en realidad no puede dar nada de lo que el hombre

necesita. No se da la “afirmación de la persona” sino solamente de uno de sus componentes más elementales: “... el amor desprovisto de esta afirmación (del valor personal) es un amor no-integrado, o más bien no es amor, aunque las reacciones y las experiencias correspondientes puedan tener un carácter ‘amoroso’ (erótico placentero) en el más alto grado” (Wojtyla, 1981, p. 123).

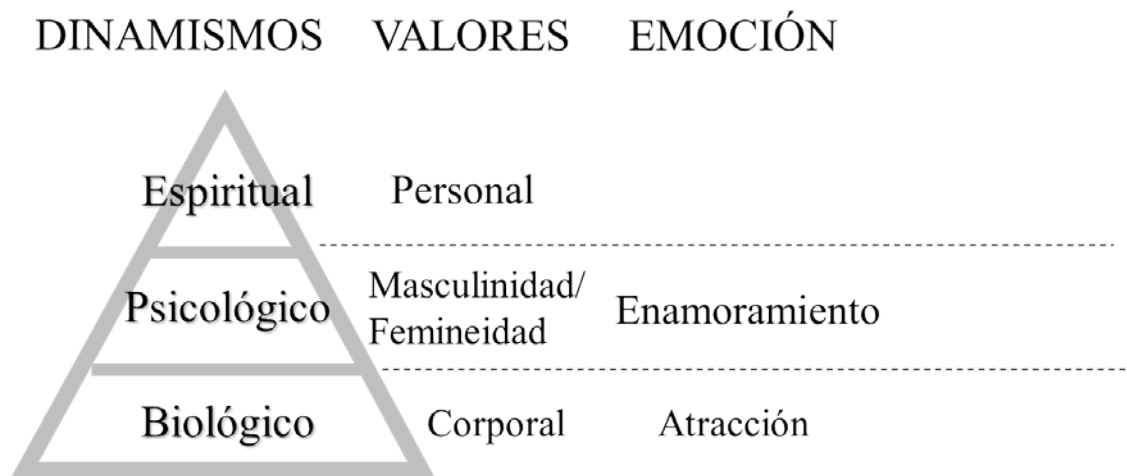
Aunque sea así siempre será un amor carenciado. Quien se aferra a un valor inferior y pierde el superior entra en una confusión que lo lleva a creer haber alcanzado el “máximo” solo con el placer. Pero el tiempo se encarga de demostrar lo contrario. Evitar las prisas siempre da la oportunidad de lograr encontrar lo que se busca.

Enamoramiento

“Si sólo se tienen en cuenta las características corporales o las cualidades psíquicas, no hay actitud amorosa, sino enamorada” (Frankl, 1987, p. 226)

De la relación del dinamismo psicológico con los valores de masculinidad y feminidad, surge el enamoramiento.

Gráfico 15



Este es el segundo momento en el proceso de acercamiento en el amor entre dos personas que Sternberg llama “despertar emocional”. Pero él no es el único que ha descrito el fenómeno.

Esta forma de actitud ante la otra parte, considerada como fase de la relación con él [*la persona del otro sexo*], es la que solemos llamar “enamoramiento”. Las cualidades físicas de la otra parte producen en nosotros una excitación sexual; de sus cualidades anímicas, en cambio, nos “enamoramos”. Por tanto, el enamorado no se siente ya excitado en

su propia corporalidad, sino conmovido en su emotividad psíquica; conmovido por la psique original (pero no por su peculiaridad única) de la otra parte, por determinados rasgos de carácter que se manifiestan en ella (Frankl, 1978, p. 162).

Ya no depende simplemente de la cercanía física de una persona atrayente por sus valores corporales: lo que se capta es el mundo de la afectividad.

Se hace referencia al terreno de los sentimientos, las emociones, la afectividad. Cuando alguien experimenta un sentimiento profundo de satisfacción al estar con otra persona, soñando que él o ella “lo harán el ser más feliz del mundo”, suele decir que está enamorado.

En la formación de esta emoción intervienen dos factores:

Una reacción espontánea, en continuidad con la atracción física, que en la persona despierta sentimientos y la “necesidad” de estar con el otro.

La experiencia de la vida enseña que el amor afectivo nace sobre todo en los seres dotados de una cierta estructura psíquica, al solo contacto con el fenómeno “ser humano” a condición de que esté dicho ser suficientemente cargado de feminidad y masculinidad (Wojtyla, 1981, p. 122).

Es una búsqueda de complementación y la sensación indescriptible que produce el saber que otro “complementa nuestro ser”. Esta búsqueda y sensación de complementación es absolutamente egocéntrica y parte de las necesidades y carencias de la persona. El otro es excusa para sentir la seguridad que da la complementación y, por tanto, hay una fijación casi exclusiva en aquello que aparece como “bueno” justamente por ser exactamente lo que se necesita.

La persona se centra solo en los aspectos que en el otro son la contraparte de sus necesidades y esto la puede conducir a la falsa seguridad de que ha encontrado la persona idónea para formar una pareja y que ya vive el amor. Sin descartar que este sea un paso más de la conformación de “la pareja”, no bastan estos elementos para fundamentar una decisión.

Es cierto que cuando brota el amor hacia alguien de sexo complementario, la carga afectiva parece ocupar a la persona entera, hasta debilitar toda otra facultad psíquica. Ahí tenemos la desaplicación, la irritabilidad, la incapacidad de atención, la desgana para toda iniciativa... características del “enamorado”. Entonces se tiene la impresión de que en esa comunión afectiva recíproca uno se realiza plenamente como persona.

Pero se trata de una fase del desarrollo humano en la cual la “sugestionabilidad” es máxima; y precisamente por esto es poco objetiva.

¿La relación afectiva satisface verdaderamente todas las necesidades de la personalidad global? Es claro que no. Y muy pronto la afectividad es percibida como parte –acaso importante, pero como solo parte– de la persona. Además la afectividad es terriblemente equívoca; se cree que, es amor y resulta una exigencia; se piensa tratarse de una comunión espiritual y se experimenta que está arraigada en la sensualidad.

En esta emoción se pueden encontrar, entre otras, las siguientes características:

1. Está centrada en el “yo”. El juicio acerca del otro parte de este egocentrismo: “Qué bien me siento contigo”. “El enamoramiento inicial nos gusta tanto que nos aporta algo, nos da felicidad y estimula nuestro narcisismo. Con cierta frecuencia, se piensa más en uno mismo que en la persona amada” (de Irala, 2005, p. 37).
2. Es fuerte por su carga emocional. Cierta vez una alumna la definió como el “estado de idiotez total en el que una se siente en la nebulosa de Andrómeda”. El gran contenido emocional hace que al sujeto enamorado le sea muy difícil poder concentrarse en algo diferente que el objeto de su emoción o en la emoción misma.
3. Es inestable y variable, como los propios estados de ánimo. Bien graficada en frases frecuentes como: “Hoy no quiero verla, ¿será que no la quiero?”; “en este momento Roberto me hace sentir contenta, ¿será que ya no quiero a Juan?”.
4. No se centra en el valor de la persona. Por lo tanto le da igual cualquiera de sexo distinto, a condición de que cubra las expectativas y “necesidades”.

