



- ◆ Trabajo realizado por la Biblioteca Digital de la Universidad CEU-San Pablo
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 de la M.T.R.L.P.I. (Modificación del Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 7 julio del 2006)

# ¿CÓMO SABER SI SE ESTÁ O NO ENAMORADO?

*Aquilino Polaino-Lorente*

---

## INTRODUCCIÓN

EL TEMA DE QUE ME VOY A OCUPAR, el enamoramiento, es una de esas cuestiones de aristas vivas que interesa a todos. ¿Quién no se ha enamorado o ha creído estar enamorado, alguna vez? Paradójicamente, no obstante, de asuntos como éste, jamás se ha ocupado la enseñanza universitaria. He aquí una de las “asignaturas pendientes” que constituyen un baladrón en los planes de estudio de ayer y de hoy.

A lo que parece, la ciencia y la vida constituyen dos procesos, en los que se ha magnificado tanto las diferencias existentes entre ellos, que nos amenazan con jamás encontrarse. El científico continúa ocupándose de lo que apenas si interesa al hombre de la calle. Por contra, lo que preocupa al hombre de la calle, es precisamente aquello que en ningún modo ocupa al científico, por lo que, en consecuencia, sistemáticamente se desentiende de ello.

Importa mucho la articulación entre estos dos ámbitos del comportamiento humano. Si la vida y la ciencia coincidieran y se reunieran en torno a estos temas de indudable interés, muy probablemente otra sería la motivación para el estudio y la investigación de nuestros alumnos y profesores.

Pero mientras que ello no ocurra, el autor de estas líneas se malicia de que con toda probabilidad habrá de continuar ese halo desmotivador y perseverante que hoy envuelve a la educación universitaria. Una educación que sólo se entiende desde los forzados sinónimos del esfuerzo, el fastidio y el aburrimiento. ¡Como si enseñar y aprender no fueran tareas emblemáticas de la dignidad de las personas, a cuyo través éstas se realizan y alcanzan cumplidamente su destino!

Esto significa que hay que apostar por la vida de la inteligencia, que hay que abrir la universidad a la sociedad a la que aquella debiera servir, que hay que salir al encuentro de las cuestiones oscuras y lacerantes que hoy afligen al hombre, para tratar de apresar sus posibles soluciones.

Los numerosos jóvenes universitarios que aquí y ahora se concitan, me permiten renovar mi optimismo. Sus miradas limpias y la alegría de sus rostros son testigos veraces que certifican la confianza que he puesto en ellos. A ustedes traslado el reto de rejuvenecer sus ilusiones hasta renovar —no importa el esfuerzo que sea menester hacer para ello— la actual vida universitaria española.

#### RELEVANCIA Y DESCRÉDITO DE LOS SENTIMIENTOS

Los sentimientos, las emociones, se integran en una función psíquica absolutamente irrenunciable, la afectividad, sin la que la vida humana no tendría color, ni densidad, ni relieve. La afectividad entrevera y colorea toda la actividad humana. Esto es todavía más claro a propósito del enamoramiento.

Ciertamente que éste no es reductible —o no debiera serlo— al emotivismo. Pero sin los sentimientos que emergen a orillas de la experiencia del enamoramiento sería casi imposible, en la práctica, adentrarnos en su comprensión.

Es igualmente cierto que esos sentimientos pueden alterarse, que la afectividad de la persona puede enfermar. Pero eso atañe a la psicopatología y a la clínica de que nos ocupamos los psiquiatras. Por eso me he hecho el propósito —que con la ayuda de ustedes pienso cumplir— de no mencionar en esta ocasión ni el más pequeño detalle. Hoy nos vamos a ocupar exclusivamente del fenómeno del enamoramiento, o más concretamente aun de cómo saber si se está o no enamorado.

Los sentimientos son, qué duda cabe, relevantes para el vivir humano, pero esa relevancia es compatible, en muchas circunstancias, con el descrédito con el que convive. Por eso, puede afirmarse que los sentimientos tienen y no tienen mala prensa. Que tienen “buena prensa” es algo que resulta obvio, tal y como lo ponen de manifiesto numerosos indicadores de cuya vigencia social no es posible dudar en la actualidad (estudios de audiencia, tirada de las revistas del corazón, etc.). Pero, simultáneamente, los sentimientos han caído en el descrédito, lo que significa que no nos fiamos demasiado de ellos, que en ocasiones nos juegan malas pasadas, que el fulgor de las ilusiones incendiarias se prolonga, con harta frecuencia, en la desilusión más mostrenca e hiriente.

En todo caso, el descrédito de la afectividad no está sometido en ella misma, sino en lo que ésta comporta de irracionalidad, de ceguera intelectual, de pasión inútil. Éste es el caso, por ejemplo, cuando apelamos a los sentimientos para descalificar, calificar o recalificar las opiniones de otra

persona. En tales circunstancias, basta con etiquetar su discurso como una respuesta emocional –“está pensando con el hígado”, decimos, apelando a las viejas teorías hipocráticas sobre los humores–, para que su posible racionalidad se extinga y quede abolido el fundamento intelectual de cuanto el otro ha expresado.

## PSIQUE Y EROS

El estar o no enamorado no constituye una experiencia que acontezca en el vacío. La experiencia del enamoramiento se acuna en el vigor de nuestras tradiciones que, no por venir desde demasiado lejos, dejan de moldear lo que tal acontecimiento significa, hasta el punto de condicionar en forma importante nuestra conducta.

Éste es el caso, por ejemplo, de la *microteoría implícita* que cada enamorado postula acerca del origen de lo que experimenta. En esa pequeña teoría interpretativa, que cada enamorado se da a sí mismo –como reconstrucción social y cultural de lo que le acontece–, la apelación a Cupido no suele faltar.

¿De dónde nos viene el mito de Cupido, ese lanzador de dardos, que hace que se desmayen y/o alboroten los sentimientos humanos, simultáneamente que a él atribuimos la causa “explicativa” de lo que experimentamos? Es difícil encontrar una sola persona que, en esas circunstancias, no apele a la representación mental que de Cupido tiene en la cabeza. Esa representación es precisamente la clave del mapa cognitivo donde el acontecimiento vivido y experimentado del enamoramiento se va a ensamblar, haciéndose más o menos comprensible y configurándose como tal.

Cupido era un dios romano que personificaba el deseo amoroso. Los amores de Cupido y Psique constituyen, en la “Metamorfosis” de Apuleyo, la versión latina de la leyenda griega de los amores entre Eros y Psique. Recordemos brevemente algunos hitos de esta leyenda.

Psique era la hija bellísima de un rey, que a causa de su belleza fue adorada como si se tratara de la misma Afrodita, una diosa. Tanta era su belleza, que su padre el rey estaba preocupado, pues no lograba casarla, ya que los hombres se asustaban de su belleza y huían de ella.

Esto suscitó los celos de Afrodita, quien le envió a Cupido para que hiciera que se enamorase de algún hombre. Pero Cupido, lejos de cumplir su misión, se enamoró de ella. Cupido impuso una condición a su unión con Psique: que nunca tratase de ver su rostro; de lo contrario desaparecería. Cupido pasaba las noches en el palacio con Psique y, por la mañana, desaparecía.

Psique sintió añoranza de sus padres y de sus tres hermanas casadas. Y, aunque Cupido le había aconsejado que no volviera a casa, Psique volvió. Las hermanas, celosas de la felicidad de Psique, le insinuaron que quizás Cupido no le permitía contemplar su rostro por ser un monstruo. De regreso al palacio, Psique preparó una lámpara con la que más tarde se alumbró y pudo contemplar el hermoso rostro de Cupido. Una gota desprendida de la lámpara despertó a Cupido, quien a causa de haber sido desobedecido, desapareció.

Psique vagó desesperada, sin norte fijo, en busca de Cupido. Afrodita la sometió a crueles trabajos y muchos sufrimientos, encargándole bajar a los Infiernos y solicitar a Perséfone un frasco que no debería abrir. Psique, sin embargo, lo abrió y quedó sumida en un sueño eterno. Cupido, que seguía enamorado de ella, pidió permiso a Zeus para casarse con una mortal. Una vez conseguido el permiso, Cupido la despertó de un flechazo y se reconcilió con ella. Zeus la premió al fin con la inmortalidad (Falcón Martínez, Fernández-Galiano y López Melero, 1983).

No es éste el momento de penetrar como debiera en el contenido de esta leyenda, a fin de establecer las posibles analogías y equivalencias entre ella y el proceso del enamoramiento. Pero sirva este breve recuerdo siquiera para ilustrar la relevancia del tramado cognitivo, del "nicho" cognitivo en donde se acuna y ensambla la experiencia del enamoramiento.

#### VERSATILIDAD DE LOS SENTIMIENTOS

Los sentimientos —todos tenemos experiencia de ello— son enormemente versátiles. Hay días en que, por ejemplo, nos levantamos animados, frescos y creativos y, tal vez por la tarde nos sintamos decaídos, cansados y malhumorados, sin que podamos disponer para ello de ninguna causa explicativa (romper con la novia, conocer la mala calificación que se ha obtenido en una asignatura en la última evaluación, etc.).

El hecho es que los sentimientos cambian sin pedirnos permiso y sin disponer, las más de las veces, de un fundamento conocido para ello. Esa moderada y relativa versatilidad de los sentimientos suele tener un rango de variabilidad más bien estrecho, en la mayoría de las personas sanas. Cuando se acrece la amplitud de ese rango de variabilidad emocional, nos encontramos ante un trastorno de la afectividad, que hoy conocemos con el término de trastorno bipolar maniaco o depresivo.

