

EL AMOR COMO ARTESANÍA DEL YO

Love as the craftsmanship of the self

Francesc Núñez Mosteo* 
Universitat Oberta de Catalunya

Palabras clave

Amor
Emociones
Identidad
Praxis
Interdependencia

Keywords

Love
Emotions
Identity
Praxis
Interdependency

RESUMEN: Este artículo propone un giro conceptual en el estudio del amor, un desplazamiento de la pregunta sobre *qué* es el amor hacia la interrogación sobre *qué hace* el amor, centrándose en su eficacia existencial y performativa. Para ello, me basaré en la concepción de las emociones de Robert C. Solomon que entiende el amor no como un sentimiento interno, sino como una praxis social y una estrategia vital: un conjunto de actos que modelan las relaciones y definen la identidad. En la perspectiva propuesta, el amor es una relación y las relaciones amorosas son espacios privilegiados de (auto)definición, donde amar y ser amado implica una transformación constante del yo como resultado de un ensamblaje de acciones, afectos y cuerpos. En la modernidad tardía, el amor enfrenta la paradoja de «juntos, pero yo»: el deseo de fusión sin la pérdida de la autonomía individual generando una tensión estructural. Se concluye que el cuidado es la práctica constitutiva fundamental del amor. Somos como amamos: nuestra identidad se moldea a través de los actos de cuidado. Comprender el amor como una práctica ética y transformadora, como propongo, es comprender quiénes somos y podemos llegar a ser.

ABSTRACT: This article proposes a conceptual shift in the study of love moving away from the question of *what love is* toward an inquiry into *what love does* and focusing on its existential and performative efficacy. To this end, I will draw on Robert C. Solomon's conception of emotions, which understands love not as an internal feeling, but as a social praxis and a vital strategy: a set of acts that shape relationships and define identity. From this perspective, love is a relationship, and romantic relationships are privileged spaces for (self-)definition, where loving and being loved imply a permanent transformation of the self resulting from an assemblage of actions, affects, and bodies. In late modernity, love faces the paradox of «together, yet me»: the desire for fusion without the loss of individual autonomy, which creates a structural tension. The article concludes that care is the fundamental constitutive practice of love. We are as we love: our identity is shaped through acts of care. Understanding love as an ethical and transformative practice, as I proposed, is to understand who we are and who we can become.

* **Correspondence author / Correspondencia a:** Francesc Núñez Mosteo. Universitat Oberta de Catalunya. Estudis d'Arts i Humanitats. Rambla del Poblenou, 156. 08018 Barcelona – fnunez@uoc.edu – <https://orcid.org/0000-0002-5335-8896>.

How to cite / Cómo citar: Bacilio, María (2026). «La «filosofía de campo» en Francia: filosofía parasitaria». *Papeles de Identidad. Contar la investigación de frontera*, vol. 2026/2, heredada 18, 1-9. (<https://doi.org/10.1387/pceic.28278>).

Fecha de recepción: enero, 2026 / Fecha de aceptación: febrero, 2026.

ISSN 3045-5650 / © UPV/EHU Press 2026



This work is licensed under a
Creative Commons Atribución 4.0 Internacional

Hitz gakoak Maitasuna Emozioak Nortasuna Praxia Interdependentzia	LABURPENA: Artikulu honek aldaketa kontzeptual bat proposatzen du maitasunaren azterketan, maitasuna <i>zer den</i> galdera maitasunak <i>zer egiten duen</i> bihurtzea, haren eraginkortasun existentzial eta performatiboari erreparatuta. Horretarako, oinarritzen naiz Robert C. Solomonen emozioen kontzepzioan, zeinaren arabera maitasuna ez den barne-sentimendu bat, praxi sozial eta bizi-estrategia bat baizik: harremanak modelatzen eta nortasuna definitzen duen ekintza-multzoa. Proposatzen den ikuspegian, maitasuna harreman bat da, eta maitasun-harremanak dira (auto)definizioeko espazio pribilegiatuak, non maitatzeak eta maitatua izateak niaren etengabeko eraldaketa baitakar, ekintzen, afektuen eta gorputzen mihiztatze baten ondorioz. Modernotasun berantiarrean, maitasunak heltzen dio «elkarrekin, baina ni» paradoxari: bat egiteko nahia, norberaren autonomia galdu gabe, egiturazko tentsio bat sortuta. Ondorioa: zaintza da maitasunaren funtsezko jardunbide bat. Maite dugun bezalakoak gara: gure nortasuna zaintza-ekintzen bidez modelatzen da. Maitasuna ulertzea praktika etiko eta eraldatzaile gisa —proposatzen dudana bezala— nor garen eta nor izatera irits gaitzkeen ulertzea da.
--	--