El enamoramiento no posee, por sí mismo, esa madura cohesión interna que le confiere el conocimiento de la verdad entera sobre la persona objeto del sentimiento.

Como nota aparte se debe destacar que muchas veces, especialmente durante la adolescencia, se suele confundir entre el estar enamorado “de alguien” y estar enamorado “de la sensación”, lo que se conoce comúnmente “estar enamorado del amor”. El estado es tan intenso y frecuente que a veces resulta sumamente difícil establecer si se trata de este efecto o realmente hay un proceso de amor en el escalón relacionado con los sentimientos.

Si bien el enamoramiento es una emoción fuerte, es un movimiento que no parte de la voluntad de uno y no busca el conocimiento y la afirmación de la persona del otro en su profunda interioridad. Por eso se dice que es una reacción frente al valor de masculinidad y femineidad, es decir, relacionado con el dinamismo psicológico de complementariedad. Tomado aisladamente no es amor ya que no es la cumbre de este proceso.

La afectividad evoluciona sin cesar en medio de las percepciones emotivas de numerosas personas por lo que el amor no puede fundarse por mucho tiempo solo en la afectividad o en las emociones. La gente cambia, pero cambia sobre todo en su dinamismo psicológico, que

está en permanente evolución. Por ejemplo, en el plano físico, saliendo de la adolescencia, las hormonas se “asientan” y se manifiesta un equilibrio somático. Estados como este se reflejan también en el plano psicológico: por lo general la persona se hace más ecuánime. Sin embargo siempre es la misma persona: es un yo muy claro que es sujeto de los cambios. Julieta, una vez recibida de arquitecta, no deja de ser la misma Julieta que estaba en la universidad, aunque ahora pueda dirigir una construcción.

Con el enamoramiento lo que se busca es “algo que tiene la otra persona” y no necesariamente a esa otra persona. Pensar que el enamoramiento es amar verdaderamente es como si basáramos nuestra amistad con Julieta por su profesión de arquitecta: el día que ella se equivoque en un plano dejará de tener valor para nosotros. Podemos llevarnos así con la gente. Pero no podemos decir que eso sea amistad. “Así es, a pesar de que el amor afectivo parece acercar tanto a los seres humanos. Y con todo, este amor, aun acercando ‘al hombre’, puede fácilmente pasar de largo ‘a la persona’”(Wojtyla, 1978, p. 135). Así, una persona puede estar con alguien del otro sexo porque le hace sentir bien pero por más sentimiento que haya y por intensos que se perciban esos sentimientos eso “todavía” no es amor, al menos el amor completo o consumado del que habla Sternberg (Almeida Eleno, 2013).

El propio Sternberg pudo comprobar las limitaciones del enamoramiento:

Ahora podemos ver el lado oscuro de los resultados del estudio: uno suele continuar con una relación sobre la base de cierta información esencialmente falsa. Debido a que nuestras percepciones de los sentimientos de los otros suelen ser inexactas (...) podemos construir una relación en base a ilusiones. Tarde o temprano, algo sucederá que destruya esas ilusiones, y entonces nos veremos en problemas (Sternberg, 1989, p. 29).

Como el enamoramiento confunde a la persona con lo que ella hace o lo que “hace sentir”, se vuelve exigente: si no hay total satisfacción se acaba la sensación y se pone en peligro el sentimiento. Como otros sentimientos positivos necesita de estímulos positivos para subsistir y los estímulos negativos lo enfrían hasta incluso hacerlo terminar.

Pero también se puede volver miedoso: como uno mismo exige del otro “perfección sin el más mínimo defecto”, sufre constantemente miedo de ser abandonado, porque toda persona tiene defectos y todos días buenos y días malos.

Paradójicamente surge, a un lado o incluso por encima del enamoramiento, otro sentimiento, el de inseguridad, que se va mezclando con el de “alegría” que había en un comienzo. El presunto amor se vuelve presión o auto-presión. Nace una tiranía fáctica donde nunca se tiene derecho a estar mal. Es una relación condicionada que se deteriora cuando las “condiciones” ya no se cumplen.

Esta es la razón por la cual muchos sufren sus noviazgos en lugar de vivirlos como momentos de verdadero acercamiento y conocimiento progresivo. Incluso algunos llevan esta carga hasta el matrimonio.

No se llega a ver el valor personal. Por lo tanto, no se encuentra un sentido para comprometerse con lo más elevado de la propia existencia. De ahí que se suele afirmar que el amor no es un sentimiento, o, con más precisión, no es solo un sentimiento: el enamoramiento lo es, pero es tan solo uno de los pasos intermedios en el proceso y la dinámica del amor.

Lugar del enamoramiento en el proceso del amor romántico

Para empezar, hay que ubicar esta emoción en el contexto del acercamiento entre dos personas de sexo complementario, o sea, en la dinámica del amor de pareja.

Superado o pasado el primer influjo de parte de los valores corporales surgen naturalmente aquellos que tienen que ver más con las emociones, los sentimientos y la afectividad. De alguna manera se da una profundización un poco mayor que ya tiene que ver con el mundo interior; es un paso adelante en este proceso que va de “dos cuerpos que se atraen” a “dos personas unidas en un nosotros”, en donde el paso intermedio es el enamoramiento.

El enamoramiento es un avance en el proceso de la maduración de la capacidad de amar, un momento mágico de conocimiento que toda pareja recuerda con alegría, o al menos eso es lo más recomendable.

En el enamoramiento cada uno hace un examen que se podría calificar de “compatibilidad de caracteres” de modo de poner las bases para el surgimiento del verdadero y auténtico amor. Por eso todo noviazgo tiene en sus raíces muchas características de enamoramiento. Sin embargo, el noviazgo es mucho más.

Si finalmente, luego de vivir el noviazgo, la pareja descubre que no puede llevar una vida en común en forma estable y permanente, de todos modos habrá cumplido su cometido. Tal vez sea la señal para darse cuenta que más allá de la amistad que puede unirlos, una posible relación más profunda y duradera podría estar sometida a presiones no soportables.

Así como la atracción, el enamoramiento debe estar abierto a trascenderse así mismo de lo contrario no se da su autotranscendencia y la persona queda inmadura y su relación inestable (D’Agostino, 2004). El enamoramiento debe propiciar una cercanía con la suficiente libertad y madurez para que las partes de la pareja puedan cultivar a través del conocimiento mutuo, el verdadero amor que les permita entregarse al otro sin reserva. Por eso el verdadero y auténtico amor no reemplaza la función de esta etapa –vale decir, no hace “innecesario” el enamoramiento–, sino que la contextualiza: de algún modo la mayoría de los vínculos de

pareja en base al amor dependieron de un pasaje por el enamoramiento y una proyección hacia un amor profundo de donación.

