



SALAMANCA

La fuerza del amor

■ El sentimiento amoroso saludable debe estar desprovisto de la posesión y buscar más la empatía con la pareja para que dure

■ La institución del matrimonio vive horas bajas en Salamanca con dos divorcios por cada tres enlaces que se celebran cada año

Una pareja se besa en la calle junto a un grupo de amigos.
REPORTAJE GRÁFICO: ALMEIDA

JUAN CARLOS HERNÁNDEZ
SALAMANCA

Siempre se ha dicho que el Día de los Enamorados era una invención de los grandes almacenes para incitarnos a gastar en un mes poco propicio para el consumo. Y así es, pero no es menos cierto que todo tiene su origen en una tragedia. La que protagonizaron el judío alemán Isidor Strauss, uno de los propietarios de los grandes almacenes Macy's de Nueva York (uno de sus centros ocupa una manzana entera en Manhattan) y su mujer Ida, que murieron juntos en el hundimiento del Titanic. Strauss había conseguido una plaza para su mujer en un bote salvavidas, pero ella se bajó de la balsa y le dijo a

su marido que quería morir junto a él después de una vida en común. No se sabe quién presenció la escena y la contó luego con pelos y señales, pero el caso es que años después Macy's acabó promoviendo el Día de San Valentín como homenaje al amor que se profesaban.

"No se puede vivir sin amor. Ese sentimiento se puede ahogar, pero existe, es inherente al ser humano. Otra cosa es no tener algo o alguien donde reflejarlo", explica Fernando Jiménez, director del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento de la Facultad de Psicología de la Universidad de Salamanca.

"Vivir solo no quiere decir que uno no ame. Hay amor a los ani-

males, a las cosas, a estar solo, al deporte... y eso te satisface, pero para expresarlo con otra persona primero necesitas a esa persona. Vivir sin expresarlo adecuadamente a las personas es difícil", añade.

No tiene barreras ni tiene edad, pero para ser viable debe incluir la atracción, la comprensión, intereses compartidos y racionalidad. Un *cocktail* que no siempre reúne estos ingredientes, o los tiene muy descompensados. Si se basa en la pasión habría que ver hasta dónde llega esa atracción. "La pasión es un elemento amoroso excesivo. Se vive tan intensamente que desborda lo racional. El peligro es la irracionalidad que puede desembocar en algo inesperado. La pasión es

desbordante y te puede traicionar o darte un buen disgusto. Si es algo muy intenso tiene el peligro de lo poco racional, pero es un sentimiento tan positivo como cualquier otro", explica el profesor Jiménez.

El amor es "un sentimiento de atracción" que implica "preocupación por el otro, tener cuidados y acompañamiento", una emoción que surge con el desarrollo de las personas, por lo que en cada etapa de la vida se manifiesta de modo distinto.

En la adolescencia surge la "cognición de las cosas y nacen sentimientos que implican atracción hacia otros, una necesidad que se debe satisfacer", relata Fernando Jiménez.

Esas necesidades afectivas se presentan de distinto modo a edades distintas. "En la adolescencia es un impulso casi irracional y no se da tiempo a la consolidación. La necesidad de querer y sentirse querido es más incontrolada", apunta el profesor de la Universidad.

A partir de los 20 y los 30 años "el amor es otra cosa. Son los mismos sentimientos, pero más maduros, no tan impulsivos, y el elemento cognitivo entra en juego para darle una solidez adecuada a esos sentimientos". Vamos, que ya ha habido algún desengaño y poco a poco vamos educándonos afectivamente, o no. En la madu-



LA MONOGAMIA ■ Estudio del psicólogo Christopher Ryan y la psiquiatra Cathilda Jethá

Los humanos compartirían todo, también las parejas, hasta que apareció la agricultura, la propiedad privada y la monogamia. Adiós al paraíso

El Día de los Enamorados fue una invención de Macy's cuyo dueño murió junto a su mujer en el Titanic

(Viene de la página anterior)

rez, lo que antes se llamaba tercera edad (antes de la vejez) ya han cambiado las prioridades y el amor "no se ve de la misma manera. La principal necesidad es evitar la soledad y se busca pareja para compartir penas y tener compañía", explica Fernando Jiménez.

