

TENDENCIAS

La enfermedad del amor sí existe

El Ciudadano · 22 de agosto de 2015



Limerencia fue considerada una de las palabras más bonitas del español, y objeto de mi curiosidad. Para mi sorpresa, su significado no tiene una connotación tan hermosa después de todo.

Limerencia o **estar limerente** se refiere a un **tipo de locura de amor**. Así que si toda tu vida has creído que este tipo de locura es justificable en todos sus sentidos, es momento de identificarla y darte cuenta que **no es tan normal como crees**.

La palabra surge en la década de los 70's por la psicóloga **Dorothy Tennoy**, quien se dedicó a analizar a más de 500 enamorados para concluir lo que sería su obra maestra: el libro *Love and Limerence: the experiences of being in love* (Amor y Limerencia: la experiencia de estar enamorado).

En este libro, Dorothy hace referencia a todo el **proceso químico** que ocurre en **nuestro cerebro** durante la etapa del enamoramiento y la mezcla de sustancias que derivan en una serie de cosas como la **codependencia** hacia la pareja, los celos, la **necesidad**, posesión y otros factores que, hasta este segundo debemos dejar de tomarlos con normalidad.

No todo es miel sobre hojuelas en el amor, su **lado oscuro** se manifiesta en emociones y reacciones involuntarias con las que queda clara la diferencia entre el proceso de enamoramiento común y el nocivo.

Los pensamientos invasivos, la idealización de la persona amada, la búsqueda recurrente e incontrolable de su afecto, la **desesperación o ansiedad** cuando no está presente, el **miedo al rechazo** o la angustia irremediable, son señales de que estamos enloqueciendo, literal.

Cuando la relación se vuelve limerente, es difícil detectarlo en un inicio. Pero inevitablemente es una situación que va consumiendo a los involucrados en discusiones, momentos incómodos, distanciamiento y contaminación de su entorno.

Esto no significa que **todo enamorado esté loco**, pero la enfermedad es real y debe controlarse, ¿cómo? con terapia. Estamos hablando de un **desorden obsesivo compulsivo**, algo que va más allá del deseo de una persona, sino que se convierte en una obsesión. Por lo tanto, debe tratarse como tal.

Si bien, nadie muere de amor, pero en un momento de locura podemos echarlo todo a perder. Así que más vale estar enterados de lo que se esconde tras una

palabra bonita como limerencia antes de hacerla parte de nuestras vidas.

Belelú

Fuente: [El Ciudadano](#)