El enamoramiento no se basta a sí mismo para sostener el vínculo, pero es un ingrediente básico en la relación de pareja.

Pero al igual que lo dicho para el placer, el enamoramiento se pierde fuera de contexto. Si se trata de mantener prendida la llama del sentimiento hay que tomar en cuenta las variaciones de ambos miembros de la pareja y entender los tiempos y características nuevas del enamorado en cada etapa de la vida y con cada persona en particular. Esto solo se logra si lo que está en la intención amorosa es el tú profundo y más real, el tú integral, el que es sujeto de esos cambios. De lo contrario el otro se presenta difuso entre tanto cambio.

El ejemplo de las parejas de ancianos paseando por el parque tomados de la mano como si fueran los novios de 40 o 50 años atrás aterriza estas ideas. Son enamorados que persisten en su sentimiento justamente por no estancarse en él, por haber dejado que lo asuma el amor.

La magia no es la misma, pero no se ha perdido, ha crecido porque no apunta solamente a una parte de la persona: la ve integralmente. La complementación no es tal por sentir la comodidad de un otro “perfecto e ideal”, sino por saber que tiene defectos, pero que juntos la pareja construye un *nosotros* personal.

El adolescente, al sentirse incomprendido por los adultos, le basta una palabra suave de otro que esté en su misma situación y que le suene a “perfecto encaje”. Pero en su inestabilidad sufre y hace sufrir a su “parejita”.

Lo dicho hasta aquí da pie para estudiar someramente el amor consumado o completo, tan buscado por todos y tan confundido en el mundo actual.

Por tanto, está claro que el amor es algo más completo que lo que venden los medios de comunicación y cierta literatura dirigida a los adolescentes, pero a la vez, de algún modo, es todo ello. Lo que sucede es que lo que hoy día se toma como amor no son sino partes de un contexto. Partes y no todo, he allí el problema.

En toda situación en que sentimos los valores sexuales de una persona, el amor exige su integración en el valor de la persona, incluso su subordinación a este. Y en esto es en lo que se manifiesta el principal rasgo del amor: éste es afirmación de la persona o no es amor (Wojtyla, 1978, p. 133).

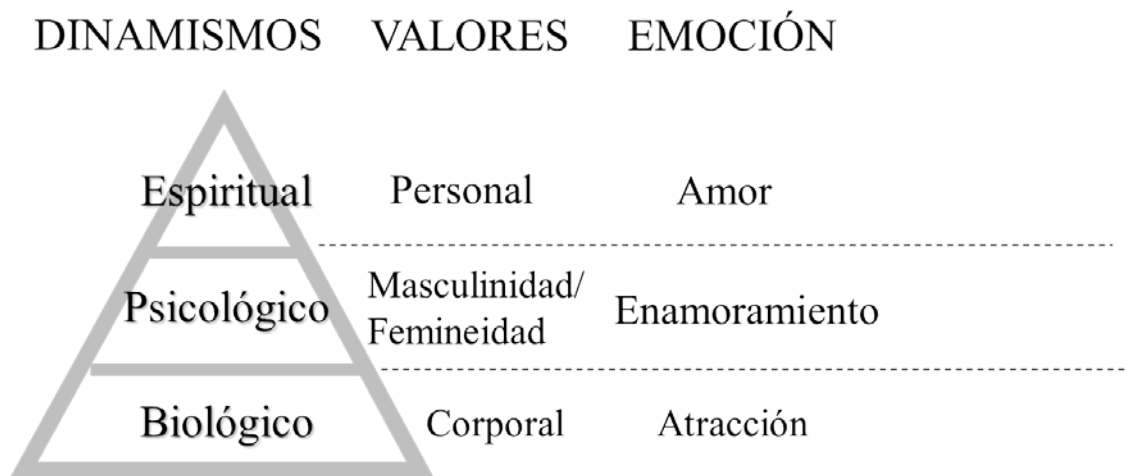
Amor

Quien llega al amor es que ha descubierto en el otro un valor tan importante en sí mismo que busca siempre el bien de ese “otro”. Y en el caso de la vida de pareja, supera y asume tanto la atracción física como el sentimiento.

Por eso el amor brota del nivel espiritual y surge cuando el sujeto ha sabido entrar en contacto con el valor personal del otro.

El amor supone un paso más respecto al encuentro, ya que no se limita a acoger al semejante en su condición humana, sino además en su unicidad o singularidad o, lo que es lo mismo, como persona. Porque la persona no es un ser humano como los otros, sino diferente de los otros, y en esta diferencia resulta ser algo único y singular. Y sólo cuando el amante acoge al amado en su unicidad y singularidad, éste se convierte para él en un tú (Frankl, 1987, p. 59).

Gráfico 16



Queda claro hasta aquí que el amor, como proceso integral, no es la atracción “química” ni el sentimiento que pueda surgir. En realidad, el amor de pareja es eso y más, mucho más.

El amor puede seguir madurando y cuando los enamorados aprenden a querer realmente el bien del otro, a superar las dificultades habituales en cualquier relación humana, cuando hayan madurado la idea del compromiso y, si son creyentes, integrado su fe en todo el proceso, llegarán finalmente al amor adulto: “juntos, amarán a los demás” (de Irala, 2005, p. 38).

El amor es un movimiento positivo de toda la persona que apunta a descubrir la totalidad del otro y buscar su bienestar, su felicidad y la posibilidad de formar entre ambos un vínculo, una relación profunda. La atracción y el enamoramiento son elementos constitutivos en el proceso, pero el amor los supera y los integra. De hecho, les da sentido porque lo más importante de la persona es “lo que es” no la belleza de su cuerpo o lo intenso de sus sentimientos.

No se ama a alguien porque es bello o hace sentir bien. En todo caso es lo contrario: si realmente ama, la gente es auténticamente bella y hace sentir de verdad bien a otros.

126

El amor es una vía principal de conocimiento personal, donde se encierra el verdadero valor de un individuo en sus múltiples facetas, desde lo físico a lo psicológico, pasando por lo espiritual y cultural. Sus entresijos y recovecos suelen ser interminables (Rojas, 2003, p. 21).

Estudios recientes hablan de una ilusión positiva por lo que llaman el “sesgo del amor es ciego” por el cual las parejas en una relación basada en el amor tienden a ver a sus cónyuges como más bellas que ellos mismos independientemente de las circunstancias, y eso que esos mismos estudios muestran también hasta qué punto el amor de pareja aumenta la autoestima de esas personas (Cai, Zheng, Li, Ye, & Liu, 2018).

