

# El amor entre la ficción y la realidad

Hernández Soto, María José

2022-03-03

---

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/5522>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

## El amor entre la ficción y la realidad

María José Hernández Soto

Publicado en “Síntesis”, el 03 de marzo de 2022. Disponible en:

<https://web.mediasolutions.mx/Notas/?id=202203031435041214&temaid=11946>

El amor es horrible, doloroso, aterrador. Te hace dudar de ti, titubear y juzgarte. Ninguno de nosotros quiere vivir en ese infierno, por eso, no es de asombrar que el amor sea algo que no queremos hacer solos por nuestra propia cuenta.

(Fleabag)

En la historia de la humanidad se ha hablado y discutido miles de veces sobre el amor. Los libros de leyendas y narraciones biográficas nos relatan “amores de victoria”, pues suceden a través de luchas épicas, interminables, que finalizan cuando el héroe se queda con la princesa después de un combate. También en películas y series de televisión nos muestran un “amor idealizado” cuando la pareja logra consolidar su pasión, a pesar de los obstáculos.

Quizá el amor es más que una emoción universal, tal vez es más subjetivo, profundo y potente. Puede que implique dolor, y al mismo tiempo, aceptación. Según Francesco Alberoni, en su libro “El vuelo nupcial”, existen varias etapas del amor y cada persona las va recorriendo cuando conoce a su “otra mitad”. Dichas etapas son: “admiración y atracción física, fantasías amorosas, esperanza,

nacimiento del amor, cristalización de cualidades, la duda y el anhelo de ser correspondido”.

Es verdad que estas fases parecen ser más cercanas al enamoramiento donde vemos la vida más bella, cálida y colorida. ¿Será que ante el amor somos más endebles? Estadísticamente se dice que una persona promedio tiene 48 pensamientos por minuto y un enamorado le dedica 40 a su ser amado. Es decir, de los 1,440 minutos al día llegamos a dedicarle a esa persona especial 57,600 pensamientos por cada 24 horas. ¡Eso sí que nos nubla la perspectiva!

Y es que cuando nos enamoramos los neurotransmisores provocan que se oscurezca nuestro cerebro crítico, es decir, la parte más objetiva de nuestro juicio. Esto sucede porque a más neuroquímica, menos lógicos y menos coherentes. La culpa la tiene la liberación de oxitocina, dopamina, vasopresina y por supuesto, la endamina, que nos permite dormir muy bien después de unos buenos besos.

Entonces, ¿somos víctimas de nuestros neurotransmisores? Sí, es la respuesta. El enamoramiento provoca las mismas reacciones que una droga. Sin embargo, cuando se pasa al “amor real”, nos daremos cuenta que si bien es más asertivo, conlleva una aceptación total de las cosas y químicamente, el proceso neuronal será más aprendido, pues implicará un trabajo arduo de nuestra corteza prefrontal (control cognitivo).

La pregunta ahora es, ¿qué sucede cuando nos enamoramos de la narrativa que nos plantea un autor en una novela? Nicole Speer, en su artículo publicado en la revista Psychological Science en el 2009, afirma que cuando leemos, simulamos

mentalmente cada nueva situación que se encuentra en una historia. Recreamos los detalles, identificamos y empatizamos activando las mismas áreas cerebrales que se accionarían si se ejecutaran en la realidad. La lectura puede ser un detonador que nos haga enamorarnos de los personajes de una novela o de la misma narrativa en sí, pues cada palabra cobra vida en nuestra imaginación.

No hay duda de que el amor, en la ficción o en la realidad, es más complejo de lo que parece, más subjetivo de lo que se comprende y más neuroquímico de lo que se cree. Posiblemente lo que nos hace sufrir es el enamoramiento, la idealización o la egolatría; quizá amar realmente signifique comprender y aceptar verdaderamente al otro y ser verdaderamente comprendido sin límites.