

Resumen.

El autor nos advierte que este libro no es un manual acerca del arte de amar, sino que pretende demostrarnos que el amor uno es un sentimiento fácil para nadie. Amamos a nosotros mismos no puede lograrse sin la capacidad de amar a los demás.

Análisis.

La mayoría de la gente cree en el amor como una sensación placentera; sin embargo, el autor considera el amor un arte que requiere conocimiento y esfuerzo. La mayoría de la gente cae en el error de suponer que no hay nada que aprender sobre el amor, y ello se debe a varios motivos: considerar que el problema del amor consiste en ser amado y no en amar, valorando aspectos como el éxito, ser poderoso, rico, ser atractivos, en definitiva, una mezcla de popularidad y sex-appeal; el hecho de creer que amar es fácil y lo difícil es encontrar a quien amar, la importancia del objeto frente a la de la función, la suposición de que el problema del amor es el de un objeto y no de una facultad; la confusión entre la sensación inicial del "enamorarse" y el permanecer enamorado cuando la otra persona ya no es desconocida y se pierde el halo de misterio inicial.

El amor es un arte, y todo arte necesita un proceso de aprendizaje, tanto en lo teórico como en el aspecto práctico.

Hay una parte que me llamó la atención en donde Fromm hace referencia a los errores que lleva a muchas personas suponer que no hay nada que aprender sobre el amor. Afirma que las relaciones amorosas humanas si . siguen el mismo esquema existente en el mercado de bienes y de trabajo, en la idea de un intercambio mutuamente favorable. "Una mujer o un hombre atractivos son los premios que se quiere conseguir

La Teoría del amor.

En los animales, sus afectos constituyen una parte de su instinto, algo que también permanece en el hombre. El hombre sufre la necesidad de superar su separatividad, de abandonar la prisión de su soledad", porque la vivencia de la separatividad provoca angustia. La solución a esta soledad ha recibido varias respuestas a lo largo de la historia, utilizando varios medios que ayuden a alcanzarla tales como adorar animales, conquistas militares, lujuria, trabajo obsesivo, creación artística, amor a Dios, amor al Hombre. En el niño la presencia de la madre evita su sentimiento de separatividad. Fromm nos habla de "estados orgiásticos". Muchos rituales de tribus primitivas utilizaban las drogas como forma de escapar del estado de separación, o a través de la experiencia sexual, siendo el orgasmo un estado similar al provocado por un trance o los efectos de ciertas drogas. Las orgías sexuales comunales formaban parte de muchos rituales primitivos. Participar en estos estados orgiásticos, al ser una práctica común e incluso exigida por los médicos brujos o sacerdotes, no

producía angustia, sentimiento de culpa o vergüenza. En una cultura no orgiástica se trata de escapar de la separatividad a través del alcohol o las drogas, experimentando el individuo sentimientos de culpa y remordimiento. El acto sexual sin amor no elimina, salvo en forma momentánea, el abismo que separa a dos seres humanos. En esta cultura esta forma de escapar de la separatividad provoca una cada vez mayor sensación de separación. Las uniones orgiásticas son intensas, ocurren en mente y cuerpo, son transitorias y periódicas. Así, Fromm concluye que ante estas respuestas sólo el amor puede lograr la fusión con otra persona, siendo el "impulso más poderoso que existe en el hombre". Tan convencido está Fromm de ello que llega a escribir que "sin amor, la humanidad no podría existir un día más". Sin embargo, me pregunto ¿de qué amor estamos hablando? ¿el amor como

solución al problema de la existencia o como unión simbiótica? Fromm critica el amor como unión simbiótica, lo considera una forma inmadura de amar. Podría hablarse de unión simbiótica entre el feto y la madre embarazada; la sumisión o masoquismo, donde la persona renuncia a su integridad convirtiéndose en instrumento de alguien o algo ajeno a él; la dominación o sadismo. Es por ello que cuando Fromm habla de amor se refiere a un amor maduro donde "se da la paradoja de dos seres que se convierten en uno y, no obstante, siguen siendo dos". Hay que entender la capacidad de amar como acto de dar, sin pensar en el sentido mercantilista donde dar implica recibir. Al final, dar significa recibir, porque cuando se da con

sinceridad no se deja de recibir, o como bien dice Fromm "el amor es un poder que produce amor". Pero el amor no sólo es dar, también implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento, todos conformando una interdependencia mutua. No amamos aquello que no cuidamos. Respeto como preocupación por el prójimo, evitando así que la responsabilidad degenera en dominación. Pero el cuidado, la responsabilidad o el respeto no son posibles sin conocer a la persona. Como dice Fromm, "el conocimiento sería vacío si no lo motivara la preocupación". Sólo el amor hace posible el conocimiento, en el acto de amar me encuentro a mí mismo.

