

# ¿Qué es el amor?: breve recorrido desde Lucrecio hasta bell hooks

**Selena Marcellesi Pérez.** International Studies, Universidad de Leiden (Países Bajos)

Recibido 21/03/2026 • Aceptado 30/04/2026

## Resumen

Este artículo desarrolla cinco definiciones conceptuales del amor y la crítica de cada una de ellas: Dios, la guerra, la biología, el sexo, los sentimientos y la cultura. Se comentan textos de Lucrecio, Safo, Catulo, Propertio y Ovidio para entender este fenómeno universal; se proponen ejemplos tomados de películas y libros modernos para mostrar su relevancia actual; y se explorarán nuevos análisis psicológicos, biológicos y sociológicos sobre qué sea realmente enamorarse. Se propone trabajar en una definición concreta, siendo esta la mejor manera de entender un sentimiento supuestamente místico, mágico e intangible.

**Palabras clave:** clásicos, psicología, biología, sociología, cine, cultura.

## Abstract

### What is love?: short walk from Lucretius to bell hooks

This article develops five conceptual definitions of love and critiques each of them: God, war, biology, sex, feelings, and culture. Texts by Lucretius, Sappho, Catullus, Propertius, and Ovid are discussed to understand this universal phenomenon; examples from modern films and books are offered to demonstrate its current relevance; and new psychological, biological, and sociological analyses of what it truly means to fall in love are explored. This paper proposes to work on a concrete definition as the best way to understand a supposedly mystical, magical, and intangible feeling.

**Keywords:** classics, psychology, biology, sociology, cinema, culture.



# ¿Qué es el amor?: breve recorrido desde Lucrecio hasta bell hooks

**Selena Marcellesi Pérez.** International Studies, Universidad de Leiden (Países Bajos)

Recibido 21/03/2026 • Aceptado 30/04/2026

## § 1. Introducción

El amor es una constante de la historia humana; probablemente el tema más socorrido de la literatura. Desde los versos de Safo hasta los *retellings* modernos de *Romeo y Julieta*, pasando por el triángulo amoroso de César, Cleopatra y Marco Antonio, grandes historias de amor han dado forma a nuestra literatura, cambiando el rumbo de la historia, provocando acontecimientos políticos y derramando ríos de tinta y sangre. Aún hoy, el amor es central en nuestra sociedad, tanto en la cultura —libros, películas, canciones o leyendas que componen nuestros paisajes culturales— como en las preocupaciones modernas de nuestra vida diaria.

Incluso así, no existe definición clara de qué sea el amor: cada diccionario propone diversas variantes y cada persona posee su propia interpretación. Algunos artículos explican qué es el amor y cómo se cultiva; ciertas aplicaciones (*apps*) prometen encontrar tu alma gemela; y hay «expertos» que proponen consejos dudosos para conseguir la persona de tus sueños. Pero nadie sabe exactamente de que se está hablando. Y esta laguna en el conocimiento sobre el amor crea generaciones de personas incapaces de amar, de mantener relaciones o de expresar sus sentimientos.

Este artículo desarrolla cinco definiciones conceptuales del amor y la crítica de cada una de ellas: Dios, la guerra, la biología, el sexo, los sentimientos y la cultura. Se comentan textos de Lucrecio, Safo, Catulo, Propertio y Ovidio para entender este fenómeno universal; se proponen ejemplos tomados de películas y libros modernos para mostrar su relevancia actual; y se exploraran nuevos análisis psicológicos, biológicos y sociológicos sobre qué sea realmente enamorarse. Porque una definición concreta es la mejor manera de entender un sentimiento supuestamente místico, mágico e intangible.

## § 2. El amor es Dios

No en vano películas y series modernas, como *Romeo + Juliet* de Baz Luhrmann o *Fleabag* temporada 2 y *Killing Eve* temporada 3 de Phoebe Waller-Bridge, están impregnadas de una estética religiosa. Antes aun de que se concibiera un Dios único y trascendente, este sentimiento sobrenatural y misterioso, don del cielo, lo explicaban a través de las potencias de la Divinidad, manifestadas en una gran variedad de dioses y diosas, que conocemos a través de las mitologías y de la geografía, y que nos son muy familiares. Recordemos a Afrodita/Venus, diosa greco-romana del amor —acompañada de su hijo Eros/Cupido, un querubín en pañales con su arco y sus flechas— reproducida copiosamente en las Letras y en las Artes.

Filósofos antiguos interpretaron el amor como una fuerza trascendente y mágica. En *El banquete* de Platón, donde varios personajes debaten sobre el origen y la naturaleza del amor, Pausanias considera que el amor es una divinidad (la Afrodita celestial y la Afrodita vulgar); y Sócrates, que el amor es un «gran demonio», un intermediario entre lo mortal y lo inmortal.

