

# El amor y las relaciones amorosas

*Ma. Teresa Döring Hermosillo\**

Hablar sobre el *AMOR*, con mayúsculas, parece en primera instancia, tarea fácil. Creo que todos nosotros hemos estado al menos alguna vez en ocasión de hacerlo y lo hemos hecho. Y en más de una oportunidad habremos incluso pretendido filosofar sobre este tema tan común a todos, tan cotidiano. Quizá hasta habremos tal vez intentado decir a otros lo que *ES* el amor, lo que según nosotros, debería entenderse por amor.

Sin embargo, puedo ahora decir que la verdad, mi verdad en este momento es muy otra. Sé ahora que me encuentro muy limitada y poco preparada para pretender decir a nadie, tal vez ni a mí misma, lo que es —o debería—, ser el amor.

Cuando se me invitó a participar en estas jornadas y se me dejó incluso en libertad de escoger el tema sobre el que hablaría, me surgió de una manera entusiasta e irreflexiva, diría ahora, la idea de hablar sobre *EL AMOR*. ¿Por qué razón se dio esto? No lo sé. Tendría tal vez que preguntárselo a mi psicoterapeuta...

Aún ahora continúo preguntándome, ¿por qué razón quise hablar sobre el amor cuando me siento tan impreparada para ello?

Recuerdo que ante la confesión de mi poca preparación, paralela a mi profundo interés y deseo de escribir y hablar sobre este tema, mi buena amiga Isabel Jaidar, fuera, comentó, “ya lo harás cuando tengas más experiencia”... Pero yo, que soy algo impulsiva no quise esperar...

Creo que me atreví a hacerlo porque me parece un tema fascinante, vigente, esencial, vital. Y sobre todo por la curiosidad que en mí despertó la posibilidad de conocer lo que otros compañeros digan sobre el tema y lo que a su vez añadan los asistentes. Así que por

---

\* Profesora, Investigadora, Departamento de Educación y Comunicación, UAM-X.

ahora me contentaré con comentar con ustedes lo que creo que puedo mencionar sobre el amor.

En primer lugar me gustaría señalar algunos de los aspectos que me parece tener claros respecto del amor. Creo que el *amor* no es DEPENDENCIA. Recuerdo el caso de una joven amiga quien después de sostener una relación de noviazgo con su pareja, obtuvo una beca para continuar sus estudios en el extranjero. Durante su estancia fuera del país confirmó el amor que sentía por su prometido. En comunicación escrita que me dirigió expresó su consternación: además de sentirse sola, con dificultades para adaptarse a una nueva forma de vida, lejos de su familia, amigos, etc., “he podido darme cuenta de lo mucho que quiero y extraño a *Paco*. Pero hay algo en todo esto que me asusta. No me gusta sentir que dependo de él para mi tranquilidad y felicidad. Lo quiero mucho pero me molesta sentirme y saberme dependiente de él”. Mi amiga expresaba así su incomodidad al confrontar su dependencia e incapacidad para vivir y ser ella misma. “Me asusta este tipo de sentimientos”, continuó, “me incomoda darme cuenta de lo mucho que lo quiero y necesito...”

Pensé entonces que ella tenía razón. Que a medida que crece nuestro amor, cariño, afecto hacia una persona, crece también nuestra dependencia hacia ella y esto NO ES AGRADABLE. ¡Vaya paradoja!

¡Qué equivocada pienso ahora que estuve entonces! Curiosamente y al paso de los años puedo decir que estoy convencida justamente de lo contrario de lo dicho anteriormente. Y la muestra me la proporcionó precisamente la misma persona a quien acabo de referirme. Ella permaneció en el extranjero por un tiempo bastante largo, en tanto que su novio terminó en México sus estudios. Cada uno por su parte, de manera independiente, se ocupó de finalizar su carrera, recibirse y alcanzar la meta que cada uno por separado, se había previamente trazado POR Y PARA SÍ MISMO. Y cuando esto hubo ocurrido, se reunieron; una vez juntos, proyectaron la forma de continuar viviendo en el extranjero y realizando, CADA UNO POR SU PARTE, los estudios que su nivel y preferencia demandaban. Hace ya tres años que radican en Inglaterra. Uno ha obtenido el grado de maestría, en tanto que el otro trabaja en una corporación inglesa.

