

PSICOPATOLOGIA DEL AMOR

Oscar Vela Miranda²¹
Universidad César Vallejo - Piura

Antes de tratar sobre el amor en general y posteriormente el amor patológico, se analizará la siguiente frase y a partir de ello, uno pueda darse cuenta del porqué de su desdicha y fracaso cuando se enamora y opta por una relación de pareja. Esta frase proviene de la pluma de Fedor Dostoievski (citado por Watzlawick, 1984):

“¿Que puede esperarse de un hombre? Cómelo usted de todos los bienes de la tierra, sumérjalo en la felicidad hasta el cuello, hasta encima de su cabeza, de forma que a la superficie de su dicha, como en el nivel del agua, suban las burbujas, déle unos ingresos que no tenga más que dormir, ingerir pasteles y mirar por la permanencia de la especie humana; a pesar de todo, este mismo hombre de puro desagradecido, por simple descaro, le jugará a usted en el acto una mala pasada. A lo mejor comprometerá los mismos pasteles y llegará a desear que le sobrevenga el mal más disparatado, la estupidez más antieconómica, sólo para poner a esta situación totalmente razonable su propio elemento fantástico de mal agüero. Justamente, sus ideas fantásticas, su estupidez trivial, es lo que querrá conservar...»

En esta frase se encuentra mucho de lo que uno es y por que uno se perturba, trata de buscar la felicidad con tanto ahínco que finalmente termina desgraciado,

cuando habiendo hecho el esfuerzo más grande de su vida el otro no corresponde a su afán personal, intentando con más ahínco encontrar la felicidad con esa misma persona, ante la creencia absurda o fantástica, que no se ha hecho lo suficiente, llegando finalmente a la conclusión cuando las fuerzas se acaban y se considera que no se va a lograr, que así es la vida y no hay otra forma de ser feliz; sería como un permanente amargarse la existencia por necesidad de la que habla Watzlawick en su libro “El arte de amargarse la vida”.

Definiciones del amor

Tratar de dar una definición del amor resulta muy difícil y complicado. De allí que muchos estudiosos han evitado hacerlo; sin embargo, existen algunos que lo han intentado como A.Aron y E. Aron (citado por Gala y Colb, 2005) que lo definen como “el conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que se asocian con un deseo de iniciar o mantener una relación íntima con una persona específica” destacándose el **d e s e o d e i n t i m i d a d** (interdependencia), desde la seguridad y el apego confiado de la compañía amistosa o familiar, al intenso sentido sexual del amor de pareja o “romántico”.

Ciñéndose más al amor de pareja (“apasionado” o “romántico”) Hatfield y Walster lo definen como “un estado de intenso deseo por la unión con otra persona” con las siguientes características:

a) Es un estado cargado de emociones y de excitación fisiológica general (atracción, deseo sexual, celos, enfado, ambivalencia y malestares por ausencia o nimiedades), fácilmente evidenciables, pues como nos recordaba Antífanes: “Hay dos cosas que el hombre no pueden ocultar: que esté borracho y que esté enamorado”.

²¹ Director de la Escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo Piura. Correo electrónico: ovela@ucv.edu.pe

b) Con pensamientos recurrentes y característicos sobre la persona amada (idealización, temor al rechazo/abandono), y

c) Con patrones peculiares de conducta, verbales y no verbales.

Jiménez, (citado por Yela, 1997), de la Universidad Complutense menciona en un estudio realizado en Madrid, que cuando las personas están enamoradas se experimentan las siguientes vivencias:

Pensamientos intrusivos, es decir, la obsesión por el amado o amada.

Un desasosegante estado de incertidumbre que incluye tanto dolorosas dudas acerca de la intensidad y continuidad de los sentimientos del otro hacia uno mismo, como lastimeros pensamientos acerca de su fidelidad.

Un sentimiento de indefensión, de falta de control ante emoción tan avasalladora.

Formas de amar

Lee (citado por Gala y Colb, 2005) de la Universidad de Toronto, ofrece una amplia tipología de las formas de amar, así –apoyado en un cuestionario para la medición del enamoramiento– ha establecido *tres tipos primarios de amor* bastante independientes entre sí:

- Eros: caracterizado por una atracción física inmediata, sensualidad, confianza en sí mismo, fascinación por la belleza, intimidad y comunicación estrecha con la pareja.