El director del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento de la Facultad de Psicología de la Usal, da especial importancia al control de los impulsos para evitar problemas, y el amor en sus inicios es básicamente eso. "En su origen predomina la impulsividad. Es algo que nace y por eso no está plenamente formado. Si se deja llevar solo por los impulsos hay problemas. La razón tiene que controlar ese impulso primario, y lo racional debe ir parejo a lo irracional", para evitar casos de enamoramientos como el de los adolescentes por sus artistas favoritos, o el de los adultos hacia parejas que no son la suya.

La atracción

En estos últimos casos, al principio esa atracción puede prevalecer sobre todo, "pero al cabo del tiempo puede surgir la necesidad de tenerlo todo para ti y no compartirlo con nadie, y eso lleva a los problemas", comenta Jiménez.

Si no es un amor juvenil atolondrado, o una relación cruzada, puede ocurrir que existan otros factores que distorsionen la relación (o no), como la existencia de intereses ajenos a la pareja (en el caso de que haya una posible herencia de por medio) o unas diferencias de edad muy significativas, requisitos ambos que cumple, por ejemplo, la pareja que forman la duquesa de Alba y Alfonso Díez, tan bien avenida, por otra parte.

Al final es la racionalidad la que dice si un amor es o no viable. "El amor viable significa que puedes hablar, conformar, y presentarte de forma racional y tener posibilidades de compartir ese sentimiento y tener una vida. Hay que ser racional, no vivir en el aire, y amar con los pies pegados a la tierra: controlar esos sentimientos", dice el profesor Fernando Jiménez.

Hay amores que al inicio son viables (posibles), pero no hay que fiarse y darlo todo por hecho, porque incluso en esos casos "hay que ver en qué se basa esa atracción, si es en la fama, en un cuerpo... porque la psicología de una persona de 25 años es distinta de otra de 50".

Una edad similar no es un requisito indispensable ni para que todo vaya a buen puerto o,

por el contrario, un billete para estrellarse, "pero sí tiene connotaciones que deben ajustarse y compatibilizarse en la pareja, como los intereses y aficiones comunes o no".

En principio, según relata el director del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento de la Facultad de Psicología de la Usal, un amor entre personas de edades muy dispares "es viable, pero hay psicologías distintas, porque sus vivencias son diferentes".

O sea, que todo depende. ¿Y es eterno? Tiene toda la pinta de que no, pero el profesor opina que sí, que puede durar "hasta que te mueres. A pesar de tener 80 o 90 años hay parejas en las que se ve un amor continuo, aunque se manifiesta de diferente manera cara al exterior, pero siguen queriéndose y quieren ser felices juntos".

