

AMOR COMO SALUD EMOCIONAL EN TIEMPOS TRANS MODERNOS

LOVE AS EMOTIONAL HEALTH IN MODERN TRANS TIMES

José-Eduardo Hermoso Quintero⁴

Resumen

Vivimos en tiempos trans-modernos, nuestros tiempos son una hiperrealidad entrelazada con trans-complejidad donde todo está concatenado, tejido, entrelazado y a la vez en complementariedad, podemos decir entonces que nuestra realidad contiene acontecimientos, elementos, fenómenos, circunstancias, contingencias, que están presente en nuestro alrededor en forma de información, donde el amor no escapa a estas circunstancias. La presente investigación tiene como propósito aportar luces de la importancia del amor en la salud emocional, así como también contribuir a responder a dos preguntas fundamentales: ¿es el amor un sentimiento?, ¿cómo se concibe el amor desde la biofilia y la necrofilia? La metodología usada para esta investigación se apropió de una conjunción de métodos que incluyen el deconstructivo de Derrida, la biohermenéutica de Chebanov, y el pensamiento complejo. Entre los aportes de esta investigación está la categoría de amor como universo que envuelve los sentimientos.

Palabras clave: amor, emoción, sentimiento, necrofilia, biofilia.

Abstract

We live in trans-modern times, our times are a hyper-reality intertwined with trans-complexity where everything is concatenated, woven, interwoven and at the same time in complementarity, we can say then that our reality contains events, elements, phenomena, circumstances, contingencies, which are present around us in the form of information, where love does not escape these circumstances. The purpose of this research is to shed light on the importance of love in emotional health, as well as to contribute to answer two fundamental questions: is love a feeling, how is love conceived from biophilia and necrophilia? The methodology used for this research appropriated a conjunction of methods including Derrida's deconstructive, Chebanov's biohermeneutics, and complex thinking. Among the contributions of this research is the category of love as a universe that involves feelings.

Keywords: love, emotion, feeling, necrophilia, biophilia.

Introducción

Vivimos en tiempos trans-modernos (Morris, 2003), pero a la vez convivimos con fuertes corrientes de pensamientos que desean seguir dominando (Ander Egg, 1998). Nuestros tiempos son tiempos nuevos y viejos a la vez, confusos y claros

(Lanz, 2005), con nuevos descubrimientos cada día que desafían el intelecto, el ingenio y ponen a prueba las nuevas corrientes del pensamiento, todo con una velocidad tan impresionante que lo último en computación y tecnología ya es obsoleto al salir a la venta, donde la informática cambió la manera de percibir todo nuestro entorno, convirtiendo al ciber espacio en una realidad aumentada y con infinitas posibilidades de comunicación, de interacción y de inventiva, es decir, nuestros tiempos son una hiperrealidad entrazada con trans-complejidad (Morrin, 2003) donde todo está concatenado, tejido, entretejido, conectado, y vuelto a tejer en una maraña de conexiones eternas y, a la vez, en complementariedad, donde los contrarios son uno y son dos al mismo tiempo.

De allí que el ser humano esté bombardeado de información como nunca antes, por todos lados, se puede decir entonces que nuestra realidad contiene acontecimientos, elementos, fenómenos, circunstancias, contingencias, que están presente a nuestro alrededor en forma de información, en donde su estructuración va a depender de la forma en como el sujeto ve al mundo, de cómo fue educado (Kant, 2020).

Así entonces, vemos que la realidad es multifactorial y el ser humano está limitado a sus sentidos para percibir el mundo, de tal manera que, éste, tomará de la realidad y de su entorno, aquello que le interesa y/o está capacitado para tomar y procesar, y dejará por fuera todo aquello que se escapa de sus sentidos, todo aquello que su mente no pueda procesar o no le interesa procesar, así, luego, él se hará una idea de esa realidad que lo circunda limitada y particular, esto quiere decir que al apropiarse de estos elementos, su psique construye una verdad de esa realidad, una verdad propia, única, diversa, particular, es por eso que, el individuo comparte y discute su verdad de la realidad con otras personas, en su núcleo, en su ambiente, con los suyos, con el fin de verificar si es asertiva su visión, pero esta verdad cambia o se refuerza constantemente en la medida en que transcurre el tiempo en la realidad, al igual que el individuo en ese momento, es decir, al pasar el tiempo en un espacio determinado, el individuo sigue tomando elementos que afiancen su pensamiento y sigue dejando por fuera otros que se oponen a su visión, así, decimos que es única, particular, propia, ..., pues su verdad de la realidad

dependerá del tiempo, el espacio, de la madurez y esencia de la persona.