1. INTRODUCCIÓN. DEL SER AL HACER EN EL AMOR

Hablar del amor es internarse en un territorio tan antiguo como inagotable. Pocas experiencias humanas han despertado tanta curiosidad ni generado tanta reflexión como esta. Desde la Grecia antigua hasta nuestros días, ha sido un tema recurrente en la filosofía, el arte, la religión y la política. Se lo ha concebido como una fuerza cósmica, un impulso vital, una virtud moral, un lazo ético, una afección del alma o, en la mirada de las ciencias sociales, una compleja creación cultural.

Aquí propongo un desplazamiento conceptual: dejar de preguntarnos *qué* es el amor para interrogarnos acerca de *qué hace* el amor. No busco su esencia, sino su eficacia existencial. Me interesa su modo de intervenir en la vida de las personas, su capacidad de modelar relaciones y, sobre todo, de producir identidades. Entender el amor como praxis implica situarlo en el terreno de lo social y lo performativo: el amor se practica, se encarna; no reside en un núcleo interior preexistente, sino que emerge en la relación.

Sostengo que las relaciones amorosas son espacios privilegiados de autocomprensión: ensamblajes dinámicos de afectos, cuerpos, significados y actos que transforman a quienes participan en ellos¹. Más concretamente, entiendo el amor como un proceso de (auto)definición de la identidad, de redefinición, un acto consciente de recreación del yo, donde a quién y cómo amamos determina lo que llegamos a ser, tal como enfatiza Robert C. Solomon en su filosofía de las emociones y del amor que vertebra esta reflexión (2001, 2006). De este modo, amar y ser amado es implicarse en una práctica que nos transforma y nos sitúa en un marco de interdependencia. También se podría afirmar que toda relación amorosa, en tanto que implica un encuentro-ensamblaje con otros, nos convierte en un nuevo ser, si entendemos por «convertir» la capacidad de actuar de otro modo, el aumento —o disminución— de la potencia de existir (a la que más adelante me referiré en el lenguaje de Spinoza).

Para Solomon, las emociones —incluido el amor— no son un afecto que irrumpe de forma pasiva en nosotros, no somos víctimas de ellas, sino que las cultivamos y las constituimos. Somos nuestras emociones, tanto como nuestros pensamientos y acciones. A veces, quizás incluso a menudo, son estrategias para desenvolvernos en el mundo (2006, pp. 2-3). El amor, en esta clave, es una estrategia vital: una forma de percibir al otro y, aún más determinante, de percibirse a uno mismo, de valorar la relación y de orientar la propia vida según lo que consideramos valioso. No es simplemente sentir, es también participar activamente en la configuración del vínculo. Por lo tanto, el amor nos exige una reflexión constante, un puente entre la emoción y la acción, que nos obliga a reajustar nuestra identidad en función de los valores que el otro encarna para nosotros. Se trata de una estrategia de acción, culturalmente aprendida, que nos ayuda a tomar decisiones y a rehacer e interpretar constantemente nuestra cotidianidad. Esto me permite una primera conclusión: a quién y cómo amamos determina lo que llegamos a ser.

¹ «La idea de ensamblaje es postantropocéntrica, otorga importancia al pensamiento no-dualista y —como la misma denominación indica— se debe a la relacionalidad. La palabra ensamblaje nos señala la idea de reunir o poner en contacto diferentes elementos. Pero no se trata solo de esto. En un ensamblaje, sus diferentes elementos se encuentran dentro de un proceso complejo y dinámico a través del cual las propiedades que emergen exceden las de sus elementos constitutivos. En este sentido, los fenómenos no existen como elementos discretos definidos por calidades esenciales intrínsecas, sino que emergen a partir de las interacciones o mejor dicho intra-acciones con múltiples elementos» (Martí, 2024, pp. 79-80, apud Núñez y Vayreda, 2024).