¿Qué es lo que aprendí de esta relación? En verdad existe y existía gran cariño del uno por el otro. Pero este afecto, este AMOR no impidió la realización de sus respectivas metas. Por el contrario, sirvió como aliciente para que cada uno de ellos avanzara en el “camino y

dirección que se habían trazado”. La separación hizo que se echaran de menos mutuamente, que se valoraran y desearan reunirse, pero no les llevó a abandonar sus respectivos caminos, sino, combinarlos. Ninguno de los dos dejó de ser él (o ella) mismo(a) para reunirse y encontrarse con el otro. No eran verdaderamente dependientes uno del otro, aunque fue obvio que disfrutaban más de la vida y eran más felices juntos que separados. Creo que las dependencias que con frecuencia desarrollamos respecto de nuestros seres queridos son más una muestra de nuestra inmadurez, nuestras propias carencias, necesidades e incapacidades personales, que del *amor* que declaramos sentir por el otro.

También creo saber ahora que el amor NO es “PURO”. Al menos no el amor humano, que es el que nos es dado experimentar. No sé nada sobre el amor divino. Me parece pues, que el amor no es puro, en tanto que no se manifiesta de manera pura. PURO AMOR. Tampoco creo en esto. Al menos no responde a mis experiencias ni personales, ni aquellas a las que me he aproximado en mi vida profesional.

Creo que el amor es más bien bastante impuro, mezclado, ambivalente. Me parece que son muy pocas las ocasiones, si es que éstas existen, en que sentimos *realmente puro amor* por alguien. No creo que esto se dé ni siquiera en la relación con los hijos. El amor hacia los hijos se ve muy mezclado con una serie de otros sentimientos no siempre puros y bellos. Respecto de los hijos sentimos también, a veces, desencanto, rencor, envidia —especialmente cuando se independizan y patentizan su capacidad de separación respecto de los padres, entre otros casos. Y si no, pregúntenselo los aquí presentes, sea desde su lugar de padres, o desde su lugar de hijos.

En cuanto al amor hacia los padres ¿quién no ha tenido sentimientos mezclados y muchas veces negativos? ¿Quién no se ha sentido defraudado, marginado, injustamente tratado, devaluado, manipulado, sometido e incomprendido por sus padres en alguna(s) ocasión(es)? ¿Quién, cuando niño, ante la negativa de un permiso o reconocimiento no deseó mala fortuna a sus padres?

Respecto del amor hacia los hermanos, a los amigos, ¿podemos decir que está siempre y totalmente exento de envidia? Y por último el amor a la pareja, ¿estará mezclado con celos, competencia, envidia y lucha por el poder?

Así podría continuar con una lista innumerable de distintos tipos de amor(es). Podría y seguramente ustedes podrían hacerlo también

junto conmigo, tal vez mejor que yo, ilustrar cada una de estas modalidades con anécdotas perfectamente alusivas e ilustrativas de lo dicho. Concluyo este punto, declarando que a mi juicio, el amor no es puro.

Creo también saber que el amor no es “sometimiento”. Cuando una persona declara hacer algo, tener determinada conducta “por amor hacia alguien”, desde mi punto de vista está siempre y sencillamente diciendo —aunque pudiera ser con la mejor de las intenciones— una grandísima mentira. Cuando decimos que hacemos algo “por amor a alguien más”, estamos utilizando a esta otra persona como pretexto, justificante de nuestros actos. Estamos dejando de asumir nuestra responsabilidad (y recordamos que responsabilidad es simplemente eso: habilidad para responder), respecto de aquello que hemos decidido hacer. Estamos proyectando en el otro nuestra propia necesidad. Se trata de una burda imposición (¿cómo sentirse amado cuando uno se sabe visto, usado a modo de tapadera?). Especialmente cuando —como sucede muy a menudo—, ni siquiera hemos preguntado al otro si desea que llevemos a cabo ese acto “por amor a él; (o ella)...” Lo común es que en esos casos pasemos por alto el placer que nos causa la posibilidad de llevar a cabo tal conducta.

En primer lugar y si tan sólo fuera por éste el hecho, bastaría el placer que nos causa la posibilidad de la toma de decisiones (especialmente la toma de decisión por otro, es decir el ejercicio de nuestro poder sobre otro ser al que declaramos amar profundamente) que es el más claro ejercicio de nuestra voluntad, cuando decidimos libremente llevar a cabo determinado acto.