¿Puede asentarse la experiencia del enamoramiento en sólo los sentimientos? ¿A pesar de su variabilidad incontrolable e impredecible? De no ser así, cabría conducirse de un modo más prudente y juicioso. Éste sería el

caso del chico y la chica que salen juntos, que se quieren, que piensan que están enamorados y, no obstante, un buen día la chica le dice: "Mira, me gusta mucho salir contigo, pero es que yo ahora mismo no estoy segura de mis sentimientos y probablemente no sienta lo mismo por ti. Si te parece, lo dejamos un tiempo, lo pienso mientras tanto y, pasados dos meses, decidimos qué hacemos".

Conducirse de este modo, supone que las experiencias emocionales no constituyen el fundamento último del enamoramiento. ¿Es muy frecuente este modo de comportarse? ¿Se conducen así, desde el momento inicial y originario en que comienzan a experimentar que tal vez se estén enamorando? ¿No será más bien que, en esas circunstancias, lo fían todo a únicamente lo que sienten?

Supongamos que un chico va andando distraídamente por la calle y, de repente, se siente mirado por alguien. Observa con el rabillo del ojo a su observadora y ve una chica encantadora, cuyo limpio mirar se hunde en su alma. El chico experimenta un sobresalto, un no sé qué, un farfullar de su corazón dentro de sí, que le insta a volver a mirar en aquella dirección. Una y otra vez repite a escondidas esos barridos visuales, en una búsqueda, cada vez más apremiante, por encontrar a la otra persona. Acaso advierta cómo la otra persona baja pudorosamente la mirada, cuando sus ojos se encuentran. Una simple experiencia como ésta y, casi sin darse cuenta de ello, se sorprenderá diciéndose a sí mismo, con toda convicción: "¡Estoy enamorado!".

Es muy posible que pase la semana siguiente diciéndose lo mismo. Tampoco él sabe cómo ha sido, pero el enamoramiento —como la primavera— ha venido. Y eso a pesar de que entre ellos no haya mediado palabra alguna, a pesar incluso de que ignoren hasta sus respectivos nombres, de que desconozcan la más pequeña información acerca del otro.

En un caso como éste, el enamoramiento deviene en pasión, en un sentimiento ciego que no es susceptible de control alguno —eso es lo que ambos piensan de lo que sólo es una atracción recíproca—, y del que, en última instancia, no se es responsable.

Si nada se puede hacer ante esos sentimientos, parece lógico que éstos se vivan como algo impuesto y que, en consecuencia con ello, ambas personas se instalen en la pasividad y se transformen en pacientes que están arrojados en las manos de no se sabe qué extraño destino. Ese no acertar a saber cómo conducirse respecto de "eso" que les ha ocurrido, es precisamente lo que en buena medida desacredita a la pasión amorosa.

## COGNITIVISMO VERSUS TIMOCENTRISMO

Los sentimientos que experimentan, sin embargo, no han brotado de la nada, sino que hunden sus raíces en lo que ellos piensan. La experiencia del enamoramiento no sería posible sin el concurso de nuestras cogniciones. Analicemos fenomenológicamente “eso” que les suele pasar en el proceso del enamoramiento, el acontecimiento biográfico y personal a que nos referimos con el término de enamoramiento.

Contemplemos una escena cualquiera. Una chica ataviada con el uniforme escolar —una falda plisada, a juego con una chaqueta, y unas medias azules hasta las rodillas— sale del colegio. En la parada del autobús hay mucha gente y, entre ella, un chico fortarrón, con un flequillo muy graciosamente despeinado.

La chica lo descubre y con disimulo le mira. Enseguida se dice: “Mira qué chico más gracioso. Es muy fuerte y tiene un flequillo muy gracioso”. En ese instante sus ojos se encuentran. La chica desvía su mirada y continúa su discurso: “Pues parece que es muy listo. Y me ha mirado con atención y afecto. Claro que si me ha mirado, tal vez es porque se ha dado cuenta de que yo también soy muy lista, pues por algo soy la primera de mi clase”.

A orillas de estas reflexiones, se sonroja, mientras experimenta la necesidad irrefrenable —eso piensa ella— de volver a mirarle para ampliar la escasa información que de él dispone. Mira otra vez en aquella dirección y en ese nuevo barrido visual aprecia un detalle que antes le había pasado inadvertido. Y a continuación, se dice: “Ahora que lo he visto mejor, tiene unos ojos azules preciosos”.

Hasta este momento, la chica no está segura de nada. Sube al autobús y la visión de aquel chico se pierde en la distancia, hasta quedar reducida a una borrosa representación —chaqueta azul, pantalones grises y un flequillo muy gracioso—, que es grabada nostálgicamente en su memoria.

Como es lunes, las clases se le han hecho un poco pesadas. Al llegar a casa, se siente cansada. Se sienta en un sillón y se queda pensativa, recordando lo que observó en la parada del autobús. Al día siguiente, como quien no quiere la cosa, observa las inmediaciones de la parada del autobús, sin lograr descubrir lo que buscaba. Nada más llegar a clase se dice: “Voy a preguntar por el chico que vi ayer”. Se dirige a su mejor amiga y le dice: “¿Tú sabes de qué colegio próximo pueden ser los chicos que van con una chaqueta azul y unos pantalones de franela gris?”. Y como si no demostrara interés alguno en lo que pregunta, añade: “es que mi hermana tiene interés por saberlo”.

Transcurren dos semanas desde aquella primera mirada y un buen día sube al autobús e inicia su regreso a casa, de pie y asida a una barra. El conductor frena bruscamente, sale despedida y es protegida por un chico, exactamente por el chico que, casualmente, estaba buscando. En ese momento, es la primera vez que el corazón se le dispara. Desde entonces, cada vez que se acuerda del incidente del autobús, el corazón acelera su ritmo.

Los datos que le ha suministrado su compañera, a la luz de las nuevas cuestiones que le ha ido planteando son, sorprendentemente, muy halagüeños. El chico es de muy buena familia y está en la misma clase que un primo de su compañera. Estudia COU y saca excelentes notas. A lo que parece, el próximo año quiere estudiar “Teleco”.

En las últimas semanas, la chica no ha tenido tiempo de aburrirse. Ahora le encanta disponer de tiempo para sus ensoñaciones. Y se acurruca en ellas, mientras pasa revista a toda la secuencia desde su primer encuentro. Le gusta detenerse en rememorar aquella poderosa sensación que experimentó cuando estuvo a punto de caerse en el autobús, a consecuencia de un brusco frenazo. Aquella sensación apenas si duró un segundo. Pero jamás olvidará el poderío y la fortaleza del brazo del chico que la amparó para que no fuera al suelo.

Siempre que lo recuerda –indefectiblemente, cada noche antes de quedarse dormida–, su corazón acelera el ritmo y experimenta un cierto calor en sus mejillas. Por eso cree estar enamorada. Esto le ha llevado a escribir en su diario secreto lo que sigue: “Me he enamorado”. Y en la línea siguiente, “Mi madre no me comprende”. Un par de páginas más adelante puede leerse: “Decididamente, ¡¡¡Estoy enamorada!!!”. Y a continuación: “Quiero morirme”.

¿Qué es “eso” que le está pasando? ¿Puede atribuirse todo ello a una ciega y fatal pasión amorosa? ¿Está realmente enamorada esta chica? ¿No estará alimentando los sentimientos que experimenta y a causa de lo que se representa en su imaginación y cogniciones? Muy posiblemente la raíz de esos sentimientos son las representaciones, los iconos o representaciones –en parte imaginativas y en parte simbólicas– que tiene de la realidad, de esos hitos reales, pero fugitivos e instantáneos, a orillas de los cuales se ha estremecido su afectividad.

¿Cuál es el mapa cognitivo desde el que se modula y configura la experiencia afectiva que cree sufrir esta quinceañera? Si no sabe ni cómo se llama el chico, en qué fundamenta la afirmación de estar enamorada. Si todavía no tiene ni idea de quién es el chico, ¿cómo es posible que se haya enamorado de él?

Volvamos a estudiar las cogniciones y representaciones icónicas a que voluntariamente se entrega esta chica. Qué ocurriría si esta chica se repre-

sentara otros supuestos pensamientos del chico del autobús. Supongamos que el discurso implícito del chico fuera el siguiente: "Esta chica es aún muy pequeña y no tiene idea de nada. Ni siquiera es capaz de sostenerse en el autobús. Es que realmente va como las locas. Seguramente es de esas que está todavía agarrada a las faldas de su madre".

¿Creen ustedes que si la chica se expusiera a esas cogniciones, se le aceleraría el corazón? Si empezara a representarse e imaginarse estos iconos, ¿consideran ustedes que escribiría en su diario, ¡Estoy enamorada!?, ¿creen ustedes que se enamoraría de ese chico, que sería lo mismo "eso" que le pasa?, ¿tienen la misma validez unas y otras representaciones mentales?

No, según parece, las diversas representaciones mentales disparan su experiencia hacia muy diferentes sentidos y significados. Luego, hay que concluir, que el enamoramiento no es exclusiva ni fundamentalmente una ciega pasión; que lo que lo funda, anima y hace crecer son las representaciones mentales que esta chica se da a sí misma; que en buena parte es muy libre de aceptar o rechazar esos sentimientos, en función de que opte o no por unas u otras fantasías y cogniciones.