Religiones del mundo entienden el amor —en forma de fe, el amor que Dios tiene por la humanidad, o en forma de amor al prójimo— como una fuerza ordenadora del mundo. Los Evangelios dicen que «Dios es amor» (Juan 43, 8): el amor está en cada uno/a de nosotros/as, compartido como un flujo divino, manteniendo unida a la gente y vinculándola a Dios a través de la fe. Y ¿no es un gran acto de amor, abrir el corazón y el espíritu para creer en algo indemostrable? Organizaciones religiosas —las más importantes económicamente son las islámicas, las dhármicas y las cristianas (Nicholls, 2022: 4)— se encuentran en primera línea de la ayuda humanitaria en todo el mundo, defendiendo los principios de socorro al prójimo. Por otro lado, los principios del amor que habitan el centro de nuestras relaciones y de nuestras vidas se alejan mucho de la realidad de guerras y atentados perpetrados en nombre de las religiones.

Y, al igual que la religión y la fe, el amor y la pasión se aprenden a través de sus historias, cuentos y leyendas canónicas. También se aprende la importancia del matrimonio como institución organizadora de la familia y, aún hoy, prueba de amor. Esto último es también algo nuevo porque, en su origen, el matrimonio fue una

institución religiosa y económica, que organizaba la sociedad y las jerarquías sociales. Otra forma de matrimonio es el espiritual, como el de Teresa de Jesús con Dios. Teresa, por ejemplo, es conocida por relatar su unión con Dios durante una transverberación: un ángel le atraviesa el corazón con un dardo de oro en llamas y la «dejaba toda abrasada en amor grande de Dios» (Teresa de Jesús, 1986: 158). Una de las grandes escritoras del misticismo, Evelyn Underhill, lo describe como una «experiencia en su forma más intensa», donde Dios y el espíritu, el mundo y el corazón son solo uno (Underhill, 1911: 80). Es un estado de éxtasis, palabra que procede del griego ἐκ (fuera de) y στάσις (lugar donde uno/a está), literalmente ‘salir de sí mismo/a’. Underhill también consideraba el éxtasis como un asunto amoroso, basado en la espiritualidad y en la psicología (*ibidem*: 78-79).

Lo que ahora es el campo léxico del amor fue en su día, y antes del apogeo del romanticismo y la disminución de la influencia de la Iglesia, monopolio de Dios. «Pasión» tiene también su origen en el léxico religioso cristiano: proviene del verbo latino *patior*, que significa ‘sufrir’. Esta palabra evolucionó posteriormente a *passio*, que, a partir del siglo II, representó el hecho de sufrir y de padecer el sufrimiento físico y la enfermedad, experimentados desde el exterior; por lo cual la pasión de Cristo representa su calvario. En el siglo XVI, «pasión» se utilizó como ‘el sufrimiento tortuoso provocado por el amor’ (*cf.* Rey, 1992).

En realidad, el amor se ha considerado históricamente como una gran fuente de sufrimiento. ¿Cuántas historias de amor felices conoce usted? Las historias canónicas de nuestra sociedad, tanto religiosas como amorosas, están estrechamente relacionadas con finales desgarradores.

### § 3. El amor es una guerra

«El amor es horrible!», grita el sacerdote con quien la protagonista de *Fleabag* tiene un romance. Y no son las leyendas amorosas las que lo contradicen: los amantes están separados, como por el muro en la leyenda de Píramo y Tisbe narrada por Ovidio y que inspiró a Romeo y Julieta; el amor no es recíproco, como para el poeta Catulo que escribe sobre Lesbia; o el amor termina en muerte, como el doble suicidio de Píramo y Tisbe y sus contrapartes Romeo y Julieta. El amor parece estar a menudo



FIGURA 1: portada del libro de Anne Dufourmantelle (2012).

indisolublemente ligado a la muerte. Así, en los poemas de Catulo, donde se describe el duelo de Lesbia por el gorrión de su amada en el *carmen* III; en la película *Muerte en Venecia* de Luchino Visconti, que termina con el final infeliz del protagonista Gustav von Aschenbach; o en el célebre final de *Titanic*. Pero en todos estos casos, el sufrimiento provocado por el amor o por la muerte del ser amado parece ser más importante que el amor mismo. Aman, para poder quejarse de ello.