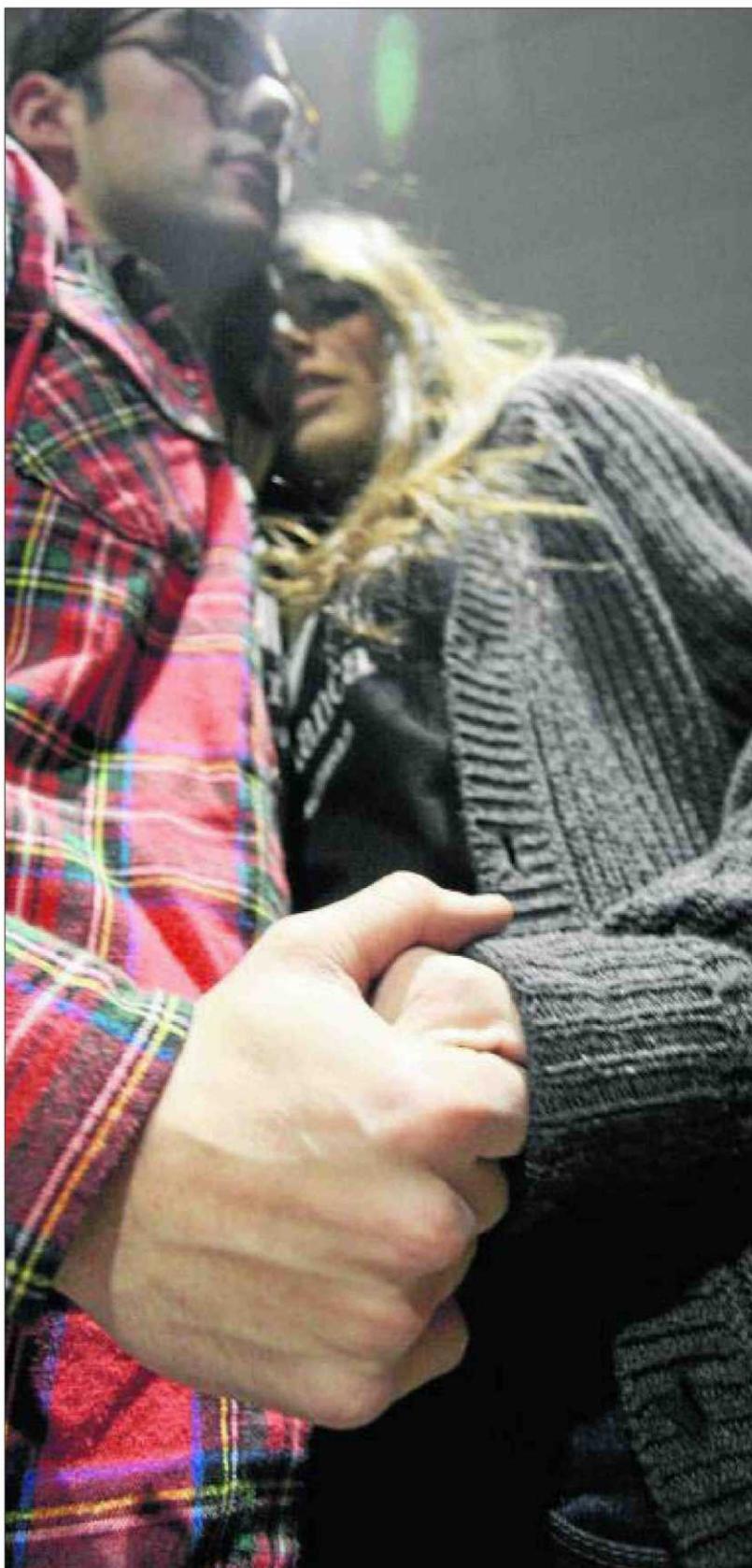
Los requisitos para que un amor prospere y sea fructífero y duradero son, según señala Jiménez, el respeto, la comprensión y la preocupación por el otro. El respeto, porque se necesita en cualquier ámbito de la vida. La comprensión, porque la empatía ayuda a estrechar lazos. "Es comprender su forma de pensar y de expresar sus sentimientos. Uno puede besuquear todo el día a la pareja y parece que esta no reacciona. No es así, lo que ocurre es que tiene otra forma de pensar. Hay que respetar las incomprendibles cosas que hace y dice. Hay que hablar mucho", comenta.

Y también es preocupación por el otro, algo obvio, aunque en este punto es donde se puede dar el paso de confundir la preocupación con la posesión.

"Hay amores que dicen: si no estás conmigo no estarás con nadie. Eso no es amor. Eso es posesión. El amor verdadero es que cuando tu pareja se vaya con otra persona tú sigas deseando su felicidad. Es poder ser feliz si tu pareja decide serlo con otra persona que no eres tú. Pensar que aunque lo haga, respetas su decisión de irse, aunque pienses que se equivoca. Eso es respeto y amor. El amor posesivo es peligroso, porque solo piensas en ti mismo. No es compartir", agrega el profesor.

Los principales enemigos

Por deducción, la falta de respeto y la posesión son dos de los principales enemigos del amor. "El otro tiene una forma propia de vivir y ver las cosas. Hay que compaginarlas para no hacerse daño, pensando el uno en el otro. Si una persona piensa solo en sí misma hay un problema y la convivencia será difícil", concluye Jiménez. ■



Dos jóvenes enamorados en un gesto cariñoso.