Si suprimimos los factores cognitivos, que están en la base de las emociones, éstas quedarían sin fundamento y dejarían de ser lo que son. Así las cosas, el proceso del enamoramiento hunde sus raíces, precisamente, en el mapa cognitivo del que se alimenta.

Otra cosa muy diferente es que los cambios emocionales, vegetativos y psicofisiológicos que le acompañan, como consecuencia de ello, se experimenten como una acción transformante de la persona. En cierto modo, sobre estos cambios experimentados es donde se asienta esa relativa capacidad verificadora de los sentimientos, capacidad que se articula bien con los contenidos cognitivos, con lo que se representa acerca del enamoramiento.

No piensen que esta cuestión es baladí en el ámbito investigador de la actual psicología cognitiva. La discusión acerca del "cognitivismo versus timocentrismo" se ha prolongado durante las tres últimas décadas. Aunque la cuestión, por el momento, no está resuelta, no obstante, se perfila en otro horizonte menos estereotipado y prejujuador que antaño.

Los defensores del "timocentrismo" dan una mayor relevancia a los factores afectivos, de acuerdo con las teorías clásicas de las pasiones, sólo que aderezadas con los datos hoy disponibles acerca de los factores bioquímicos y psicofisiológicos que median estos procesos. Por contra, los partidarios del "cognitivismo" dan un mayor énfasis a los factores cognitivos en la génesis de las emociones. (Para una revisión del tema, confrontar Polaino-Lorente, 1988; Solso, 1979; Beck, 1976; Neisser, 1976; Coopersmith, 1967.)

No, no parece que, respecto del enamoramiento, las personas se comporten como seres pasivos, pacientes, dependientes de extraños y poderosos –por incontrolables– diosecillos griegos. El enamoramiento tampoco parece ser consecuencia de pesadas y ciegas pasiones –o, al menos, no debería serlo–, que los dioses arrojan sobre nuestras espaldas, generando radicales cambios en nuestros sentimientos, por cuyo defecto perdemos el control y la autorregulación del propio comportamiento, sufrimos y, las más de las veces, nos sentimos frustrados.

#### LA MODA DE LA AUTOESTIMA Y EL ENAMORAMIENTO

La autoestima ha sido puesta de moda en la actualidad, gracias al impacto de un “best-seller”, *La inteligencia emocional*, que ha hecho fortuna cultural (Goleman, 1996). Su autor pone de relieve que el coeficiente de inteligencia es menos determinante del éxito de lo que hasta ahora se pensaba. De aquí que opte por enfatizar lo que él denomina “inteligencia emocional”, una función psíquica varada sobre los sentimientos y emociones y, sin embargo, abierta y permeable a otras muchas habilidades como la agilidad mental, la empatía, la motivación o el entusiasmo. Aunque ahora nos parezcan novedosas, las aportaciones del autor tienen un largo pasado, tal y como se pone de manifiesto en numerosas publicaciones de otros investigadores (confrontar, por ejemplo, Vasgird, 1983; Steinem, 1995).

En principio, parece conveniente que la cultura norteamericana haya sido removida a causa de este valor en alza de la autoestima, del que se hace depender el éxito, la racionalidad, la conquista del máximo escalafón social. Esta llamada de atención sobre el carácter emblemático que también para la vida humana norteamericana debieran tener los afectos, me parece muy apropiada. Es un modo de dar un vuelco a una cultura demasiado ensimismada en el narcisismo pragmático, la competitividad y la autorrealización personal, en un contexto en el que se hace almoneda del altruismo, la compasión y la amistad. Todo lo cual ha de contribuir, muy probablemente, a situar a la persona en el ámbito de un marco de referencias más precisas, rigurosas y humanas.

Pero nuestra cultura, la cultura mediterránea, no tiene tanta necesidad como la norteamericana de este valor en alza, que es la autoestima, especialmente en los últimos días de un siglo XX que agoniza. En la cultura mediterránea, el contacto humano sigue siendo muy cálido, el escaso bien de la amistad se enseñoera y preside todavía muchas de las relaciones interpersonales, y las actitudes altruistas están frecuentemente dispuestas a flor de nuestra piel para ser con prontitud ejercidas.

Por contra, cultivamos menos que ellos las actitudes intelectuales, la laboriosidad, la constancia, la seriedad y el rigor profesional. Por eso, no debiéramos ser presa de la moda y, mucho menos, arrojarnos en los brazos de cierto valor con menoscabo del cultivo de otros que, según parece, en este momento nos son indispensables.

De otra parte, en nuestra cultura actual, están en competencia y hasta en abierta contradicción demasiadas cosas. Así, por ejemplo, el deseo de optar de muchos jóvenes, en el ámbito profesional, por la seguridad del estado frente a la libertad personal; el esperar todo del estado de bienestar ("Welfare State"); la inhibición de la iniciativa personal y de la capacidad de participación en las cosas públicas, de forma que se resuelvan antes y mejor los problemas sociales que nos aquejan.

Hechas las matizaciones anteriores, hay que concluir que estimular la autoestima de las personas es, qué duda cabe, algo muy conveniente, siempre que tal estímulo esté también de acuerdo con la razón. En efecto, el gran error de algunos jóvenes universitarios de hoy es que se infraestiman y sobrestiman de forma errónea.

Así, por ejemplo, no suele ser infrecuente que se infraestimen en su capacidad intelectual o de trabajo, lo que revela que no se conocen como debieran y acaso por eso mismo no son capaces de conducirse con acierto en sus estudios. ¿En cuánto tiempo son capaces de correr cien metros lisos?, ¿cuántas horas seguidas pueden estudiar, obteniendo un buen rendimiento?, ¿cuánto tiempo precisan para aprender veinte palabras de ruso, interpretar una breve melodía en el violín o componer un artículo?

La mayoría, a este respecto, ignora la magnitud de sus capacidades. Entre otras cosas, porque nunca las han puesto a prueba, porque jamás se han sometido a la aventura de conocer en la práctica las propias capacidades personales. Por eso, precisamente, imaginan erróneamente que no tienen suficiente capacidad para la realización de tales actividades y, en consecuencia, se desentienden de ellas.

Qué sucedería si a los setenta años alguien les desvelara esa gran potencialidad que no han realizado, si les dijeran que podía haber sido el ciudadano europeo que mejor ruso hubiera hablado, con el mínimo esfuerzo. En ese caso, descubrirían demasiado tarde el propio error, un error éste a la baja y de infraestimación.

Simultáneamente, también se cometen errores de sobrestimación, de estimación a la alta. Es posible que una alumna se considere a sí misma como la chica más guapa de la clase y, sin embargo, es guapa pero no tanto, y en modo alguno la más guapa de la clase. Ese error de sobrestimación puede generar en ella ciertos conflictos. Si considera que es la más guapa de la clase —sin serlo—, formará la expectativa de que la traten sus compañe-

ros como la más guapa. Pero como no lo es, no recibirá el trato que espera y, en consecuencia, se sentirá frustrada, porque no le prestan la atención ni le hacen los favores que ella espera.

Por el contrario, si su autoestima está puesta en razón, si se conociera muy bien a sí misma, tendría una mayor facilidad para adaptarse al comportamiento de sus compañeros. Si se conociera bien a sí misma, sus aspiraciones y expectativas serían con frecuencia satisfechas por sus compañeros.

He aquí otra "asignatura pendiente" —esta vez en lo que atañe al ámbito de los profesores—, de cuyo contenido casi nunca nos hacemos cargo. Lo propio de un profesor es descubrir las habilidades y valores que cada alumno tiene, mostrárselos y ayudarle a que los haga crecer. La masificación y la rigidez de los programas que hay que enseñar, además de las peculiaridades del propio sistema educativo dificultan e impiden que estas necesarias enseñanzas sean llevadas a cabo.

No piensen que me he olvidado del enamoramiento. Lo que se acaba de afirmar respecto de la autoestima nos introduce en el núcleo mismo del enamoramiento. Cuanto mayor sea el conocimiento personal de sí mismo y de la otra persona, tanto más verdadera y mejor asentada será la estima del otro y la propia autoestima y, lo que es todavía más importante, mejor fundamentado estará el proceso del enamoramiento.

Nadie les puede obligar a que se enamoren de una persona concreta. Por definición, el amor para que sea tal ha de ser libre. Ahora bien, será tanto más libre cuanto mejor se conozcan a sí mismos. Y siendo más libres, podrán enamorarse mejor, porque podrán darse al otro tal y como son. Del mismo modo, cuanto mejor conozcan a la otra persona, tanto mejor podrán aceptar la donación que de su persona les hace.

Y es que la libertad es una propiedad nobilísima de la condición humana, por cuya virtud cada persona tiene la vida en sus manos, para conducirse a sí mismo a su propio destino. ¿Cómo se van a destinar a otra persona, que en eso consiste el enamoramiento, si no pueden conducirse por la falta de libertad que supone el desconocimiento o la ignorancia personal?

En esto consiste el reto del vivir humano: en conducirse uno mismo, libremente, a una vida cumplida, a dar alcance al propio destino, a donarse voluntariamente y con pleno conocimiento a la otra persona, en definitiva, a la conquista de la felicidad. Y para salvaguardar esta difícil, arriesgada y necesaria aventura de enamorarse, de darse a la otra persona, es preciso conocerse y conocerle mejor, excluir los errores de infraestimación y sobrestimación en que se haya podido incurrir, y no fiarlo todo a la emocionalidad, al emotivismo del momento, que distorsiona y falsea la imagen de la persona.