Propercio y Lucrecio, por su parte, consideran el amor como una batalla. El campo léxico militar está omnipresente en sus respectivos textos, por ejemplo: *sagittis* (v. 9), *pharetra* (v. 10), *vulnere* (v. 12) y *hostem* (v. 11) en las *Elegías*; y *laedere* (v. 1082), *poenas* (v. 1084) y de nuevo *hostem* (v. 1051) en *De rerum natura*, libro IV. Además, según algunas fuentes, *hostis* (el enemigo) tiene la misma raíz que *hostia* (la víctima). En el amor, uno mismo es el enemigo y la víctima: quien se hace sufrir a sí mismo, como se formula en *De rerum natura*: «*nisi tute tibi obuius obstes*» (v. 1150) (si no te creas tú mismo tu propio obstáculo)<sup>1</sup>. Lucrecio utiliza numerosas metáforas militares, comparando a un herido de guerra con un herido de amor en los versos 1074-1079; o identificando el amor con una trampa en los versos 1080-1086; o resaltando la presencia del color rojo a través de la sangre: *cruentent* (v. 1036), *sanguis* (v. 1050), *ruber* (v. 1051). En la leyenda de Píramo y Tisbe de las *Metamorfosis* de Ovidio, encontramos *ore cruentato* (v. 104) y *cruor* (v. 121) durante el sangriento final de los dos amantes. El rojo, simbolizando la violencia y la sangre, pero también el amor y la pasión, se contrarresta con el verde, color de la tranquilidad y la esperanza —espera que puede ser más o menos agria—. Esta combinación se utiliza a menudo en el amor (ponerse rojo, estar verde de envidia...) y, en muchas obras más o menos modernas, resalta una relación de poder. Podemos citar la cubierta de *En cas d'amour* de Anne Dufourmantelle, el cuadro *Orfeo y Eurídice* de Edward Poynter, las películas *Vértigo* de Alfred Hitchcock, *Retrato de una mujer en llamas* de Céline Sciamma y la serie *Killing Eve* de Waller-Bridge.

<sup>1</sup> Todas las traducciones son de la autora.

En estas cinco obras, el contraste entre verde y rojo permite resaltar una relación desigual. En *En cas d'amour*, los sillones rojo y verde de la portada destacan la tensión entre los roles de psicoanalista y paciente descritos por la autora (Figura 1); la pintura de Poynter subraya la diferencia entre Eurídice (verde), pasiva, casi devuelta a la vida por Orfeo, y Orfeo (rojo), que, en su intento por controlar a su mujer y la vida de esta, la pierde una segunda vez (Figura 2); *Vértigo* representa la obsesión de Scottie (rojo) por Madeleine (verde), quien en realidad es una actriz y miente sobre su identidad (Figura 3); el verde y el rojo de *Retrato de una mujer en llamas* ilustran el conflicto entre el deseo artístico y físico entre la artista y la modelo (Figura 4); y al final de una escena de *Killing Eve*, Villanelle (rojo) dispara a Eve (verde) (Figura 5).



Figura 2: Edward Poynter (1862), *Orfeo y Eurídice*.

En *Réinventer l'amour*, Mona Chollet encuentra la causa de esta relación inseparable entre amor y sufrimiento: «las historias oscuras y tortuosas permiten a los hombres (intelectuales, novelistas, cineastas...) hablar de amor manteniendo una apariencia de seriedad, dando una ilusión de profundidad, sin exponerse al ridículo ni arriesgarse a caer en una cursilería incómodamente femenina». Y, hablando de violencia y poder, Chollet señala «la coexistencia del amor y la violencia, o la violencia como expresión del amor» (2021: 32). Según ella, nuestra sociedad no sabe concebir el amor sin una cultura de la muerte. Dice que «la pasión se percibe como una fuerza contra la que no se puede luchar, lo que invita a considerar [los feminicidios] como una fatalidad» (*ibidem*: 150).

Otra fatalidad, a primera vista, es la biología. ¿Y si estuviéramos programados/as para amar, y para amar a alguien específico? ¿Puede la ciencia describir el amor?

#### § 4. El amor es pura biología

Ya en el siglo -I, el materialista Lucrecio consideraba un aspecto científico del amor. Según su teoría de las emanaciones, estas, muy finas, se desprenden de todos los



FIGURA 3. Dos escenas de *Vértigo* (1958), de Alfred Hitchcock.

cuerpos y objetos: son los simulacros. Estos simulacros viajan hasta nuestros sentidos, donde se imprimen, produciendo así sensaciones, y también llegan a la mente. En el caso del amor, percibimos simulacros, a veces notablemente mejorados, del ser amado, que alimentan y mantienen el amor, incluso si la otra persona no está presente (Lucrecio, 2021: vv. 46-47).

