

ALGUNAS DEFINICIONES DE ERICH FROMM SOBRE EL AMOR

Resumen de los conceptos básicos de Fromm expresados en su libro "El Arte de Amar" (Psic. E. Pérez-Vieytes)

EL SECRETO DEL HOMBRE

- No obstante cuanto se conozca a sí mismo, le resulta evidente que aún no se conoce. No obstante que conozca mucho a una persona, en realidad todavía no la conoce.
- El hombre desea conocer cuál es el secreto último de la vida, de la naturaleza y de sí mismo. Es una necesidad imperiosa desde que es niño (cuando deshace a un ser vivo en busca de su secreto, del secreto del hombre).

CRUELDAD Y AMOR

- Hay dos caminos para buscar el secreto del hombre, uno improductivo, impotente, regresivo, el cual tiene como componente fundamental la Crueldad: el otro, productivo, potente, progresivo, tiene como componente fundamental el amor (¿qué es el amor?)
- Crueldad y amor comparten el deseo de conocer el secreto de las cosas y de la vida.
- La crueldad, sin embargo, es un camino que no llega a la meta buscada o perseguida.
- El amor productivo lleva a la experiencia de conocer el "secreto del hombre y de las cosas" aunque no por el pensamiento, sino por la vivencia de la totalidad. Permite, además, lograr la unión para trascender la soledad sin perder la individualidad.

POLARIDAD Y CREATIVIDAD

- Una función adicional del amor es lograr la fusión de los contrarios, es decir, de los polos opuestos, para producir algo nuevo. En esencia esto es crear y es válido tanto en lo físico como en lo psicológico, emocional, intelectual, artístico y religioso, en el sentido krishnamutiano de este último término.
- La Unión de los Polos (que por su naturaleza no son contrarios, sino complementarios) se efectúa interna y externamente y es la base de toda creatividad de toda originalidad auténtica.
- La Unión de los Polos lograr reforzar la unión y la trascendencia de la separatividad. El homosexual puede crear si sublima sus polaridades internas pero siempre padece el dolor de la separatividad.

LOS OBJETOS AMOROSOS.

Fromm dice que el amor es una actitud y una orientación del carácter, precisamente, la orientación productiva.

- Amar es la relación de un ser humano con el cosmos, con el mundo (y no con un objeto).
- El que ama real y verdaderamente a una persona, ama a todas las demás, al mundo y la vida. Ese es el parámetro del verdadero amor.

-

AMOR FRATERNAL

- El amor comienza a desarrollarse como actitud y capacidad cuando se siente amor por todos los seres humanos, más allá de sus diferencias de cualquier tipo.

- El amor se basa en la premisa de que todos somos en realidad uno. (Cuando se observa lo periférico de los demás, resaltan las diferencias; cuando se observa el núcleo, es decir, el centro, aparecen las semejanzas)
- Es amor verdadero cuando se ama a quien NO se necesita. (Si se “quiere” a quien se necesita, entonces no es amor, sino Apego)
- El amor real se basa en una relación de “centro a centro”, en contraposición al Apego, que se basa en conveniencias, pérdidas, ganancias e imágenes de uno y otro que son las que se relacionan.

AMOR MATERNO

Tiene dos funciones:

- Cuidar al niño para que sobreviva
 - Inculcar al niño el amor a la vida
- En la mitología, el “amor materno” se representa por la “Tierra Prometida”, en donde hay “leche y miel”. La lucha se refiere a la sobrevivencia; la miel al amor a la vida
 - El amor de la madre hacia su hijo es más fuerte por el niño que existe que por el niño que crece.
 - Es un amor entre desiguales. El niño está desvalido y la madre tiene los elementos para sacarlo adelante. Esta situación propicia varias situaciones:
 - Desarrollo del afán de dominio y sumisión de la madre
 - Aumento y fijación del narcisismo
 - Adquirir el sentimiento de trascendencia, es decir, el niño da “sentido” a la vida de la madre.
 - Una singularidad del amor materno (y también del paterno) es que está orientado a la SEPARACIÓN. Si la madre es sana psicológicamente, si verdaderamente da “leche y miel”, entonces alienta al niño para que crezca y logre independizarse de ella.
 - El amor materno puede frustrarse cuando la madre cae en el afán de dominio y sumisión y trata de impedir que el niño crezca y se independice. Esto frustra y pervierte la función materna y malogra al hijo, contra todo, biológicamente seguirá creciendo.
 - En sí mismo, el amor materno tiene un aspecto positivo y uno negativo de importancia fundamental:
 - Aspecto positivo: Es incondicional y no puede perderse mientras la madre está viva.
 - Aspecto negativo: No puede obtenerse si se carece de él.
 - Es dicha y paz, por eso es tan difícil prescindir de él, aún para el adulto.
 - Su función psicológica fundamental es dar seguridad en la vida.

