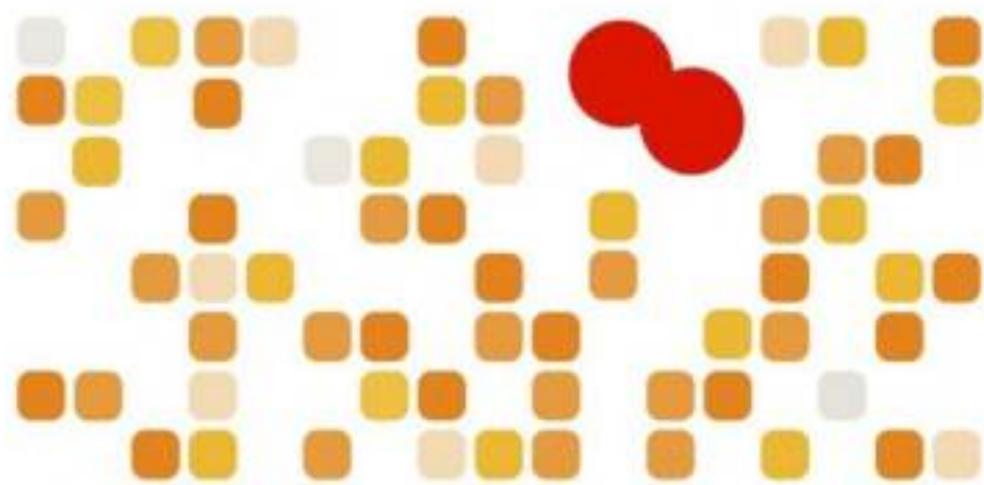


EDUARDO
PUNSET
EL VIAJE AL
AMOR

LAS NUEVAS CLAVES CIENTÍFICAS



Con su habitual maestría y saber, que lo han convertido en un fenómeno de la divulgación científica, Eduardo Punset desgrana las claves para comprender el amor: el más primordial de los instintos para sobrevivir; sus canales de expresión en la belleza, la química y la imaginación; por qué tiene sexo el cerebro; las razones evolutivas de la vida en pareja; la indefensión frente a los estragos idénticos del desamparo infantil y el desamor de los adultos... El capítulo final propone la fórmula del amor y brinda, por vez primera, un cuestionario para descubrir nuestra capacidad de amar, herramienta indispensable en una vida plena y feliz.

A las bacterias, gusanos, ratones y primates que nos han descubierto los secretos del amor de los humanos.

Introducción

Mi primer libro, *La salida de la crisis* (publicado hace más de treinta años), sugirió, por primera vez en España, la tecnología del compromiso entre la ideología socialdemócrata y la liberal. Mi segundo libro se titulaba *La España impertinente*, y en él quise airear, desde el ángulo de la biografía histórica, la visión que teníamos de nuestra sociedad, entonces cerrada, los que no pertenecemos a ninguna cuna ilustre, poder establecido o corriente configurada del pensamiento; aquellos que, literalmente, no pertenecemos a nadie. Después decidí no andarme más por las ramas y siguieron veinticinco años de silencio.

Dediqué este exilio voluntario casi en su totalidad a explorar nuevas fuentes del conocimiento, primordialmente científico, a recorrer países tan olvidados como Kalmukia o Galicia y, sobre todo, a escuchar a la gente en los aeropuertos.

Gradualmente, llegué a la conclusión de que cuando volviera a escribir lo haría sólo sobre cuestiones que atentan a la gran mayoría. Las minorías están saturadamente servidas y sobrerrepresentadas, mientras que la gran mayoría vive en el desamparo o, lo que es peor, traficando con las recetas que les administran desde el interés supremo y el dogma.

El primer libro de esta trilogía versó sobre la felicidad (*El viaje a la felicidad*, Destino, 2005). En los aeropuertos que he transitado a lo largo de los años, entre laboratorio y laboratorio, descubrí que la felicidad es la ausencia de miedo

y que uno de los reductos más seguros donde encontrarla está en la sala de espera de la felicidad.

De nuevo quiero desmenuzar para mis lectores lo que la ciencia ha descubierto sobre otro sentimiento que les ha conmovido desde la cuna y que no cesará de hacerlo mientras vivan: el amor. En las páginas siguientes iremos desgranando la increíble paradoja de una emoción que, evolutivamente, arraigó en los circuitos cerebrales, entre otros, de la recompensa y el placer, con el fin de generar el esplendor necesario para garantizar la perpetuación de la especie, aunque continúa siendo fuente de sufrimientos impensables, de dolores indecibles y hasta de la locura.