Existen muchos otros elementos que hacen que la realización de determinada conducta “por y para otro”, nos resulte, directa o indirectamente, beneficiosa, pues si tiene la muy legítima y explicable sensación de poder al constatar nuestra capacidad de dar, otorgar y hacer, tanto como la de quitar, retirar y dejar de hacer... ¡Cuánto poder somos capaces de ejercer sobre el otro con el pretexto del *amor* que le profesamos!

Contamos asimismo con la oportunidad nada desdeñable a nuestro ego, de decir a los demás y a nosotros mismos, hasta llegar a convencernos, “lo hice por ti”, o por él, o por ella, o como suelen decir los padres: “es por tu propio bien, aunque te duela”... ¡Qué grandes y benévolos nos sentimos entonces!

Desafortunadamente este sentimiento es de poca duración. Con frecuencia y prontitud se ve sustituido por el de desencanto y desengaño cuando con más frecuencia de la deseada, enfrentamos la falta de "agradecimiento" y reconocimiento por parte de nuestros muy amados o igualmente malagradecidos amigos a quienes tan graciosamente ofrecimos nuestros *buenos y desinteresados* actos.

Así, lo que tan cuidadosamente nos empeñamos en presentar como un acto de generosidad, muestra su verdadero rostro de ambición de poder, manipulación del otro y búsqueda de agradecimiento y admiración.

Aquí me gustaría hacer mención del hecho de que estoy convencida de que este deseo de reconocimiento por parte de nuestros semejantes es perfectamente explicable, válido e inherente a la naturaleza humana. Lo que le hace improcedente en casos como el mencionado es que le presentamos bajo el disfraz de generosidad y no lo asumamos en su autenticidad.

Creo también que el amor no es "POSESIÓN DEL OTRO". Creo que las personas no somos susceptibles de ser poseídas, por muy buenas y altas que sean las aspiraciones que otro albergue respecto de nosotros. "Te va a servir, te va a ayudar, te hará mejor, te conviene", etc., son algunos de los argumentos empleados con mayor frecuencia. Creo que en ningún caso (capítulo aparte es el referido a menores de edad) alguien puede ser mejor juez o autoridad que el propio individuo, respecto de sus deseos, conveniencia y voluntad. ¿Nadie puede saber mejor que uno mismo lo que se desea?, y esto habríamos de poder aceptarlo aun a riesgo de que el individuo de nuestro interés se equivoque y lamente con el tiempo, su propia decisión. Principio de elemental respeto, a su vez, señal de verdadero AMOR: nadie es dueño de la voluntad del otro y en ocasiones la única manera de aprender es cometer errores, por costosos y dolorosos que éstos puedan ser.

Esta pretensión resulta menos aceptable aún, cuando se le enmascara con el ropaje del "amor que siento por ti"...

Lo que estos supuestos dicen en realidad es: yo deseo apoderarme de tu voluntad; quiero que hagas lo que yo creo que debes hacer y además espero que me estés agradecido(a), ya que todo esto lo hago precisamente "por ti".

Como se ve con toda claridad, se trata de la más flagrante y cruel intención de despojo, la que busca invalidar, hasta el deseo del otro.

Tampoco creo que el "*verdadero amor siempre triunfa*", sobre cualquier obstáculo que se le presente.

De acuerdo con lo que he podido observar, esto no es verdad. Todo lo contrario; si el amor no es cuidado, procurado, facilitado, perece. Existe una imagen muy difundida que es por muchos rechazada, a causa de su cursilería: el amor es como una planta, hay que cultivarla y alimentarla para que se dé y sobre todo, para que florezca. Reivindico esta idea, a pesar de su cursilería. Día a día constato lo adecuado de ella. Las relaciones amorosas que no son cuidadas, decrecen hasta desaparecer.

Estoy convencida de que la fórmula infalible para dar por terminada una relación es suponer que ésta estará allí —sólo porque lo está en el presente— (pareciera que olvidamos que el amor es también un proceso, un constante movimiento) independientemente de lo que hagamos, o no, para sostenerla. Me parece que esta suposición puede deberse a que con frecuencia vemos que dos personas permanecen "unidas" (es decir, no se separan), a pesar de que se preocupen y se ocupen poco —o nada— por la preservación de la relación. Creo que en estos casos podemos hablar precisamente de eso, de que "están allí", *de cuerpo presente*, para hablar en términos psicoanalíticos, "están en otra parte"..., lo que queda allí es sólo muerte, desolación, abandono, tristeza y un gran rencor que se acumula poco a poco de manera inexorable.