AMOR PATERNO

- Es la enseñanza de cómo dominar positivamente al mundo, cómo sobrevivir y comportarse en él para apoyar la vida y crecer y desarrollarse.
- Es condicionado puesto que debe hacerse lo que indica el padre para tener su amor. Esto permite y propicia la ruptura con los vínculos primarios para lanzarse a la vida.
 - Aspecto positivo: Puede obtenerse si se hace lo necesario
 - Aspecto negativo: Puede perderse si lo que se hace no es del agrado del padre.
- Su función psicológica fundamental es propiciar la independencia y caminar de la “libertad de” a la “libertad para”.
-

AMOR MATERNO, AMOR PATERNO Y NEUROSIS

- Los amores paterno y materno deben interiorizarse y armonizarse a medida que el individuo va madurando y caminando hacia su independencia.
- La armonía interna de los amores materno ("*es bueno y agradable estar en este mundo*") y paterno ("*es posible desplegar las propias potencialidades*") depende directamente de la calidad del amor materno y paterno recibidos.
- La neurosis ocurre cuando hay alteraciones en las funciones del amor paterno y materno, o cuando no existe alguno de ellos. Esto ocurre con frecuencia, pero no siempre.

AMOR ERÓTICO

Su función es unir a una persona con el resto de la humanidad a través de un único representante, la persona elegida para ello.

- Es – debe ser – el resultado de la voluntad y de la aceptación consciente de un compromiso. De ninguna manera es un "hecho milagroso" que ocurre más allá de la voluntad de la persona.
- Por tanto, amar a otra persona es una decisión y una promesa de que se trabajará para que el amor sea tan perdurable como se crea.
- Es falso el dicho de que "el amor va a donde quiere, no a donde lo llaman", puesto que amar es un fenómeno de abundancia, decisión consciente y razonada de una persona productiva.
- El dicho anterior se basa en la confusión del amor con el "enamoramiento" el cual consiste en una caída súbita de las barreras que separan a dos personas y que les hace sentir la intimidad. Esta intimidad suele agotarse rápidamente si las personas son superficiales e improductivas.
- Según Fromm, se confunden también al amor y al enamoramiento con la atracción sexual y hasta con la relación sexual misma. Sin embargo, cuando esta fusión sexual ocurre sin amor, deja un vacío, una conciencia mayor de la propia separatividad, por lo que las personas se avergüenzan y se odian a veces al terminar la experiencia orgásmica.
- El propio deseo sexual puede ser generado como una consecuencia lógica del verdadero amor, pero también lo es por la ansiedad y por la angustia, por la soledad y por la vacuidad de la propia existencia. En general, cualquier emoción intensa de cualquier orden, puede llevar al deseo sexual, incluyendo emociones necrofílicas y regresivas profundas.
- En la medida en que todos los humanos somos iguales, el amor fraternal es posible; en la medida en que también somos diferentes, el amor erótico es posible.

EL AMOR A SÍ MISMO

- El amor a sí mismo implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento de uno mismo y es una condición indispensable (sine qua non) para poder amar a los demás.
- El amor a sí mismo y el egoísmo son opuestos. El egoísmo es el desamor a uno mismo o el odio a uno mismo por no aceptar la condición humana y vivir como tal, por haber eludido la responsabilidad del propio destino.
- El amor a sí mismo es el motor que permite estar vigilante y luchar cada día, cada hora, cada minuto, por afirmar la vida y desplegar las propias potencialidades, lo que equivale a vigilar por el propio crecimiento y libertad de acción.
- El egoísmo es una actitud compensatoria de la incapacidad de cuidar de uno mismo.

EL AMOR A DIOS.