El amor entre padres e hijos El niño al nacer no tiene conciencia de la realidad que le rodea o de sí mismo. Tan sólo siente la estimulación del calor de la madre y el alimento, la satisfacción y seguridad que la madre le produce; lo exterior es real en función de sus necesidades. Cuando crece aprende a percibir las cosas, aprendiendo a manejar las cosas y a la gente. Siente el amor incondicional materno. Los niños entre

los ocho y medio a los diez años ya pueden amar y no sólo responder con gratitud y alegría al amor que reciben. El niño pasa de su egocentrismo a valorar las necesidades de los demás, donde dar o amar es más satisfactorio que recibir, sintiendo una nueva sensación de unión. Fromm lo reduce a lo siguiente "El amor infantil sigue el principio: 'Amo porque me aman'. El amor maduro obedece al principio: 'Me aman porque amo'. El amor inmaduro dice: 'Te amo porque te necesito'. El amor maduro dice: 'Te necesito porque te amo'." El amor al padre es diferente y de poca importancia durante los primeros años de la vida del niño, el padre "no representa un hogar natural" de donde venimos. El padre será quien enseñe al niño el camino hacia el mundo, en un amor que es condicional que, a diferencia del materno, puede ser controlado. Después de los seis años, el niño comienza a necesitar el amor del padre, su autoridad y su guía. La función de la madre es la de aportar seguridad, el padre será quien enseñe y guíe ante los problemas que plantea la sociedad. Las cualidades paternales serían la disciplina, independencia, habilidad de dominar la vida por sí mismo. La base de la salud mental y

el logro de la madurez son fruto del éxito de la relación madre-niño y padre-niño. La neurosis es fruto del fracaso o ciertos desajustes en esta relación. Los objetos amorosos Es un error pensar que sólo amamos a una determinada persona, pues esto no es sino una relación simbiótica o egotismo ampliado. Como poéticamente escribe Fromm, "si amo realmente a una persona, amo a todas las personas, amo al mundo, amo la Vida". Aunque esto no quita que podamos distinguir diversos tipos de amor.

Como objetos amorosos se distinguen el amor fraternal, el amor materno, el amor erótico, el amor a sí mismo y el amor a Dios.

Amor Fraternal

Entendamos por amor fraternal como el amor a todos los seres humanos, tal como Jesús decía a sus discípulos que amaran a su prójimo como a sí mismos. Así, el amor sólo comienza a desarrollarse cuando amamos a quienes no necesitamos por un fin egoísta.

Amor Materno

De esto ya se ha hablado antes, sin embargo, quedaría por añadir algunas observaciones. El amor materno no

sólo contribuye a la conservación de la vida del niño y su crecimiento, sino también debe inculcar en el niño el amor a la vida. El amor madre-niño crea una dependencia de éste último necesaria, y a diferencia del amor erótico, donde dos seres separados se vuelven uno, en el amor materno dos seres que estaban unidos se separarán. En el momento de la separación el amor materno se hace más difícil, imposible si una madre no puede "amar a su esposo, a otros niños, a los extraños, a todos los seres humanos."

Amor Erotico

A diferencia del amor fraterno o el materno, el amor erótico es una unión con una única persona, exclusivo y no universal, siendo la forma de amor más engañosa que existe". No hay que confundirlo con la experiencia de "enamorarse", situación ésta limitada por el hecho de llegar a conocer a la otra persona tanto como a uno mismo, o mejor dicho, tan poco. Otros factores que muchas personas se confunden al considerarlos formas de salvar la separatividad son hablar de uno mismo, de las esperanzas, mostrar aspectos infantiles, establecer un interés común frente al mundo...También es erróneo confundir el deseo sexual con el amor, aunque el amor pueda inspirar el deseo de la unión sexual. El deseo sexual sin amor no conduce a la unión,

salvo en sentido orgiástico transitorio.

Amor a si mismo

Son muchas las opiniones que a lo largo de los tiempos han puesto objeciones al amor a sí mismo. Unos lo consideraron pecado, otros como Calvino lo calificarían de "peste", hablarían de narcisismo, de ser *insano, que el amor a sí mismo excluye el amor a los demás. Fromm es tajante al afirmar que es una 'Falacia lógica' hablar de esta exclusión recíproca. Por todos es conocida la frase bíblica "ama a tu prójimo como a ti mismo".

Pero, ¿qué explicación tiene el egoísmo si el amor a mí mismo y a los demás es conjuntivo? Ante esto la respuesta es que "el egoísmo y el amor a sí mismo, lejos de ser idénticos, son realmente opuestos". Sí un individuo sólo ama a los demás, no puede amar en absoluto; por el mismo motivo, si sólo se ama a sí mismo, nada sabemos sobre lo que es amar. El egoísta ni tan siquiera llega a amarse a sí mismo, sintiéndose vacío, infeliz, preocupado por arrancar a los demás las satisfacciones que él no puede/quiere conseguir. En el caso de una madre sobreprotectora, más que un amor excesivo lo que muestra es la forma de compensar su total incapacidad de amar.

