

POSIBILIDADES Y LÍMITES DEL AMOR HUMANO

ANTONIO PIÑAS MESA

Profesor de Antropología. Universidad CEU-San Pablo Madrid

1. EL HOMBRE, ANIMAL RACIO-CORDIAL

El amor humano es una de esas realidades que siempre despierta la inspiración del literato, del filósofo e incluso del científico. Vamos a dirigir nuestra mirada hacia este fenómeno desde una perspectiva antropológica que ilumine el papel que juega el amor en la vida humana, prestando especial atención a sus límites y posibilidades.

Como sucede con algunas cualidades humanas, el amor es una realidad en ocasiones ambigua, difícil de catalogar. Al igual que la libertad, es algo que se tiene (pertenece a la peculiar constitución del hombre) y algo que se obtiene, pues precisa de nuestra libre actividad para no degradarse o para mejorarse. Por ello el amor es un don y es una tarea.

Tan compleja es la realidad del amor que un autor como Juan Rof Carballo llegó a escribir un magnífico tratado con el título *Violencia y ternura*. Una de las tesis que defendía en esas páginas es que el amor y el odio son dos caras de una misma moneda. Su intención era demostrar que algunos casos de delincuencia juvenil responden o son el resultado de *una evolución patológica de la maduración del individuo*¹. Rof toma como ejemplos la vida de ciertos literatos o los personajes que éstos recrean en algunas de sus obras.

Con razón alguien dijo que el odio (y la violencia) no es lo contrario del amor, sino el mismo amor cuando enferma.

No es éste, sin embargo, el objeto de nuestra disertación, sino un acercamiento a la vertiente práctica del amor o al «amor en acción» deteniéndonos en sus posibilidades y dificultades.

Es el hombre ese animal que, a diferencia de otros seres vivos, goza de racionalidad. No negaremos esta evidencia pero, ¿es el hombre sólo razón? No resulta difícil responder negativamente a la pregunta. Junto con —o entremezclado con ella— el hombre goza también de sentimientos y emociones que interactúan con su actividad analítica y cognitiva. Inteli-

gencia sentiente denominó Zubiri a este modo de acercamiento humano a la realidad. Animal racio-cordial lo ha llamado Carlos Díaz. Razón cargada de emociones, sentimientos y éstos, a su vez, trabados con razones, ideas, valoraciones...

La puesta en práctica del amor es fuente de posibilidades, pero también, en ocasiones, nos muestra nuestros límites, haciéndonos sentir la impotencia de nuestro amor y nuestra razón (mejor, deberíamos decir: el límite de nuestra racio-cordialidad). Son esas situaciones en las que experimentamos que *no podemos amar tanto como queremos o que no amamos como debemos*.

El amor es un sentimiento que moviliza tanto nuestra capacidad creadora como la de salir al encuentro del otro herido, necesitado. Afirmaba el pedagogo H. Pestalozzi: *Para cambiar a los hombres hay que amarlos. Nuestra influencia llega sólo hasta donde llega nuestro amor*. Cierto, el amor tiene muchas posibilidades curativas en las relaciones interhumanas. En la medida en que el amor es donación se puede llegar a la más sublime de las donaciones: donar la existencia. Amar a alguien implica esperar con él y en él, siendo este acompañamiento existencial un camino terapéutico. Pero, de igual modo, está la posibilidad de desesperar de algo o de alguien. Es uno de los momentos críticos del amor y de la relación de ayuda. La persona se siente incapaz de seguir esperando el cambio del otro que repetidas veces le ha decepcionado. Entonces surge la posibilidad del abandono y la desesperación ante una realidad que sentimos no poder cambiar o controlar. En este punto nos centraremos tras un somero análisis del amor humano.

2. EL AMOR EN LA ESTRUCTURA HUMANA

Siguiendo a Pedro Laín afirmamos que *el amor pertenece a la constitución metafísica de la existencia humana: el hombre ama porque puede amar y porque tiene que amar*².

1. Juan Rof Carballo, *Violencia y ternura*, p. 103.

2. Pedro Laín Entralgo, *Teoría y realidad del otro*, Revista de Occidente, Madrid, 1961, p. 684.

Si en el andamiaje humano el amor es constitutivo, el modo de estar referidos u orientados hacia los otros se realizará como amor. Desde el punto de vista psicológico y ético definimos el amor como un **sentimiento** que nos mueve a **buscar el bien** de una cosa, obra humana o persona y también a sentir (o **disfrutar**) como un bien propio el bien, la perfección de esa cosa, obra o persona.

Las personas que se quieren y aprecian, disfrutan con sus éxitos mutuos de la misma manera que pueden llegar a sufrir por lo que le suceda al otro ser querido. Además el acto de amar a otro nos puede poner en la situación de ayudarlo a encontrar su propio bien. Es el aspecto más sobresaliente de las actitudes prosociales.