También encontramos en el libro IV de *De rerum natura* un léxico médico, con términos como *ulcus* (v. 1058), *rabies* (v. 1083), *germina* (v. 1083) y *cures* (v. 1071). Lucrecio establece aquí un paralelo entre el amor y la enfermedad. ¡Y no es el único en ver esta conexión! En 1979, la psicóloga Dorothy Tennov teorizó sobre la «limerencia», es decir, la atracción amorosa obsesiva y no recíproca. Enumeró una serie de síntomas, que incluyen: pensamientos intrusivos y fantasías sobre la persona amada; miedo al rechazo mezclado con la esperanza de reciprocidad; y síntomas físicos como temblores, sudoración y aumento del ritmo cardíaco (Tennov, 1999: 23-24). ¿A que nos suena de algo? De hecho, los celos enfermizos no son ninguna novedad. Es más, el poeta Catulo ya describía hace veinticinco siglos el desamparo que le producía ver a Lesbia con otro hombre, en el carmen LI, que comienza así: «*Ille mi par esse deo videtur, / ille, si fas est, superare divos, / qui sedens adversus identidem te...*» (Me parece igual a un dios, / si lo permite la ley divina, me parece superior a los dioses, / él, que siempre está sentado frente a ti ...). Este poema es una adaptación del fragmento 31 de Safo: «*Φαίνεται μοι κῆνος ἴσος θεοῖσιν / ἔμμεν' ὄνηρ, ὅττις ἐνάντιός τοι*» (Me parece igual a los dioses, / el hombre sentado frente a ti...). La única diferencia es que Safo muestra su amor por una mujer, mientras que Catulo exhibe sus celos hacia Lesbia. Todos los cármenes sobre Lesbia están salpicados por el uso omnipresente de adjetivos posesivos (*mea Lesbia*) y genitivos de pertenencia (*cuius*). Y, a diferencia de Safo, quien dedica su poema a su amante, Catulo concluye los versos del carmen LI con una apóstrofe a sí

mismo, en el que insiste en el sufrimiento que le provoca este amor: «*Otium, Catulle, tibi molestum est: otio exsultas nimium que gestis*» (El ocio, Catulo, te resulta fatal: por culpa del ocio te exaltas y te deleitas demasiado).



FIGURA 4. Fotograma de *Retrato de una mujer en llamas* (2019) de Céline Sciamma.

Además, el fenómeno del amor tiene reacciones hormonales en común con las adicciones y los trastornos obsesivo-compulsivos. Según la antropóloga Helen Fisher y la neurobióloga Lucy Vincent, esta adicción a la persona amada no es perjudicial, sino que debe ser buscada en una pareja (Fisher, 2004). Cuando nos enamoramos se desactivan las partes del cerebro dedicadas al juicio y a la toma de decisiones racionales, mientras que se activan las dedicadas a los comportamientos automáticos. Algunas hormonas se disparan: las hormonas sexuales, la adrenalina (que causa síntomas físicos), la endorfina y la dopamina (responsable del circuito de recompensa). Por el contrario, se bloquean el cortisol (hormona del estrés) y la serotonina (que modula las emociones), explicando así un aspecto obsesivo y cambios de humor. Este mecanismo automático del cerebro es racionalizado por la corteza cerebral. Con el tiempo, se produce oxitocina, la hormona de la empatía y el apego, y el cerebro se desensibiliza de otras hormonas, sustituyendo la pasión inicial por una relación estable a largo plazo (Vincent, 2006: 70). También es interesante hacer notar que, durante una ruptura amorosa, el cerebro experimenta las mismas reacciones que durante un síndrome de abstinencia y que el paracetamol puede ayudar a aliviar las respuestas fisiológicas y neuronales (DeWall *et al.*, 2010: 932).

Según Fisher, el amor se reduce a este proceso biológico, que es el mismo para todos. Identifica tres etapas en una relación amorosa: el deseo sexual, la atracción obsesiva por una persona del sexo opuesto y el apego a largo plazo (Vincent, 2006: 16). El sentimiento amoroso sería un producto de la evolución para garantizar la reproducción dentro de parejas monógamas heterosexuales. En su visión anticuada de la sociedad, las relaciones entre personas del mismo género serían puras desviaciones de la evolución.



**FIGURA 5.** Fotograma de *Killing Eve* de Phoebe Waller-Bridge.

Sin embargo, el primatólogo Frans de Waal demuestra que en los bonobos, una de las especies más cercanas al ser humano, el 75% de los contactos sexuales nada tienen que ver con la reproducción. Considera que esta especie es bisexual (Waal, 2022: 370), especialmente entre las hembras, ya

que el contacto sexual entre ellas es una forma de solidaridad y contacto social (*ib.*: 149 y 153). A diferencia de Fisher, no se trata de hacer interpretaciones normativas que plieguen a la biología para hacerla encajar con ideas caducadas sobre las sociedades humanas.

Frans de Waal también hace una distinción entre emociones y sentimientos. Las emociones son estados biológicos comunes a todos los mamíferos, pero más o menos desarrollados según la especie, mientras que los sentimientos son la interpretación subjetiva y cultural de las emociones (Waal, 2018). Así que emociones como el miedo, la alegría, la ira, el duelo o el amor son biológicamente compartidas por todos los mamíferos, aunque su interpretación dependa de aspectos sociales y culturales, que analizaremos más adelante.