- Ludus: amor juguetón –lúdico– hedonista y sin compromiso, y

- Storge: afectuoso, de camaradería y desprovisto de pasión. Identifica *tres combinaciones "puras" de los tipos primarios*:

- Manía (amor febril, obsesivo y celoso): combinación de ludus y eros.

- Pragma (práctico, realista y buscador de la compatibilidad): combinación de ludus y storge, y

- Ágape (altruista, paciente y respetuoso): combinación de eros y storge.

De acuerdo con el autor, si las dos partes de la relación mantienen un enfoque muy disparejo del amor, la falta de entendimiento se hace inevitable, siendo las parejas stórgicas las más duraderas y las lúdicas las más inestables (aunque lo pasen mejor mientras duren, pues como decía H. de Réquier "todo amor es eterno en tanto dura"); aunque, por supuesto, casi nadie se ajusta perfectamente a un solo tipo.

Curiosamente, en nuestra cultura y entre las parejas, no se ha comprobado la existencia del Ágape (amor puramente desinteresado y altruista). De hecho su escala no lo mide, pues parece que tan sólo está al alcance de los místicos o los santos; lo más cercano encontrado fue una mezcla de storge y eros (intimidad intensa e idealista sin preocupaciones excesivas sexuales) cercana al conocido como amor platónico.

En virtud de todo ello, la pregunta tal vez no deba ser cuánto te amo o me amas, sino ¿de qué forma?. En cuanto a los sexos, las mujeres suelen ser más pragmáticas (en contra del tópico romanticismo de las damas), frías y estórgicas que los hombres, puntuando también más en manía (celos y posesión), mientras que los hombres tienden a ser más eróticos y lúdicos.

De hecho, las mujeres se casan muchas menos veces que los hombres con personas de estatus inferior y se vinculan románticamente mucho menos con hombres más jóvenes... Además de concederle menos valor al atractivo físico, parece ser que en la elección conyugal la pasión o el romanticismo tiene menos importancia en ellas que en los hombres.

Por su parte, Sternberg (1999) ofrece un análisis parecido en su "Teoría triangular del amor". Considera tres componentes primarios: intimidad, pasión y compromiso, uno en cada vértice del triángulo, dando lugar, así, a 7 posibilidades:

- Intimidad: gustarse, amistad y afecto sin compromiso ni pasión.

- Amor romántico: intimidad más pasión, con sentimientos de proximidad y accesos de pasión.

- Pasión: amor a primera vista, veleidad, excitación mental y física.

- Amor fatuo o falso: pasión más compromiso, noviazgo relámpago y boda antes de que se desarrolle la intimidad, lo cual suele conllevar al fracaso, pues, como sentenciaba De Guevara “los que se enamoran muy de prisa suelen aborrecerse muy despacio”.

- Compromiso: decisión de que uno quiere a otra persona sin que haya intimidad ni pasión, es un amor vacío o de conveniencia. El amor romántico: implica intimidad y pasión, pero no compromiso.

El amor fatuo: implica compromiso y pasión, pero no intimidad.

El amor sociable: implica intimidad y compromiso, pero no pasión.

El encaprichamiento: implica pasión, pero no intimidad ni compromiso.

El amor vacío: implica compromiso (pero no intimidad ni pasión).

El cariño: implica intimidad (pero no pasión ni compromiso).

El amor consumado: implica intimidad, pasión y compromiso.

Proceso Químico del enamoramiento

Parece ser que antes de que una persona se fije en otra ya ha construido un mapa mental, un molde completo de circuitos cerebrales que determinan lo que le hará enamorarse de una persona y no de otra. El sexólogo Money considera que los niños desarrollan esos mapas entre los 5 y 8 años de edad como resultado de asociaciones con miembros de su familia, con amigos, con experiencias y hechos fortuitos. Así pues antes de que el verdadero amor llame a nuestra puerta, el sujeto ya ha elaborado los rasgos esenciales de la persona ideal a quien amar. (Money, 2002).

La química del amor es una expresión acertada. En la cascada de reacciones emocionales hay electricidad (descargas neuronales) y hay química (hormonas y otras sustancias que participan). Ellas son las que hacen que una pasión amorosa descontrola nuestra vida y ellas son las que explican buena parte de los signos del enamoramiento.