Ahora bien, no queremos dejar al margen los límites del amor. Uno de ellos lo encontramos al observar que el sentimiento de amor puede enfermar. Así vemos formas patológicas que van desde el amor posesivo y la falta de autonomía frente al ser querido como la conversión del amor en odio o violencia. Ciertamente, afirma Pedro Laín, el hombre no es un lobo para el hombre, más bien el hombre es en ocasiones para sus semejantes *lobo y cordero*.

¿Podemos hablar de un amor maduro o equilibrado? Sí, aunque éste sea en la vida humana un horizonte siempre deseado pero nunca enteramente realizable. Tal y como se deduce de la anterior definición del amor, éste responde a un doble movimiento: de recepción y de donación. El amor se expresa tanto como el sentimiento de necesitar algo o necesitar a alguien como el sentimiento de donación o entrega a algo (empresa, vocación, afición...) o a alguien.

Hay una distinción ya clásica de los tipos de amor que pueden darse dependiendo de si el amor es preponderantemente receptivo o donativo. De forma resumida estas serían las características de cada uno de ellos:

1. Amor eros o amor de necesidad: tanto en el tiempo que permanecemos en el seno materno como en los primeros años de vida, el amor humano es preponderantemente un amor de necesidad. El total desvalimiento de la criatura hace que ésta reclame alimento, cuidado, atención etc. El ser humano, biológica y psicológicamente, está necesitado de los otros para seguir existiendo. De ahí que la primera forma de amor sea un movimiento de petición de auxilio con el que reclamamos aquello que necesitamos. En otro plano del amor, el que comúnmente llamamos amor erótico, también hay un sentimiento puramente de atracción por algo o alguien que se siente como necesario para la propia vida. En esta vinculación amorosa hay algo o alguien que atrae (es deseado) por su

perfección, belleza o agrado. El amante dice necesitar a la persona amada porque le complementa o aporta algo que no tiene, porque es causa de disfrute o felicidad.

2. Amor ágape, donativo o de gratuidad: sin embargo el cristianismo propaga una forma distinta de entender el amor: el amor de donación. En comparación con el anterior, éste es un amor de gratuidad. *Se da sin esperar nada a cambio* y además no nace del deseo de algo bello o agradable. Ese amor no implica amistad, ni lazos familiares sino que, por el contrario, se ofrece al necesitado e implica *sacrificio*. A medida que la persona va madurando, su relación con los otros adopta este doble movimiento de atracción (necesidad de algo o alguien) y donación o entrega. Es la forma del amor adulto que rompe el círculo del propio yo para abrirse de forma desinteresada a los otros.

3. Amor filía: en esta modalidad del amor se incluye tanto el amor entre personas con parentesco (padres-hijos, lazos familiares en general) como el amor de amistad. El amor nace como fruto de la empatía. Jesús de Nazaret clarifica los distintos niveles del amor cuando dice a sus discípulos: *Amad también a vuestros enemigos, porque si amáis sólo a los que os aman ¿qué mérito tenéis?* Observemos el salto desde el amor filía al amor ágape o de donación.

Por consiguiente, en el proceso de la construcción personal, tan importante es recibir amor como darlo. El amor nos da vida, nos aporta ser (movimiento de recepción) pero también «llegamos a ser» dándonos (movimiento aceptivo o donativo). Una bella y acertada frase recogida en la obra *La ciudad de la alegría* de Dominique Lapierre dice así: *Todo lo que no se da, se pierde*. También nuestro poeta Antonio Machado lo transmite en sus versos: *La monedita del alma que si no se da, se pierde*.

Quizá se despierta en nosotros la duda sobre qué es lo que podemos dar a los otros o qué es lo que de hecho damos a los otros (y a la realidad que amamos). Siguiendo nuevamente el análisis de Laín en *Teoría y realidad del otro* podemos sustanciarlo en lo siguiente:

1. Damos algo de lo que hacemos
2. Damos algo de lo que tenemos: tiempo, bienes materiales, dones personales
3. Damos algo de lo que somos: mi libertad, mi esfuerzo, mis éxitos o fracasos, algo que para mí es valioso y supone un sacrificio el darlo, mi responsabilidad³.

3. Hoy en día están proliferando los llamados «bancos de tiempo» en los que se intercambian no bienes materiales sino el trabajo, los dones personales, lo que somos, lo que sabemos hacer.

3. EL EQUILIBRIO DEL AMOR

Ahora bien, son frecuentes situaciones en las que este movimiento de recepción y donación se desequilibra haciendo que los platos de la balanza se inclinen más hacia uno de los lados. En ocasiones vemos personas que reclaman ser amadas aunque sienten la incapacidad o dificultad de dar amor. Otras dan ese amor pero desde una actitud poco desinteresada (te doy mi amor a cambio de tu amor). En estos y otros momentos hay ausencia de gratuidad. El egoísmo, el narcisismo y otras patologías similares son rostros de esos desequilibrios.