Fisher cree que las personas pueden clasificarse en cuatro categorías, bajo el criterio de la cantidad de hormonas que contengan. Aunque, sorprendentemente, analiza estas cuatro categorías basándose en un cuestionario de personalidad con 56 preguntas (Brown *et al.* 2013). Gracias a estas categorías, que ha creado para unas aplicaciones (*apps*) de citas, piensa que se puede predecir por quién se sentirá atraída una persona o de quién se enamorará, simplemente basándose en patrones «biológicos». Este tipo de categorías han sido muy criticadas y son consideradas como pseudocientíficas, carentes de razonamiento científico. Aunque no toda su teoría sea descartable, presenta numerosas lagunas, falta de pruebas y ensayos, y proyecciones de creencias personales (*cf.* Shipov, 2019). Ahora bien, al menos, se le puede atribuir que haya identificado las principales hormonas que intervienen en el enamoramiento y la sexualidad.

## § 5. El amor es el sexo

Virginia Woolf escribe irónicamente en *Orlando*: «Pero el amor —como lo definen los novelistas hombres, y ¿quién, después de todo, habla con mayor autoridad?— nada tiene que ver con la amabilidad, la fidelidad, la generosidad o la poesía. El amor es quitarse las enaguas y...» (2018: 245). Lucrecio probablemente estaría de acuerdo, si el amor fuera inseparable del *dirus libido* (terrible deseo) (v. 1047). Para el romano, el amor es una trampa que hay que evitar. En lugar de sucumbir a sus fantasías, es preferible recurrir a la prostitución, consejo que sigue el protagonista de *Muerte en Venecia*: se aparta de su obsesión por Tadzio frecuentando un burdel en Venecia. Lucrecio no tiene una visión del amor similar al sentimiento trascendente moderno, porque, para él, el amor es puramente sexual. Pero esta teoría no tiene en cuenta la asexualidad, una orientación sexual en la que una persona siente poca o ninguna atracción sexual, aunque puede sentir atracción romántica. Por lo tanto, las atracciones sexual y romántica pueden dissociarse. Este enfoque se alinea más con la visión del amor de Platón: para él, el deseo físico es solo el punto de partida para alcanzar el amor más puro, que es la búsqueda de la belleza ideal, del arte. También es la búsqueda del compositor en *Muerte en Venecia*: en su obsesión por Tadzio, en realidad busca el arte perfecto y puro.

Esta búsqueda de la perfección está muy bien representada por el agua, que simboliza un equilibrio perfecto —aunque a veces se haga cansino y repetitivo— entre la vida, la fertilidad y el verde, por un lado, y la muerte, la destrucción y el rojo, por el otro. Lucrecio concluye el libro IV de *De rerum natura* con una analogía entre la erosión de las rocas por el agua y la muerte de la pasión en las relaciones amorosas: «*guttas in saxa cadentis umoris longo in spatio pertundere saxa*» (como las gotas cayendo sobre la piedra, que terminan con el tiempo por erosionarla; vv. 1286-1287). En Ovidio, el lugar de encuentro entre Píramo y Tisbe es una fuente. El agua tiene una connotación amorosa muy fuerte en muchas otras obras, especialmente en la película *Romeo + Julieta*: vemos por primera vez a Julieta en su baño; los amantes se encuentran a través de un acuario; su primer beso se consume en una piscina; varias escenas se desarrollan en la playa; y Romeo mata a su enemigo en una fuente tras una persecución bajo la lluvia (Fig. 6). La imagen del acuario ha sido retomada en *Killing Eve* y en *Lucky Fish*



FIGURA 6. Fotograma de *Romeo + Juliet* (1996) de Baz Luhrmann.

de *Jampel*; y *Vértigo*, *Muerte en Venecia* y *Retrato de una mujer en llamas* tienen lugar en una costa, al igual que *Romeo + Julieta*.

La omnipresencia del agua en las obras relacionadas con el amor no es casual: necesitamos agua para sobrevivir, al igual que a la persona amada. Sin esta persona, caemos, morimos, como en *Romeo + Julieta* y *Vértigo*. El agua a veces permite aislar a los amantes del resto del mundo, como en *Muerte en Venecia*, *Lucky Fish* y *Retrato de una mujer en llamas*, para dar rienda suelta a su historia a puerta cerrada (o mar cerrado). Además, en todas estas obras, el agua es un espacio de encuentro, de equilibrio, donde todo es posible. Sin olvidar que el ser humano está compuesto por un 75% de agua: cada individuo está casi enteramente compuesto de amor...

## § 6. El amor es un sentimiento

El amor es un sentimiento. Es más: la forma en que interpretamos, vivimos y expresamos el amor depende del pasado, la educación y la personalidad de cada individuo. En su libro *En cas d'amour*, la psicoanalista Anne Dufourmantelle narra historias de pacientes que sufren una enfermedad comúnmente llamada *amor*. Entre los conceptos que utiliza: abandono, encuentro, celos, incesto, duelo, transferencia... hay dos que marcan particularmente su estudio, punto común entre todos sus pacientes. El primero es la repetición de situaciones y síntomas. Según Sigmund Freud,

la repetición es la acción de colocarse nuevamente en la situación de una herida de la infancia para intentar resolverla. Los problemas en el amor provienen de las propias heridas de la infancia y aun de las heridas de la familia. Dufourmantelle dice: «La grieta abierta estaba allí antes. Antes del evento, sea cual sea. Antes de tu nacimiento, tal vez» (2012: 94).