Cuando el convencimiento de que esa verdad es absoluta, el ser humano se empodera tanto de ella que la convierte en parte de su ser, es por eso que muchas personas defienden irracionalmente dichas verdades, pues al volverse la verdad parte de ellos, terminan basando su vida en esas creencias, siendo en muchos casos el motor que impulsa su existencia.

Ahora bien, en cada espacio y ámbito que rodea al ser humano se hacen variantes diferentes de verdad, es decir, hay una verdad para el entorno del trabajo, una verdad para el entorno de la familia, una verdad en el ciber espacio, una verdad de sí mismo, ..., y va a depender de la realidad de cada entorno, en particular.

Por tanto, en el amor, también ocurre toda esta interacción de elementos, verdades, información, ..., en espacios y tiempos determinados, entonces, estos elementos o factores que tomamos o dejamos por fuera de la realidad, y que están también, a nuestro alrededor cuando construimos, e incluso, cuando destruimos una relación, es decir, vamos a tomar de la realidad, todo aquello que nos permita aumentar o disminuir los sentimientos hacia esa otra persona, animal o cosa, es por ello que un par de enamorados, durante el inicio de la relación, tomarán de esa realidad todo elemento que cultive y engrandezcan esos sentimientos de amor que ambos están construyendo el uno para el otro, desechando, omitiendo o justificando todos aquellos que sean contraproducentes a la ilusión del romance, es por eso que aquellos factores y/o elementos de la realidad que giran en torno a esa pareja y que fueron obviados en un principio por no cultivar sentimientos favorables, cuando son tomados en cuenta, se establecen contradicciones con los sentimientos ya cultivados, es decir, se pone a prueba la concepción emocional y sentimental de la relación.

Sentimiento, Emoción y Amor

El sentimiento es lo que se siente, de forma individual y personal, inducida por una situación, idea, recuerdo determinado, experiencia, ..., bien sea el sentimiento de ira, alegría, frustración, orgullo, pena,, los sentimientos están presentes siempre en nuestro interior, porque, todas las acciones están motivadas por los

sentimiento (Ferrater Mora, 2004).

Detrás de cada acción hay un sentimiento o grupo de ellos que la impulsa, ya sea en forma de idea o de emoción, ahora bien, una emoción es dar a demostrar lo que se siente, en un momento determinado y en un periodo específico, además de ser extremadamente rápido el proceso de sentir la emoción, cuyo tiempo aproximado es de 500 milisegundos (Damásio, 2021), es decir, es la expresión del sentimiento hacia los que te rodean, así, un sentimiento puede o no compartirse con otras personas, e incluso, animales o cosas, pero al momento de compartirse y ser percibido, en concreto por otro ser humano, se vuelve una emoción, pues la emoción es la percepción del sentimiento que sientes y/o que siente otro ser humano, en cuanto a la proyección, es decir, la empatía o la ecpatía que sienta por la otra persona y sus sentimientos harán o no que se activen las neuronas espejo, las cuales producirán acercamiento o rechazo a lo que siente la persona que está proyectando su emoción y por ende, al estado emocional que presenta la persona en ese momento.

Así, un sentimiento puede o no expresarse y tiene un emisor y va dirigido hacia una persona, animal o cosa, mientras que una emoción tiene un emisor que es quien proyecta su sentimiento y un receptor que es quién la recibe y decodifica, que puede ser el emisor mismo y puede o no ser el responsable de ese sentimiento o de inducirlo. Cuando el emisor y el receptor son la misma persona, entonces se dice que es darse cuenta de estar expresando un sentimiento es saberse emocionado.

El Amor Como Universo

El amor es un cúmulo de sentimientos, no es un único sentimiento, es más bien un gran conjunto de ellos, que van dirigidos expresamente hacia una persona, animal o cosa, es decir, cuando se ama, lo que se siente en un determinado momento es producto de un conjunto de estos hacia ese algo, generando así, un universo particular de sentimientos dedicados o potenciados por estar dentro de este conjunto y reservado expresamente hacia esa persona, animal o cosa, ahora bien, en su estado de latencia, dentro del conjunto del amor, cada uno es de diverso tamaño, es decir, que están en estado de latencia y tienen diferente intensidad

(pasión), no son estándar, por el contrario, son diversos, así, se genera un universo no porque los sentimientos sean infinitos, sino por el tamaño que puedan llegar a tomar, por la pasión que podamos sentir, y porque constantemente va en expansión y en contracción, por ejemplo una madre sentirá una ternura indescriptible al cargar por primera vez a su hijo/a recién nacido/a.

