

**EL ARTE DE**

**AMAR**

**ERICH FROMM**

## **I ¿ES EL AMOR UN ARTE?**

¿Es el amor un arte? En tal caso, requiere conocimiento y esfuerzo. ¿O es el amor una sensación placentera, cuya experiencia es una cuestión de azar, algo con lo que uno "tropieza" si tiene suerte? Este libro se basa en la primera premisa, si bien es indudable que la mayoría de la gente de hoy cree en la segunda.

No se trata de que la gente piense que el amor carece de importancia. En realidad, todos están sedientos de amor; ven innumerables películas basadas en historias de amor felices y desgraciadas, escuchan centenares de canciones triviales que hablan del amor, y, sin embargo, casi nadie piensa que hay que aprender acerca del amor.

Esa peculiar actitud se basa en varias premisas que, individualmente o combinadas, tienden a sustentarla: , Para la mayoría de la gente, el problema del amor consista fundamentalmente en ser amado, no en amar, no en la propia capacidad de amar.

De ahí que para ellos el problema sea como lograr que, se los ame cómo ser dignos de amor. Para alcanzar ese objetivo, siguen varios caminos. Uno de ellos, utilizado en especial por los hombres, es tener éxito, ser, tan poderoso y rico como lo permita

el margen social de la propia posición. Otro usado particularmente por las mujeres, consiste en ser atractivas. por medio del cuidado del cuerpo, la ropa, etc. Existen otras formas de hacerse atractivo, que utilizan tanto los hombres como las mujeres, tales como tener modales agradables y conversación interesante, ser útil, modesto, inofensivo. Muchas de las formas de hacerse querer son iguales a las que se utilizan para alcanzar el éxito, para "ganar amigos a influir sobre la gente". En realidad, lo que para la mayoría de la gente de nuestra cultura equivale a digno de ser amado es, en esencia, una mezcla de popularidad y sex - appeal.

La segunda premisa que sustenta la actitud de que no hay nada que aprender sobre el amor, es la suposición de que el problema del amor es el de un objeto y no de una facultad. La gente cree que amar es sencillo y l difícil encontrar un objeto apropiado para amar para ser amado por él. Tal actitud tiene varias causas, arraigadas en el desarrollo de la sociedad moderna. Una de ellas es la profunda transformación que se produjo en el siglo veinte con respecto a la elección del "objeto amoroso". En la era victoriana, así como en muchas culturas tradicionales, el amor no era generalmente una experiencia personal espontánea que podía llevar al matrimonio. Por el contrario, el matrimonio se efectuaba por un convenio entre las respectivas familias o por

medio de un agente matrimonial, o también sin la ayuda de tales intermediarios; se realizaba sobre la base de consideraciones sociales, partiendo de la premisa de que el amor surgiría después de concertado el matrimonio. En las últimas generaciones el concepto de amor romántico se ha hecho casi universal en el mundo occidental. En los Estados Unidos de Norteamérica, si bien no faltan consideraciones de índole convencional, la mayoría de la gente aspira a encontrar un "amor romántico", a tener una experiencia personal del amor que lleve luego al matrimonio. Ese nuevo concepto de la libertad en el amor debe haber acrecentado enormemente la importancia del objeto frente a la de la función.

Hay en la cultura contemporánea otro rasgo característico, estrechamente vinculado con ese factor. Toda nuestra cultura está basada en el deseo de comprar, en la idea de un intercambio mutuamente favorable. La felicidad del hombre moderno consiste en la excitación de contemplar las vidrieras de los negocios, y en comprar todo lo que pueda, ya sea al contado o a plazos. El hombre (o la mujer) considera a la gente en una forma similar. Una mujer o un hombre atractivos son los premios que se quiere conseguir. "Atractivo" significa habitualmente un buen conjunto de cualidades que son populares y por las cuales hay demanda en el mercado de la personalidad. Las características específicas que hacen atractiva a una persona, dependen de la

moda, de la época, tanto física como mentalmente. Durante los años que siguieron a la Primera Guerra Mundial, una joven que bebía y fumaba, emprendedora y sexualmente provocadora, resultaba atractiva; hoy en día la moda exige más domesticidad y recato. A fines del siglo XIX y comienzos de éste, un hombre debía ser agresivo y ambicioso -hoy tiene que ser sociable y tolerante- para resultar atractivo. De cualquier manera, la sensación de enamorarse sólo se desarrolla con respecto a las mercaderías humanas que están dentro de nuestras posibilidades de intercambio. Quiero hacer un buen negocio; el objeto debe ser deseable desde el punto de vista de su valor social y, al mismo tiempo, debo resultarle deseable, teniendo en cuenta mis valores y potencialidades manifiestas y ocultas. De ese modo, dos personas se enamoran cuando sienten que han encontrado el mejor objeto disponible en el mercado dentro de los límites impuestos por sus propios valores de intercambio. Lo mismo que cuando se compran bienes raíces, suele ocurrir que las potencialidades ocultas susceptibles de desarrollo desempeñan un papel de considerable importancia en tal transacción. En una cultura en la que prevalece la orientación mercantil y en la que el éxito material constituye el valor predominante, no hay en realidad motivos para sorprenderse de que las relaciones amorosas humanas sigan el

mismo esquema de intercambio que gobierna el mercado de bienes y de trabajo.