El segundo concepto es el de los sueños que casi todos los pacientes experimentan durante su psicoanálisis. Según la psicoanalista, «los sueños nos transmiten ese conocimiento de los lugares; todos los que nos han conmovido, atravesados, adquieren en el sueño una singular importancia, una fuerza cierta» (*ib.*: 154). Los sueños tienen gran importancia en el psicoanálisis, ya que permiten explorar el inconsciente y revelar deseos ocultos. Y en Lucrecio también: los simulacros permanecen ocultos en el subconsciente y pueden influir en el comportamiento, como los *stimuli subsunt* del verso 1082. *Stimulus* significa ‘aguijón’, ‘picadura’, es decir, lo que pica, lo que molesta, el tormento, el recuerdo doloroso, vergonzoso; y *subsunt*, un compuesto de la preposición *sub* (debajo, abajo) y *esse* (ser), significa ‘estar debajo’, ‘encontrarse debajo’, ‘estar disimulado o escondido’ por asociación. Tanto para Lucrecio como para Freud, traumas y deseos permanecen ocultos en el inconsciente. Una vez que estos *stimuli subsunt* son revelados por los sueños, Dufourmantelle los analiza en su diván, los descompone para encontrar su origen. Lucrecio lo habría encontrado en «el impuro placer acariciante»: «*admixta voluptas blanda ... in eo, unde est ardoris origo*» (el impuro placer acariciante ... esa cosa de donde surge el origen del amor) (vv. 1085-1086).

Y quizás, en el fondo, el amor no es más que un gran sueño. La pareidolia es un fenómeno psicológico en el cual tendemos a sobreponer una imagen conocida sobre un estímulo borroso —explica, por ejemplo, la tendencia a ver caras en las nubes, paisajes o faros de los coches—. Pareidolia proviene del griego *παρά* (al lado) y *εἶδωλον* (sombra, fantasma, sueño). De la misma manera que con la transferencia los pacientes sobreponen relaciones o sucesos pasados a su presente, tendemos a superponer el amor a todo lo que vemos, en lo que se podría llegar a llamar la *pareidolia amorosa*: la ilusión de ver el amor por todas partes.

Pero el hecho de considerar el amor con un sentimiento individual y ajeno, que se apodera de nosotros/as, tiene también un lado peligroso. Al ser algo incontrolable, más grande que el individuo, se crea la excusa perfecta para los excesos, los abusos y la

violencia. De ahí proceden ciertas imágenes como la de enloquecer por amor o la de hacer cosas impensables e irrazonables —siempre violentas e inaceptables— por amor. Así se llega a excusar lo inexcusable: los abusadores justifican su violencia machista y doméstica como «una muestra de amor»; y lo que son feminicidios, los llamamos «crímenes pasionales». Pero los feminicidios no son «desbordamientos del amor», sino más bien asesinatos a sangre fría de hombres a su pareja, simplemente por ser mujer, y porque pueden, porque la cultura patriarcal protege y excusa a los agresores y silencia y acusa a las víctimas. Así que el amor no puede llegar a ser un sentimiento simplemente individual, ya que está arraigado en un panorama cultural más amplio, en el que a los sentimientos, a las acciones y a las relaciones se les atribuyen significado e importancia sociales.

## § 7. El amor es una construcción social

La *amatonormatividad* es un neologismo creado por Elizabeth Brake (2012: 88). Remite a la idea de que la pareja monógama a largo plazo es el centro de la vida y a la que todo el mundo debería aspirar. Esta idea está respaldada por un conjunto de estructuras legales, sociales y culturales que discriminan a las personas que no se ajustan a la norma (*ib.*: 90). De acuerdo con esta lógica, no hay nada peor que quedarse soltero/a. El lema de la *amatonormatividad* sería algo parecido a esto: «Es mejor estar mal casado/a que vivir en soledad».

Esta presión, que se aplica a todos los géneros y orientaciones sexuales, está estrechamente vinculada a la heteronormatividad (la idea de que las parejas heterosexuales son la norma) y se manifiesta de manera más intensa para las mujeres. Mona Chollet dice:

Todas estas mujeres muestran una inmensa sed de amor. Tendremos que volver a hablar de esta fuerte tendencia a enamorarse que puede ser activada por la simple imagen de un desconocido en una pantalla de televisión. [...] Ella muestra cómo las mujeres están condicionadas a soñar con el amor de manera obsesiva, a hacerlo el centro de su identidad y su búsqueda existencial, para el mayor beneficio de los hombres a quienes eligen. [2021: 137]

De esa manera, y desde una edad muy joven en la cultura mayoritaria, las niñas aprenden a obsesionarse con los chicos, como criterio de integración social. Es más, que a una niña no le guste algún chico o que no le importe el que se fijen en ella, la convierte en una paria en el patio de recreo. Darle esta importancia a tener pareja, especialmente para las mujeres, conlleva el riesgo de aceptar cosas que no se aceptarían en otro tipo de relaciones, y normaliza abusos en el hogar, porque la pareja es sacrosanta y no puede ser cuestionada.