Tampoco es una situación de equilibrio cuando una persona se desvive por los demás sintiendo al mismo tiempo la dificultad de dejarse amar. Su actitud es, sin lugar a dudas, admirable pero esa persona necesita valorar también su necesidad de recibir cariño y apoyo e, incluso, examinar las motivaciones últimas de su desvivirse por los otros. En ocasiones estas personas, movidas por un sentimiento de amor y donación, alimentan una creencia errónea: se sienten «salvadoras del mundo». Imaginamos fácilmente la gran carga emocional que soportan quienes así viven su donación amorosa.

Es conveniente huir de las recetas simples en lo que respecta al complejo mundo personal, pues actitudes afectivas como las anteriormente descritas sólo trabajosamente pueden modificarse por lo que en ellas hay de inercias, creencias, determinismos etc., que en tantas ocasiones no nos dejan otra salida que la aceptación de cómo somos. No obstante la teoría es clara: se hace necesario el difícil equilibrio entre amar y dejarse amar.

4. LÍMITES Y DIFICULTADES EN LA RELACIÓN DE AYUDA

Dos son los elementos esenciales de la relación de amor: querer el bien de la persona amada (amigo, familiar, alguien desconocido que nos necesita, etc.) y, llegado el caso, buscar el bien de esa persona. A estas dos actitudes las llamaré Laín respectivamente benevolencia y beneficiencia.

El papel suele soportar bien todas las teorías, el conflicto surge en la práctica cotidiana cuando tenemos que concretar qué bien queremos para el otro y en qué consiste buscar el bien del otro (o junto con el otro). El propio Laín cae en la cuenta de esta dificultad. Cuando ayudamos al amigo o ser querido (o al enfermo en la relación médico-paciente) a «ser lo que debe ser» pueden darse dos situaciones:

1, Que mi amigo y yo coincidamos en lo que consideramos su bien.

2. Que haya discrepancias.

Creo que estos límites del amor pueden y deben ser asumidos en las relaciones humanas para vivir desde una actitud realista que nos evite ciertas frustraciones de nuestras expectativas sobre el otro: una persona con su mundo y su libertad. El amor se hace difícil cuando tenemos que aceptar que el otro recorre un camino que para nosotros puede ser erróneo y no adecuado para su bien personal. Pero hay que partir del respeto absoluto a las decisiones del otro al que decimos amar. Quizá estas consideraciones sean útiles para la práctica de la relación de ayuda en cualquiera de sus modalidades, así como en el ámbito de las relaciones afectivas cotidianas y, cómo no, en la tarea educativa (formal e informal).

A la hora de prestar nuestra ayuda es conveniente que examinemos las distintas reacciones del receptor ante el bien que le ofrecemos. Distingo tres posibles situaciones:

1. **Que la persona amada o auxiliada no se deja ayudar:** no reconoce tener un problema o, si lo hace, no desea recibir ayuda. Para evitar ser cuestionado puede negar la realidad de su problema.
2. **Que la persona amada sí se deje ayudar:** planteamos dos posibilidades:
 - 2.1. Se deja ayudar **pero poniendo condiciones** sobre la forma en que quiere ser ayudado.
 - 2.2. Se pone en manos de quien presta el auxilio y lo acepta **tal y como prescribe la persona que dona la ayuda** (docilidad).

Pensemos en los sentimientos de ruptura interior y desesperación en la persona que ama a alguien, desea ayudarle en su situación de necesidad pero que ve cómo su ser querido reniega de la ayuda o solicita otras ayudas que no son valoradas positivamente por el otro. Sería el caso de un ludópata, de una persona adicta que, desde su enfermedad, nos pide soluciones que sólo conducen a la postergación de la solución.

Es fundamental la buena disposición de quien decide ayudar, pero también hay que asumir que no está en nuestras manos solucionar el conflicto y que esa persona será artífice de sus soluciones aunque para ello necesite apoyos ajenos. En esta situación, en la que de forma más o menos explícita se rechaza nuestra ayuda, es cuando emprenderemos el único camino disponible: **guardar una activa presencia**. Al inicio nos hemos referido a ello mediante la expresión «seguir esperando en y con el otro».

Esta presencia esperanzada consistirá frecuentemente en escucha, cercanía, hacer consciente a la persona amada de que se le quiere tal como es aunque no se acepten sus soluciones, sus actitudes (amor incondicional).