Entonces, atracción y enamoramiento son partes del amor porque son caminos para llegar a lo más íntimo de la persona, a lo más real. Son partes del camino cotidiano para llegar a la persona. Es que, de alguna manera, atracción y enamoramiento son emociones o afectos pasivos, fundamentalmente sobrevienen a la persona. En cambio, en el amor la voluntad cobra un protagonismo descolante.

El amor es una acción, la práctica de un poder humano, que sólo puede realizarse en la libertad y jamás como resultado de una compulsión. El amor es una actividad, no un afecto pasivo; es un «estar continuado», no un «súbito arranque». En el sentido más general, puede describirse el carácter activo del amor afirmando que amar es fundamentalmente dar, no recibir (Fromm, 1988, p. 11).

Para Sternberg esta es la condición fundamental de la subsistencia de los lazos creados a partir del amor:

Mientras que el componente decisión-compromiso del amor puede carecer de «calor» o de la «carga» de la intimidad y de la pasión, las relaciones amorosas presentan casi inevitablemente sus altibajos, y en última instancia, lo que mantiene una relación es el componente decisión-compromiso. (...) Ignorándolo o separándolo del amor, podemos desdeñar exactamente aquel componente del amor que nos permite atravesar tanto los períodos difíciles como los fáciles (Sternberg, 1989, p. 43).

Por otro lado, el amor no depende de lo que se dé a cambio. La persona que ama es desinteresada, abierta, confiada plenamente en el otro porque conoce sus defectos y virtudes, y ama igual. Sin embargo, no es ciega porque, como quiere el bien del otro, ve sus defectos en orden a ayudar a superarlos, pero no hace depender de esto el amor. Evidentemente no se refiere a esto el refrán según el cual, el amor es ciego. Se puede decir que más bien el amor es la actitud humana que más y mejor abre los ojos ante la realidad de los demás ya que al descubrir la importancia tan radical de la otra persona la ama incondicionalmente, con independencia de los sentimientos en uno u otro momento.

Esta es una de las paradojas del amor: se desinteresa del placer y del encanto y los asume haciéndolos permanentes. Tanto atracción como enamoramiento dependen del amor, de lo contrario pierden su sentido y hasta su duración.

El amor verdadero hace más humano al hombre, transforma su pasado e ilumina su porvenir, es una síntesis de ingredientes físicos, psicológicos y espirituales. Por el amor verdadero somos más dueños de sí (*sic*), y nos ennoblece (Rojas, 1994, p. 64).

Con estudios empíricos en la mano, Acevedo y Aron sostienen:

Contrariamente a lo que se cree ampliamente, el amor romántico de larga duración –que incluye intensidad, interés sexual y compromiso, pero que excluye elementos obsesivos comunes a las relaciones que recién empiezan–, se presenta como un fenómeno real que puede estar mejorando la vida de los sujetos, y que está asociado positivamente a satisfacción marital, salud mental y bienestar en general (Acevedo & Aron, 2009, p. 64).

Sternberg, al presentar su teoría triangular del amor, lo expresa con claridad:

El amor consumado, o completo, (...) es el tipo de amor por el que muchos de nosotros luchamos, especialmente en las relaciones amorosas. Lograr el amor consumado no es garantía de que este durará. El amor consumado, como otras cosas de valor, debe ser cuidadosamente preservado (Sternberg, 1989, p. 52).

La persona que ama es paciente, sacrificada y nunca víctima –si alguien se siente víctima por “amor” no debe dudarlo: no es amado, está viviendo una relación de riesgo (Rey Anaconda, 2008)–. El que ama es firme en la verdad sobre sí mismo, sobre la otra persona y sobre la relación y por eso su pareja es duradera. El amor nunca lastima. Por el contrario, vena las heridas. Es perdón y es construir un presente mejor.

El verdadero amor no es búsqueda del propio placer sino salida y donación, regalo al otro. Por eso supera el sentimiento. No es “dulzón” y cómodo todo el tiempo. Tampoco es un martirio siempre incómodo. Es comprometido y exigente pero allí encuentra usualmente una inmensa gratificación. Sabe construir comunidad, dejando de lado los detalles tontos y concentrándose en lo más importante. Es como si la persona se tomara a sí misma en sus manos y se entregara al otro. “Desea cesar de pertenecerse exclusivamente, para pertenecer al otro” (Wojtyla, 1978, p. 136).

Tiene dos ingredientes necesarios: es exclusivo y brota una afinidad que se desliza hacia la elección; se produce una excursión hacia la intimidad de la otra persona, con lo que esto implica: descubrirla y ser partícipe de sus deseos e ilusiones (Rojas, 1994, p. 62).

El amor se da cuanto uno encuentra su lugar en el otro y abre un lugar para el otro en su propia vida. Por eso el amor no habla de un tú y un yo, habla siempre de un nosotros.

Por esta razón precisamente, hay en esto una responsabilidad inmensa. Pero no puede comprender su importancia sino el que posee la plena conciencia del valor de la persona. El que es capaz de reaccionar únicamente ante los valores sexuales, pero no ve los de la persona, este tal confundirá siempre el amor con el erotismo, complicará su vida y la de los otros privándolos y privándose, a fin de cuentas, del verdadero sentido y del verdadero “sabor” del amor. Este “sabor” es inseparable del sentimiento de responsabilidad por la persona, responsabilidad que comprende el cuidado de su verdadero bien, quintaesencia del altruismo y sello infalible de una expansión de mi “yo” y de mi existencia, a los que viene a añadirse otro “yo” y otra existencia que me son tan íntimos como los míos (Wojtyla, 1978, p. 142).

De ahí que Segú diga que “en lo educativo si se escamotea el amor, dejamos atrás no solamente un elemento de nuestra dimensión sexual, sino también una fuente inagotable de felicidad” (Segú, 1996a, p. 85).

El amor entre dos personas no alcanzaría su pleno potencial si no se abre a los demás, si no incluye una preocupación genuina por aliviar el sufrimiento ajeno, trabajando por ejemplo, a favor de la democracia o la justicia social (de Irala, 2005, p. 38).

Hacer el... ¿amor?

Por otro lado, es bueno repasar qué se dice hoy en día, coloquialmente, acerca del amor cuando se piensa en la pareja íntima. “Hacer el amor”, expresión que reemplaza a “tener

relaciones sexuales”. Se verifica una inversión de significados muy llamativa que vale la pena destacar.

Cada uno tiene un código particular de valores en que se deja de llamar a las cosas por su nombre. Se llega así a un amor de rebajas: todo a bajo precio, ligero, *light*, sin contenido, insustancial, sin rumbo; una relación anónima, indiferente, pasajera... En una palabra: sexualidad sin importancia, sin interés, devaluada, carente de auténtica intimidad, en la cual no existe amor aunque ese término se tergiverse y utilice machaconamente, sí encuentros físicos para disfrutar recíprocamente y en los que se da una utilización mutua (Rojas, 1994, p. 61).

