

**Eva Serra.** Eduard Punset piensa que ya es hora de que el amor sea arrancado del dominio de la moral para asentarlos en el de la ciencia. Es lo que él hace en su libro, *El viaje al amor*, un recorrido a las raíces biológicas del amor. Porque “los circuitos neuronales

del amor existen”, codificados en el cerebro. Y aunque el entorno puede modelar la práctica del comportamiento amoroso, “el hecho es que la parte más importante de la vida no roza el dominio de la conciencia ni por asomo”..

# Conocer y gestionar las emociones

## ¿Qué significa la fórmula AMOR = (a + i + x)K?

● La capacidad de amar de una persona -los psicópatas no tienen ninguna-, depende del apego afectivo (el periodo maternal durante el que se generan la autoestima y la curiosidad, ambas necesarias en el amor); de los compromisos adquiridos en la construcción del nido de la pareja; del metabolismo y capacidad de resistencia de cada organismo y, por supuesto, del entorno (k en la fórmula). Uno de los descubrimientos más recientes ha consistido en constatar que en un entorno mafioso y corrupto es muy difícil confiar y desarrollar la capacidad de amar.

## ¿Cree Usted que el amor tiene códigos universales?

● Por supuesto. El amor es una emoción básica y como todas las emociones básicas son universales, incluso su expresión.

## ¿Existen claves científicas para amar?

● Amar supone discernir al individuo dentro de la especie que se ha elegido como pareja, medir su disponibilidad y evaluar su capacidad de amar. Para las tres fases existen claves científicas, como el nivel de mutaciones genéticas y su reflejo en el nivel de fluctuaciones asimétricas.

## El amor se manifiesta en la primera bacteria hace tres mil millones de años

## ¿Todo individuo tiene capacidad de amar?

● Todos la tienen distinta. Y no depende de la edad como se cree a menudo. La única excepción son los psicópatas que son incapaces de ponerse en el lugar del otro ni sentir el sufrimiento ajeno.

## ¿Qué relación se sospecha que hay entre el amor y la inteligencia?

● Ninguna. El amor se manifiesta en la primera bacteria hace tres mil millones de años. Cuando no había diferenciación sexual. Cuando aparece esta hace unos setecientos millones de años. Hacia el resto de los animales. Y hasta con los robots.

## ¿Comenta Ud en su blog: “Un organismo vivo está hecho, básicamente, de vacío. Y el espacio, casi enteramente. Nuestra inteligencia se mueve en ese vacío”. ¿Qué existe tras el vacío?

● Es uno de los últimos interrogantes de la ciencia. Ese vacío explicaría la continuada expansión de este universo. No sabemos de otra cosa que no sea vacío o materia. O no lo podemos concebir de la misma manera que nos cuesta imaginar cualquier otra dimensión -y parecería que las hay- que no sean las tres espaciales y la del tiempo.

## ¿Cómo valora el factor “miedo”, aplicado al amor o a la felicidad?

● Hoy sabemos que la felicidad se define como la ausencia del miedo de la misma manera que la belleza se define como la ausencia de dolor. Los dos conceptos son fundamentales en el amor.

## ¿Cree que los individuos y las sociedades prestan la atención suficiente a sus necesidades emocionales?

● Lo único que une a todas las generaciones, antes y ahora, es la ignorancia del entramado emocional. El conocimiento de nuestras emociones básicas y el aprendizaje de su gestión transformarán la vida en el Planeta. El milagro es que hayamos podido sobrevivir sin ese conocimiento que ni se ha buscado ni se ha querido.

## Lo único que une a todas las generaciones, antes y ahora, es la ignorancia del entramado emocional

## ¿Cree que la sociedad avanza lo suficiente como para mejorar sus índices de felicidad?

● El aumento de la riqueza no repercute en los índices de felicidad debido a factores, primordialmente genéticos, que neutralizan el acompañamiento de las dos curvas. Pero el factor decisivo de la felicidad son las relaciones personales, incluido el amor y desamor. Y eso depende del conocimiento y gestión de nuestras emociones.

## Cuál sería la receta milagrosa para quienes no encuentran el amor

● Repasar su infancia para descubrir si generaron entonces la autoestima y curiosidad suficientes para adentrarse en el mundo de los adultos. Evaluar su propia capacidad de amar teniendo en cuenta que la antítesis del amor no es el odio -nuestra especie tiene emociones mezcladas-, sino el desprecio. La capacidad de amar disminuye en la medida que aumenta la capacidad de despreciar.

## ¿Y cuál para aquellos que una vez lo han encontrado lo pierden?

● Lo mejor, la única salida -dice el neurólogo Antonio Damasio-, consiste en sustituir lo antes posible una emoción negativa por otra de signo contrario de igual intensidad. Y la práctica demuestra que tiene razón.

## La antítesis del amor no es el odio sino el desprecio



E. Destino

## El amor en clave científica

El viaje al amor, de Eduard Punset propone como objeto de estudio científico esa exaltación emocional que trae de cabeza a los humanos desde el mismísimo origen de los tiempos. El estudio plantea al amor en su sentido más básico, el amor es un impulso de fusión (de fusionarse con otro), y ese impulso está presente desde el origen de la vida en los organismos más simples. Así entendido, el amor es una constante de la existencia, y nunca hubo vida sin amor; ese impulso de fusión es una condición inexcusable para sobrevivir. De este hecho se desprenden dos conclusiones importantes: que el amor no significa tanto afán de entrega y sacrificio como ánimo de supervivencia; y que “en el impulso de fusión yacen también las raíces no sólo del amor, sino del ánimo de dominio sobre el ser querido”.

**E**duard Punset (Barcelona, 1936) es abogado y economista de formación. Tuvo un destacado papel en la apertura de España al exterior como Ministro de Relaciones para las Comunidades Europeas, participó en la implantación del Estado de las autonomías como Conseller de Finanzas de la Generalitat y, como Presidente de la delegación del Parlamento Europeo en Polonia, tuteló parte del proceso de transfor-

mación económica de los países del Este tras la caída del muro de Berlín. Ha ejercido también como periodista económico de la BBC y The Economist, y como representante del Fondo Monetario Internacional en el área del Caribe. Profesor de “Ciencia, tecnología y sociedad”, en varias instituciones universitarias, es autor, entre otros libros, de *La salida de la crisis*, *La España impertinente*, *España sociedad cerrada*, *sociedad abierta*, *Adaptarse a la marea* y,

aparecidos en Destino, *Cara a cara con la vida*, *la mente y el Universo* y *El viaje a la felicidad*, verdaderos éxitos de ventas con 65.000 y 200.000 ejemplares vendidos respectivamente. Su última obra es *El alma está en el cerebro*. Desde hace once años dirige y presenta en Televisión Española el programa *Redes*, un referente de la divulgación científica, por el que ha obtenido el Premio Rey Jaime I de Periodismo 2006.