5. HACIA UNA ÉTICA Y ASCÉTICA DEL AMOR

El donador de la ayuda, ante todo en estas circunstancias de rechazo, puede trabajar tres actitudes-virtudes: **serenidad, fortaleza e inteligencia**⁴. Brevemente nos referimos a ellas:

a. Serenidad para aceptar lo que no se puede cambiar (de momento o permanentemente). Guardar la difícil calma ante la locura o el desatino de la persona amada. Esta actitud nos permitirá *guardar la cabeza tranquila cuando todo a tu lado es cabeza perdida* (Rudyard Kipling). Si el ayudador enferma la persona amada tendrá menos posibilidades de éxito. Esta serenidad acompañará el tiempo de espera mientras la persona decide actuar por sí misma, aunque contando siempre con la única ayuda que puede ofertar el auxiliador: su espera pasiva y no suplicante. La súplica desesperada ofreciendo la propia ayuda puede ser la expresión de una creencia en parte errónea: no podemos ser felices sin la salud del herido. El gran aprendizaje es llegar a liberarse de ese temor y poder expresarle: *te quiero y sufro por ti pero aun así puedo y tengo derecho a ser feliz*.


b. Fortaleza para actuar en lo que sí esté en mis manos: si la serenidad es la actitud necesaria ante la constatación de lo que no puedo cambiar, la fortaleza es la virtud imprescindible una vez que he discernido qué puedo cambiar, qué está en mis manos y qué no. Es la parte gratificante porque sientes que algo puedes hacer, si bien debes ser cauto para no fiarlo todo a tus acciones ni sustituir al herido en su restablecimiento: su salvación/curación es tarea personal. No podemos hacer sentir al auxiliado que nos debe la vida. Un signo de salud será el agradecimiento al reconocer que parte de su curación se ha debido al apoyo recibido, pero el resto ha sido éxito personal. Para incentivar nuestra motivación actuaremos «como si» de nuestro esfuerzo dependiese que las cosas cambiasen, pero sin olvidar nunca nuestra relativa impotencia.

c. Sabiduría o espíritu de discernimiento para saber distinguir qué puedo cambiar y qué no puedo cambiar. En el ámbito de las acciones humanas lo que se puede o no se puede hacer es algo relativo. Creer que puedo o que no puedo depende de la confianza en mis capacidades, de los temores que me atenazan ante lo que debo hacer, de mis creencias personales sobre en qué consiste el camino de solución y

la creencia personal sobre hasta dónde puedo llegar... En muchas ocasiones la decisión de si puedo o no puedo no es fruto de una certeza. Ante el fracaso solemos decir «yo creí que podía hacerlo». El discernimiento es también necesario para no errar en la distinción entre lo que se puede o se debe y lo que no. No todo está justificado aunque se trate de buscar el bien del otro. Siempre nos quedará al menos un resquicio de duda sobre nuestra decisión última. La vida humana no se desarrolla conforme a formulaciones matemáticas sino a golpes de deliberación. Deliberamos en situaciones en las que se puede actuar de distintas maneras. Sabemos que pretendemos hacer el bien pero no tenemos certeza de cómo hacerlo. Desde mi libertad, en mis circunstancias, delibero sobre en qué consiste amar a esta persona, en su situación, con sus características y con sus fortalezas. Por eso existen amores difíciles y, quienes observan desde la barrera, pueden no comprender nuestras acciones. La persona que ofrece su ayuda en una situación difícil tiene que asumir en ocasiones la incompreensión de los otros, incluida la persona a la que se está ayudando. Con razón, el refranero español, tan cargado de sabiduría, nos dice que *quien bien te quiere, te hará llorar*.

En conclusión, amar al otro implica contar con su autonomía (y también con la propia autonomía) y aceptar, con gran esfuerzo y dolor en ocasiones, las acciones libres del otro. La persona actuará acertada o muy desacertadamente y de todo ello obtendrá un aprendizaje vital que sentirá como suyo.

Amar es esperar y esperarnos, acompañar y acompañarnos, es educar y educarnos con serenidad y fortaleza. En unos bellos versos así lo dejó plasmado Gabriel Celaya:

Educar es lo mismo
que poner motor a una barca...
hay que medir, pesar, equilibrar...
...y poner todo en marcha.
Para eso,
uno tiene que llevar en el alma
un poco de marino...
un poco de pirata...
un poco de poeta...
y un kilo y medio de paciencia
concentrada. 

4. Para el desarrollo de este apartado me inspiré en un conocido texto del teólogo estadounidense Reinhold Niebuhr (1892-1971) llamado «oración de la serenidad». Concretamente este fragmento ha sido ampliamente difundido por la Asociación de Alcohólicos Anónimos y grupos afines, lo cual no es un detalle accidental. Tanto las personas adictas como sus familiares conocen muy bien estas situaciones de «amor difícil» a las que, de forma teórica, tratamos de dar forma en el presente artículo.