Hay que apelar a la afectividad y a las emociones, sí, pero a unos sentimientos que estén transidos —como es normal en la persona— de racionalidad, que estén amasados con ella.

#### EN DEFENSA DE LAS PASIONES

El desprestigio de que han gozado las pasiones, ha estado fundado en un cierto legado helénico un tanto equivocado. Es muy probable que tal legado de la cultura griega haya llegado hasta nosotros un tanto deformado.

De una parte, por su misma concepción originaria, es decir, como “*pathos*”; de otra, a través de la mediación de los estoicos, quienes concibieron las pasiones como perturbaciones y, por tanto, como afecciones del alma por las que ésta resultaba alterada.

Hume se opuso a la contraposición entre la pasión y la razón, postulando la incapacidad de esta última para modificar aquélla. Más tarde, el romanticismo y el hegelianismo revalorizaron el concepto de pasión al vincularlo a la creatividad y, por consiguiente, a la realización de los fines esenciales del espíritu (Solomon, 1976).

El inicial desprestigio de las pasiones arranca de la concepción griega. En la cultura griega, además de los dioses y los ciudadanos de la “*polis*”, estaban los héroes, a algunos de los cuales se les rendía un cierto culto. Los dioses influían decisivamente en los ciudadanos, manejándolos a su antojo, torciendo sus propios destinos, haciéndoles experimentar ciertas pasiones, sin que fueran previamente consultados.

En cierto modo, la grandeza de la persona humana consistía en asumir con dignidad las pasiones y el propio destino que los dioses le habían preparado. Cuando hacían gala de esa dignidad, se transformaban en héroes. El héroe estaba a mitad de camino entre los dioses y los ciudadanos. A pesar de la indiscutible grandeza y belleza de este comportamiento épico —algo en abierta contradicción con el mundo actual—, no obstante, se relegaba a la persona a la asunción de una cierta conformidad y pasividad, no exentas de patetismo, con el papel que los dioses le hubiesen destinado.

De acuerdo con este modelo, el hombre no era especialmente libre frente a sus pasiones. Hoy, en cambio, se ha abolido el comportamiento épico —desde el que debiera avizorarse también la cuestión del enamoramiento—, hasta el extremo de casi la militancia masiva en el modelo del antihéroe. En un horizonte así, parece lógico que el comportamiento épico haya dejado de ser una fuente motivadora e inspiradora del enamoramiento, simultáneamente que las pasiones se hayan instalado en el horizonte de la fragante permisividad (Bloom, 1996).

En medio de esta confusión, me interesa reivindicar aquí el valor de las pasiones, centrarlas en su justo lugar evitando cualquier error de sobrestimación o infraestimación, que podría ser capaz de enajenar su más profundo significado. Las pasiones no son, por sí mismas, buenas o malas, pero en todo caso han de ser bien conducidas, de manera que, a su través, la persona alcance su destino.

Las pasiones tampoco habitan en el vacío. La articulación entre las pasiones y las cogniciones constituye un hecho insoslayable, hoy de muy difícil refutación. Recuérdese aquella afirmación de Ortega de que las pasiones son como el viento que empuja las velas del pensamiento, y le hacen progresar. En cierto sentido, el pensamiento se enriquece con el concurso de las pasiones; en otro cierto sentido, el pensamiento puede también encallar y ser zarandeado por ellas. Todo dependerá de qué pasión y de qué intensidad. A su vez, las pasiones se enriquecen, matizan y dignifican en el encuentro con las cogniciones.

Por eso hay que reivindicar aquí su dignificación, en contra del descrédito a que han estado sometidas. ¿Creen ustedes que la pasión de estudiar es mala? ¿Hay algún inconveniente en estudiar de un modo apasionado? ¿No será éste el camino para estudiar más y mejor? ¿Han probado a ponerse a estudiar comprometiendo toda su atención, su memoria, su inteligencia, su corazón, en una palabra, con todo su ser para obtener el mayor rendimiento posible en el menor tiempo posible? ¿Consideran que es un inconveniente la pasión aventurada y gratificante de saber más, de conocer mejor? ¿También cuando se trata de la verdad? En mi opinión, eso es lo que debería sucedernos a estudiantes y profesores cada día.

Para que ese apasionamiento llegue a su puerto ha de estar gobernado cognitivamente. Cualquiera de ustedes, especialmente los que se infraestiman, si estudiasen con todo su ser, si el trabajo intelectual fuera la ocasión de descubrir y encarnar los valores que quieren realizar en sí, si fueran capaces de automotivarse antes de comenzar esa actividad, muy probablemente su rendimiento se multiplicaría por 10, por 20 o por 100.

Estudiar con pasión es acometer el contenido de un texto con al menos la misma avidez con que atacan un "bocata", que es de su agrado, después de haber transcurrido tres días sin alimentarse. En esas condiciones, la comprensión y retención de ese texto apenas si encontrará obstáculos que las detengan.

Estudiar con pasión supone comenzar esa actividad como algo que nos interpela personalmente, algo que atañe a nuestras propias vidas, algo de lo que depende el que seamos o no felices. Estudiar así facilita un buen ritmo desde el principio, un cansancio menor y el aprovechamiento de cada hora que hemos entregado al trabajo.

Estudiar con apasionamiento significa que de cada hora de estudio aprovechamos, al menos, cincuenta y nueve minutos. Por contra, cuando la pasión está ausente, es muy probable que de cada hora de estudio sólo aprovechemos veinte minutos, lo que significa que hemos de pasar delante del libro el triple de horas que cuando con él nos apasionamos, para obtener idéntico rendimiento.

¿Consideran acaso que un profesional, cuando le encanta su profesión, no se apasiona con lo que hace? ¿Les parece un error que un profesor se entregue en cada una de sus clases, que dé en ellas a sus alumnos todo lo que tiene y sabe de aquella disciplina? ¿Es que acaso puede impartirse una buena clase desde la instalación en la indiferencia y en la rutina de sólo seguir y cumplir con el programa? No sería más puesto en razón preguntarse lo que sigue: ¿Puede darse una clase sin apasionamiento?

Cada pasión está movida y fundamentada en ciertas cogniciones. La ira, la venganza, la paz o la solidaridad están asentadas en ciertos programas cognitivos de los que dependen. Sin el concurso de estos programas cognitivos, difícilmente emergería cada una de esas pasiones. Si ustedes no se apasionaran por nada, entonces estarían vitalmente muertos; vivirían como vegetales pero no como personas.

Por eso, mi consejo es que han de apasionarse, y apasionarse intelectualmente. La realidad es muy celosa de la verdad que alberga, presentando una cierta resistencia a ser conocida. El apasionamiento nos permite entregarnos por entero a conocerla. Cuando una persona se entrega por entero al conocimiento de la realidad —lo que exige la presencia de un cierto apasionamiento—, entonces, la realidad se abre y, generosamente, le entrega su verdad.

Mi consejo es que si no son capaces de apasionarse con lo que van a estudiar, no se pongan a ello. Es preferible esperar, prepararse, animar y suscitar la emergencia de un cierto apasionamiento previo. Una vez que éste se ha hecho presente, entonces es cuando hay que ponerse a ello.

No importa tanto las horas que se estudien, como la intensidad y la calidad con que una materia se estudia. Cuando se propongan estudiar durante una hora, traten de renunciar a todo lo que no sea estudiar, y procuren que aquello que hacen tenga la mejor calidad posible. Observarán con facilidad que su concentración es excelente, que rehúsan sin dificultad cualquier otro pensamiento que les venga a las mientes que no sea el de estudiar, que su entera persona se vuelca sobre esos contenidos, que se entregan a ellos a la vez que éstos se le entregan. En unas circunstancias como éstas, no tienen cabida las posibles interrupciones, porque nada es más relevante para aquella persona que lo que en ese momento está dispuesto a hacer.

Este es el modo de vivir apasionadamente, de vivir la vida estrujándola segundo a segundo, de hacer de ella algo respetuoso, digno, excelente y macizado de experiencias fascinantes.

El apasionamiento –lo acabamos de observar– no es malo, a pesar de la leyenda negativa y denigrante que hay en torno a él. ¿Consideran que los héroes legendarios de la baja Edad Media no se entregaron a la conquista del honor, de lo que era vitalmente relevante en su horizonte cultural? ¿Consideran que los místicos no se engolfaron apasionadamente en tratar con Dios? ¿Es que acaso alguna persona ha podido amar en exceso a Dios? Pues bien, amar en exceso a Dios es, qué duda cabe, una pasión, probablemente la pasión más apasionada de cuantas existen.

Si elimináramos las pasiones, eliminaríamos necesariamente también la épica y la mística. No, no parece conveniente eliminar todas las pasiones de nuestras vidas. Lo que conviene es dirigirlas cognitivamente, apropiárnoslas intelectualmente, ponerlas a nuestro favor y no en contra nuestra. Y esto es también recomendable en el ámbito del enamoramiento a que aquí se está haciendo referencia.

#### LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS AUTOCONFIRMATORIOS O REFUTADORES DE LA EXPERIENCIA DEL ENAMORAMIENTO

¿Qué cambia y se modifica en la persona, cuando experimenta que está enamorada? Su entera personalidad, como a continuación observaremos. El amor humano transforma el mundo de la persona, pero a través de la persona misma. El amor es una actividad transformadora del mundo porque, previamente, cambia la persona, como una acción autotransformante de ella.