Resulta que en la dinámica del amor completo, primero viene la atracción, el conocimiento, el enamoramiento y, finalmente, el amor. El acto sexual es la expresión última, más elevada y sagrada del amor de pareja, por lo cual nunca puede ser su causa. No se hace “el amor” desde el acto sexual sino que es exactamente al revés: se llega al acto sexual porque se tiene un amor profundo, real, comprometido, a prueba de todo, tal como describe C.S. Lewis al hablar del eros, el tercero de sus “cuatro amores” (Lewis, 2002).

5. Productos

Esta última etapa del esquema se refiere a aquellas reacciones que se producen cuando se vivencian cada una de las emociones. En los dos primeros casos se encuentran las limitaciones propias de no tener en cuenta todos los dinamismos de la persona. Es el tercero, el dinamismo espiritual, el del valor personal, lugar del amor completo, el que llena todas las expectativas del ser humano.

El cuadro que compendia este proceso quedaría completado de la siguiente manera:

La relación con el:	...da lugar a la emoción:	... y produce:
Dinamismo físico / valor corporal	Atracción	Placer
Dinamismo psicológico / valor identidad	Enamoramiento	Encanto
Dinamismo espiritual / valor personal	Amor	Felicidad

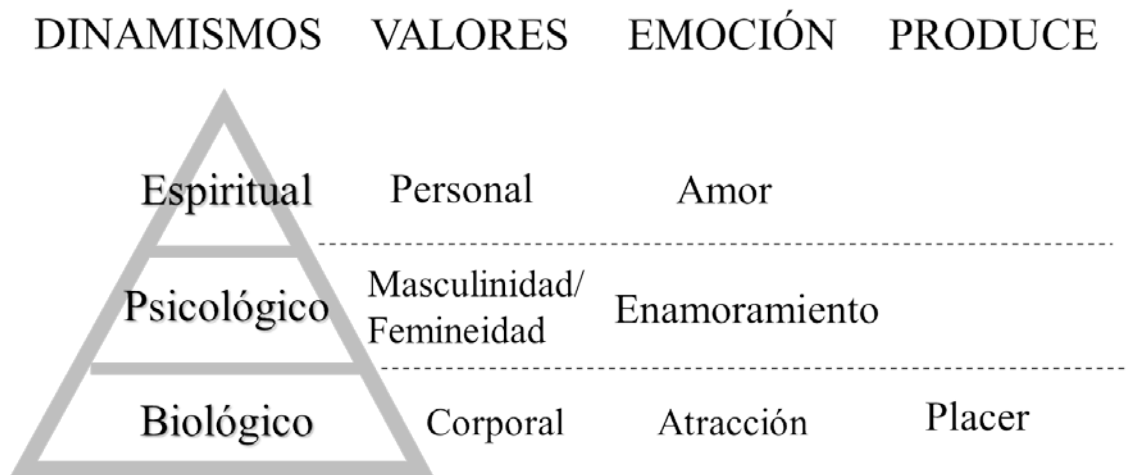
Placer

Alguien dijo alguna vez que el placer es la gota de aceite que Dios o la naturaleza inventó para hacer que la “maquinaria” de la relación íntima de pareja y la procreación funcionaran

adecuadamente. Esto es cierto. Pero «gota de aceite» no es barril; o, en todo caso, la gota de aceite dependerá siempre de que exista un motor y que este tenga gasolina, y no al revés.

La cercanía de la dimensión corporal de otro produce una fuerte satisfacción también a nivel corporal. Los sentidos se tensionan como buscando algo y al encontrarlo reciben esa descarga (satisfacción sensible) a la que comúnmente llamamos placer. “El impulso sexual (...) en primer lugar sólo un impulso general cuya excitación está determinada por otra forma de sensación de comezón y por el anhelo de eliminarla de un modo placentero”(Scheler, 2004, p. 48) En todo caso se puede decir del placer que es una emoción intensa relativa y circunscrita a los sentidos.

Gráfico 17



En realidad no es fácil definir el placer de una manera tajante ya que, como todas las experiencias vitales, no es posible encasillarla en términos conceptuales –lo existencial no es definible, solo describible–. De todos modos no es difícil mostrar a qué se refiere esta palabra porque el placer es tal vez una de las experiencias más universales.

Por ejemplo: es un día de calor, lo cual es una molestia. Además, nos gusta el helado de limón. Si nos acercamos a una heladería y tomamos un helado de limón experimentaremos placer por diversos motivos: saciarnos la sed, aplacamos el calor, quedamos satisfechos en nuestro gusto.

En el ejemplo hay varios elementos para resaltar: por un lado yo experimento placer, nadie más. Si fuera con un amigo o amiga a la heladería él experimentaría su placer y yo el mío. Incluso podría darse el caso de que uno de los dos no lo experimente y esto no afectaría al otro, porque en el placer el único que importa es uno. El placer no es comunicable. Hay experimentos de química respecto al sabor en los que, probando determinadas sustancias,

algunos la describen como amarga y otros como dulce con lo que queda demostrado que hasta fuentes de placer como el sabor están relativizadas en su mismo funcionamiento por lo subjetivo.

Por otro lado, depende de la disposición física de cada momento. Probablemente ese helado un día de frío no produzca en lo absoluto placer –incluso hasta dolor–, mientras que un simple vaso de agua en un día de bochorno puede saber “a gloria”, provocar un placer intenso.

En último término, como el placer depende tanto del cuerpo y el cuerpo es algo limitado y cambiante, el placer es pasajero: de un instante, a lo mejor de horas, pero difícilmente de más. Se puede traer a la memoria y se sabe que uno, un día sintió placer en alguna cosa, pero no lo vuelve a sentir igual.

Además, el placer satura y finalmente aburre –las cosas, aunque parezca que van a divertirse siempre, llegan a causar aburrimiento–. Por tanto, para mantenerse, el placer exige más intensidad del estímulo que lo produjo, nuevas sensaciones. Esto tiene su peligro pues genera descontrol en las personas que solo buscan el placer más refinado o más intenso. En lugar de ayudar a ser más dueñas de sí mismas, las empuja caprichosamente por cualquier camino y finalmente les quita la libertad: no mandan ellas, manda la búsqueda de placer.

La fuerza de atracción de lo subjetivamente satisfactorio, por el contrario, nos entrega a un estado donde nos sometemos al instinto, y tiende a destronar nuestro libre centro espiritual. Su llamada es insistente, a menudo asume el carácter de tentación, intenta desviar y silenciar nuestra conciencia moral y apoderarse abusivamente de nosotros (Hildebrand, 1983, p. 46).

Estas son algunas de las características del placer por lo que: no puede aceptarse que el placer sea motivación primaria de toda actividad humana (Segú, 1996a, p. 20). La persona humana no ha nacido para el placer.