Cuando una madre reprende a su hijo/a, la pueden invadir diferentes emociones como enojo, ira, decepción, temor, ..., que provienen del universo del amor hacia su hijo/a, siendo estas emociones lo que percibe el hijo/a, o sea, se reprende desde el amor, con la finalidad de modificar una conducta desfavorable para la relación, la familia, sociedad, etc., a fin de que el hijo/a mejore como ser humano, sin embargo, la emoción en la madre, puede ser percibida por el hijo/a como negativa, ya que no se tiene en conciencia que proviene desde el universo del amor que la madre le dedica a su hijo/a, y al concebir falsamente el amor como un sentimiento, se relaciona entonces con emociones nobles, bonitas, puras, tiernas, ..., así, que parecieran no tener nada que ver con el acto de corregir al hijo/a con el amor que siente.

Aquí podemos ver que el amor contiene diversos sentimientos que pudieran tomarse como positivos o negativos, grotescos o bonitos, es decir, los contiene todos, sin embargo, en ese gran universo de contención, al momento de salir cualquiera de ellos, por una situación determinada, pasa por una especie de embudo, que puede magnificar, reducir o contener la expresión del sentimiento, este embudo regulador debe su existencia a las experiencias y la biología del propio ser humano, por eso es particular para cada quién además, de estar influenciado directamente por la verdad de la realidad que se ha tomado para ese entorno.

Ahora bien, cada universo está conectado con otros universos a través de los sentimientos, es decir, están presentes en cada universo, pero no es el mismo para cada uno de ellos, por no estar en la misma intensidad en cada conjunto, así vemos que todos los universos se comunican y se relacionan entre sí, todos están entretejidos en una gran telaraña o redes que conforman el multiverso del amor y los sentimientos son una unidad y a la vez están divididos en cada universo.

Sentimientos Dentro Del Amor

Los sentimientos son cultivados por momentos, ideas, recuerdos, hechos, concepciones,..., (Mariana & López Peñas, 1999) que a su vez van marcando dentro de ese conjunto, así, una persona auditiva marcará algún sentimiento con una palabra especial surgida de una circunstancia especial, una persona visual marcará con una imagen surgida de un momento especial, con esa persona a la cual le dedico ese universo, es decir, se programa el sentimiento en relación a la palabra y a la voz de esa persona en especial o a la imagen que se tomó en el torno de la circunstancia, así podemos afirmar que, el sentimiento dentro del conjunto es único en su tamaño, y además, lleva impresa una huella particular que lo distingue de el mismo en otro conjunto, así por ejemplo no es lo mismo escuchar “te quiero” de un ser amado que de un extraño, no es lo mismo ver un paisaje solo/a o en compañía de la persona especial

Amor y Complementariedad Del Hombre

El amor desde cada persona, tiene un significado diferente (Garza, 2010), esto es debido a que cada ser humano es diferente y esto se entiende porque el ser humano está en una constante lucha por entender su entorno, de tal manera que, toda su atención se centra en tomar de la realidad la mayor cantidad de elementos para analizarla y comprender las situaciones que lo rodean, dejando a un lado, los elementos internos que lo ayuden a comprenderse a sí mismo, así, abandona lo interno por lo externo, y la gran mayoría del tiempo evitará realizar análisis profundo de sí mismo, ignorando sus dos instintos naturales, la biofílica y la necrofilia (Fromm, 1977) que son pares opuestos y complementarios, es decir, la esencia del hombre tiene contenida en su ser una parte que ama la vida y otra parte que va dirigida hacia la muerte y destrucción, ambas partes pertenecientes a la humanidad del ser humano y se encuentran en franca disputa durante su vida, es decir, existen personas que su parte biofílica predomina sobre su parte necrofílica y otras donde su parte necrofílica predomina sobre la biofílica, esta relación se puede encontrar en mayor o menor grado en cada persona, así entonces, la percepción del amor dependerá de que parte predomine en el ser humano y por ende, en el conjunto de

sentimientos que hacen parte del universo del amor serán relativos a esta misma predominancia biofílica o necrofílica y por añadidura serán potenciados respectivamente con esta misma naturaleza, es más, tomará de esos entornos los elementos de información que nutran su predominancia y se hará una verdad de la realidad relativa a su ser.