Una chica que está enamorada no es la misma que cuando no lo está. Basta, por ejemplo, con apreciar el tiempo que pasa arreglándose en el cuarto de baño. Como está enamorada, quiere que el otro la quiera, que disfrute viéndola, que pueda comparecer ante él con toda su belleza. Y para ello, lógicamente, trata de arreglarse todo cuanto puede, estudiando lo que la favorece y lo que no.

Una chica enamorada se muestra alegre, vital, con ocurrencias para todo, rápida, risueña, etc., y eso a pesar de que de ordinario no suele manifestar esos rasgos en su manera de ser.

En una chica que está enamorada, cambian muchas cosas, acaso demasiadas. Cambia su modo de percibir. Su percepción se agiliza y especializa, discriminando más agudamente los estímulos que hacen referencia a la persona que ama. A pesar de las muchas personas que ahora estamos aquí, una chica enamorada encontraría con mucha facilidad entre la gente que llena

esta aula al chico del que dice estar enamorada. Es que ha sido modificada su percepción visual.

En el enamoramiento suceden muchos cambios, que la actual psicología conoce mejor que antes, y que corrobora afirmaciones muy sabias que desde siglos se habían sostenido en la literatura y la antropología. Así, por ejemplo, en la literatura amorosa se afirmaba que “el amor dilata la pupila”. Esta afirmación, como ha podido ser demostrado, no es sólo una metáfora. En efecto, lo que exactamente hace el amor es dilatar la pupila.

Precisamente por eso, un chico que entrase en este momento, enseguida localizaría a la chica de la que está enamorado, a pesar de las muchas personas que aquí estamos. Una pareja de enamorados pueden sentarse en una cafetería y pasar tres cuartos de hora mirándose a los ojos.

Que el amor dilata la pupila es un hecho que ha sido comprobado experimentalmente por la actual investigación psicofisiológica. Si con la ayuda de un taquistoscopio exponemos a una persona, durante centésimas de segundo, ante las fotografías de otras personas, simultáneamente que cuantificamos el diámetro de sus pupilas, observaremos que éstas se dilatan de forma significativa justo cuando la fotografía de la persona a la que se le expone es la de la persona de quien dice estar enamorada.

Pero la pareja de nuestro ejemplo sigue mirándose a los ojos en aquella cafetería concurrida en que les dejamos. Ninguno de ellos sabe dónde está, ni el tiempo que ha transcurrido, ni si les observan o no las otras personas que allí están. Su atención ha sido alcanzada y transformada también por el enamoramiento. Y lo mismo sucede con la conciencia. Pues, como decía Ortega y Gasset (1960), “el enamoramiento es un fenómeno de la atención, un estado anómalo de ella que en el hombre normal se produce (...), un angostamiento y una relativa paralización de nuestra vida de conciencia (...); es un estado inferior de espíritu, una especie de imbecilidad transitoria”.

Según esto, el enamoramiento conlleva una cierta alteración —patológica o no— de la atención. La voz atención viene de atender, de tender hacia. Cuando una persona está muy atenta prolonga y dirige su cuerpo hacia aquello a lo que atiende, y no apoya ni la espalda en la silla, porque está tendido, proyectado y sólo pendiente (dependiente) de la persona que ama.

En el enamoramiento cambian, obviamente, los sentimientos, poco importa que estén fundamentados o no, que estén suscitados en un contexto real o irreal, objetivo o imaginario. Con la emocionalidad, cambian también las tendencias apetitivas. Es como si el “disparador” sensorial que las pone en marcha se especializara tanto que se torna específico para responder a ese estímulo —la persona que se ama— y sólo a él.

Comparece así una especie de exclusividad sensorial, por cuya virtud, sólo se perciben ciertas sensaciones —aumentadas frecuentemente en su

magnitud e intensidad—, mientras que se es impermeable a otras. Asistimos al momento del deslumbramiento entreverado con numerosas respuestas fisiológicas, que se perciben en la propia corporalidad, y que intervienen como testigos autoconfirmatorios de lo que allí está aconteciendo.

Se dan también numerosos cambios bioquímicos y biomoleculares a nivel de los transmisores y neuromodiladores cerebrales que median las experiencias afectivas. De estos hechos se han hecho eco —aunque sin apenas saberlo— muchos jóvenes cuando, para referirse a la persona con la que especialmente simpatizan, dicen que “tiene buena química”. Lo que quieren significar con esa expresión es que esa persona vibra en la misma longitud de onda que ellos, que ambos empatizan, sintonizan, se comprenden recíprocamente. Pues bien, esa “química” no es metafórica sino real.

Pero no todo es química en el enamoramiento. En el proceso del enamoramiento interviene también, y de forma muy decisiva, la imaginación. La imaginación es responsable y puede dar cuenta de importantes segmentos de la génesis, desarrollo y experiencias que acontecen en el enamoramiento. Las fantasías y representaciones icónicas que las personas se hacen, al hilo de los cambios corporales y emocionales que experimentan, inciden frontalmente en la andadura de este proceso, hasta incluso determinarlo, conducirlo y asentarlo de forma más o menos definitiva.

A veces, lo que se entiende como enamoramiento no es sino una mera experiencia de sentirse atraído por otra persona, experiencia que luego la imaginación agiganta y organiza, según una trama argumental irreal pero con suficiente eficacia como para moldear las futuras expectativas que se conciben. El compromiso con lo que se está viviendo —aunque sólo sea a nivel de la imaginación— debiera ser atendido desde una perspectiva más amplia y fundada —especialmente, cognitiva y volitiva—, y no abandonarse al albur de su suerte fantasiosa.

En la etapa juvenil, este exceso de imaginación —al que se fia el curso y la evolución del enamoramiento— constituye un inmenso error capaz de generar muchos conflictos. Entre ellos, el de tergiversar y enmascarar el conocimiento interpersonal, hasta el extremo de estar mediada por la imaginación —y cautiva en ella— la misma relación que se establece entre las personas que imaginaban amarse.

La función de la imaginación es muy relevante, no sólo porque desempeñe un importante papel en el ensamblaje inicial del proceso amoroso, sino porque contribuye también a articular el entramado final resultante de este proceso. La imaginación recrea casi siempre el contacto amoroso, incluso entre las personas adultas. Hay matrimonios que, con el correr de los años, la han excluido casi por completo de su vida, que la han enajenado de su relación conyugal. Pensaban quizá que lo más conveniente en el proceso

amoroso es el atenuamiento a lo real. Y, en consecuencia, se desentendieron más allá de lo debido de la fantasía. Tal vez no reparaban en que, al hacerlo, condenaban sus relaciones interpersonales a la rutina, la polilla que todo la arruina. Sin imaginación no es posible renovar el amor. Sin la imaginación, la creatividad se extingue y ya nada sorprende. Acaso por eso mismo, nada resulta novedoso y muy pocas cosas son capaces de ser recreadas y de suscitar el necesario asombro.

En unas circunstancias así, parece lógico que todos los días sean iguales, monótonos, repetitivos; que no haya nada que comunicarse entre los esposos. Pero si nada vale la pena de ser comentado, entonces es que tampoco hay nada que compartir entre ellos. Lo que no se comparte, desune, separa, distancia. Se origina así una dinámica amorosa en la que la creatividad se agosta y la vitalidad se asfixia, mientras el amor humano se acartona y va resquebrajando hasta que muere. No resulta extraño en este contexto que el problema de la incomunicación conyugal sea el que más preocupa a la mayoría de las mujeres españolas casadas.

Lo más frecuente es que haya un exceso de imaginación al principio del proceso amoroso y su total abolición al final. Ambos excesos –por más y por menos, respectivamente– entorpecen las relaciones amorosas: al inicio, porque dificultan el conocimiento y compromiso con la otra persona; al final, porque dificultan la posibilidad de renovar, recrear e innovar el proceso amoroso.

El cuerpo, inevitablemente, comparece, se hace copresente en el enamoramiento. El cuerpo es precisamente un irrenunciable elemento autoconstitutivo del proceso de enamoramiento. De una parte, por la función manifestativa, enigmática y atractiva que desempeña al hacerse disposicionalmente presente al otro. De otra, por lo que añade de cambios neurofisiológicos, de correlato confirmatorio de la inicial experiencia del enamoramiento en quien esto comienza a suceder (Polaino-Lorente, 1992).

Sin la copresencia de los cuerpos de una y otra personas es muy difícil que alguien se enamore de alguien. Un enamoramiento ingravido y descorporalizado, apenas tendría futuro. A lo más sería un enamoramiento desnaturalizado por angelical, platónico y sin rostro. Eso en modo alguno traduce la concreción del amor humano: la unicidad e irrepetibilidad de la persona a la que se ama y su carácter insustituible.

El enamoramiento enajenado de la corporabilidad es una experiencia cumbre del idealismo emblemático y adolescente, un amor hipotético y demasiado abstracto que en absoluto autoriza a seguir llamándole así. Sin embargo y sin corporalidad, el enamoramiento deviene en mera hipótesis inverificable, cercana a la refutación y generadora de frustración.

Quien afirma estar enamorado apenas si dispone de un modelo "a priori" de lo que es el amor, modelo que luego tratará de encontrarlo realizado en una persona, sin por ello lograr conseguirlo. Pero al haber dado la espalda al cuerpo, como tal hipótesis acerca del enamoramiento resulta inverificable, por lo que tampoco ésta será reformulada, con lo que el error persistirá en el tiempo, pudiendo vivirse como rechazo, como no aceptación, es decir, como frustración.