Este enfoque nos sitúa en una perspectiva sociológica en la que el yo es una construcción social que tiene lugar en la interacción con otras personas. Solomon se inspira en el interaccionismo simbólico (Mead, 1999; Goffman, 2023), que concibe la identidad como un proceso continuo de definición frente a los demás, en el que el amor juega un papel relevante; es una intensa forma de interacción. No es, como he dicho, un misterio que nos sobreviene o, como muchas veces se le describe, un impulso que nos viene de dentro, sino una práctica culturalmente aprendida y socialmente organizada que articula significados, expectativas y afectos, esto es, un proceso relacional que nos implica activamente y nos transforma. Es en este sentido que lo hemos caracterizado como un ensamblaje (Deleuze y Guattari, 2021). Entrar en una relación amorosa nos hace correr el riesgo de transformarnos. Esta transformación se lleva a cabo como un proceso de redefinición, voluntaria o no, de nuestra identidad².

De este modo, explorar lo que el amor hace —dejando a un lado lo que pueda ser— me permite abordar la identidad como un proceso vivo, en constante construcción, donde las relaciones amorosas, a las que nos referimos como «lo que hace el amor», son uno de los espacios más significativos de definición del yo contemporáneo. Y porque amar nos transforma, comprender el amor, qué hace el amor, es también comprender quiénes somos y quiénes podemos llegar a ser.

2. PARADOJAS DEL AMOR EN LA MODERNIDAD TARDÍA: JUNTOS, PERO YO

En la modernidad tardía³, el amor se ve atravesado por tensiones inéditas. Hemos adquirido niveles de autonomía personal sin precedentes, o mejor, nuestro deseo de autonomía es enorme: vivimos en sociedades que celebran la libertad individual, la capacidad de elección y la autorrealización como valores supremos. Sin embargo, esta libertad, tan apreciada, introduce una fragilidad profunda en los vínculos amorosos. Queremos amar y ser amados, pero sin renunciar a nuestra independencia. Queremos intimidad, pero sin pérdida de soberanía. Sencillamente: queremos fusión sin disolución, queremos «nosotros» sin renunciar al «yo». Esta paradoja —«juntos, pero yo»— constituye el dilema estructural del amor contemporáneo y refleja las tensiones de la identidad.

En la tradición romántica de la que todavía somos herederos, el amor se presenta como una experiencia de encuentro libre y personal con otro (también libre), pero en la que, como he dicho, está en juego la identidad. En esta construcción de identidad, en la formación de una constelación de emociones e ideas compartidas, la conversación juega un papel primordial: es el espacio donde los imaginarios se entrelazan y se encajan y producen un relato conjunto, yo-

² Francesco Alberoni (1983) habla del enamoramiento como de un encuentro que, para que tenga lugar, se ha de estar dispuesto a ello. Solo se enamora quien está dispuesto a hacerlo, aunque esta disposición, claro está, tenga que ver con unas condiciones vitales (psicosociales) que lo hacen posible. Abrir las puertas al enamoramiento tiene como resultado una revolución a dos, el amor como revolución transformadora de la vida y de la identidad de los que la llevan a cabo.

³ Recorro al término «modernidad tardía» (*Spätmoderne*) a partir del uso que, para referirse a nuestra contemporaneidad, hace Hartmut Rosa (2016). No se trata solo de una cuestión semántica, sino que cambia el, por decirlo así, diagnóstico de la patología social y también de la posible «cura». La elección de este término en Rosa —y en este texto— implica afirmar que no hemos roto con la lógica de la modernidad, sino que, más bien, se ha intensificado hasta un punto crítico (que Rosa denomina estabilización dinámica) y que, de alguna forma, nos desborda, no en una dimensión personal (biográfica) sino estructural.

nosotros, que, al mismo tiempo que nos refleja, nos transforma⁴. Amar consiste en iniciar una larga conversación en la que se reconfiguran el mundo y nuestra relación con él; en ella, el yo se revisa y se rehace junto y gracias a otro/a u otros/as⁵. En esta conversación-interacción está en juego confirmar lo que somos, y ser reconocidos por el otro. En este proceso es fundamental lo que el/la otro/a nos devuelve de nosotros, como si se tratara de un espejo de nuestra identidad.

