

AMOR

Lectura tomada y modificada de Arteaga, Trujillo y Espinosa 2004

El primer amor



www.cartasdeamor.com

Hablar de amor es entrar a un campo de discusión que tanto teóricos como gente común, han definido los unos, y han vivido los unos y los otros, no obstante las similitudes y discrepancias, o ambos, que se encuentran en las definiciones teóricas y las propias vivencias personales. Es difícil que alguien pueda negar que todos los seres humanos, desde pequeños, tenemos la necesidad de amar y ser amados, de sentirnos parte de los demás y de nosotros mismos. La experiencia universal del amor constituye para el niño, la posibilidad de introducirse en un mundo ms amplio y complejo que desborda las primeras relaciones afectivas y emocionales que se

gestan en la familia (grupo primario), lo cual amplía las expresiones de amor y afecto ya adquiridas.

El primer amor -la madre o sustituto-, siguiendo las ideas de Fromm, es ese amor incondicional que permite a los individuos explorar el mundo que hay más allá del núcleo familiar. Es el que proporciona al niño la seguridad y la confianza para caminar por la vida con el deseo de amar y sentirse amado, generando a su vez diversas atracciones hacia las personas que le rodean desde sus primeros años de vida, quienes le brindan la ocasión de conquistar fuera de casa "su primer amor".

Ante el dicho común "el primer amor no se olvida nunca", Francesco Alberoni se preguntó: ¿Cuál es el primer amor? ¿El que se inicia en la juventud o en la niñez? ¿Cuándo nos enamoramos por primera vez? ¿Hay diferencias entre el enamoramiento infantil, juvenil o el de los adultos? Éstas son algunas de las preguntas resueltas a lo largo de la investigación de este autor. Al inicio de su obra comenta que "todo ser humano necesita, para aceptar un nuevo ambiente, que al menos una persona lo acoja y lo tranquilice. Lo haga sentirse amado. Esta persona constituye la puerta de entrada en el nuevo mundo".

El niño que es dejado en una guardería necesita de un adulto (educadora o maestra) que lo tranquilice y lo incorpore a ese ámbito nuevo para él; una persona diferente a sus padres que le proporcione amor y le permita sentirse amado. Los logros en esta relación, le facilitarán el acceso a los nuevos caminos que se le irán presentando a lo largo de su vida, así como la posibilidad de elegir de entre otras personas a quien amar.

Para salir del recinto familiar, el niño requiere de una relación amorosa: amistad o enamoramiento, y este último es la capacidad que todos los seres humanos poseemos en cualquier etapa de la vida. Señala Alberoni que esa capacidad de amar, en los adultos, difiere de un individuo a otro: unos aman apasionadamente, otros sienten un amor mesurado, otros más se controlan o no se comprometen jamás.



Arteaga, Trujillo y Espinosa, 2004 página 107

Independientemente de la intensidad del sentimiento "el amor es una exploración de sí mismos, de los demás, de la relación con los amigos" y con todos aquellos que tienen un significado afectivo para el niño. Desde pequeño el individuo establece una diferenciación entre la amistad y el enamoramiento, y este último se convierte, desde la niñez, en una preferencia inmediata que incluso deja una impronta indeleble, que podría reconocerse en las relaciones adultas a partir de los objetos de amor que él elige y la manera en que en la vida adulta elabora el amor.

El profesor Alberoni define al enamoramiento como "el estado naciente de un movimiento colectivo de dos. Lo que caracteriza al verdadero enamoramiento de un arrebatado o de la amistad, es precisamente el estado naciente. Un proceso en el que el sujeto experimenta una verdadera muerte-renacimiento, una renovación del mundo el inicio de una nueva vida. Recorre su pasado, hace un balance de él, pero también quiere saberlo todo de la persona amada, quiere ver el mundo como lo ha visto él o ella cuando aún no estaban juntos. En el estado naciente todos los viejos vínculos pierden importancia, y se impone, luminoso, el nuevo objeto de amor con el que se desea fundir física y psicológicamente.

Cuando amamos, idealizamos al objeto amado, queremos incluso a quienes no nos aman, perdonamos y vamos más allá de los límites de la razón. Mientras que en la amistad, aunque esté arraigada en la confianza recíproca, sabemos de antemano que cuando se resquebraja ante el daño, por más que intentemos restañar las heridas provocadas por una de las partes, éstas siguen presentes, y aunque deseemos continuar la relación de amistad, nunca será lo mismo, ya que confiábamos ciegamente en el otro y nos decepcionó. Esto los niños lo saben, por eso, no confunden la amistad con el amor.

En cada época de la vida, los individuos poseen muchas amistades, varios amores, con fases maduras e inmaduras, con triunfos y derrotas, con etapas de estabilidad e inestabilidad, donde se evidencia que no hay un primer amor absoluto, ya que en cada paso crucial tenemos un nuevo amor y éste nos va pareciendo más importante que el anterior; el amor es sólo lo que sentimos ahora, sea alegría o sufrimiento.