El cuerpo media toda relación del nosotros. El cuerpo hace presente al mundo a la persona, simultáneamente que a su través el mundo se hace presente a la persona. El cuerpo es espíritu encarnado, carne espiritualizada, referencia primera e irrenunciable del propio yo. Nadie puede concebirse a sí mismo sin que comparezca el cuerpo animado que es y tiene, y en que consiste. El cuerpo media necesariamente esa especial relación del enamoramiento. De aquí la necesidad de asumir la propia corporalidad en el contexto del enamoramiento.

El cuerpo humano, sexualmente modalizado, es algo excelente y necesario, por cuanto que se experimenta como una realidad directamente interpelada por el enamoramiento. Pero acontece que en la actual cultura su integridad ha sido atomizada.

En primer lugar, *se ha separado sexo y afectividad*, de forma que a veces, en la práctica, la dimensión placentera del sexo se ha independizado de la dimensión afectiva en que aquella debería estar acunada. El placer va por un lado, mientras que el corazón va por otro. Y la consecuencia es que ni uno ni otro quedan satisfechos, sino más bien arruinados, trivializados y banalizados.

De aquí que el anhelo de la persona enamorada a sentirse querida, la necesidad que tiene de ser comprendida, de ser afirmada en su valor, de ser admirada —que poco o nada tienen que ver con el placer sexual— quede frustrada. De otra parte, una sexualidad —afectivamente amputada y anhedónica—, así ejercida, es muy incompleta e irrelevante, porque al sacrificar o prescindir de la satisfacción afectiva —algo de suyo irrenunciable—, deviene en un proceso meramente mecánico y epidérmico, en un mero automatismo, por otra parte, muy insatisfactorio.

En segundo lugar, *se ha separado sexualidad y reproducción*, hasta el punto de la artificialización y total independencia de esta última respecto de aquella. La sexualidad, como mero alegato hedonista, nada tiene que ver con la fertilidad (Polaino-Lorente y Martínez Cano, 1995).

Y, en tercer lugar, *se ha separado la sexualidad del conocimiento intelectual del otro*, sobre el que se funda la comunión entre ambos. Hoy, en algunos procesos de enamoramiento, las funciones cognitivas no se implican como debieran, simultáneamente que sí comparece, en cambio, la satisfac-

ción de la dimensión sexual placentera que no queda excluida por ello. Si la otra persona deviene en fuente de placer —a la vez que es ignorada en tanto que persona irrepetible—, ¿cómo poder asentar y establecer que esas relaciones son amorosas?

En el ámbito del enamoramiento conviene distinguir entre percibir, imaginar, sentir, desear, consentir y querer, funciones que actualmente resultan un tanto confundidas.

En el enamoramiento suele percibirse inicialmente el continente de la persona, su “fachada”, pero no su contenido. Esa *percepción*, qué duda cabe, puede poner en marcha el proceso de atracción, pero con menor consistencia, profundidad y estabilidad que el conocimiento personal. Al fin y al cabo, el así llamado “continente” no es otra cosa que la “carrocería” y nadie puede sentirse satisfecho con sólo eso cuando desea conducir un coche.

Es preciso *sentir* al otro, experimentar en la propia corporalidad el golpear de ese encuentro. Pero sentir no obliga a consentir. Para *consentir* es preciso querer, que intervenga la voluntad. Se consiente cuando la voluntad dice sí, quiero. Hasta que la voluntad quiera, hasta que libremente no decida tal, puede haber un cierto inicio de enamoramiento, pero jamás un compromiso con él, suficientemente fundado.

El *desear*, en cambio, se acabalga en la imaginación y está muy vinculado a los sentidos externos y, en algún modo, aunque bastante menos, a la voluntad. El deseo tiene que ver con el conocimiento, con las funciones cognitivas, pero desde la distancia.

Las dos funciones que mejor fundamenta el enamoramiento con cierta posibilidad de que luego se prolongue en amor verdadero son el *conocimiento* y el querer de la *voluntad*.

*Querer*, lo que se dice querer, constituye el acto cumbre y emblemático de la voluntad. Pero ese acto está vinculado al conocer, de quien resulta distinguible, pero no dissociable. El querer es un apetito racional de la voluntad con conocimiento del fin. Tal vez por eso sea emblemático, porque en él se concitan y entreveran la atracción y las tendencias apetitivas y emocionales, las percepciones y representaciones, la voluntad y el conocimiento. Querer y ser querido es, valga la redundancia, lo que la gente quiere que le pase cuando se enamora. Y, lógicamente, las personas no se conforman con menos.

Conviene matizar, por eso, lo que propiamente significa cada una de estas funciones que se concitan en el enamoramiento y lo vertebran. La coherencia será tanto mayor cuanto más participen todas ellas y se integren en eso que se experimenta como enamoramiento. Cuando esa integración no se produce, el enamoramiento deviene entonces en algo incoherente, enga-

ñoso y quimérico, en algo que en lugar de conducir a la felicidad a la persona que ama, la encamina a la frustración y al sufrimiento. Un sufrimiento éste, unas veces estúpido, absurdo otras y las más de las veces negligente.

Como tales universitarios sería muy conveniente que obviaran esas negligencias, que conocieran en modo suficiente este proceso, de manera que eviten en ustedes mismos y en cuantos les rodean la acritud de estas lamentables experiencias.

#### DIEZ INDICADORES ÚTILES PARA SABER SI SE ESTÁ O NO ENAMORADO

Dado que mi intervención se va alargando más de lo que debiera, sólo mencionaré a continuación diez posibles indicadores que, estudiados por un avezado observador, les permitirá inferir si lo que están experimentando es o no es un proceso de enamoramiento, es decir, si están o no enamorados. Veamos algunos de ellos:

##### 1. *Conocerse y conocerle. De la autoposición a la autoexpropiación en favor del otro: la "donación" de sí mismo*

¿Conozco suficientemente a la persona de la que digo que estoy enamorado? ¿Me conozco suficientemente a mí mismo, de manera que sea capaz de dar mi más auténtico yo a esa persona?

Si a las dos cuestiones anteriores se contesta afirmativamente, entonces hay que concluir que ha comenzado el proceso del enamoramiento. Si, por el contrario, albergamos muchas dudas acerca de ello, en ese caso habrá que seguir conociéndose y conociendo mejor a la otra persona. Por contra, si manifestamos que no, que apenas hay conocimiento de nada, entonces sólo queda concluir que allí no hay enamoramiento alguno.

Y es que uno no puede querer a una persona si no la conoce. Por eso, la quinceañera del ejemplo, a la que antes aludimos, que decía estar enamorada, en realidad no lo está. Lo que ha sucedido es que se ha sentido halagada por la mirada del chico del autobús. El resto de lo que ha experimentado es en buena parte atribuible al esforzado trabajo de su imaginación.

Convengamos en que no se puede querer a una persona a quien no se conoce. Pero cuando se conoce mucho a una persona, entonces se descubre que no todo en ella es tan valioso como pensábamos, que también tiene defectos. En ese caso, querer a esa persona, significa que la aceptamos con sus defectos, que la queremos como es, incluidos sus defectos. De lo contrario, es que no la queremos como es, sino como imaginamos o diseñamos—desde nosotros— que debería ser (Polaino-Lorente, 1995).

Pero esto es sustituir a una persona por el icono que de ella tenemos, es decir, falsearla, rehacerla a imagen y semejanza de nuestros gustos y apencias, en definitiva, establecer una diferencia artificial entre el ser real (de una persona) y el ser mental (nuestro), sustituyendo aquél por éste.

En el fondo, una prueba que puede hacerse para comprobar este primer criterio, es evaluar la capacidad que tenemos de dar y de darnos a una persona. Amar a una persona no es otra cosa que darse a ella. Si alguien continúa dudando acerca de si es amado o no, puede tratar de comprobarlo examinando si la otra persona se le entrega o no. Compruebe si esa persona se le da por entero, continuamente, en todo lo que pide, y aun en lo que no pide. Y si lo hace, ¿podrá acaso equivocarse si concluye que esa persona le quiere?

Ahora bien, ¿cómo puede dar uno lo que no tiene? ¿Cómo se puede dar una persona a otra, si no se tiene a sí misma? Y no se tendrá, si no se conoce. Para donarse a sí mismo es menester satisfacer una condición previa, autoconstitutiva y posibilista de tal autodonación: tenerse a sí propio, poseerse a sí mismo mediante el conocimiento.

Lo más importante en la vida no es el éxito, ni el poder, ni la popularidad, ni el dinero. Al fin lo único que importa en la vida es el querer. Una persona vale lo que valen sus amores. Pero, ¿cómo va a ser una persona capaz de amar, de darse a otra, si no conoce lo que da y/o a quién da lo más valioso que tiene, su ser personal?

## 2. *La parte y el todo*

El enamoramiento no consiste en seleccionar algunos rasgos de otra persona —los que atraen o son más apreciados—, con olvido, negación y exclusión de los que interesan menos. No podemos fragmentar a las personas en sus diversos componentes. Porque estaríamos fragmentando una realidad que es unitaria, única, irrepetible —jamás se dará otra persona como esa—, insustituible, irremplazable, y sobre todo, porque es quien es y como es.

De proceder así, se amarían algunos de sus rasgos o partes, pero no la totalidad de la persona. Lo que significa que no se ama la realidad personal, puesto que nadie se satisface con amar el resultado de abstraer, precisiva y unilateralmente, ciertos aspectos del otro. Eso es, en todo caso, una abstracción que dista mucho de la frescura, certeza y concreción inconmensurable de un ser personal, al que realmente se quiere.