Robert Solomon lo expresa con claridad: los motivos primarios del amor no son el sexo, la compañía, los hijos, ni siquiera la convivencia, sino la autoestima (2001, p. 239). Preferimos la compañía de quien nos confirma y valora, antes que la de quien desacredita o rechaza nuestras creencias y deseos. El amor es, en este sentido, un espejo en el que nos reconocemos, pero también un taller donde se construye eso que somos. Desde una perspectiva spinoziana (Deleuze, 2005, p. 39), podría decir que el amor tiene sentido en la medida en que incrementa nuestra alegría y potencia de existir, es decir, nuestra capacidad de devenir. En el momento en que la relación deja de sostener ese proceso —cuando ya no nos gusta lo que somos en ella—, se abre la posibilidad de su agotamiento. Y aunque eso no signifique necesariamente el fin de la relación, sí que señala la fragilidad de su fundamento. Pone de relieve la tensión estructural del amor en la modernidad tardía: autonomía *versus* reconocimiento.

Eva Illouz ha descrito bien las tensiones del amor en la modernidad tardía como utopía emocional (2012, 2020), como un espacio atravesado por expectativas contradictorias. Esta es la paradoja que subrayo: por un lado, el deseo de reconocimiento y dependencia (lo que hoy solemos nombrar vulnerabilidad); por el otro, la exigencia de mantener la autonomía y la libertad individual. De aquí surge un dato insoslayable: el amor duele, y no de forma accidental o anecdótica, sino como síntoma de la imposibilidad de conciliar ambos extremos. El discurso romántico, he dicho, promete una fusión redentora con el/la otro/a, pero la cultura terapéutica y la lógica instrumental del mercado nos incitan a priorizar la autorrealización autónoma. Se impone así lo que Éric Sadin llama el ego hipertrofiado, un ego inflamado dispuesto a interpretar la satisfacción personal como signo inequívoco de plenitud: «La primera ley que me dicta la naturaleza es deleitarme, no importa a expensas de quién» (2022, p. 192). Esta idea, que en boca de Juliette (Marqués de Sade) escandalizaba a la conciencia moral, ahora parece inscrita en el ADN de los individuos contemporáneos.

La mercantilización de las relaciones amorosas agrava la paradoja. Illouz lo explica también muy bien (2007). Las aplicaciones de citas son el ejemplo más evidente: un mercado de opciones infinitas que convierte la búsqueda de pareja en un proceso de cálculo, de comparación y de sustitución permanente («busco, comparo y, si encuentro algo mejor...»). La abundancia de alternativas erosiona el compromiso, pues cada elección está condicionada por la provisionalidad. Estamos lejos de una comprensión del compromiso como el convencimiento de que «me quedaré contigo, aunque en el futuro encuentre algo mejor». De este modo, el amor se transforma en una inversión emocional de alto riesgo, en la que se gestionan costes y beneficios, como en cualquier otro mercado (Illouz, 2012). Lo que comenzó como una democratización de las relaciones, el amor romántico, que liberó al individuo de las tiranías familiares, ha derivado, según Illouz (2020), en una tiranía de la elección que institucionaliza la incertidumbre y erosiona

⁴ Ulrich Beck y Elisabeth Beck-Gernsheim han mostrado (2001), con sentido del humor, cómo estas expectativas chocan a menudo con la vida cotidiana: la magia del imaginario romántico se quiebra ante situaciones tan triviales como decidir qué es ropa sucia u organizar la nevera.