En esta misma lógica, ser amado/a es más importante que amar, y todas las demás formas de amor son secundarias al «Amor», con A mayúscula. Porque no hay que olvidar que el amor romántico es solo un tipo de amor entre otros. De hecho, las niñas y niños pequeños suelen describir el amor simplemente como un sentimiento positivo, caracterizado por «estar todos juntos» y «darse muchos abrazos». Lo que lo distingue de los otros tipos de amor es su papel social y su sobre-representación en la cultura popular. Se nos impone como norma a través de mensajes culturales, y cada una/o de nosotras/os se lo hace propio como puede, para corresponder a este ideal amoroso.

Claro, al hablar de los aspectos culturales o biológicos del amor, se cae en el debate sin fin entre Naturaleza y Cultura. ¿Qué partes de nuestra sociedad, de nuestras interpretaciones y de nuestras vidas individuales están genéticamente predestinadas o moldeadas por el mundo en el que crecemos? Para la filósofa Carrie Jenkins, el amor es un principio dual: separada y simultáneamente biológico y social (2017: 78-79). La biología del amor ha asumido diferentes roles sociales a lo largo de la historia, contribuyendo al guion social del amor, tanto en los actores como en sus relaciones. Así mismo, la biología y la sociología son inseparables en la propia existencia del fenómeno amoroso.

## § 8. Entonces, ¿qué es el amor?

De todas estas definiciones, visiones o interpretaciones —Dios, guerra, fatalidad biológica, sexo, sentimiento individual o construcción social—, algunas funcionan juntas mientras que otras se excluyen mutuamente. Todas ellas se presentan con sus limitaciones, agujeros negros y efectos dominó de realidades sociales y excesos. Describir el amor como una experiencia divina, celeste y misteriosa nos impide usar y

vivir esta palabra de manera concreta, y excluye a las personas que no tienen un componente espiritual en su vida. Reducirlo a un aspecto biológico, sexual o cultural conlleva sus críticas, ya que equivaldría a considerar las relaciones amorosas únicamente en el marco reducido del debate entre Naturaleza y Cultura, cuyas diferentes posiciones excluyen numerosas relaciones e identidades. Pero percibir el amor como un sentimiento individual —además de crear un marco en el que somos receptáculos pasivos de un sentimiento que toma el control, excusando los peores abusos— lo presenta como un sentimiento fugaz y etéreo, que puede aparecer y desaparecer, impidiendo la existencia de relaciones duraderas y comprometidas. Y, cuando describimos el amor como una fuente de sufrimiento continuo, volvemos a allanar el camino para la justificación de los abusos y las relaciones disfuncionales, para hacer más aceptables las violencias vividas. Aun así, utilizar estas definiciones en conjunto permite dibujar un mapa de cómo nuestra sociedad percibe y vive el amor desde Lucrecio hasta nuestros días.

Pero a la académica bell hooks (nombre escrito en minúsculas) le parecería seguramente que nuestro error está en considerar el amor como un concepto, intangible, etéreo, sin raíz concreta que lo sujete a la realidad. En *All About Love*, propone entender el amor como un verbo, una «emoción participativa» (2001: 19 y 106). Es un arte que se aprende y se practica a diario, poniendo las bases para el respeto, el cariño, el compromiso, la responsabilidad, la comprensión mutua en nuestras relaciones con familiares, amistades, parejas, sí mismo/a, comunidad, naturaleza, trabajo, espiritualidad y todo aquello que decidimos amar (*ib.*: 90). Nuestra decisión diaria de permanecer en el camino del amor y de trabajar en su forma de relacionarse con el mundo y con los demás es lo que llama «ética del amor» (*ib.* 65). Y, de esta manera, al considerar el amor como una acción y un proceso elegido, dinámico y en movimiento, se corrigen los abusos y excesos que pueden presentar otras definiciones conceptuales.

Este debate se halla en el centro mismo de nuestro entendimiento del amor, en nuestra relación con el mundo y con las personas que nos rodean. Porque, cuando algunos apuntan a una crisis social del amor o al fin de este —en una sociedad neoliberal y cada vez más individualista, en las que las tasas de divorcio se disparan y las aplicaciones de citas se multiplican—, el problema está tal vez en nuestra definición

del amor. ¿Cómo amar, cómo querer, si el amor significa cualquier cosa? ¿Cómo se puede enseñar a amar cuando significa algo diferente para cada persona, y la definición del amor está cubierta de misterio y de magia? «Las definiciones son puntos de partida fundamentales para la imaginación. Lo que no podemos imaginar no puede hacerse realidad. Una buena definición marca nuestro punto de partida y nos permite saber dónde queremos llegar», dice bell hooks (*ib.*: 24). El amor puede ser una fuerza transformadora y revolucionaria, como fue su reapropiación política durante el movimiento de los derechos civiles o la liberación sexual feminista de la segunda y la tercera olas. Así mismo, hoy puede llegar a ser una visión esperanzadora del mundo, en la cual decidimos cuidarnos unos/as a otros/as; donde se le da importancia a la comunidad, la igualdad, el placer, la naturaleza y la escucha, más que al consumo, al dinero, al poder y a la posesión.