La búsqueda del placer suele tener el efecto contrario pues, como dice Frankl: “los psiquiatras podemos observar constantemente que, cuando la sexualidad no es ya expresión del amor, y pasa a ser un medio para la obtención de placer, este mismo placer fracasa; en efecto, y para decirlo en fórmula extrema, cuanto más se busca el placer, más se escapa éste”. Parece una especie de contradicción pero todo apunta a confirmar plenamente esta verdad. El propio Frankl completa:

Cuando la persona neurótica se preocupa por el placer, pierde de vista el fundamento del mismo... y no puede producirse ya el efecto deseado. Cuanto más busca el placer, más se le sustrae. (...) En lugar de ser placer lo que debe ser: un efecto (el efecto secundario de un sentido realizado o

del encuentro con otro ser) se convierte en el objetivo de una intención forzada (Frankl, 1987, p. 12).

En este sentido la relación entre el placer y la sexualidad es comparable a lo que sucede con una fogata de campamento: cuando está encendida de noche el fuego atrapa a quien se acerca a ella, es una especie de magia. Pero si la persona se queda únicamente viéndola y no la alimenta, se apaga y la persona se queda sin aquello que le llamaba tanto la atención.

“Si el placer es buscado como satisfacción de las necesidades del individuo, el acto sexual pierde su valor esencialmente humano” (Segú, 1996c, p. 20). Habría al menos tres consideraciones que destacar en la relación placer-sexualidad que justifican esta afirmación:

a) Como el placer es una reacción externa de una persona –su corporalidad– frente a lo más externo de otra, difícilmente puede fundamentar una verdadera relación de comunicación entre dos personas. Esa relación debe madurar hacia niveles superiores si quiere sobrevivir en el tiempo e incluso conservar el placer.

b) Como se centra en el placer propio, que es incomunicable, genera una situación de egoísmo y soledad insuperable. Tal vez egoísmo de a dos, pero entonces se vuelve un círculo vicioso que nunca se abrirá. Muchas veces, como señala Segú, se “ve a la sexualidad como un instrumento para conseguir el placer, en lugar de considerarla un medio para lograr el amor, con lo que el goce sexual aparecería sin buscarlo. No está en este esquema de vida el intercambio afectivo con su pareja; no le interesa dar sino recibir, lo que condiciona una actitud egoísta” (Segú, 1996b). Esta confluencia de egoísmos no es nunca la respuesta que la gente quiere de su sexualidad.

Por último si una persona se relaciona con los demás como con “medios” para obtener placer evidencia una actitud de la “modalidad placentera”, que rebaja al otro de persona a cosa (Caffarra, 2006). Esta modalidad lleva a una actitud condicional que va contra la dignidad de la otra persona: “Cuando yo no tengo placer contigo, ya no me sirves”.

Sin embargo, el placer allí está, es parte del hombre y la mujer y de todas sus relaciones, por lo que no puede ser malo. La insistencia del anterior desarrollo fue para mostrar las características del placer fuera del contexto de la persona, de modo de destacar que la persona no está llamada únicamente al placer, sino a la verdadera felicidad, fruto del amor.

Fue necesario un desarrollo extenso ya que hoy existe una insistente confusión entre felicidad y placer. Incluso porque el adolescente mismo, en su inexperiencia y la impaciencia de las hormonas, confunde placer con felicidad, y es así una víctima perfecta del consumismo.

Luego de una dilatada carrera como psiquiatra, Héctor Segú llegó a decir que “el amor otorga un sentido a la sexualidad, no así el placer” (Segú, 1996c, p. 50).

Las relaciones basadas en el amor completo, como profundizan en la otra persona, logran un vínculo profundo que responde a todo lo que los dos necesitan y pueden dar: es por eso que para el amor, la persona amada es irremplazable e insustituible, no así para el placer. En la verdadera felicidad no se encuentra excluido el placer, siempre y cuando quien dé sentido a la vida de esa persona sea el amor.

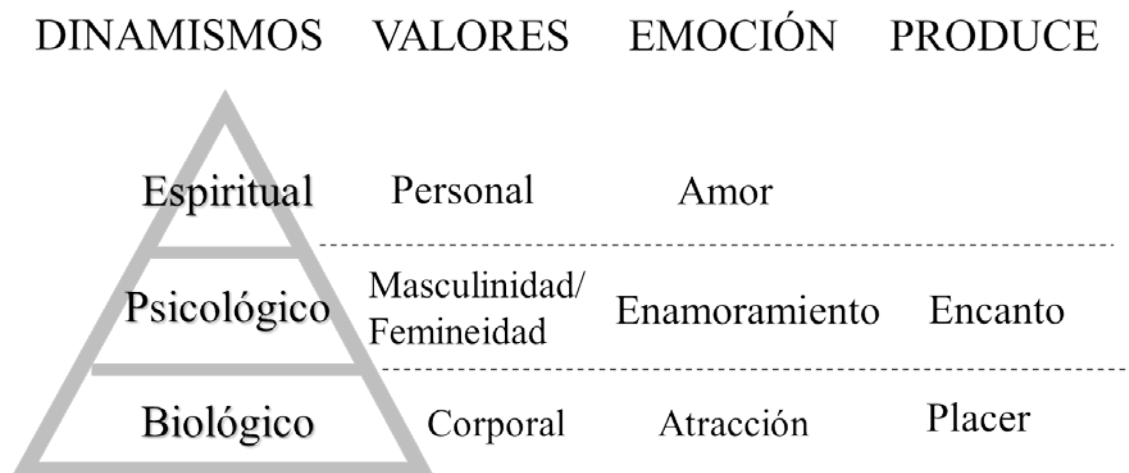
Para una auténtica vivencia de la sexualidad el placer es parte de la comunicación profunda de pareja que está regida desde el amor. Así como atracción y enamoramiento son pasos intermedios en el crecimiento en el amor, la dinámica de las reacciones exige que siempre se busque ante todo la felicidad y se ubique al placer en este contexto. La felicidad puede ponerse a hombros el placer, pero nunca el placer puede sostener la felicidad, pues no puede darle sentido a la vida. Un placer así suele dejar vacío, o sea todo lo contrario a lo que busca.

Sin embargo, no hay que confundir el efecto del amor con el del enamoramiento. El propio Frankl aclara que el amor no es un estado emotivo sino un acto intencional que se dirige hacia la persona espiritual y que hay que diferencia del enamoramiento que causa alegría (Frankl, 1987).

Encanto

El encanto es un estado en el que requerimientos y necesidades psicológicas son satisfechas, por lo que cada persona tiene sensaciones intensas que incluso llegan a nublar la visión realista frente al otro. Josef Pieper llama a este estado “encantamiento” (Pieper, 2007). Por eso la palabra encanto suena a magia, a intenso y casi irreal. Es que en el fondo es un estado que surge y no necesariamente se construye. Pero como todo encanto llega un momento que se rompe. En este caso la ruptura suele darse al entrar en contacto con la realidad buena y “no tan buena” de la persona de la que se está enamorado.