Entender el amor de esta manera, es entender que al sufrir una separación amorosa, lo primero que hacemos es sacar del conjunto de sentimientos: indignación, decepción, desprecio, celos, desesperación,..., y los expresamos en forma de emoción dirigidos intencionalmente hacia esa persona y contra nosotros mismo, pero seguimos teniendo un universo de amor hacia dicha persona, es decir, como creemos que el amor es un sentimiento, creemos entonces, falsamente que lo podemos sustituir por otro que consideremos contrario, pero, salido del mismo universo que dedicamos a esa persona, sin tratar el conjunto y los demás sentimientos contenidos en ella, es por eso que, en determinados momentos, salen a relucir recuerdos e ideas que impulsan la expresión de sentimientos de ese mismo universo, así son esas emociones las que nos darán una idea de la magnitud y la grandeza de cada sentimiento dedicado a esa persona.

Amor Propio

Si tenemos un universo de amor para cada persona, para cada entorno, para cada situación, entonces tenemos múltiples universos de amor, así entonces, podemos afirmar que existe un universo de amor que está dedicado hacia nosotros mismos, en ese universo se agrupan varios conjuntos de sentimientos que van dirigidos hacia diversas partes de nuestro ser, (pudiendo estar un sentimiento en múltiples conjuntos), por ejemplo nuestro físico, nuestra personalidad,..., por ejemplo existe un conjunto que está dedicado a la sexualidad y dependiendo de nuestro ser biofílico o necrofílico, será nuestra sexualidad, es decir, será placentera de experiencias auto enriquecedora.

Si existe una aceptación personal plena con sentimientos ajustados a nuestra sexualidad o agresiva dirigida contra nosotros mismos o contra la sociedad, si en cambio, existe sentimientos contrarios a nuestra sexualidad como frustración,

impotencia, rechazo, decepción, auto rechazo, ..., lo mismo pasará para cada parte de nuestro ser, siendo el físico y nuestro cuerpo el que con mayor frecuencia se demuestra, a través de cirugías cosméticas, la poca aceptación y rechazo que se siente. Cada uno de estos conjuntos se encuentran entrelazados, entre sí y en su totalidad forman nuestro amor propio.

El amor desde la cultura

El amor y los sentimientos que se encuentran en ese universo, están sugestionados por las vivencias de la persona que los siente, es decir, el hombre y la mujer concibe y moldea los sentimientos de manera diferente, así, es particular para cada ser como define cada sentimiento, por tanto, cada sentimiento tendrá rasgos particulares, por ejemplo: el hombre machista entenderá el amor desde la posesión, y los sentimientos que estén en ese universo tenderán a afianzar esa creencia, por tanto, sentimientos como empatía, placer, pasión, ..., son concebidos con el fin de convertirlos en cadenas que atan a la mujer al hombre machista, por consiguiente la mujer sumisa entenderá esos sentimientos como la expresión máxima de sentimientos que la cuidan, ya que, sus creencias y vivencia la han llevado a justificar el pensamiento machista.

Ahora bien, en cuanto a los sentimientos de la mujer, estos, se ajustarán a las vivencias y se re conciben para ajustarse de la mejor manera a la situación frente a ella, abandonando así su propia concepción de amor para asumir la concepción del hombre machista, esta plasticidad del amor, se puede ver en múltiples casos donde uno de la pareja asume las concepciones de sentimiento del otro.

El hombre y la mujer como objetos de amor

Como ya hemos visto que el amor alberga multiplicidad de sentimientos, y que a su vez el amor está atado a las vivencias y la cultura de la persona, podemos afirmar que, existe, desde algunas particularidades, la creencia de ver a la pareja desde el objeto dispuesto para ratificar la concepción de amor que se tiene, y en particular los sentimientos que sienta la persona así sí mismo, que, a su vez, dichos sentimientos, están concebidos para des-humanizar, así, el amor desde esta concepción se podrá encontrar en cualquier persona, que, permita ser usada como

objeto.

Esta concepción es potenciada por los medios publicitarios que exaltan el cuerpo humano y la belleza física por encima de la humanidad, es decir, se potencia sentimientos como: deseo, vanidad, avaricia, insatisfacción, envidia, lujuria, ..., como sentimientos dominantes y guías en el universo del amor, minimizando todo sentimiento biófilo que atente contra el amor del hombre o mujer como objeto.