## Bibliografía

- Brake, Elizabeth (2012), *Minimizing marriage: marriage, morality and the law*. Oxford, Oxford University Press.
- Brown, Lucy; Acevedo, Bianca, y Fisher, Helen (2013), «Neural correlates of four broad temperament dimensions: testing predictions for a novel construct of personality», en *PLOS ONE*, vol. 8, n.º 11, <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0078734>>, [12/02/2025].
- Catulle (2022), *Carmina*, III, LI. Paris, Les Belles Lettres.
- Chollet, Mona (2021), *Réinventer l'amour*. Paris, Zones.
- DeWall, C. Nathan; MacDonald, Geoff; Webster, Gregory D., et al. (2010), «Acetaminophen reduces social pain: behavioral and neural evidence», en *Psychological Science*, vol. 21, n.º 7, pp. 931-937.
- Dufourmantelle, Anne (2012), *En cas d'amour. Psychopathologie de la vie amoureuse*. Paris, Rivages.
- Fisher, Helen (2004), *Why we love? The nature and chemistry of romantic love*. New York, Macmillan.
- hooks, bell (2001), *All about love*. New York, Harper Collins.
- Jenkins, Carrie (2017), *What love is and what it could be*. New York, Basic Books.
- Lucrece (2021), *De rerum natura*, livre IV. Paris, GF-Flammarion.
- Nicholls, Alex et al. (2022), *Oxford faith-aligned impact finance report*, <<https://www.sbs.ox.ac.uk/sites/default/files/2022-10/oxfaif-phase-1-report.pdf>>, [12/12/2025]
- Ovide (2009), *Les métamorphoses*, capítulo «Pyrame et Thisbé». Paris, Les Belles Lettres.
- Platon (2010), *Le banquet*. Paris, Les Belles Lettres.
- Properce (2005), *Élégies*. Paris, Les Belles Lettres.
- Rey, Alain (1992), *Dictionnaire étymologique de la langue française*. Paris, Dictionnaire Le Robert.

- Sapho (2022), *Fragments*. Paris, Les Belles Lettres.
- Shipov, Boris (2019), «A critical examination of the book *Why we love: the nature and chemistry of romantic love* by Helen Fisher», en *Theory of romantic love*, Independently published.
- Tennov, Dorothy (1999), *Love and limerence: the experience of being in love*. Scarborough, Scarborough House.
- Teresa de Jesús (1986), *Libro de la vida*, en *Obras completas*. Madrid, BAC.
- Underhill, Evelyn (1911), *Mysticism: a study in nature and development of spiritual consciousness*. Grand Rapids.
- Vincent, Lucy (2006), *Comment devient-on amoureux ?* Paris, Odile Jacob [2004].
- Waal, Frans de (2022), *Différents. Le genre vu par un primatologue* (Cécile Dutheil de La Rochère, trad.). Paris, Les Liens qui libèrent.
- Waal, Frans de (2018), «Les émotions animales vues par Frans de Waal dans “La dernière étreinte”», entrevista por Augustin Trapenard, en *La Grande Librairie – France Télévisions*, en *YouTube*, publicado el 29 de noviembre.
- Woolf, Virginia (2018), *Orlando. Una biografía*. Madrid, Akal.

### Referencias pictóricas y cinematográficas

- Cameron, James (1997), *Titanic*. 20th Century Fox; Paramount Pictures; Lightstorm Entertainment, 195 mins.
- Hitchcock, Alfred (1958), *Vértigo (Vertigo)*. Alfred J. Hitchcock Productions, 128 mins.
- Jampel, Emily May (2023), *Lucky Fish*, en *YouTube*, publicado el 12 de marzo, 8 mins.
- Luhrmann, Baz (1996), *Romeo + Juliet*. Bazmark Productions, 120 mins.
- Poynter, Edward (1862), *Orfeo y Eurídice*. Óleo sobre lienzo.
- Sciamma, Céline (2019), *Retrato de una mujer en llamas*. Lilies Films, 121 mins.
- Visconti, Luchino (1971), *Muerte en Venecia (Morte a Venezia)*. Warner Brothers. 130 mins.
- Waller-Bridge, Phoebe (2018-2022), *Killing Eve*. BBC America Original Production.
- Waller-Bridge, Phoebe (2016-2019), *Fleabag*, temporada 2. Two Brothers Pictures.