Alberoni destaca en su teoría que cuando el proceso del enamoramiento es intenso se da una verdadera reconstrucción del pasado, nos volvemos distintos y adquirimos una nueva identidad, sostenida en lo que hemos sido, lo que hemos vivido y lo que estamos cimentando con el nuevo amor; nos convertimos en individuos renovados, dispuestos a revivir el pasado, juzgándolo y reinterpretándolo desde otra óptica. "Si sufría aún por una decepción, ahora me percató con estupor de que estoy curado y me he liberado de ella."



Los dos enamorados quieren fundirse el uno con el otro, quieren hacer común entre ellos el pasado y el presente, en ambos se desvanecen los viejos amores y conciben como único el amor que los une. Por eso cuando decimos que el primer amor nunca se olvida, no es verdad, porque si estamos reelaborando continuamente el pasado, el primer amor se queda en el depósito del olvido para dar cabida al naciente amor que estamos viviendo en el presente.

Amor productivo

Fromm disiente de Freud en lo que se refiere al papel del sexo en la vida del hombre. Para Fromm no es la frustración sexual nuestro mayor problema, sino simplemente el hecho de que somos seres humanos, ya que las mismas cualidades que nos definen nos presentan dificultades y problemas que todos como seres humanos tendremos que resolver en forma apropiada.



Sostiene que nuestra conciencia nos lleva a vernos a como entidades separadas de los demás: podemos recordar el pasado, vislumbrar el futuro, disfrutar el presente y poseer conciencia de que la muerte es nuestro destino final.

Esta percepción de nosotros mismos y el reconocimiento de las cualidades que nos diferencian de los demás animales, generan en nosotros la sensación de ser

entidades separadas de los demás, lo que hace de nuestra existencia una prisión insoportable que se convierte en la necesidad más profunda que todos buscamos superar: el sentimiento de separatividad y el de soledad. El fracaso absoluto en el logro de este propósito significa la locura o incluso la muerte, pues para Fromm la fuente de toda angustia es la vivencia de la separatividad.



No hay nada peor que esperar

a quien está esperando a otra persona.

www.desmotivacionesamor.org

Combatir este sentimiento, implica al hombre unirse a los demás y con el mundo exterior, pues la separación es

la fuente de toda ansiedad. Estar separado es sentirse impotente, sin capacidad para usar el potencial, que el hombre posee por naturaleza propia.

El hombre -de todas las edades y culturas- enfrenta la solución de este problema, y busca cómo resolver esa pérdida de armonía y unidad con la naturaleza, cómo lograr la unión, cómo trascender la propia vida individual y encontrar compensación.

Pero, cómo vencer la ansiedad de la separación si la sociedad, en medio de sus constantes contradicciones y turbulencias, nos impide apoyarnos en la herencia cultural de nuestro pueblo; costumbres, tradiciones, valores y prácticas sociales cambian tan continuamente que muchas veces no sentimos ser de nadie, desarraigados de nosotros mismos, acrecentando nuestra separación y soledad.

De alguna manera es la misma sociedad la que nos ofrece distintos medios para hacer tolerantes estos sentimientos; sin embargo, recurrir a las drogas, al alcohol, abandonar nuestra voluntad, someternos a los demás y actuar como si fuésemos robots, más que dotarnos de una solución genuina que ponga en juego nuestras capacidades y talentos, nos lleva a la alienación y al abandono de nuestra condición humana, llegando muchas veces a la autodestrucción.

Fromm propone la unión interpersonal como la única respuesta humana, satisfactoria y plena al problema básico del hombre, pues sólo el amor genuino nos hace sentir que somos uno con la persona que amamos, y la experiencia de esta unión nos trasciende y libera de la soledad y aislamiento.

Tipos de amor productivo



El amor materno es incondicional.

La madre ama al recién nacido porque es su hijo, no porque el niño satisfaga alguna condición específica ni porque llene sus aspiraciones particulares. Le proporciona cuidados, afirmación, y lo más importante, le da seguridad en la vida. Además, le permite aprender a expresar sentimientos como la ternura y el amor.

El amor paterno es condicional.

Su principio es: "te amo porque llenas

mis aspiraciones, porque cumples con tu deber porque eres como YO". El amor del padre está encaminado a enseñarle, a guiarlo en la vida, en la solución de los problemas que le plantea la sociedad particular en la que ha nacido. Lo orienta al trabajo y a la responsabilidad.

Amor fraternal. Es el amor a todos los seres humanos, se caracteriza por la falta de exclusividad, es un amor entre iguales y en él se realiza la experiencia de unión con todos los hombres, es un amor de solidaridad humana, se basa en la experiencia de que todos somos uno.