Se puede hablar de vínculos de tipo operativo, administrativo; personas que continúan juntas debido a los intereses creados que las ligan entre sí, pero si no hay pasión, ya no hay vida. Pienso que la vida está hecha de emociones y pasiones.

Podría continuar ahora hablando mucho tiempo más sobre lo que yo creo que no es el amor. El tiempo me lo impide. Sin embargo, me gustaría compartir con ustedes algunos otros de los conceptos que entiendo ahora como *no-amor*. Creo que si no me ha sido posible definir el amor, una tarea importante puede ser hablar en cambio de lo que a mi juicio no es amor. Dado que en este terreno existen muchos malos entendidos.

Creo que hace tanto daño la desinformación como la información inadecuada, o las verdades a medias...

Creo pues que el amor no es sumiso.

Creo que el amor no es dañino.

Creo que el amor nunca es demasiado.  
 Creo que el amor no engaña.  
 Creo que el amor no se contrapone con el erotismo.  
 Creo que el amor no es pasivo.  
 Creo que el amor no es obligación:  
 Creo que el amor no es irresponsable.  
 Creo que el amor sólo puede ser libre.  
 Creo que el amor no depende de los otros.  
 Creo que el amor no es eterno.  
 Creo que el amor no se compra.  
 Creo que el amor no se condiciona.  
 Creo que el amor no florece en un ambiente de temor, miedo e  
 inseguridad.  
 Creo que el amor es excluyente de la mentira.  
 Creo que en el amor libre es redundancia; ya que el amor sólo puede  
 ser libre.  
 Creo que el amor sin compromiso es mera manipulación.  
 Creo que el amor no se contrapone al odio, sino al desamor.  
 Y POR ÚLTIMO, CREO QUE LA MÁS CRUEL DE LAS ACTITUDES QUE PODEMOS  
 ADOPTAR HACIA NUESTROS SEMEJANTES, ES PRECISAMENTE LA DEL DESAMOR,  
 QUE NOS DAÑA TAMBIÉN A NOSOTROS MISMOS.

Y cabría preguntarnos entonces, ¿qué es el *AMOR*? Tal vez algún día, cuando tenga más experiencia, me aventure a hablar sobre esto...

## Bibliografía

- Buscaglia, Leo., *El amor*, Editorial Diana, México, 1984.  
 Buscaglia, Leo., *Cómo amarnos los unos a los otros*, Editorial Diana, México, 1990  
 Branden Nathaniel, *El respeto hacia uno mismo*, Editorial Paidós, México, 1993.  
 De Mello Anthony, *Rompe el ídolo*, Ediciones Dbar, México 1994.  
 Doring H., Ma. Teresa., *El mexicano ante la sexualidad*, Editorial Formara, México, 1994, (2a. edición).  
 Döring H. Ma. Teresa., *La pareja o hasta que la muerte nos separe. ¿Un sueño Imposible?* Editorial Fontamara, México, 1994 (2a. edición).  
 Finkelstein, Hugo., *El libro del No-amor*, Editorial Galera, Argentina.  
 Fabry, Joseph B., *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida*, Fondo de Cultura Económica, México, 1977.  
 Frankl, Victor, *El hombre en busca de sentido*, Editorial Herder, Barcelona, España, 1993.  
 Fromm, Erich, *El arte de amar*, Siglo XXI editores, México, 1995.  
 Harris, A. Thomas., *Yo estoy bien; tú estás bien*. 3a. Edición, Editorial Grijalbo, México, 1983.

## TRAMAS

---

- Norwood, Robin., *Las mujeres que aman demasiado*, Editorial Vergara, México, 1986.  
Russianoff, Penélope., *Para vivir feliz*, Editorial Paidós., 3a. edición, México, 1991.  
Satir, Virginia., *En contacto íntimo*, Editorial Árbol, México, 1994.  
Viorst Judith., *El precio de la vida*, 4a. edición, EMECE editores, Argentina, 1996.