Presenta varias etapas según del desarrollo y evolución del hombre:

- a) En un principio, la religión, el objeto religioso se identifica con la naturaleza de la que el hombre ha sido arrancado y a la cual se aferra. Es la etapa del Tótem, del Animal Dios.
 - b) En la primera etapa intermedia, el hombre – tanto el individuo como la cultura – transforma en dioses a las obras de sus manos. Es la etapa de la Idolatría.
 - c) En la segunda etapa intermedia convierte en objeto religioso al propio hombre y a sus tributos. Corresponde al descubrimiento de que el hombre es “la creación más elevada y digna del mundo”. *Esta segunda etapa tiene dos subetapas:*
 1. Sub etapa del Dios Maternal: Históricamente es anterior a la subetapa del Dios Paternal. Esto es real ontogénica y filogenéticamente. El concepto de Dios es semejante al del amor materno. Dios nos ama porque somos, porque existimos, porque somos sus hijos. Estar con él significa seguridad, sobre vivencia, dicha y amor. Es la sub etapa de las Diosas. El concepto de estas diosas es tan bondadoso y tan necesario para el humano que difícilmente desaparece y se conserva como devoción a la Virgen, a la Gracia y a otros símbolos femeninos.
 2. Sub etapa del Dios Paternal. Parece ser que la evolución psicológica mínima llevó al cambio del concepto de un Dios Maternal a un Dios Paternal. Este dios sólo quiere al que cumple con sus mandamientos, al que le obedece, al que se le somete, al que es como Dios quiere que sea el hombre. Es el periodo de los dioses masculinos autoritarios y exigentes, a la vez que guadores y orientadores. Surge el dios del Génesis, por ejemplo.
 - d) En la tercera etapa intermedia, Dios deja de ser antropomorfizado para dejar de ser un padre y convertirse en los valores supremos que emanan del padre y de la madre. Dios se convierte en Amor, Verdad, Justicia, etc.
 - e) En la etapa final o actual, Dios deja de ser cosa u hombre alguno y se convierte en “lo que no tiene nombre” y en consecuencia, deja de ser algo acerca de lo cual pueda afirmarse algo. Entonces de Dios sólo puede decirlo lo que NO ES, jamás lo que es.
- El concepto de Dios depende de la evolución de cada persona y también de cada cultura y puede incluir desde la etapa totémica, hasta la negativista, en sentido filosófico.

EL CONCEPTO RELIGIOSO EN ORIENTE Y OCCIDENTE

- Consideradas globalmente, las religiones de oriente y occidente, partes de concepciones filosóficas distintas. En Oriente los conceptos religiosos se basan en una Lógica Paradójica implementada por Lao Tse, Buda y los maestros del brahmanismo.
- En contraste, los conceptos religiosos de occidente se basan en la Lógica Aristotélica y a partir de ellos ocurren las diversas vertientes de pensamiento religioso.
- La lógica oriental llevó a la convicción y generalización de que el concepto correcto de Dios tiene poca o nula importancia y que es la acción correcta lo verdaderamente importante.
- Ante es conclusión de Oriente, la ciencia teológica carece de sentido y de razón de ser y el dogma es absolutamente innecesario.
- La lógica aristotélica llevó a las religiones de occidente al polo opuesto: lo importante es tener el concepto correcto de Dios y la acción es secundaria (el ejemplo extremo de esto ocurre en el Calvinismo)

- Ante esta conclusión de Occidente, se justifica la Teología, el dogma, la lucha religiosa, el combate a la herejía y el fanatismo.
- Para Oriente, el amor a Dios es vivir a Dios; para Occidente el amor a Dios es creer en Dios.
- La consecuencia social de los dos conceptos religiosos es que en oriente se da extrema importancia al hombre y a su transformación; al dominio del cuerpo para alcanzar el desarrollo de facultades que están más allá de la lógica aristotélica. En occidente, la Teología y el dogma obligan al virtuosismo del pensamiento y con ello propician el desarrollo de la ciencia y la tecnología.

EL AMOR EN LA SOCIEDAD OCCIDENTAL DEL SIGLO XX

El siglo XX se caracterizó por la barbarie de dos guerras mundiales, el holocausto de millones de judíos, gitanos y otras minorías raciales y el uso de armas de alta sofisticación tecnológica y mayor poder destructivo: bombas atómicas, de hidrógeno y de neutrones.