⁵ En ese sentido, Peter Berger y Hansfried Kellner tienen un artículo en el que describen el matrimonio (la relación de pareja) como una larga conversación que transforma la perspectiva del mundo y la manera de estar en él (1977).

el compromiso-promesa misma del amor. Zygmunt Bauman lo ha sintetizado en la metáfora del *amor líquido* (2018): vínculos frágiles y transitorios, sustituidos rápidamente por otros, donde la promesa de permanencia se diluye en la lógica del mercado.

El resultado es la paradoja referida como constitutiva del amor tardomoderno: queremos ser transformados por el otro, pero tememos perder el control sobre esa transformación; deseamos intimidad y reconocimiento, pero también nos aferramos a la independencia como condición irrenunciable. En mi interpretación, la paradoja se puede formular así: «queremos amar sin dejar de ser quienes somos, aunque sabemos que amar nos cambiará».

No hay solución posible: el dilema no se disuelve, se encarna cada vez que una relación amorosa comienza y se despliega. De ahí que el amor duela: porque nos enfrenta, una y otra vez, a la imposibilidad de conciliar la independencia con la transformación a la que el encuentro amoroso (ensamblaje) nos precipita.

3. EL CUIDADO COMO PRÁCTICA CONSTITUTIVA. SOMOS COMO AMAMOS

Si, como sostengo, el amor tiene notables efectos en la constitución de la identidad, entonces vuelvo a afirmar que la pregunta fundamental no es qué es amar, sino qué hacemos cuando amamos y cómo nos relacionamos con las personas —también con otros seres vivos y aún con cosas— cuando decimos que amamos. La clave está en la praxis. Somos lo que hacemos.

Esta concepción resuena con la idea de José Luis López Aranguren (1984) sobre la condición estructuralmente moral del ser humano. La vida no se realiza a partir de una esencia previa, sino paso a paso, a través de nuestros actos. «Lo que seremos —escribe— no nos preexiste de ninguna manera. (...) Lo que seremos va, lenta, confusa, indeterminadamente adviniendo, dibujándose, siendo, a través de nuestros actos» (*ibid.*, p. 25). De igual manera que uno se vuelve mentiroso mintiendo, tampoco se posee el amor como un capital inicial: se deviene buen o mal amante en la medida en que se practica el amor.

Robert C. Solomon concreta esta intuición en la *práctica del cuidado*. Para él, somos lo que nos importa, y ese importar se traduce en actos. Cuidar es el vínculo básico del amor, porque centra nuestra atención en lo que nos constituye y establece los lazos más duraderos entre las personas (2001, p. 334). Desde esta perspectiva, como vengo argumentando, no hay identidad auténtica que nos preexista, como un núcleo secreto que espera a ser descubierto. Somos lo que hacemos, potencia de existir. Nos configuramos en la medida en que cuidamos, en que algo nos importa, en que nuestra energía vital se orienta hacia alguien o algo. El amor es, por tanto, una forma radical de cuidado y de que algo nos importe, hasta el punto de transformarnos. El encuentro amoroso, el ensamblaje al que da lugar, quiere decir cuidar de lo que se ama⁶. Cuidar no es un añadido al amor: es su estructura interna⁷.

⁶ «Hablemos a continuación de las personas a las que se ama y se odia y de los motivos para ello, tras haber definido qué es la amistad y qué es amar. Sea pues amar querer para alguien lo que se considera bueno, en interés suyo, y no en el nuestro, y estar dispuesto a llevarlo efecto en la medida de nuestras fuerzas» (Aristóteles, 2002, pp. 151-152).

⁷ Quiero recordar que esta visión del amor como praxis de cuidado se inscribe también en la perspectiva feminista. Almudena Hernando (2012) ha mostrado que la identidad no es un logro solitario ni una conquista del yo autónomo, sino el resultado de la interrelacionalidad. Frente a la fantasía moderna de sujetos autosuficien-

