

Del Yo al Nosotros

- El cuerpo sexuado es signo y lugar de encuentro y de apertura al otro, de comunicación y de unión con el otro.
- La capacidad de abrirse y dialogar con el otro (del yo al tú para ir juntos hacia el nosotros), se adquiere a través de un largo trabajo de autoeducación, definida como “madurez afectiva”.
 - Madurez afectiva:
 - Definida como la capacidad de dialogar a todos los niveles (físico, psíquico, espiritual) con el “tú-particular”.
 - Requiere altruismo, sinceridad, oblatividad (entrega a Dios). El que es íntimamente egoísta podrá “querer bien” al otro, pero no ayudarle a “realizar su verdadero bien”, es decir será capaz de enamorarse, pero no de amar.
 - Es necesario ser maduro desde un punto de vista moral; esto es, ser capaz de reflexionar, interpretar e interiorizar aquellas normas, que inscritas en la naturaleza humana, se convierten en criterio regulador de las opciones individuales.

Enamoramiento

El enamoramiento no es amor. ¿Qué es?

- Es un estado emocional. La presencia del otro me produce una emoción, inicialmente incontrolable, espontánea, irracional, independiente de nuestra elección o voluntad.
- Se basa en una inicial atracción psíquica y física, que puede despertar el deseo sexual, pero que debe ser reelaborado y orientado no hacia la genitalidad del otro, sino hacia su plenitud personal.
- El enamoramiento no es deseo sexual, porque:
- El otro no es un bien para nosotros, como un objeto que nos permite satisfacer nuestros instintos, sino que es un bien en sí mismo, un sujeto que debemos respetar y proteger.
- La mirada del enamorado no se dirige a la genitalidad del otro sino hacia su rostro, hacia su mirada que es donde se revela la riqueza interior de la persona.
- Se desarrolla una verdadera relación interpersonal, cosa imposible si se sigue concentrando la atención en el aspecto genital del otro, y sobre las cenizas del egoísmo de un tú y de un yo nace un nosotros.
- El enamorarse comporta un *desplazamiento del centro afectivo*, de la persona- antes el yo era el centro de los intereses, ahora se desea estar siempre al lado del que se ama. Del otro se reconoce y se respeta el valor personal, y sobre el respeto se funda la relación yo-tú, una relación entre dos sujetos que se encuentran y no entre dominador y dominado.
- El enamorado empieza a ver el mundo y a las demás personas a través de los ojos del amado, creando un mundo particular en el que viven despreocupados de lo que les rodea.
- El enamoramiento, es un fenómeno repetitivo, puede agotarse **para dar** lugar después a otro. ¿Causas de que acabe?, el enamoramiento es:
 - Arbitrario, ya que nos hace sensibles emotivamente al valor de la persona, pero tendemos a no colocar tal valor en la realidad.
 - Inestable, por que aunque afirmamos que es para siempre el valor descubierto, no podemos garantizar que una emoción igual nos pueda sorprender en relación con otra persona.
- Finalmente se debe vivir el período del enamoramiento como una ocasión para conocerse mejor a sí mismo y al otro, esperando que este sentimiento se transforme en amor.

Del enamoramiento al amor

Características que hacen distinguir el amor del enamoramiento:

- Cuando el enamoramiento pasa a ser amor, deja de ser una emoción aguda, para asumir las dimensiones de un sentimiento permanente y operativo de donación y de recíproca pertenencia.
 - El amor es pues una decisión de la persona, que después de haber experimentado una fuerte emoción, juzga razonable entregarse.
 - La razón y la voluntad convalidan lo que el sentimiento ha propuesto, asumiendo un compromiso hacia el valor antológico de la persona.
 - Para poder amar, hay que ser poco egoísta y olvidar las satisfacciones personales para dar espacio a lo constructivo y a la dicha de dar, superando los aspectos narcisistas de la relación.
- En el enamoramiento se percibe el valor de la persona amada, pero no se sabe el comportamiento práctico ante ese valor; en el amor, se descubre el significado de ese valor y se trata de contribuir a su realización. El descubrir el valor del otro tiene como consecuencia:
 - La aproximación física, mental y afectiva entre ambas partes.
 - El conocimiento recíproco, favorecido por una actitud de apertura y de atención a aquello que concierne al otro.
 - El reconocimiento del otro como realmente es, y la aceptación de esta realidad.
 - El intentar que este valor, representado por la persona amada, sea sustraído a la caducidad del tiempo y ayudado en su perfeccionamiento.
- Amar significa arriesgar la propia individualidad para recuperarla enriquecida. Sólo el que está seguro de sí, sabrá morir y renacer en los demás.
 - El que permanece dentro de la red del narcisismo tendrá multitud de ambivalencias y vacilaciones con los demás. Su dar ocultará siempre una implícita necesidad de tener. Vera la donación como una mortificación y la relación una explotación.
 - Para comprometerse a sí mismos en este modo de amar es necesario ante todo autopoerse.
 - Se debe ser libre. Es decir, disponer de un dominio suficiente sobre sí mismo, sobre los propios instintos y sobre las propias disposiciones emocionales.
- El amor que se siente por el otro debe ser correspondido. La decisión de vivir este sentimiento no será real si la otra persona no es capaz de corresponder.
 - **Además de ser correspondido, debe fundarse en bases seguras.** Las diferencias profundas en el carácter, las convicciones y los compromisos, hacen dificultoso mantener las promesas hechas.
- Si el amor es vivido únicamente en la dimensión emotiva, no puede ser un fundamento seguro ni del matrimonio, ni de la familia, y la primera dificultad coincidiría con el fin de la relación.
 - Para amar es necesario ir más allá de las emociones y descubrir el valor personal del otro y nuestra disponibilidad real para comprometernos para siempre.
 - De esta forma el amor puede durar toda la vida aunque la capacidad de vivir emociones se agote.
 - Sólo así los cónyuges encontrarán la serenidad necesaria para conocerse en profundidad y construir día a día esa comunidad **interpersonal**.

Bibliografía

E. Rojas. "El amor inteligente". Ed. Temas de Hoy, Madrid 1999

C.S. Lewis. "Los cuatro amores" Ed. Riaip, Madrid 2000

A. Lucisano - M.L. Di Pietro. "Sexualidad Humana". Ed. San Pablo, Madrid 1995