Hay chicas que se enamoran de la inteligencia de un chico, de su personalidad, de su prestigio profesional o de su cuenta de resultados económicos, simultáneamente que detestan su discurso tedioso y aburrido, sus

amistades o sus “hobbies”. Hay chicos que creen haberse enamorado del rostro de una chica, de su simpatía o amabilidad, simultáneamente que rechazan su parloteo inútil, su impuntualidad o su incapacidad para estar a la altura de las circunstancias sociales. Unos y otras han tomado la parte por el todo, siendo así que la parte en modo alguno puede representar al todo que precisamente excluyen.

El todo no se identifica con algunas de sus partes; el todo es más que la suma de todas las partes que lo integran. Por otra parte, en la selección que la percepción hace de las partes suele darse, además, muchos errores, sesgos, estereotipias y prejuicios, lo que contribuye a enmascarar todavía más la realidad y totalidad del ser de quien se cree estar enamorado.

El amor personal no se satisface con fragmentos, no es una realidad fragmentaria, sino que tiene vocación de totalidad, de apertura a la totalidad del otro. El amor sólo se satisface con la totalidad de la persona, con la entera persona, incluidos los rasgos que tal vez puedan ser juzgados como defectos.

De no ser así, no se ama a la persona completa y cabal; si no se le acepta como es, entonces, es que no se le ama con amor de persona, sino con un amor reificado, fragmentario, incompleto, es decir, con amor de cosa.

En síntesis o se ama la entera persona del otro o la persona se ama a sí misma en los rasgos que previamente ha seleccionado y escogido de la otra persona.

### 3. *Querer el bien del otro*

Hay que querer el bien del otro, porque es más relevante y fundamentado que el propio placer que se alcanza a su través.

Hay que querer a la persona por-sí-misma y no para-mí. Se quiere a la persona por ella misma, cuando lo que se quiere es su bien, lo que la hace más perfecta, lo que contribuye a darle una mayor densidad ontológica y a elevar su dignidad. Cuando se procede de esta forma, cuando se busca ante todo el bien de la otra persona, el amor que emerge de esa relación resulta enriquecido, perfeccionado y dignificado, lo que reobra sobre la persona que así ama.

Proceder así es garantía de que se está realmente amando, tanto que no sólo se ama a la otra persona, sino también el amor. En estas circunstancias, no sólo forma parte del enamoramiento el bien del otro, sino la bondad de ese mismo querer el bien del otro. Por eso se tiene un conocimiento experiencial de que lo que le ha sucedido en la experiencia del enamoramiento es lo mejor que le podía suceder, lo mejor que le ha pasado en su vida.

Hay personas que se enamoran del amor. De aquí que esa relación afectiva se viva como única, como lo más importante de su vida, como lo absolutamente no renunciable y ante lo que debe subordinarse cualquier otra. La propia relación, lo que está ocurriendo, lo que hay entre los dos tiene tanta belleza que ambos están obnubilados y como hipnotizados, y no sólo por la comparecencia del otro, sino por la presencia del amor, de la relación que hay entre ellos. Relación que, independizándose de lo que ambos recíprocamente experimentan, alcanza una cierta autonomía desde la que ambos son invadidos y transportados.

Cuando ante todo se quiere el bien del otro apenas si importa nada ceder y conceder, sacrificarse por la belleza de esa relación. Cuanto mayor bien alcance el otro, tanto más retornará ese bien hacia quien así ama, entre otras cosas, porque lo que también quiere el otro es quererle a él, querer su bien.

Uno y otro se quieren recíprocamente. Un querer así les hace crecer, mejorar, desarrollarse y alcanzar su mayor estatura personal, lo que optimiza su valor personal, el valor de la persona que se quiere y, en consecuencia, el valor de esa misma relación. En la medida que ambos mejoren, el querer que se da entre ellos forzosamente tendrá más calidad, mayor calado y profundidad, mayor trascendencia.

#### 4. *Querer y ser querido*

Uno está enamorado si puede establecerse una cierta proporción o balance entre querer al otro y ser querido por el otro.

Ese balance es muy desigual de unas a otras personas. Hay personas que lo que quieren, sobre todo, es ser queridas. Son personas que se sienten valoradas no por lo que realmente valen —con mucha frecuencia se infraestiman—, sino por lo que el amor del otro hace de ellas, por lo que las valora. De aquí que consideren erróneamente que valen lo que vale el amor de las personas de quien consideran estar enamoradas.

Son personas que al sobrestimar uno de los efectos de esa relación, dejan desatendidas sus capacidades de amar. Simultáneamente, se centran demasiado en ellas mismas —en tanto que objeto de amor del otro— y, por tanto, suelen estar muy pendientes del modo en que el otro les manifiesta su querer (si me aprecia todo lo que debe, si me ha hecho o no este mismo, si hoy no me ha dicho nada, etc.).

Este modo de encarar el enamoramiento parte de un modelo deficitario, incompleto y paupérrimo de la condición humana. Pues como decía San Agustín, “si no sabes amarte a ti mismo, tampoco sabrás amar a los demás

en la verdad”, o como el mismo autor afirma en sus *Confesiones*, “amor meus pondus meum”, es la propia consistencia de mi ser lo que me lleva como amor a todo lo que soy llevado. Esta trascendencia no es otra cosa que decir sí a lo que nosotros ya somos, antes de que conscientemente podamos decir sí o no a cualquier otra opción que se nos presente.

Por contra, otras personas sobrestiman el querer, sin apenas reparar, aceptar o exigir las manifestaciones de cariño de la otra persona. Su enamoramiento describe una trayectoria vital demasiado épica y heroica y, precisamente por ello, incompleta e insatisfactoria.

Al optar por querer sin ser querido, vacían de significado el amor humano. Nada de particular tiene que al proceder así se instalen, con el pasar del tiempo, en una posición victimista desde la cual sólo aprecian lo mucho que dan y lo poco que reciben del otro y que, en consecuencia con ello, pasen factura –justificadamente o no– de lo que consideran agravios intolerables.

Un balance más equilibrado del querer –sin que jamás se incurra en la cuantificación detallada y minuciosa de lo que se da y/o recibe– constituye un precioso indicador de si se está o no enamorado. Lo conveniente es armonizar esos extremos de querer y ser querido, de forma que se asegure una justa reciprocidad entre ellos.

Pero esa reciprocidad, insisto, no debiera ser sopesada demasiado. De hacerlo, el amor humano devendría en un artículo de zoco, de mercadillo –“lo mucho que le he querido y lo poco que me ha querido”–, cuyo justiprecio sería siempre equívoco e injusto, porque vaciaría de significado el carácter gratuito, de regalo, en que consiste el amor humano, al tratar de pasar factura en el próximo ajuste de cuentas.

##### 5. Realizar un **proyecto común**, exigente y comprometido

El enamoramiento supone un compromiso recio, fuerte y radical entre las personas que se quieren. ¿Qué cabría pensar cuando uno de ellos o ambos rechazan ese compromiso? Supongamos la situación de un chico y una chica, que dicen estar muy enamorados, y que de repente uno de ellos afirma lo que sigue: “Creo que nuestra relación me está comprometiendo demasiado, que nuestras salidas me comprometen socialmente, porque ¿qué va a decir la gente si nos ven juntos?” ¿Qué pensará al oír esto la otra persona? Pues, sencillamente, que no hay tal amor entre ellos.

El amor exige el compromiso radical en un proyecto común y exigente de las personas, que por él se comprometen y, en cierto modo, renuncian a su libertad personal. Hemos insistido, líneas atrás, que el amor es donación,

es decir, autoexpropiarse en favor del otro, de manera que los proyectos de ambos converjan en un solo y mismo proyecto. Si no se está dispuesto a esto, es que probablemente la chispa incendiaria del enamoramiento todavía no se ha producido. Ese compromiso tiene que llegar a un proyecto común, en que cualquiera de los dos está dispuesto a ceder.

Cuando, por ejemplo, se subordina el proyecto común a alcanzar determinadas metas profesionales o cuando se le condiciona a la consecución o no de ciertos valores —éxito, fama, popularidad, dinero, etc.—, entonces hay que concluir que tal vez no se esté enamorado. Entre otras cosas, porque el proyecto común se está subordinando a otros muchos proyectos unipersonales, que acaso se perciben como más valiosos y autorrealizadores para cada uno de ellos, lo que comporta reclamar para sí la libertad que previamente se había entregado, optar por la independencia en lugar de por la unidad, subrayar más radicalmente el valor de las propias aspiraciones personales que el bien del otro, que la propia felicidad que es el bien de los dos.

#### 6. *Querer estar con la otra persona*

Cuando sólo se desea estar con la otra persona —poco importa lo que haya que sacrificar por ello—, puede afirmarse que el amor está cerca. Entiéndase que no se trata tanto de estar poco o mucho tiempo con esa persona, sino de estar permanente e intencionalmente en su presencia. ¿Qué significa este modo de querer estar con la otra persona? Significa que se anhela formar parte de su vida, ser uno con ella, correr su misma suerte.