El amor cosificado

Ahora bien, las personas se relacionan entre sí a través de sus sentimientos, estos lazos emocionales se cultivan con el contacto continuo y la interrelación de sentimientos que entre ellos emane, sin embargo, el ser humano al concebir el amor desde los sentimientos, es capaz de amar objetos, cosas, materia inorgánica, pues, es desde la idealización que se le va dando atributos a esos objetos, de tal manera que, al amar el objeto, se ama la relación idealizada, es decir, el objeto ya no es objeto en sí, sino sujeto, sujeto a sentimientos dados por el ser humano, pues ese objeto produce en la persona sentimientos como: satisfacción, logro, placer, alivio, orgullo, ..., que guían el universo del amor concebido por la persona, estos sentimientos prevalecen por encima de los demás sentimientos de ese universo. El contacto continuo con el objeto y la interrelación se genera desde la idealización, a mayor idealización con el objeto mayor será el crecimiento de cada sentimiento que este genere y que se le ha dedicado.

Resultados y Discusión

Hemos visto que el amor contiene inmerso diversos sentimientos reunidos en un conjunto que a su vez forman universos dedicados a cada persona, animal o cosa, su reflejo en el exterior son las emociones, así, una situación provoca la salida de sentimientos, pero cuando se ama, estos sentimientos pasan por un filtro dentro del embudo, que, dependiendo de cómo se ame y de hacia donde se inclina la naturaleza del ser (biofilia y necrofilia), se intensifican, reducen o contienen, a la vez se tiene también un sentimiento que domina sobre los demás, un sentimiento que está presente y expresado durante más tiempo, un sentimiento líder, que, aunque puede cambiarse por otro en situaciones determinadas, tarde o temprano

vuelve a reaparecer tomando su posición de principal.

Además, hemos visto que un sentimiento está en todos los conjuntos y a la vez es uno solo, que ese sentimiento está marcado para cada universo con el sello distintivo de esa persona y al mismo tiempo los universos están entrelazados unos con otros en una gran red de tejido, que cada sentimiento tiene sus probabilidades de ser expresado en momentos determinados, pero que al mismo tiempo es la complementariedad biofilia-necrofilia del ser humano lo que le dará la dirección al conjunto. En si el amor y sus sentimientos son: cuánticos, complejos, trans sentimental, deslocalizados, omnipresentes, ubicuos, multiverso y complementarios.

Aporte: Amor y Consciencia

Relación amor consciencia. Ser consciente del amor, de cómo amamos, de qué amamos, de cuánto amamos, es, saber expresar ese conjunto de sentimientos, es, saber que el embudo y su filtro están en franca consonancia y equilibrio con la emoción y con la situación. La persona que se encuentra consciente del amor en toda su magnitud universal, es la persona que ha realizado autoconsciencia y que su interior está en armonía con su exterior, donde su parte biófila predomina con superioridad sobre su parte necrófila, así, al estar en armonía el individuo disfrutará de una salud emocional.

Referencias

- Ander Egg, E. (1998). Formas de alineación de la sociedad burguesa. Buenos Aires: Lumen-Hymanitas.
- Bauman, Z. (2008). La Sociedad Sitiada. Argentina: Fondo de Cultura Economica.
- Bericat, E. (1998). La integración de los métodos cuantitativos y cualitativos en la investigación social: significado y medida. Barcelona España: Ariel.
- Chebanov, S. (1993). Biology and humanitarian culture: The problem of interpretation in Bio-hermeneutics and hermeneutics of biology. Estonia: TIIVEL.
- Damásio, A. (2021). Saber y Sentir. amazon.com.
- Ferrater Mora, J. (2004). Diccionario de filosofía. Barcelona España: Ariel.
- Fromm, E. (1977). El corazón del hombre. Madrid: Tecnos.
- Garza, I. (2010). Neurobiología del amor. Residente, 5(1):6-8.
- Kant, I. (2020). Critica a la razón pura. Madrid, España: Verbum S.L. .
- Lanz, R. (2005). Las palabras no son neutras: glosario semiótico sobre la postmodernidad. Caracas: Monte Ávila .

- Mariana, j., & López Peñas, M. (1999). Diccionario de sentimientos. Barcelona España: Anagrama.
- Morrin, E. (2003). El método V: La humanidad de la humanidad. Madrid, España: Ediciones Cátedra.