El tercer error que lleva a suponer que no hay nada que aprender sobre el amor, radica en la confusión entre la experiencia inicial del “enamorarse” y la situación permanente de estar enamorado, o mejor dicho de “permanecer” enamorado. Si dos personas que son desconocidas la una para la otra, como lo somos todos, dejan caer pronto la barrera que las separa, y se sienten cercanas, se sienten uno, ese momento de unidad constituye uno de los más estimulantes y excitante para la vida. Y resulta aún más maravilloso y milagroso para aquellas personas que han vivido encerradas, aisladas sin amor. Ese milagro de súbita intimidad suele verse facilitado si se combina o inicia con la atracción sexual y su consumación. Sin embargo, tal tipo de amor es, por su misma naturaleza, poco duradero. Las dos personas llegan a conocerse bien, su intimidad pierde cada vez más su carácter milagroso, hasta que su antagonismo, sus desilusiones, su aburrimiento mutuo, terminan por matar lo que pueda quedar de la excitación inicial. No obstante, al comienzo no saben todo esto: en realidad, consideran la intensidad del apasionamiento, ese estar “locos” el uno por el otro como una prueba de la intensidad del amor, cuando sólo muestra el grado de su soledad anterior.

Esa actitud – que no hay nada más fácil que amar – sigue siendo la idea prevaleciente sobre el amor, a pesar de las abrumadoras pruebas de lo contrario. Prácticamente no existe ninguna otra actividad o empresa que se inicie con tremendas esperanzas y expectativas, y que, no obstante, fracase tan a menudo como el amor. Si ello ocurriera con cualquier otra actividad, la gente estaría ansiosa por conocer los motivos del fracaso y por corregir sus errores – o renunciaría a la actividad -. Puesto que lo último es imposible en el caso del amor, sólo parece haber una forma adecuada de superar el fracaso del amor, y es examinar las causas de tal fracaso y estudiar el significado del amor.

El primer paso a dar es tomar conciencia de que el amor es un arte, tal como es un arte el vivir. Si deseamos aprender a amar debemos proceder en la misma forma en que lo haríamos si quisiéramos aprender cualquier otro arte, música, pintura, carpintería o el arte de la medicina o de la ingeniería.

¿Cuáles son los procesos necesarios para aprender cualquier arte?

El proceso de aprender un arte puede dividirse convenientemente en dos partes: una, el dominio de la teoría; la otra el dominio de la práctica. Si quiero aprender el arte de la medicina, primero debo conocer los hechos relativos al cuerpo

humano y a las diversas enfermedades. Una vez adquirido todo ese conocimiento teórico, aún no soy en modo alguno competente en el arte de la medicina. Sólo llegaré a dominarlo después de mucha práctica, hasta que eventualmente los resultados de mi conocimiento teórico y los de mi práctica se fundan en uno, mi intuición, que es la esencia del dominio de cualquier arte. Pero aparte del aprendizaje de la teoría y de la práctica un tercer factor es necesario para llegar a dominar cualquier arte – el dominio del arte debe ser de fundamental importancia: nada en el mundo debe ser más importante que el arte. Esto es válido para la música, la medicina. La carpintería y el amor. Y quizás radique ahí el motivo de que la gente de nuestra cultura, a pesar de sus evidentes fracasos, sólo en tan contadas ocasiones trata de aprender ese arte. No obstante el profundo anhelo de amor, casi todo lo demás tiene más importancia que el amor: éxito, prestigio, dinero, poder; dedicamos casi toda nuestra energía a descubrir la forma de alcanzar esos objetivos, y muy poca a aprender el arte del amor.

¿Sucede acaso que sólo se consideran dignas de ser aprendidas las cosas que pueden proporcionarnos dinero o prestigio, y que el amor, que "sólo" beneficia al alma, pero que no proporciona ventajas en el sentido moderno, sea un lujo por el cual no tenemos derecho a gastar muchas energías? Sea como

fuere, este estudio ha de referirse al arte de amar en el sentido de las divisiones antes mencionadas: primero, examinaré la teoría del amor - lo cual abarcará la mayor parte del libro, y luego analizaré la práctica del amor, si bien es muy poco lo que puede decirse sobre la práctica de éste como en cualquier otro campo.