Cuando se encuentra a la persona deseada se dispara la señal de alarma y el

organismo entra entonces en ebullición. A través del sistema nervioso, el hipotálamo envía mensajes a las diferentes glándulas del cuerpo ordenando a las glándulas suprarrenales que aumenten inmediatamente la producción de adrenalina y noradrenalina (neurotransmisores que comunican entre sí a las células nerviosas).

Sus efectos se hacen notar al instante:

- El corazón late más deprisa (130 pulsaciones por minuto).
- La presión arterial sistólica (lo que se conoce como máxima) aumenta.
- Se liberan grasas y azúcares para aumentar la capacidad muscular.
- Se generan más glóbulos rojos a fin de mejorar el transporte de oxígeno por la corriente sanguínea.

No hay duda: el amor es una enfermedad. Tiene su propio rosario de pensamientos obsesivos y su propio ámbito de acción. Si en la cirrosis es el hígado, los padecimientos y gozes del amor se esconden, irónicamente, en esa ingente telaraña de nudos y filamentos llamado sistema nervioso autónomo. En ese sistema, todo es impulso y oleaje químico. Allí se asientan el miedo, el orgullo, los celos, el ardor y, por supuesto, el enamoramiento. A través de nervios microscópicos, los impulsos se transmiten a todos los capilares, folículos pilosos y glándulas sudoríparas del cuerpo. El suave músculo intestinal, las glándulas lacrimales, la vejiga y los genitales, el organismo entero está sometido al bombardeo que parte de este arco vibrante de nudos y cuerdas. Las órdenes se suceden a velocidades de vértigo: ¡constricción!, ¡dilatación!, ¡secreción!, ¡erección! Todo es urgente, efervescente, impelente... Aquí no manda el intelecto ni la fuerza de voluntad. Es el reino del sientoluego-existo, de la carne, las atracciones y pulsiones primarias..., el territorio donde la razón es una intrusa.

Hace apenas 13 años, se planteó el estudio del amor como un proceso bioquímico que se inicia en la corteza cerebral, pasa a las neuronas y de allí al sistema endocrino, dando lugar a respuestas fisiológicas intensas.

El verdadero enamoramiento parece ser que sobreviene cuando se produce en el cerebro la feniletilamina, compuesto orgánico de la familia de las anfetaminas.

Al inundarse el cerebro de esta sustancia, éste responde mediante la secreción de dopamina (neurotransmisor responsable de los mecanismos de refuerzo del cerebro, es decir, de la capacidad de desear algo y de repetir un comportamiento que proporciona placer), norepinefrina y oxitocina (además de estimular las contracciones uterinas para el parto y hacer brotar la leche, parece ser además un mensajero químico del deseo sexual), y comienza el trabajo de los neurotransmisores que dan lugar a los arrebatos sentimentales, en síntesis: se está enamorado. Estos compuestos combinados hacen que los enamorados puedan permanecer horas haciendo el amor y noches enteras conversando, sin sensación alguna de cansancio o sueño.

La feniletilamina descubierta por el psiquiatra Leibowitz es la responsable química del enamoramiento. Esta es una sustancia parecida a las anfetaminas. En un primer momento se siente gran euforia, pero cuando desaparece nos deja en un estado de desasosiego, esto es provoca un gran vacío. Si el amor prosigue se pasa a una segunda etapa en la que se continúa segregando sustancias similares a la morfina, como son las endorfinas y las encefalinas, dotando a las parejas estables de sensaciones de gran seguridad, paz y calma.

Los enamorados o amantes no tienen conciencia de ello, pero cuando la relación no funciona bien, o se produce una separación o la muerte de uno de los amantes, comienzan a sentir depresión, angustia, etc. Todo un cuadro que compone un síndrome de abstinencia similar al que experimenta un toxicómano.