Amor de sí mismo. Es el amor al yo, a lo que soy, a lo que deseo y busco conquistar dentro y fuera de mí, sin egoísmo ni narcisismo (la vuelta de la libido hacia el propio ser).

Amor erótico. Es un deseo de fusión completa, de unión con una única persona. Es también, quizá, la forma más ambigua de amor que existe. Se llega a conocer a la persona amada tan bien como a uno mismo.

Amor a Dios. Es el amor más alto, el bien más deseado, hacia el cual todos aspiramos y que se representa mediante el concepto de Dios. Es un amor histórico que se transmite a través de las generaciones.



Elementos comunes para todas las formas de amor

- a. *Cuidado*. Preocupación por la vida y el crecimiento de lo que amamos.
- b. *Responsabilidad*. Estar listo y dispuesto a responder.
- c. *Respeto*. Tener conciencia de la individualidad única del ser que amamos, preocuparse porque la otra persona crezca y se desarrolle tal como es. Sólo existe sobre la base de la libertad.
- d. *Conocimiento*. Penetración activa en la otra persona, en la que la unión satisface mi deseo de conocer.

Para Fromm estos cuatro elementos son indispensables en cualquier forma de amor, pero concibe a uno como el más importante para que se puedan dar los otros tres: el *conocimiento* del objeto amado. No podemos amar a alguien que no conocemos plenamente porque no podríamos cuidar, respetar y responsabilizarnos de aquellos que no sabemos quiénes son.

A manera de conclusión podríamos mencionar algunas características propias del amor que vivimos todos los días y que en muchas ocasiones estamos lejos de aprender: "el amor es sufrido, es benigno, el amor no tiene envidia, no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor, no se goza de la injusticia, más se goza de la verdad, todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta, el amor nunca deja de ser. Si no tengo amor nada soy"

AMOR ADOLESCENTE

Tomado y modificado de Tamariz, 2008

El amor como emoción es un impulso, un deseo, un sueño es por tanto, una energía creativa vital. Es la experiencia de reunirte con otra persona formando un “nosotros” que te remodela, que te recrea el mundo en que vives. El amor aflora los sentimientos más bellos hacia la pareja amada y permite campar los de ella/el. Es una fuerza de creación que nos lleva a realizar los mejores poemas, las más grandes expresiones artísticas, de altruismo, y también a veces de sufrimiento. El amor incluye sentimientos de solidaridad, de apoyo, y de comprensión y se conjura con la eroticidad. En la pareja enamorada su cuerpo, sus manos, su aliento, forman parte importante del amor; hay un deseo de compartir, de sentir, de mirarse.



En la etapa adolescente, se mezclan distintas formas de amor y todas forman parte de él. Van probando en un juego de roles, aquellos que le llenan más, aunque cada una de estas experiencias las viva con intensidad extraordinaria y piense que nunca más amara de esa forma.



El adolescente se acerca a la relación con una persona teniendo **como principal motivación la ternura**, comprensión, entrega, y va conociendo y reconociendo en el otro los afectos y el ideal que tiene de la pareja, así como su gusto por ella.

En este momento **el chico o la chica sólo le gusta, le atrae, le encanta** su persona y empieza a involucrarse en una búsqueda más erótica en un acercamiento en donde el fin sólo sea un “ligue” y disfrutar el momento. Pero al primer conflicto todo termina.

Para algunos jóvenes **no hay deseo de compartir con nadie su vida afectiva**, como si hubiera una necesidad de dar un tiempo a estas experiencias de amor. Para otros jóvenes ocurre lo contrario, las distintas **relaciones de noviazgo son lo más importante en ese momento de su vida**, y van probando una y otra vez el juego del coqueteo, el establecimiento de y más fácilmente el fin de la novena o doceava novia o novio, y en cada terminación un gran dolor que se resuelve en la siguiente fiesta donde conoce a alguien “verdaderamente diferente” para compartir.

Otros jóvenes viven esta etapa con desconfianza, con temor a involucrar sus afectos y sólo **desean tener un “free”**, esto es, no vemos, compartimos, tenemos algunos acercamientos sensuales, y hasta ahí, nada de novios lo que llaman “amigos cariñosos”. No hay un involucramiento más y así sólo se toma una parte del amor.

En otros momentos el noviazgo se vuelve una fusión, **un estar juntos todo el día**, compartir todas las experiencias como si fueran uno solo. Los celos extremos se dan, dejan a todos los demás fuera, que nadie interrumpa el amor que se siente, como que la pareja llenara toda el área de la vida: tener un problema en el amor es olvidarse de la escuela, la familia y hasta de sí mismos.



BIBLIOGRAFÍA

Arteaga M. A., Trujillo B.M.G., Espinosa R.M.G, 2004 Psicología Universidad de Guadalajara, México, SEP, Gobierno del estado de Puebla,.

Tamariz, 2008 Amor adolescente