## **II**

### **LA TEORIA DEL AMOR**

#### **1. EL AMOR, LA RESPUESTA AL PROBLEMA DE LA EXISTENCIA HUMANA**

Cualquier teoría del amor debe comenzar con una teoría del hombre, de la existencia humana. Si bien encontramos amor, o más bien, el equivalente del amor, en los animales sus afectos constituyen fundamentalmente una parte de su equipo instintivo, del que sólo algunos rectos operan en el hombre. Lo esencial en la existencia del hombre es el hecho de que ha emergido del reino animal, de la adaptación instintiva, de que ha trascendido la naturaleza, si bien jamás la abandona y siempre forma parte de ella y, sin embargo, una vez que se ha arrancado de la naturaleza, ya no puede retornar a ella, una vez arrojado del paraíso - un estado de unidad original con la naturaleza - querubines con espadas flameantes le impiden el paso si trata de regresar. El hombre solo puede ir hacia adelante desarrollando su razón, encontrando una nueva armonía humana en reemplazo de la prehumana que está irremediabilmente perdida.

Cuando el hombre nace, tanto la raza humana como el individuo, se ve arrojado de una situación definida, tan definida

como los instintos, hacia una situación indefinida, incierta, abierta. Sólo existe, certeza con respecto al pasado, y con respecto al futuro, la certeza de la muerte.

El hombre está dotado de razón, es vida consciente de sí misma; tiene conciencia de sí mismo, de sus semejantes, de su pasado y de las posibilidades de su futuro. Esa conciencia de sí mismo, como una entidad separada, la conciencia de su breve lapso de vida, del hecho de que nace sin que intervenga su voluntad y ha de morir contra su voluntad, de que morirá antes que los que ama, o éstos antes que él, la conciencia de su soledad y su "separatidad" (o estado de separación. En inglés: separateness), de su desvalidez frente a las fuerzas de la naturaleza y de la sociedad, todo ello hace de su existencia separada y desunida una insoportable prisión. Se volvería loco si no pudiera liberarse de su prisión y extender la mano para unirse en una a otra forma con los demás hombres, con el mundo exterior.

La vivencia de la separatidad provoca angustia; es, por cierto, la fuente de toda angustia. Estar separado significa estar aislado, sin posibilidad alguna para utilizar mil poderes humanos: De ahí que estar separado signifique estar desvalido, ser incapaz de aferrar el mundo - las cosas y las personas - activamente; significa que el mundo puede invadirme sin que yo pueda reaccionar. Así, pues, la separatidad es la fuente de una intensa

angustia. Por otra parte, produce vergüenza y un sentimiento de culpa. El relato bíblico de Adán y Eva expresa esa experiencia de culpa y vergüenza en la separatidad. Después de haber comido Adán y Eva del fruto del "árbol del conocimiento del bien y del mal", después de haber desobedecido (el bien y el mal no existen si no hay libertad para desobedecer), después de haberse vuelto humanos al emanciparse de la originaria armonía animal con la naturaleza, es decir, después de su nacimiento como seres humanos, vieron "que estaban desnudos y tuvieron vergüenza". ¿Debemos suponer que un mito tan antiguo y elemental como ese comparte la mojigatería del enfoque moralista del siglo XIX, y que el punto importante que el relato quiere transmitirnos es la turbación de Adán y Eva porque sus genitales eran visibles? Es muy difícil que así sea, y si interpretamos el relato con un espíritu victoriano, pasamos por alto el punto principal, que parece ser el siguiente: después que hombre y mujer se hicieron conscientes de sí mismos y del otro, tuvieron conciencia de su separatidad, y de la diferencia entre ambos, en la medida en que pertenecían a seres distintos. Pero, al reconocer su separatidad, siguen siendo desconocidos el uno para el otro, porque aún no han aprendido a amarse.,(como lo demuestra el hecho de que Adán se defiende, acusando a Eva, en lugar de tratar de defenderla),. La conciencia de la separación humana - sin la reunión. por el amor - es la

fuentes de la vergüenza. Es, al mismo tiempo, la fuente de la culpa y la angustia.

La necesidad más profunda del hombre es, entonces, la necesidad de superar su separatividad, de abandonar la prisión de su soledad. El fracaso absoluto en el logro de tal finalidad significa la locura, porque el pánico del aislamiento total sólo puede vencerse por medio de un retraimiento tan radical del mundo exterior que el sentimiento de separación se desvanece - porque el mundo exterior, del cual se está separado, ha desaparecido.