Gráfico 18



Para ubicar este producto hay que recordar que al dinamismo psicológico está enfocado exclusivamente en aquello que le hace falta: ese será el criterio relacional que adoptará la persona guiada por él. Entonces, si encuentra que alguien tiene justo lo que desea, automáticamente este dinamismo tenderá a ocultar a sus ojos los “defectos” de ese otro. No es un proceso planeado sino más bien un automatismo relacionado con la forma en que las emociones afectan a la conciencia que tienen los seres humanos sobre sí mismos y sobre lo que les rodea (Schalkwijk, 2015).

Esta aparente “ceguera” frente a los defectos del otro tiene, entre otras, una explicación neurológica. Partiendo de que el dinamismo psicológico es un punto intermedio en el ser integral humano, se puede decir que está condicionado tanto por aspectos espirituales como físicos. Los aspectos físicos de la composición de este peculiar dinamismo se encuentran en el cerebro, el cual últimamente es ampliamente estudiado. Este conocimiento revela interesantes entretelones de las emociones.

Quando nos enamoramos, experimentamos una exquisita euforia, pérdida de control, pérdida de tiempo y una poderosa motivación para buscar a la pareja. Todo lo referido a la pareja nos atrae, llevándonos hacia una irreversible adicción (Burkett & Young, 2012, p. 19).

Es una de las irrupciones más fuerte de nuestro cerebro en la conducta humana. Y, después de todo, el cerebro es cuerpo (Bergson, 2009), con lo que es bueno saber hasta dónde llega su alcance para adoptar conductas guiadas por el espíritu. Es decir, no perder el camino de la integración de la persona humana, aunque se esté en medio del enamoramiento.

La neuropsicología ayuda a entender el fenómeno

Los circuitos neuronales que se activan en el cerebro romántico, son un sistema de motivación diferente del área cerebral del impulso sexual, aunque tenga zonas que se superponen. Los efectos de ese amor «flechazo», el enamoramiento temprano, al igual que los efectos iniciales de los narcóticos, disparan los circuitos de recompensa (López Moratalla, 2007, p. 104).

Sobre la activación de los circuitos de recompensa, la acción de la dopamina y los puntos de concordancia con la actitud adictiva, hay varios estudios que abordan el tema con resultados en esta misma línea: una evidente superposición de activación de zonas cerebrales tanto en el encanto del enamoramiento como de las adicciones en general (Acevedo, Aron, Fisher, & Brown, 2012; Ballonoff Suleiman, Johnson, Shirtcliff, & Galván, 2015; Burkett & Young, 2012; Love, 2014; Ortigue, Bianchi-Demicheli, Patel, Frum, & Lewis, 2010).

Esto no explica por qué una persona se enamora de alguien en particular, ya que el enamoramiento –también conocido como amor romántico–, es una de las conductas humanas

más «ilógicas»: es involuntario, intensifica o disminuye emociones de manera arbitraria, se vuelve ciego a los defectos del otro. Sin embargo, explica de qué manera se producen ciertos fenómenos universalmente reconocidos.

Pero López Moratalla, al analizar precisamente el cerebro enamorado de varón y de mujer, destaca otra particularidad de la fisiología de este estado particular de tan importante órgano: la activación de zonas cerebrales se parece también a la de una madre en pleno embarazo –e incluso después de él–.

Por último hay regiones que se desactivan en el cerebro maternal. (...) Las áreas en que se suprime la actividad están asociadas con las emociones negativas y con la elaboración de enjuiciamiento. (...) En el cerebro maternal se inactiva la amígdala en ambos lados. La amígdala, que procesa las emociones negativas de agresión y miedo (López Moratalla, 2007, p. 102).

Esto explica una parte de la relación tan estrecha y hasta “ciega” de una madre con sus hijos. No es que no pueda adquirir realismo frente a ellos, sino que tiene una carga emocional con cierto condicionamiento neurofisiológico que hace que ese realismo sea particularmente dificultoso, ya sea llegando a no asumir las características negativas del hijo, ya sea fijándose emocionalmente en primer plano en lo positivo y solo en segunda instancia –o sea, de manera no disruptiva– en los defectos.

En el cerebro enamorado se da algo similar: “En ambos vínculos (enamorado y maternal) se suprime la actividad de áreas en que están asociadas con las emociones negativas y con la elaboración de enjuiciamientos, el llamado *cerebro social*” (López Moratalla, 2007, p. 104) De este modo, análogamente a lo que sucede a una madre, a una persona enamorada le cuesta mucho procesar emociones básicas de repulsión frente a los defectos de la persona objeto del sentimiento, teniendo todo el terreno dispuesto para convertir su juicio en subjetivo e incluso irreal. Esto es, en definitiva, el encanto o encantamiento del enamoramiento.

El encanto como paso intermedio

Si la persona se queda únicamente en este estadio y confía solo en este nivel de desarrollo de su amor, conformándose y regodeándose con este producto, además de no conocer a la persona que pretende amar, se perderá la oportunidad de pasar al nivel de la felicidad auténtica. Estaría convirtiendo una herramienta útil para acrecentar el amor completo en una instancia de infelicidad. Aquí el problema no es la herramienta neurológica que la naturaleza pone a nuestra disposición, sino el uso que se haga de ella. Una razón más para apuntar a la felicidad y no quedarse sólo en el encanto.

Hay que decir que este estado suele ser tan intenso que, unido con el placer, confunden, llevando a decir que el amor es un sentimiento que “te toca”.

Pero si la felicidad, y especialmente la de la vida de pareja, dependiera únicamente de que “toque” el hombre o la mujer perfecto, que haga perdurar el sentimiento por siempre, incluso a pesar de los lógicos cambios y variaciones, entonces el azar podría jugar caprichosamente con el ser humano y esto le estaría privando de la fuente del amor, es decir, la libertad. Un razonamiento así va evidentemente en contra de los principios lógicos y antropológicos más elementales porque todo ser humano tiene muy profundo en el corazón el deseo de una felicidad que perdure. Y no hay deseos de este tipo en la persona que no puedan ser satisfechos.

Por lo tanto, este estado de encantamiento, muy frecuente en la adolescencia, no debe ser pauta de la relación de dos personas y no debe nunca precipitar una unión. Lo recomendable es que la pareja espere a que se dé ese progresivo y gratificante conocimiento del otro que conduce al amor completo o consumado, y, por lo tanto, a la felicidad. Esta felicidad es la que viven las parejas con muchos años de convivencia que han logrado que ese encanto dure siempre y el placer sea cada vez de mayor “claridad”.