El amor patológico

El enamoramiento se va transformando en una obsesión para ambos o para uno solo de ellos

convirtiéndose el deseo y la necesidad en un desorden psicológico bastante parecido al de un trastorno por consumo de sustancias mejor denominado relación adictiva. Así como en el consumo de sustancias se requiere de la presencia permanente del otro, la necesidad de estar con él o con ella a toda hora, estar pendiente de lo que hace en todo instante, una falta momentánea de la droga, que es la otra persona, por diversos motivos, puede desencadenar un verdadero síndrome de abstinencia, caracterizado por dolor emocional, inquietud motora, desesperación, náuseas, temblores, sudor, pensamientos obsesivos, pánico, tristeza, ataques de angustia, etc. Además de presentar, como en el trastorno adictivo, un patrón de uso compulsivo caracterizado por: la pareja se hace cada vez más necesaria e imprescindible para la vida de la persona, ésta abandona o comienza a dar menos importancia a la familia, las tareas diarias, el colegio, la universidad, el trabajo, etc, por permanecer más tiempo con la pareja.

Si existiesen problemas con la pareja, como de hecho ocurre por el comportamiento obsesivo de uno o de los dos, la persona podrá intentar dos formas de solucionar el problema: primero, buscar a la persona con más esfuerzo y más ahínco que al comienzo, pensando que el amor así demostrado hará que la persona no lo deje o acepte; o intentará, como segunda medida, luego de muchos intentos infructuosos, dejar la relación; pero al poco tiempo, y luego de reconocer que no puede vivir sin el otro, utilizará una serie de mecanismos de acrobacia psicológica para convencerse que es el amor de su vida y que la vida no es posible sin su presencia, entrando en verdaderos cuadros depresivos que en algunos casos puede llevar a desenlaces fatales.

La persona, por esta obsesión, pierde sus valores, su dignidad como persona, vive su vida por los demás a costa de sus legítimas necesidades. Por lo tanto, para que una relación afectiva sea adictiva, tiene que poseer las siguientes características

- a) Calidad compulsiva e irracionalidad.

- b) Pánico ante la posible ausencia del ser amado. Cuando la persona amada se aparta por alguna razón o circunstancia, el adicto pierde su fuente de gratificación inmediata, presentándose un cuadro típico de síndrome de abstinencia: estrés, depresión, ansiedad, etc. Para no perder esa gratificación será capaz de cualquier cosa.
- c) Experimentar permanentemente síntomas de rechazo y de posible ruptura de la relación (síntomas físicos y psicológicos).
- d) **S e n s a c i ó n d e v a c í o**, desesperación y tristeza de haber perdido algo.
- e) Visión distorsionada de la realidad: sus pensamientos se vuelven confusos y enfermizos, todo gira en relación a la relación sentimental, lo que le lleva a una evasión total de la realidad y a falsear la misma con su pensamiento.
- f) Pérdida de la dignidad por amor: esto incluye arrojarse, espiar, perseguir, implorar, etc. Es común exclamaciones como "Me estoy autodestruyendo, lo sé, pero es que yo quiero a esa persona más que a mí mismo".

Pero qué hace que una persona que es inteligente y capaz actúe por debajo de esas capacidades y con un exagerado tinte de irracionalidad. Las respuestas se pueden encontrar en muchos autores uno de ellos es Albert Ellis quien sostiene en un libro ya clásico pero todavía vigente, titulado "Cómo vivir con un neurótico" (1974), que las personas debido a sus creencias irracionales desarrolladas en las primeras etapas de la vida y condicionados por modelos inadecuados van desarrollando en la adultez sentimientos absurdos de necesidad y desesperación por los otros en un afán desesperado y neurótico de compensar el afecto que no recibieron en la infancia. En esa misma línea Norwood (2005), menciona que los motivos por los cuales una persona, principalmente una mujer, se vuelve una

adicta al amor, está determinada también por experiencias tempranas disfuncionales con la familia de origen caracterizadas por una falta de afecto y consideración principalmente por parte del padre, negación permanente del sentido de necesidad en la infancia, información distorsionada acerca de los sentimientos propios y que son transmitidos a los hijos, falta de reforzamiento emocional, etc, lo cual genera que en la edad adulta, como una forma de compensar la necesidad insatisfecha, proporcionar afecto a principalmente a hombres, que parecen de alguna manera necesitarlo, tratando de cambiarlos por medio de su amor, sintiéndose frustradas cuando esto no se logra y estando dispuestas a hacer hasta lo imposible e impensable para seguir con ellos, aun a costa de su propia vida.