Tal vez al lector, a medida que se adentre en *El viaje al amor*, le sorprendan determinadas conclusiones, como que el amor sigue siendo lo "que era hace dos mil millones de años (un instinto de supervivencia) o que, al margen del comportamiento de determinados átomos o individuos, se impusiera la monogamia desde tiempo inmemorial. Que el desenlace del amor adulto se fragua en el entorno maternal de la infancia, o que la mente regula la libido femenina en mayor medida que en el hombre. E incluso que podamos evaluar nuestra propia capacidad de amar recurriendo a promedios, estadísticas y encuestas, como se hace en el último capítulo, ayudando así al lector a atisbar su propio futuro.

Siempre será difícil pronosticar lo que hará una persona en una multitud. Lo que quizá podamos saber son los resultados estadísticos del comportamiento promedio. Y ahí hay mucha información valiosa, muchos patrones que nos dejan claro que somos esclavos de leyes físicas que deberíamos conocer.

Coincido con mi amigo el joven filósofo Alain de Botton (nacido en 1969 en Suiza y afincado en Londres) en que deberíamos escribir sobre lo que interesa a todo el mundo; es decir, a la gente de la calle. El impulso biológico de la fu-

sión entre dos organismos ha derivado también en las bases del ejercicio del poder, desde luego sobre la persona amada, pero también del poder destructivo sobre los demás. Al análisis de la radiografía del poder de una persona sobre otra pienso dedicar -si mis lectores tienen a bien acompañarme- el último libro de esta trilogía sobre la felicidad, el amor y el poder. Tres temas que estructuran y conmueven a todo el mundo, se quiera o no. ¿Quién no convalidará conmigo en que, seguramente, ya iba siendo hora de que se recurriera a la ciencia para desentrañar aquello que realmente conmueve a la gente de la calle?

Nueva York, mayo de 2007

Capítulo 1

La lotería genética

Me muero por un segundo a tu lado. Se me caen encima todas las horas cuando te echo de menos. ¿Me he enamorado o me he vuelto loca?

(Mensaje transcrito del buzón del teléfono móvil de X, una mujer de 37 años fallecida en un accidente de tráfico)

Suele ocurrir siempre en torno a los dos años, pero lo cierto es que unos niños empiezan a hablar antes que otros. A algunos se les entiende mejor que al resto, otros tienden a gritar, otros hablan, definitivamente, de forma más pausada. Lejos de establecerse un nexo claro entre su lenguaje y su comportamiento, lo que salta a la vista es que algo mucho más decisivo y previo determina cuándo empiezan a hablar y la manera en que lo hacen: son los genes. Es la lotería genética.

Por primera vez empieza a imponerse una explicación fundamentalmente biológica del comportamiento social y emocional. Falta hacía, sobre todo, en lo referente al amor, emoción que, por fin, se está arrancando del dominio de la moral para asentarla en el de la ciencia.

El equipo de neurólogos encabezado por José Antonio Armario ha demostrado que existen rasgos genéticos o biológicos que diferencian las conductas de unas ratas de otras. Las hay curiosas de nacimiento que se arriesgan a explorar caminos al descubierto, mientras que otras temen a los depredadores y se resisten a salir de los recintos cerrados y protegidos. Los genes determinan la conducta poten-

cial y el entorno puede modelar la práctica del comportamiento.

El amor: es un sentimiento universal que acompaña a todo el mundo de forma constante. Como explicó William James (1842-1910), el fundador de la psicología moderna, nos pasamos la vida buscando el amor del resto del mundo. Y siendo una constante vital, sin embargo, creemos descubrirlo por sorpresa en otros confines, de noche, en escondrijos, en los caminos más insospechados, ocultos y atrabiliarios.

El primer beso

En Vilella Baixa, en la comarca del Priorato, provincia de Tarragona, después de la guerra civil no había mujeres rubias, ni siquiera «rubias de un susto», como tildarían años más tarde a las pocas que se atreviesen a teñirse el pelo. La única excepción era Soledad. Un desamor de juventud la había preservado del huracán del matrimonio en la aldea.

El matrimonio. Un paleontólogo amigo me explicó una vez el origen remoto de la ceremonia nupcial. La continencia sexual, la impaciencia acumulada, sumadas a la prolijidad de los preparativos y la proximidad del desenlace, activaban descargas hormonales tan furiosas que los familiares se veían en la obligación de sosegar los ímpetus irrefrenables del novio y el pánico de la novia mediante la celebración del ritual de la unión. «¡Tranquilos! ¡No pasa nada!»: ése era el motivo y el mensaje de la boda tribal.