En ese marco ¿Qué ocurre con el amor del individuo común de la segunda mitad del siglo XX? Fromm analizó este problema y llegó a los siguientes puntos:

- El individuo está sometido a una estructura económica, social y política configurada por enormes y anónimos poderes representados por grandes empresas, gigantescas burocracias, enormes sindicatos y capitales imposibles de imaginar. La persona tiene conciencia de que esta reducida a un número y no a una entidad humana. En las grandes tiendas, en el supermercado, en cualquier lugar, le echan en cara su insignificancia para el sistema, no como número, sino como individuo.
- Se suma a lo anterior el hecho de que laboralmente se le induce y se le obliga a usar su energía, su potencia humana y su propio ser, como una mercancía, semejante a cualquiera otra que hay en el mercado. Esto lo obliga a luchar por ser una mercancía que tenga demanda. En otras palabras, está obligado a ser como el mercado quiere que sea.
- Ante esas presiones, un individuo difícilmente podrá ser él mismo. Por el contrario, tratará de no ser excesivamente diferente de los estándares más apreciados. Esto anula en buena medida su afán de lucha por realizarse plenamente, por desplegar sus poderes y ser cada vez más humano, más creativo, más potente y, como resultado de todo, su deteriora su posibilidad y capacidad de amar.
- Con la capacidad y posibilidad de amar deterioradas u obstaculizadas, es fácil que caiga en las falsas formas del amor las cuales constituyen toda una poderosa industria. El “amor” como mercancía es negocio multimillonario. Ello es posible por la enajenación en que vive el individuo. Cree que es libre, pero en realidad le dicen qué pensar, cómo pensar, qué es bueno, qué es malo y lo acepta sin razonar, lo que lo convierte en un esclavo por decisión propia.
- La relación hombre mujer se reduce a la conformación de un equipo de ventajas mutuas. Un equipo comercial para enfrentar mejor las demandas del mercado. Se le dan recetas de cómo vivir en pareja, cómo cuidar o descuidar decorosamente a los hijos y toda una industria del ocio para que huya de su realidad.
- Naturalmente, se no hay relación de humano a humano, aumenta la delincuencia, la prostitución, la drogadicción, el secuestro, la corrupción de menores, todo en busca de dinero para conseguir con él lo que no se puede conseguir como humano, dar sentido a la propia existencia, lo cual no se logra ni con la fama, ni con dinero, ni con auto nuevo, ni con casa lujosa, sólo con lo interno de uno mismo. (Fromm, El Arte de Amar)

EL SEXO Y EL AMOR

- El sexo también puede convertirse en mercancía, aunque de una clase especial. Existe la creencia de que “llevarse bien en la cama” es una condición indispensable para que haya amor entre el hombre y la mujer. Y para que se puedan “llevar bien en la cama” existen libros, películas, trucos, técnicas, perfumes, canciones, películas,

ropas especiales, aparatos eléctricos, y toda una industria. Pero todo ello, por multimillonario que sea, no logra que ocurra el amor (Para profundizar en este punto ver los conceptos de J. Krishnamurthi). De hecho, impide que ocurra. Hacer todo esto es ir en la dirección contraria al punto al que se quiere llegar.

- El amor sólo puede darse en persona productivas que han trabajado en sí mismas, en su propio desarrollo, entendido esto como le hacer realidad sus potencialidades. Si es capaz de producir amor, entonces su vida sexual se resuelve automáticamente. La armonía sexual es resultado del amor y no lo contrario.

EL FALSO AMOR (APEGO)

La relación con los demás involucra, siempre, el problema de la separatividad, que es una de las dicotomías existenciales humanas y que forman parte de la naturaleza del hombre. La separatividad, el aislamiento, la soledad pueden llevar a la locura o al suicidio. Por eso los seres humanos se aferran desesperadamente a muchas formas de relaciones que les impiden enfrentar la experiencia de separatividad. Pudieran resolverla positivamente, porque es perfectamente posible, pero si se asustan o se angustian pueden recurrir a formas patológicas de apego.

Entre estas formas, las más comunes son las siguientes:

- **Amor centrado en la madre:** Cuando una persona se ve imposibilitada para madurar y separarse de la madre para lanzarse solo al mundo y resolver del problema de su propia existencia, crece intelectualmente, pero afectivamente sigue siendo un niño que busca una madre que sustituya a la verdadera, pero que de lo mismo: amor incondicional, protección y admiración, tan sólo porque la persona existe. En estos casos, se busca a una mujer de ese tipo. Este tipo de falso amor está destinado al fracaso porque ninguna mujer, por madura o inmadura que sea, puede fungir como madre y porque la naturaleza humana lucha una y otra vez por lograr que el hombre logre su madurez, lo que genera conflictos, desilusiones, angustia, depresión, etc. Cuando se habla de que una persona se ve imposibilitada a madurar y separarse de la madre, se puede deber a la actitud del hijo o de la madre, esto último es lo más frecuente. Es un abuso porque el niño está indefenso ante la manipulación psicológica de ella.
- **Amor centrado en el padre.** Este tipo de apego suele producir una persona sumisa y eternamente angustiada por ser aceptada. Escoge como pareja a una persona que sea exigente y condicionante como el padre. Si es mujer busca no quien la acepte, sino quien la guíe y la domine; si es hombre, busca una mujer ambivalente, es decir que sea dominante en algunos aspectos y muy sumisa en otros. Difícilmente llega el amor en estas relaciones y por el contrario son fuente de conflictos y violencia psicológica o física entre la pareja.
- **Amor idólatrico.** La persona percibe lo que es necesario hacer en la vida y tiene plena conciencia de que ella misma no lo hace. Entonces encuentra “todo” lo ideal, en otra persona, la cual le parece la suma de todo lo bueno y lo deseable. Para esta persona el otro o la otra es “lo máximo” que pudo haber encontrado. Se enamora súbitamente y hace todo lo que quiere su “gran amor”. La desilusión llega muy pronto cuando la “otra persona” es percibida en su realidad. Las personas que tienden al amor “idólatrico” no aprenden de sus experiencias, los episodios se repiten varias veces en su vida.
- **Amor sentimental:** Es un tipo de pseudo amor parásito que vive de los sentimientos de otras personas ya que la persona misma es incapaz de vivirlos. Es el de las personas que son sentimentales, que se emocionan al máximo con una película, una canción o una novela de amor pero son cobardes y cuidan sus posibles sentimientos como si usarlos fuese gastarlos. En general se unen a otras personas incapaces de amar como ellas sólo para ver y observar el amor y el fracaso sentimental de otras personas. Viven de sentimientos y emociones ajenas y no propias. Son muy “sociables”, ya que requieren de constante materia prima para alimentar sus propias carencias afectivas.
- **Amor abstractificado.** Es otro tipo de falso amor que se localiza en el pasado y o en lo futuro, pero jamás en el presente. Se vive de la emoción de lo vivido que, cuando fue presente, no fue amoroso y se tiene la esperanza de que en el futuro “vendrá el amor”. Fromm dice que es un sustituto del amor para aliviar el dolor de la propia realidad, soledad y ausencia de amor.

- **Amor proyectivo.** Se da cuando uno de los integrantes de la pareja alivia su angustia por la falta de evolución propia atribuyendo a otros (generalmente a la pareja, pero puede proyectarse también a los hijos y parientes) todos los defectos propios. De esta manera, se le corrige y se le acusa, se le domina y se le somete sistemáticamente. Este tipo de reacción está dominada por motivos violentos y es causa de angustia constante para todos los involucrados, porque su costo es mayor sumisión o mayor dominio lo que no resuelve el problema existencial y sí lo agudiza.
- **Amor filial destructivo.** Cuando ambos padres o uno de ellos ha fracasado en resolver el problema de la propia existencia, puede desear tener hijos para que realicen lo que ellos, él o ella, no pudieron realizar. Convierten a los hijos en instrumentos de su propio fracaso y en general, ocurre un fracaso general, de la propia persona y de los hijos, pues nadie puede vivir por otro.

EL AMOR COMO ARTE

Todo arte, incluyendo el de amar, se aprende de una sola manera: practicándolo:

La práctica, en cualquier arte, tiene al menos cinco componentes:

1. Disciplina
 2. Concentración
 3. Paciencia
 4. Preocupación
 5. Dedicación
- La disciplina útil es la racional, es decir la que emana de la propia persona, sin imposiciones externas y que se sigue porque se tiene el deseo de progresar.
 - La concentración es más difícil de lograr, sobre todo, la racional. En esencia, consiste en hacer lo que se hace involucrando totalmente a la persona. Otra manera de decir lo mismo es que la concentración es vivir intensamente el presente, el "aquí y ahora". Implica no divagar, no hacer trivialidades ni participar en ellas y, sobretodo, estar sólo consigo mismo, sin hacer nada más.
 - La paciencia implica continuar adelante a pesar de los tropiezos y las dificultades, con la certeza de que se alcanzará lo que se pretende alcanzar.
 - Preocupación es mantenerse vigilante para llegar a la maestría en cualquier arte.
 - Dedicación significa involucrar a toda la persona y todas las actividades con la meta principal.