El hombre - de todas las edades y culturas - enfrenta la solución de un problema que es siempre el mismo: el problema de cómo superar la separatividad, cómo lograr la unión, cómo trascender la propia vida individual y encontrar compensación. El problema es el mismo para el hombre primitivo que habita en cavernas, el nómada que cuida de sus rebaños, el pastor egipcio, el mercader fenicio, el soldado romano, el monje medieval, el samurai japonés, el empleado y el obrero modernos. El problema es el mismo, puesto que surge del mismo terreno: la situación humana, las condiciones de la existencia humana. La respuesta varía. La solución puede alcanzarse por medio de la adoración de animales, del sacrificio humano o las conquistas militares, por la complacencia en la lujuria, el renunciamiento ascético, el trabajo

Este resumen que usted acaba de leer pertenece a una librería virtual en la que puede disfrutar libros de la forma cómo después se explica. O puede ojear y disfrutar partes de los textos de esos ejemplares, tal como haría en cualquier librería en tres dimensiones. A continuación verá cómo funciona todo esto. **Es muy sencillo e interesante.**

Puede visitar esta librería en [http://www.personal.able.es/cm.perez/libreria\\_virtual.htm](http://www.personal.able.es/cm.perez/libreria_virtual.htm)

### **¿Qué es LIBROS PARA DESCARGAR?**

Es una **nueva** forma de comprar libros y recibirlos en su ordenador. **También puede descargar libros GRATIS**

### **¿Qué ventajas obtengo por comprar así los libros?**

Es mucho más **fácil** y **rápido** de recibir. Si se manda por el sistema tradicional, tarda varios días en llegar. Además, en otros casos, los portes los pagaría usted, o se le cargarían en el precio final. Sin embargo, al adquirir libros por este sistema, todos los **gastos de envío son gratis**, con el ahorro que supone para usted. Por otra parte, al ser nulos los gastos de imprenta y distribución, se ofrecen unos precios que no existen en los libros en papel.

## ¿Cómo sé que me llegan los libros?

Usted recibirá en la cuenta de correo que elija los libros que adquiriera. Este sistema está **probado y garantizado**.

## ¿Es compatible con mi ordenador?

Los libros se mandan comprimidos en formato PDF con la finalidad que sean compatibles con cualquier sistema (PC, Mac, Linux y otros). Al ser un formato comprimido, tardan menos en llegar. De todas formas, si así lo indica usted, puede recibirlos en formato DOC (World de Windows) o en formato html (el mismo que la página web que ahora está usted viendo). **Fácil y efectivo**.

Puede descargar gratis el lector de PDF en <http://www.adobe.es/products/acrobat/readstep2.html>

## ¿Qué temas se pueden adquirir?

Libros de temas que no se suelen encontrar en cualquier librería. Naturalmente, encontrará temas tratados en

EL ARTE DE LA ESTRATEGIA en <http://www.personal.able.es/cm.perez/> o en consonancia con su línea. Hallará libros sobre el **éxito**, sobre el **poder**, sobre la sexualidad, sobre la mente ...

## ¿Puedo ver los libros antes de comprarlos?

Por supuesto, y le animamos a hacerlo. Todos examinamos un producto antes de adquirirlo, y aquí no va a ser menos. De paso, podrá leer capítulos o fragmentos de todas las obras ofertadas.

## ¿Puedo hacer copias?

Por supuesto que si, **todas las copias que quiera**. No hay ningún dispositivo que impida hacer copias electrónicas o en papel. Hacemos esto porque consideramos que ya que usted paga por un producto, es muy **libre** de hacer con el lo que quiera (aunque los que reciban las copias no pagen).

## ¿Es seguro comprar con tarjeta en Internet?

Comprendo que resulta chocante realizar compras por Internet. El sistema de pago funciona de tal manera que: **es seguro** (nadie puede interferir los datos), nadie conoce el n° de su tarjeta y que yo mismo he hecho la prueba comprando libros y todo funcionó a la perfección.

En el caso de que no tenga tarjeta, ya ha habido otras personas en su situación que lo han solucionado de la siguiente manera: han pedido a otra persona que si tenía tarjeta fuera el que les realizara la compra. Después le abonó en metálico el importe de la adquisición.

## **Me quedan algunas preguntas, ¿me las podría aclarar?**

Encantados de ampliar información. Puede enviarme un mensaje en el que exprese sus preguntas a [cm.perez@able.es](mailto:cm.perez@able.es) . *Es una forma de agradecerle de antemano la oportunidad de servirle, que espero tener algún día.*

*Reciba un cordial saludo*

*Carlos Martín Pérez*

**PUEDE ENVIAR ESTE EJEMPLAR A QUIEN DESEE. ES MAS, LE ANIMO A HACERLO. SU PRESTIGIO AUMENTARÁ NOTABLEMENTE AL HACERLO.**

**COMPARTIR ESTA INFORMACION AYUDARÁ A MUCHAS PERSONAS.**