Es decir, se trata de la *unidad*. Este vehemente anhelo de “estar-con” es sinónimo de la inseparabilidad que buscan dos personas que, de suyo, no sólo son separables, sino diversas y cada una de ellas completa en sí misma. Pero el vigor de la fuerza que les une hace posible, como una irrenunciable exigencia, esa devoción por la unidad. Entre otras cosas, porque sin ella ninguna de esas dos vidas alcanza su sentido y a sí mismas se explican. Por eso sin esa presencia intencional del otro, no se comprende ya la vida personal. Cualquier conflicto que aparezca en el horizonte de las personas que se quieren fundamentalmente es percibido como una radical amenaza, como una posibilidad de escisión entre ellos, como un atentado a la unión que está fundada en el mutuo amor que se tienen.

Esta aspiración, jamás del todo satisfecha a “estar-con”, no es sino la reciprocidad propia del querer humano que funda la identidad entre los que se aman, y sale garante de la fusión —sin confusión de sus personas— que se da entre ellos.

### 7. *Querer estar sólo con la otra persona*

Estar enamorado significa querer estar sólo con la otra persona, no compartir su presencia con nadie, no exhibir lo que de íntimo entrevera esa relación entre ellos con ningún curioso o desocupado, ni tan siquiera con los familiares y amigos, por muy unidos que hayan estado a ellos antes de ese momento.

Esto no es otra cosa que la aspiración a la exclusividad del amor humano. Una exclusividad que es igualmente naturalmente reclamada por los que se aman y quieren la total exclusión de cualquier ser que no sean ellos mismos. A lo que parece, el amor es excluyente de todo lo que no sea él, sea para salvaguardar su exigencia de intimidad, sea para no compartir lo que no puede fraccionarse por estar autoconstituido y asentado en la unidad.

La persona enamorada se percibe no sólo como un yo que dice, sino como un tú-y-yo, fundamentando la encarnadura dialógica, el vínculo que hay entre ellos. Emerge así un “nosotros”, una nueva realidad en la que el vivir se transforma en convivir y el existir en coexistir.

Esa exclusividad viene a subrayar y resella lo que les une y no lo que les separa, su participación en un proyecto común, su compromiso solidario en un mismo afán. La exclusividad les transforma en “una sola carne”, robusteciendo el enlace indisoluble de sus respectivas biografías (Polaino-Lorente, 1995).

Por la exclusividad, “el otro me es vivido en la medida que yo mismo me vivo como vivido por él (...); yo vivo su vivirse y el otro me vive su vivirle”. Surge así la “vivencia de una comunidad que se hace explícita en la experiencia de sentirse instalado justamente en un ser como el mío” (Millán Puelles, 1955).

Sólo a través de este “factum”, de esta experiencia de la exclusividad, el enamorado alcanza el “logos” de sí mismo.

### 8. *Querer estar siempre con la otra persona*

Es natural que la persona enamorada quiera estar siempre con la otra persona. Ese llamado a la intemporalidad de su relación, a que los relojes no marquen las horas, a que se detengan sus manecillas mientras están juntos, en definitiva, a que cese el tiempo, es un modo de manifestar el miedo –y, en consecuencia, el rechazo– a la mera posibilidad de que cualquier evento anegue o modifique un ápice lo que actualmente están viviendo.

La mera consideración de que esa tarde de domingo han de separarse a las nueve, siembra la infelicidad entre los amantes. El anhelo de estar juntos es incesante y no reconoce ningún límite temporal. De admitirse el cese de la relación, por mor del tiempo, la pasión amorosa resultaría falsificada, diluida, estereotipada. De no desear que aquello permanezca siempre, hay que concluir que el valor de esa relación está muy aminorado, que el enamoramiento todavía no ha madurado.

Lo mismo puede afirmarse respecto de la consideración de otras posibilidades condicionadoras o amenazantes. Bastaría con que uno de los enamorados admitiese que su amor puede estar condicionado a este o aquel suceso, que puede modificarse por las circunstancias, que el conocimiento de nuevas personas tal vez dé al traste con la experiencia vivida, para que pueda dudarse, en definitiva, de la existencia del enamoramiento.

Esta nota de “querer siempre”, de la inmutabilidad de ese compromiso incondicionado e invariante que resiste, por ser más poderoso, al paso del tiempo y de los avatares de las circunstancias, es lo que se conoce con el término de fidelidad, un rasgo que a modo de indicador precisa el hecho de si se está o no enamorado.

### 9. *Innovar, renovar, recrear y procrear para que el amor no muera o se agoste*

El amor es siempre cosa de dos. Si uno no quiere, dos no se aman. Aunque el amor tiene vocación de eternidad, no obstante, como la vida de las personas es muy cambiante, esa vocación a permanecer, propia del comportamiento amoroso, ha de estar dispuesta a innovar, renovar, recrear y procrear, para que el amor no muera o se agoste.

Estar dispuesto a innovar significa comprometer la creatividad personal para que el hastío no asfixie la belleza de esa relación, arrojándola en los brazos del aburrimiento.

Estar dispuesto a renovar una y otra vez esa relación exige librar una batalla continua contra la rutinización de la vida en común, contra el acostumbamiento, contra esa confianza fácil y empobrecedora que arroja de sí toda capacidad de asombro. Se trata de evitar que todos los días ocurra lo mismo, más de lo mismo entre las mismas personas. Porque el cáncer de la rutina produce tedio, fastidio, náueas, arcadas, vómitos y desesperación. Y en esas circunstancias la vida amorosa resulta invivible.

Estar dispuesto a recrear exige descubrir nuevos ámbitos en el hondón de la otra persona, ante los que siempre es posible sorprenderse, aprender a envejecer juntos salvaguardando la lozanía gallarda del primer amor, estar

persuadido de que las personas envejecen, pero no así el amor que las sostiene.

Estar dispuesto a procrear exige abandonarse a la natural pretensión a la creatividad del amor humano, reconocer que lo que ambos buscan es ir más allá de sí mismos generando un nuevo ser que les trasciende. De ese “novum” por antonomasia, que es cada hijo, depende el que ambos auto-descubran y descubran en el otro otras nuevas dimensiones de su relación: la paternidad y la maternidad.

Estar dispuesto a tener un hijo es un indicador estable, consistente y fiable de que se ama a la otra persona.

### 10. *Comunión, convivencia y coexistencia*

La unión amorosa es de tal naturaleza que la persona enamorada quisiera fundirse con la otra persona, ser su misma naturaleza.

Esa unión entre la mujer y el hombre que se quieren, aspira a transformarse en comunión, una especial unión intelectual, por cuya virtud se adentra cada uno en el alma del otro y participan, recíprocamente, de sus respectivas vidas, de las que se alimentan y en las que cada uno se auto-comprende.

La comunión interpersonal es la que muda la existencia personal en coexistencia, de forma que ninguno se reserva ya nada para sí. Ninguna vivencia personal –más acá de lo que de inefable tienen–, por modesta que sea, es hurtada a la otra persona, porque cada vivencia personal adquiere su significado más cabal en tanto que convivencia.

Las vivencias acaban así por conformarse, según un discurso convivencial, dialógico e interpersonal, en el entretejerse y la encarnadura de las historias biográficas de quienes se aman. Sólo así, lo que es propio de uno es propio de los dos y cualquier cosa en que a uno le va la vida, le va la vida también al otro.

Experimentar esta necesidad de coexistencia, de convivencia y de comunión, es un excelente indicador para salir de dudas y advertir si se está o no enamorado.

Como habrán podido observar, muchos de los indicadores a los que se ha aludido no descansan sino en el *entendimiento* y la *voluntad*, las dos funciones superiores y específicamente humanas, que fundamentan ese misterio del amor humano, por cuya virtud una persona libre se destina libremente a entregarse a otra que, con libertad, acepta el regalo de esa donación y que libremente se dona también para constituir entre ambas una unión incondicionada, exclusiva y fiel, de manera que alcancen su único y propio destino: la felicidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- BECK, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Nueva York: International University Press.
- BLOOM, A. (1996). *Amor y amistad*. Santiago de Chile: Ed. Andrés Bello.
- COOPERSMITH, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman.
- FALCÓN MARTÍNEZ, C., FERNÁNDEZ-GALIANO, E. y LÓPEZ MELERO, R. (1983). *Diccionario de la mitología clásica*. Tomos 1 y 2. Madrid: Alianza Editorial.
- GOLEMAN, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- MILLÁN PUELLES, A. *Ontología de la existencia histórica*, 2.ª edición. Madrid: Ed. Rialp, 1955, pp. 176, 194-195 y 206.
- NEISSER, M. (1976). *Psicología Cognoscitiva*. México: Trillas.
- ORTEGA y GASSET, J. (1960). *Estudios sobre el amor*. Madrid: Revista de Occidente.
- POLAINO-LORENTE, A. (1988). *Las depresiones infantiles*. Madrid: Morata.
- (1992). *Sexo y cultura. Análisis del comportamiento sexual*. Madrid: Ed. Rialp.
- (1995). *Madurez personal y amor conyugal. Factores psicológicos y psicopatológicos*. Documentos del Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Navarra, 4.ª edición. Madrid: Rialp.
- y MARTÍNEZ CANO, P. (1995). *Embarazo y maternidad en la adolescencia*. Madrid: Rialp.
- SOLOMON, R. C. (1976). *The Passions*.
- SOLSO, R. J. (1979). *Cognitive Psychology*. Harcourt: B. J. Inc.
- STEINEM, G. (1995). *Revolución desde dentro. Un libro sobre la autoestima*. Barcelona: Anagrama.
- VASGIRD, D. (1983). “‘El estilo cognitivo’ desafía al C.I.”. En H. TAYLOR, *El juego del Co-ciente Intelectual*. Madrid: Alianza Universidad.