En esencia poco diferencia el efecto producido por la madre generosa y la madre egoísta, pudiendo ser peor la primera, en cuanto los hijos evitan criticarla, se sienten presionados, la obligación de no desilusionarla. Para llevar a un niño a conocer la felicidad, el amor y la alegría no hay nada como una madre que se ama a sí misma.

Amor a Dios.

Si consideramos el número de páginas que Fromm utiliza para hablar del amor a

Dios, parece ser más complejo o importante que los anteriores. Si hubiera que sintetizar la idea que Fromm aporta acerca de la necesidad de amar, podríamos decir que esta necesidad existe motivada por la separatividad, como forma de superar la angustia que el estado de separación produce en el hombre, siendo la unión la solución.

Fromm. examina la diferencia entre la lógica aristotélica y la paradójica, una primera donde lo que 'es' no puede ser al mismo tiempo 'no ser', y la otra que sí acepta ambas. Así, a través de la lógica paradójica podemos concluir que el amor a Dios no es conocer a Dios a través del pensamiento, sino el acto de experimentar la unidad con Dios. Desde este punto de vista lo importante no es el pensamiento, sino el acto. La lógica paradójica llevó al hombre a la tolerancia y la autotransformación, la aristotélica al dogma y la

ciencia. La práctica del amor La práctica del amor es una experiencia personal ante la cual no existen recetas. Ya se comentó que el amor es un arte, y todo arte requiere disciplina, concentración, paciencia, una preocupación

suprema por el dominio del arte y, por último, ser consciente de que un arte no se aprende sino de una forma indirecta. La falta de concentración nos impide estar a solas con nosotros mismos. Todo a nuestro alrededor se muestra acelerado, le«os de esa paciencia necesaria para la quietud y el disfrute verdadero, creyendo que algo se

pierde cuando no actuamos con rapidez, cuando es justamente lo contrario. Cuando se habla de disciplina, se hace referencia a una práctica fruto de nuestra propia voluntad, que se sienta como algo agradable. La concentración es algo más

complicado, requiere saber estar sólo con uno mismo, sin hacer nada más que eso, siendo una condición indispensable para la capacidad de amar, pero al mismo tiempo hemos de concentrarnos en todo lo que uno hace. Y esta concentración pasa inevitablemente por saber escuchar, que no es lo mismo que oír. Porque estar concentrado significa vivir plenamente en el presente. Hay que pensar continuamente en uno mismo, analizarse, sensible ante los demás.

¿Cuáles son las cualidades con verdadera importancia para la capacidad de amar? En

primer lugar superar el propio narcisismo, adquirir una visión lo más objetiva utilizando la propia razón en una posible del mundo exterior sólo alcanzable una actitud de humildad. Así, el amor requiere humildad, objetividad y razón. La objetividad y la razón representan la mitad

del camino hacia el dominio del arte de amar, pero sin olvidar que no basta con aplicarlo a la persona amada, pues del no aplicarlo al resto del mundo estaríamos abocados al fracaso en ambos sentidos.' Hay que tener fe, pero no la fe irracional en una persona o una idea donde hay que someterse a una autoridad también irracional, sino una fe racional en el propio pensamiento y en el juicio, tener fe en otra persona como signo de confianza, Me la esencia de su personalidad, de su amor". Al mismo

tiempo es imprescindible la fe en uno mismo, pues "sólo la persona que tiene fe en si misma puede ser fiel a los demás", la fe en el propio amor, la fe en la humanidad. Tener fe necesita del coraje, la capacidad de arriesgarse, llegando incluso a aceptar el dolor y la desilusión. La práctica de la fe y el valor deben ser ingredientes de la vida diaria.

Porque amar significa comprometerse sin garantías, entregarte a la persona amada con la esperanza de producir amor.

Otra condición necesaria para amar es la actividad, ser activo tanto en el pensamiento como en el sentimiento.

En Conclusión.

El amor es un arte, se construye, se aprehende, se hace.

El arte es aprender a expresar la forma y el contenido, es decir, expresar un sentimiento a través de una caricia, por ejemplo. Se construye, lo construyo, le doy forma, lo muestro, lo expongo, lo entrego me transformo. En cambio, la Seducción lo corrompe, lo oculta, lo vuelca al secreto, y transo.

Por eso el amor es una arte, porque aprende a liberar, a soltar, a aceptar, a cambiar. "Si puedo decir 'te amo, digo: 'Amo en ti a toda la humanidad, a todo lo que vive; amo en ti a mí mismo`.

"Si yo puedo amar únicamente a una persona, y a nadie más, si mi amor por una persona me hace más ajeno a mi prójimo, puedo estar vinculado a esa persona de muchas maneras, pero no amo".



**UNIVERSIDAD
IBEROAMERICANA**

Relaciones Sexuales

Otoño 2000