Soledad había eludido los peligros del enlace. Treinta años después, con cincuenta años auestas, se casó por conveniencia con un anciano emigrante que sólo de vez en cuando regresaba de Estados Unidos a Vilella Baixa. Según la psicología evolutiva -como se verá después-, a los hombres corresponde la función de pregonar sus excelentes características genéticas y a las mujeres la decisión de elegir buenos genes o buenos recursos. Soledad eligió los recursos, en forma de una casa de pueblo que le dio cobijo cuando concluyó su larga y densa etapa laboral.

El pueblo de Vilella Baixa desde la lejanía.

Era la única casa del pueblo con una pequeña torre, de difícil acceso, que se había construido exclusivamente para

disfrutar de las vistas. ¡Qué extraño que a alguien se le ocurriera, en un pueblo pegado a la ladera de una montaña, adornado de olivos y almendros, reservar un espacio privilegiado a un intangible como la vista! Años más tarde aprendí en Manhattan que el precio de los apartamentos dependía de la vista. Tal vez el anciano emigrante quiso aplicar el mismo criterio de Manhattan a un pueblo al que, si le sobraba algo, eran vistas bellísimas, con o sin torre, sobre el río y la sierra.

Durante treinta años, Soledad domeñó sus emociones. Después de la guerra civil, en muchos pueblos las personas eran contadas, en el sentido literal de que se contaban -se vigilaban y se referían las vidas-, los unos a los otros. Nadie sintió jamás que la ansiedad acelerara los latidos del corazón de Soledad, ni pudo ver que entornara los ojos ante la inminencia de un beso, o que yaciera inmóvil en la cama, con los ojos cerrados del todo, mientras alguien apretujaba sus senos debajo de la bata de andar por casa.

Nadie salvo yo, que, por pura casualidad, coincidí con ella en uno de los raros momentos en que mi casa estaba vacía y ella se encargaba de la cocina y la limpieza. Fue sólo un instante en toda su vida, interrumpido, también inesperadamente -recuerdo el denso silencio de aquel crepúsculo-, al sonar el timbre de la puerta: era mi hermano, que se había olvidado la pelota para jugar en la plaza del pueblo.

En aquel paréntesis hermético e impenetrable quedó mi primera huella de la fusión de dos emociones mudas, de puertas afuera, pero embriagadas de placer de puertas adentro. Los niveles mínimos de Cortisol, que suelen bajar al atardecer, no importaban en aquel cuerpo adolescente; mi cuerpo. No hacía falta recurrir a ninguna energía adicional, porque Soledad no ofrecía resistencia alguna a las caricias improvisadas. Había energía más que disponible para que el casi centenar de neuropéptidos responsables de los

flujos hormonales activara una digresión ensoñadora, con un vocabulario inconsciente y puramente emocional.

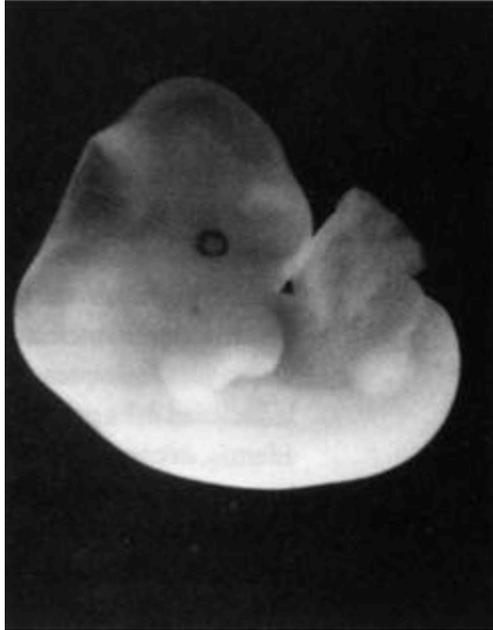
La comunidad científica no descubrió hasta muchos años más tarde, en la década de 1960, los neurotransmisores que impactan al cerebro. ¡Qué extraño! ¿Cómo ha podido sobrevivir la gente que nos ha precedido sin tener ni idea de lo que les pasaba por dentro?

Puede ser, efectivamente, que el amor sea un impulso básico y universal, una constante a lo largo de todas las vidas, pero su primera irrupción en el corazón de los adolescentes suele darse por la vía furtiva, distinta y contenida en las agujas del reloj del tiempo. Sesenta años después, casi he comprendido la clave biológica de aquel acontecimiento, aunque -como dice la psicóloga y escritora Sue Gerhardt- sus cimientos se construyan, sin que nos demos cuenta, durante los nueve meses del embarazo y los dos primeros años de vida. Es entonces cuando se modula el cerebro social y se establecen tanto la forma como los recursos emocionales de una persona. Es genético, sí; pero no únicamente.