Felicidad

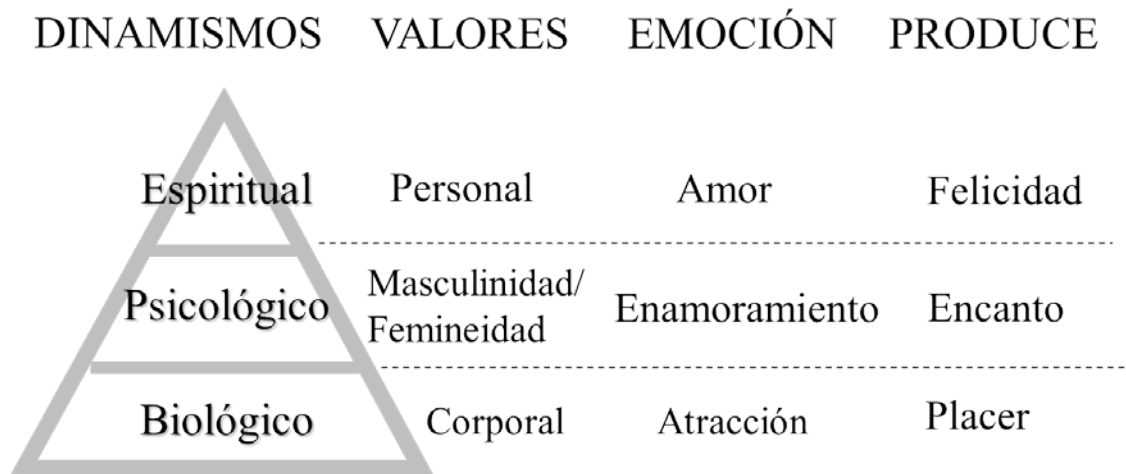
En el contexto de la dinámica del amor romántico, podemos decir que la felicidad es ese estado que surge cuando la emoción más alta, el amor completo, se relaciona con el nivel personal. La pareja se descubre mutuamente como personas únicas e irrepetibles, vivencian ese amor que los hace sentir plenos y se comprueban complementados y potenciados. Desde luego no es una felicidad idílica, pero es un estado interior que supera y asume tanto al placer como al encanto pero que cubre las aspiraciones antropológicas más altas de todo ser humano, como lo comprobaba ya Aristóteles.

Una teoría sobre el amor implica no solamente a los miembros de una relación, sino al modo en que ellos expresan su amor. Sin la expresión, aun el más grande amor puede morir. “Felices para siempre” no es necesariamente un cuento de hadas; pero si es una realidad, debe ser una felicidad basada en configuraciones diferentes de sentimientos mutuos en diferentes momentos de la relación. Las parejas que esperan que la pasión se mantenga para siempre, o que la intimidad permanezca inmutable, sufrirán una gran decepción. Las relaciones son construcciones que decaen a través del tiempo si no son mantenidas o aun mejoradas (Sternberg, 1989, p. 70).

Cuando se ama, la pareja supera una instancia personal e individualista y logra construir un “nosotros” en el que cada uno es único y no intercambiable. Esta es la verdadera felicidad en el proceso del amor, de cualquier naturaleza, pero en especial del romántico: tener un lugar

propio y ser alguien especial para otro, independientemente de lo que ese otro tenga para dar o los buenos sentimientos que pueda hacer surgir.

Gráfico 19



El amor otorga sentido a todo, y también, muy especialmente, a la sexualidad. “El amor es aquella parte de la sexualidad que nos permite vincular con lo espiritual de nuestra pareja, constituyendo la más sublime forma de unión” (Segú, 1996a, p. 48).

La felicidad, a diferencia del placer y del encanto, se constituye mediante esfuerzo y dedicación, haciendo bueno el adagio popular que reza que lo que vale en la vida, cuesta; y esta felicidad es lo que más vale para el hombre, lo que más anhela. Uno de sus efectos más notorios es poder tener un hogar en el que se sea valorado profundamente por lo que se es, con defectos y virtudes.

Por ejemplo, López Moratalla muestra de qué manera la fisiología cerebral cambia en un cerebro “emparejado”, enfocándolo en el camino de la felicidad.

Se produce desactivación de la amígdala del lado derecho. Los sentimientos amorosos pueden sofocar la actividad de estas regiones, que justamente están activas en estados depresivos o de tristeza. Estas áreas guardan a su vez relaciones con todas las regiones cerebrales. En cada caso, estas conexiones se utilizan de manera muy distinta; por eso toda experiencia amorosa se nos muestra singular y exclusiva (López Moratalla, 2007, p. 117).

Desde luego que este estado cerebral no es la felicidad ni su única condición, pero llena de estupor positivo ver cómo todo el ser humano pone las condiciones para que esta realidad se



dé en cada persona y en todas sus dimensiones. Lo que confirma un principio fundamental: el ser humano está hecho para la felicidad.

La felicidad relacionada con el amor completo puede asumir todos los productos previos, dándoles su lugar y justo valor. Más allá de los diferentes matices a los términos –él ubica la felicidad en el enamoramiento y una categoría llamada “dicha” en el espiritual– Segú lo dice con claridad:

Creo que no es erróneo afirmar que en la medida en que puedan ser alcanzados los niveles superiores del amor, el placer aumenta. Quien ama tiene un placer tres veces mayor pues logra el placer del cuerpo de la atracción sexual, el placer de la felicidad del enamoramiento y el placer de la dicha del amor (Segú, 1996c, p. 52).

Este estado tiene una peculiaridad sobre los anteriores productos, especialmente frente al encanto: no necesita estar alimentado continuamente por estímulos positivos. La felicidad tiene la capacidad de digerir numerosos estímulos negativos –frustrantes, incómodos, tristes– e incluso en muchos casos, aumenta a través de algunos de ellos, sobre todo los inevitables en la vida. El llanto de un hijo con fiebre en la noche es un estímulo negativo ya que produce incomodidad, preocupación, falta de sueño, impaciencia y un largo etcétera. Pero cualquier padre o madre reconoce que en esos momentos –y después– a ese hijo que llora, lo aman más, por decirlo de una manera.

La comprensión mutua es otra característica que acompaña al amor, que hace que uno y el otro en la pareja se entiendan –incluso en sus defectos–, se perdonen y discutan sin pelear cuando tienen puntos de vista diferentes sobre algunas cosas. No se trata de sostener que el amor solo se alimenta de estímulos negativos, ya que requiere mucho de los momentos positivos –que suelen surgir cuando el amor asume tanto el placer como el encanto–, sino de establecer que para el amor completo hasta los estímulos negativos pueden ser una ocasión de vivir a plenitud y ser feliz con una pareja, “en las buenas y en las malas”. Solo la vivencia del amor, de cara a los valores personales, puede asegurar la verdadera felicidad: esa que encara la vida con esperanza y fe en el futuro, tanto personal como de pareja. Esta felicidad nace del compromiso y la donación total y por tanto dura para siempre, a condición de que se cuide adecuadamente la relación de amor.