Existen además de los amores adictivos otros también patológicos profesados principalmente por el hombre y que serían el preámbulo de una relación violenta. La manipulación emocional o el chantaje es uno de los aspectos centrales de este tipo de amor patológico. Son conocidas las frases como: "no puedo vivir sin ti", "Si me dejas me mato", "No soporto pensar que otro te toque", "Vas a ser mía o de nadie", "Si te llevo a ver con otro estás muerta", etc. A la luz del romanticismo estas expresiones y muchas otras más pueden parecer demostraciones del más profundo amor, pero en la realidad sólo ponen de manifiesto actitudes abusivas e irracionales que buscan crear culpas y remordimientos en la pareja y "engancharla" emocionalmente en una cadena de sufrimiento y amargura.

Los sentimientos que en estas circunstancias la pareja experimenta son tan absurdos como ciertos: cargar con la responsabilidad de la vida del otro y por tanto evitar a toda costa que se cumplan sus amenazas, autoimponiéndose la necesidad de protegerlo y luchando a la par contra el miedo a seguir a su lado, el temor de dejarlo y por consiguiente desencadenar un final trágico. Todo ello sumado al amor que aún cree sentir por él o ella.

En este sentido Montedoro (1995), relata que existen una serie de aspectos que las mujeres deberían tomar en consideración para no verse envueltas en una relación violenta antes de casarse, sostiene por ejemplo, que se debería evitar que la pareja con la que uno está en este momento, le pida explicaciones por todo, la controle, vigile todos sus movimientos, trate de saber sus pensamientos más recónditos, critique permanentemente su forma de vestirse o maquillarse, haga escándalos en público por lo que dijo u otros dijeron, induzca sentimientos de culpa y aunque sea una vez le de una bofetada o le de un empujón.

Si se tiene la convicción de que el noviazgo es el periodo en el que cual se cimientan las bases para una futura familia, entonces es el momento para prevenir las consecuencias que podría acarrear este tipo de amor patológico.

Entre las conclusiones se puede mencionar.

Generalmente uno se enamora de aquellas personas que compensan sus carencias.

Las dependencias patológicas pueden acabar en violencia doméstica entre quienes aseguran estar enamorados.

Por más que uno haya sido educado en la racionalidad, lo cual es de dudar, difícilmente uno es racional para discernir sus afectos y evitar que una situación normal se convierta en una situación enfermiza.

El amor se convierte en patológico, si al estar con alguien uno pierde su dignidad por amor, deja uno de ser un enamorado para volverse un adicto. Esto incluye arrodillarse, espiar, perseguir, implorar, etc.

Son comunes exclamaciones como: "Me estoy autodestruyendo, lo sé, pero es que yo quiero a esa persona más que a mí mismo".

Cuando la persona amada se aparta por alguna razón o circunstancia, el

adicto pierde su fuente de gratificación inmediata, presentándose un cuadro típico de síndrome de abstinencia: estrés, depresión, ansiedad, etc. Para no perder esa gratificación, será capaz de cualquier cosa.

REFERENCIAS

- * Ellis, A. (1974). *Como vivir con un neurótico*. Buenos Aires: Herrero Hmanos.
- * Gala, M., Lupiani, C., Guillén, A., Gómez, A., Bernaltes, R., Raja, M. T. & Miret, N. (2005). *El deseo y el amor: el hombre inacabado*. Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de en la ce www.editorialmedica.com/Cuadernos74-Trabajo4.pdf
- * Montedoro, F. (1995). *Violencia familiar en Chiclayo*. Chiclayo: Grupo Mujer-Chiclayo - Perú.
- * Money, J. (2002). *Errores sexuales del cuerpo y síndrome relacionados": una guía para el asesoramiento de niños, adolescentes y sus familias*. (2002). Buenos Aires: Biblos.
- * Muñoz, F. & Coronado, C. (2007). www.centros5.pntic.mec.es/ies.victoria.kent/Rincon-C/Curiosid/Rc-51.htm - 19k
- * Norwood, R. (2005). *Las mujeres que aman demasiado*. México: Ediciones B.
- * Sternberg, R. & Whitney, C. (1999). *El amor como a usted le gusta*. México: Vergara.
- * Watzlawick, P. (1984). *El arte de amargarse la vida*. Barcelona: Herder.
- * Yela, C. (1997). Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Revista Psicotema*, vol 9, 1 pp. 1 - 15
- * Yela, C. (2006). *Del amor adictivo*. www.institutospiral.com/cursosysemnarios/encuentros/resumenes/Carlos%20Yela.pdf -