Desde la perspectiva que propongo, el amor, como vínculo relacional, dura o se desvanece en función de la identidad que produce. Esta afirmación es importante pues nos dice que, en términos de identidad, el resultado de la relación, lo que devenimos o, mejor, cómo nos vemos en el reflejo que el otro nos da de nosotros mismos, condiciona el tiempo de la relación. Solomon lo expresa con claridad: el amor no fracasa principalmente por los desacuerdos o la pérdida de atracción erótica, sino porque dejamos de gustarnos en la persona en la que nos hemos convertido —o en la que se ha convertido el otro— dentro de la relación (2001, p. 312). Dicho de otro modo, el amor es la emoción de compartir la identidad, de descubrirse a uno/a misma en relación con otro/a. Aquí se hace evidente la conexión con Spinoza a la que he aludido varias veces: amar es un afecto que aumenta nuestra potencia de existir cuando nos produce alegría, bienestar y aceptación de lo que somos en la relación. Por el contrario, si la imagen que nos devuelve el otro nos empequeñece o entristece, nuestra potencia disminuye y el vínculo se deteriora. «A veces, de quien nos hartamos no es del otro, sino de nosotros mismos» (Solomon, 2001, p. 336). El amor es, en última instancia, un asunto de identidad y de qué tipo de yo queremos llegar a ser.

Desplazar la pregunta de qué es el amor hacia qué hacemos cuando amamos, como vengo haciendo, nos ha permitido comprender el amor como una praxis constitutiva de la identidad. Somos como amamos, porque en nuestras prácticas amorosas —en la manera en que cuidamos, nos dejamos afectar y nos transformamos— se juega no solo nuestra subjetividad individual, sino también la posibilidad de construir mundos compartidos. El amor, así entendido, puede resultar una acción continua de creación y recreación.

4. CONCLUSIÓN: HACIA UNA ÉTICA DEL CUIDADO AMOROSO

Entre los muchos territorios por los que el amor permite adentrarse, como he empezado afirmando, la identidad es uno de ellos, y en el que me he centrado. A lo largo de esta reflexión, he mostrado que el amor no puede entenderse como un sentimiento puro ni como una emoción que se aloja en el interior de los individuos. Más bien, se presenta como una práctica social: un conjunto de actos, gestos, cuidados y narrativas que nos constituyen en relación con otros/as. Lo decisivo no es lo que sentimos, y que sin duda puede ser de gran intensidad, sino lo que hacemos y lo que devenimos en la interacción. Somos como amamos: nuestra identidad se despliega, se pone a prueba y se transforma en la relación amorosa. Aumenta o disminuye nuestra potencia de existir.

El humor, lo tomo como ejemplo, permite iluminar este aspecto relacional del amor y del amor como encuentro y sintonía posible o discordancia. La risa compartida no surge de un estado interior que simplemente se libera, como si fuese una explosión que sale de dentro, sino que es el resultado de todo un trabajo de sintonización. Para que un chiste funcione, ne-

tes, heredera de la Ilustración y del patriarcado, Hernando subraya que lo humano se constituye siempre en vínculo, en dependencia mutua, en un tejido de cuidados y afectos históricamente invisibilizados. El amor, en este marco, se presenta como un escenario privilegiado de interdependencia, donde el yo no se limita a completarse, sino que se (re)construye dialógicamente junto al otro/a. La antigua metáfora de la media naranja puede resignificarse: no como búsqueda de una mitad perdida, sino como la construcción de una identidad ampliada, más rica y compleja, en virtud del cuidado y la atención recíproca.

cesitamos compartir las claves de interpretación de la situación, las del chiste y las de la circunstancia en que se explica. Entendemos el chiste —y nos entendemos— porque habitamos un mundo de significados compartidos.

Con el amor, ocurre como con el humor. Amar implica entrar en una clave interpretativa conjunta, donde las palabras, los silencios y los gestos adquieren sentido solo porque son reconocidos por el otro. Reír juntos y amar juntos son prácticas de interdependencia que requieren atención, sensibilidad y disposición a ser afectados. En ambos casos, la complicidad es la condición de posibilidad de la experiencia y de su fuerza transformadora. Al igual que reír juntos requiere sintonía, supone captar la misma incongruencia y dejarse arrastrar por la situación, amar exige convergencia, complicidad y disposición a ser transformados/as⁸.