Lleva su tiempo admitir -nunca pensé a este respecto en el verbo 'resignarse', porque ello implicaría que la posible alternativa era mejor: ¿mejor en qué?- que no elegí a mis padres, ni la dirección de las fuerzas colosales, más potentes que los movimientos de las capas tectónicas, que iban a desencadenar mis flujos hormonales y, en definitiva, mi carácter potencial para toda la vida.

Ningún padre ha elegido tampoco a sus hijos. Estamos aquí porque alguien sacó de un bombo gigantesco la bola con nuestro número. Pudo ser otro. Y sería distinto (con la sola excepción de un gemelo monocigótico, aunque, incluso en este caso, la epigenética se encargaría de que la expresión de los genes no fuera idéntica). Venimos al mundo gracias a un festival silencioso que escenifican billones de genes desde hace millones de años.

Estamos programados



Ecografía de un feto humano.

La vida empieza unas treinta y siete semanas antes del nacimiento con un encuentro fortuito: el de un espermatozoide paterno con un óvulo liberado por uno de los dos ovarios de la madre. Una vez entregado el paquete de instrucciones genéticas al núcleo del óvulo, el espermatozoide se sacrifica como un kamikaze disolviendo su cuerpo y su cola en aquel entorno gelatinoso a medio hacer. En menos de veinticuatro horas, el óvulo fecundado se divide en dos células y su genoma prepara -con un vigor y una precisión increíbles- al nuevo individuo, constituido, por partes casi

iguales, de las contribuciones distintas del padre y de la madre.

Tal como me explicaba el prestigioso ginecólogo Stuart Campbell en su consulta de Londres hace dos años, nunca, a lo largo de toda mi vida posterior, se hizo tanto en tan poco tiempo. En menos de cuatro semanas el embrión adquiere el tamaño de un guisante, pero ya es un humano en el que pueden identificarse los ojos, los riñones, los miembros e incluso el rostro. Y todo esto sin que ningún cerebro previsor dentro o fuera del organismo supervise el proceso; sin que nadie ni nada se entere de cuándo, cómo y por qué está ocurriendo. Es la lotería genética.

La etapa más importante de la vida no roza ni por asomo la conciencia. Todo el proceso de morfogénesis -moldador de las mil bifurcaciones determinantes del futuro ser humano- transcurre en la más absoluta oscuridad del pensamiento. Procesos totalmente inconscientes desarrollan el diseño invisible, según las instrucciones guardadas en el núcleo de las células, hasta conformar el entramado genético de un individuo nuevo.

Sigue siendo un misterio impenetrable la naturaleza de la vibración, aliento, susurro o señal molecular que sirve de pauta a cada célula para que se dirija correctamente, de entre las tres capas del amasijo embrionario, a la que corresponde con su verdadera vocación: el sistema motor del futuro organismo moviente, a su oxigenación o a serenar el pensamiento.

A la luz de esos procesos inconscientes y primordiales, ¿por qué cuesta tanto aceptar, años más tarde, que las decisiones mal llamadas conscientes no son sino la racionalización interesada y a posteriori de mecanismos inconscientes? La ciencia moderna está haciendo aflorar hechos incontrovertibles, que cuestionan seriamente muchas de las construcciones intelectuales sobre las que se asientan las reglas de convivencia y los conceptos de responsabilidad jurídica y moral. Está claro que la sociedad debe proteger-

se de las tropelías de un psicópata asesino que, además, es consciente de lo que está haciendo, pero otra cosa es creer que le servirán los programas racionales de rehabilitación que se aplican al resto de los delincuentes.

Gracias a las técnicas de resonancia magnética se ha podido detectar que los músculos del dedo de una persona, cuando apunta a otra, se ponen en marcha una fracción de segundo antes de que la orden haya sido formulada por el cerebro. ¿Lo intuían de antemano las células del sistema motor? ¿Están la mente y el cuerpo integrados a niveles que antes no se podía imaginar? El ejemplo de la cucaracha que continúa moviendo las patas tras ser decapitada -capacidad que han mantenido algunos vertebrados-, ¿representa el modelo antitético al nuestro, con sus funciones rectoras concentradas en el cerebro, o quizá está marcando una pauta más generalizada y difusa?

Resulta evidente que sólo los procesos automatizados -como la respiración o la digestión- se acercan a la perfección; sobre todo, comparados con los procesos que percibimos como mucho más conscientes, como elegir trabajo o lugar de residencia. En realidad, la historia de la civilización, probablemente, pueda interpretarse como la progresiva automatización de procesos en los campos de la política y de actividades económicas e intelectuales como la agricultura, la industria, la generación de servicios o la propia enseñanza.