En este sentido, me gustaría afirmar que el amor actúa como un taller de identidad, de artesanía amorosa: en él ensayamos lo que somos y probamos, para rechazar o confirmar, lo que podemos llegar a ser. En cada relación elaboramos, explícita o tácitamente, un relato sobre nosotros mismos: dónde estamos, hacia dónde vamos, qué somos capaces de llegar a ser. Cuando la relación se quiebra, no se rompe únicamente un vínculo afectivo: se fractura también una narrativa sobre nuestra propia vida. De ahí que el dolor amoroso no sea solo pérdida del otro, sino desorientación sobre uno mismo. La ruptura o la pérdida del amor requiere rehacer la identidad: la identidad del «ex».

La argumentación de la hipótesis que he propuesto me permite concluir con firmeza que el amor no es una capacidad afectiva que se posee, por más que haga falta la capacidad de movilizar múltiples afectos. Más bien se trata de una práctica que requiere atención sostenida y disposición a contribuir al bienestar del otro. Robert Solomon subraya que nuestras identidades se constituyen a través de aquello que nos importa: «Cuidar es el vínculo básico del amor. Somos lo que nos importa. Nuestras identidades están constituidas por las cosas —y las personas— a las que prestamos atención» (2001: 334). Apostamos por entender el amor como una práctica ética y transformadora: cuidar del otro es cuidar de uno mismo y, en definitiva, construir vínculos que nos definen. Somos como amamos.

5. REFERENCIAS

Alberoni, F. (1983). *Enamoramiento y amor*. Gedisa.

Aranguren, J. L. (1984). *Propuestas morales*. Tecnos.

Aristóteles (2002). *Retórica*. Alianza Editorial.

Bauman, Z. (2018). *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Paidós.

⁸ La perspectiva interaccionista de Erving Goffman (2023/1959) nos permite reafirmar que toda relación es una negociación constante de la definición de la situación. En el amor, lo que está en juego no es únicamente la escena compartida, sino la propia identidad: quién soy para ti, quién eres para mí, quiénes nos volvemos al amarnos. Amar se convierte así en un ritual cotidiano que estabiliza —o desestabiliza— las imágenes que tenemos de nosotros mismos, como sostiene Solomon. Cada gesto, cada palabra, cada decisión contribuye a la construcción de un yo que es a la vez singular y relacional (la tensión que hemos des-tacado).

- Beck, U., y Beck-Gernsheim, E. (2001). *El normal caos del amor: Las nuevas formas de la relación amorosa*. Paidós contextos.
- Berger, P. L., y Kellner, H. (1977). El matrimonio y la construcción de la realidad. En P. L. Berger y T. Luckmann (Eds.), *La reinterpretación de la sociología* (pp. 81-98). Amorrortu.
- Deleuze, G. (2005). *En medio de Spinoza*. Cactus.
- Deleuze, G., y Guattari, F. (2021/1991). *Què és la filosofia?* Pasta de dibuix.
- Goffman, E. (2023/1959). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Amorrortu.
- Hernando, A. (2012). *La fantasía de la individualidad: Sobre la construcción sociohistórica del sujeto moderno*. Katz Editores.
- Illouz, E. (2007). *Intimidades congeladas: Las emociones en el capitalismo*. Katz Editores.
- Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica: El amor y las contradicciones culturales del capitalismo*. Katz.
- Illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor: Una explicación sociológica*. Katz.
- Illouz, E. (2020). *El fin del amor: Una sociología de las relaciones negativas*. Katz Editores.
- Mead, G. H. (1999). *Espíritu, persona y sociedad: Desde el punto de vista del conductismo social*. Paidós.
- Núñez, F., y Vayreda, A. (2019). *Humanisme i posthumanisme: Una aproximació des de les ciències socials*. Editorial UOC.
- Rosa, H. (2016). *Alienación y aceleración. Hacia una teoría de la temporalidad en la modernidad tardía*. Katz.
- Sadin, E. (2022). *La era del individuo tirano. El fin de un mundo común*. Caja Negra editorial.
- Solomon, R. C. (2001). *About love: Reinventing romance for our times*. Madison Books.
- Solomon, R. C. (2006). *True to Our Feelings: What Our Emotions Are Really Telling Us*. Oxford University Press.