



Partimos de la importancia de la familia como célula vital de la sociedad. Y la familia es una comunidad de amor, pues es éste el motor vital de la misma. El amor, no en un sentido poético, sino en una función unitiva y dinámica entre seres humanos.

Si hay algo que pueda explicar las acciones del hombre, su unión con otras personas, y por consiguiente, todo el ciclo familiar que se inicia desde el matrimonio, ese algo es el amor.

El amor es el principio y fuente creadora, porque el hombre fue creado por amor y para el amor. Todas las manifestaciones del ser humano hacen patente esta tendencia: el amor es lo que identifica a la persona, la capacidad de amar es exclusiva del ser humano.

El vínculo entre las personas debe ser el amor, el principio interior, la fuerza permanente y la meta última para vivir, crecer y perfeccionarse.

Esta podría parecer una postura ideal o muy utópica en los convulsionados tiempos en los que vivimos; sin embargo es muy importante recordar también que aunque el amor es el motor que impulsa la unión del hombre y la mujer en el matrimonio, y por ende, el nacimiento de una familia, es la voluntad, el mutuo consentimiento del varón y mujer, sobre lo que se funda el matrimonio, estableciendo un vínculo.

Para realmente amar hay que conocer qué es el amor. En tanto descubramos su profundidad, creceremos más en la capacidad de amar.

## **EL AMOR ES LA DINÁMICA ESENCIAL DEL SER HUMANO.**

Es dinámica, pues abarca diferentes etapas, se expresa en todos los ámbitos de la personalidad humana y a lo largo de toda nuestra vida.

Es esencial, pues constituye el principio, la idea por la cual el hombre fue creado y el fin para el cual existe. Esta será la actividad del hombre por toda la eternidad (“Ahora están presentes la fe y la esperanza, pero al final sólo existirá el amor”).

El amor es la única razón que justifica la existencia de todos y cada uno. El universo entero se creó por amor.

El amor es el acto supremo de la libertad, la actividad recíprocamente humana por la que una persona elige y realiza el bien del otro.

### **REQUISITOS PARA EL AMOR AUTENTICO:**

1. Querer amar, como un acto de voluntad humana. No por conveniencia o porque me gusta, me apetece o me interesa.
2. Buscar el bien de la otra persona, lo que la hace feliz y la perfecciona. Buscar el bien del otro precisamente en cuanto al otro, no por mí, sino desde mí para el otro, tal cómo es.

### **ELEMENTOS QUE SE DAN EN EL AMOR:**

#### **a) Corrobar en el ser.**

Es el principio de todo amor de amistad, del amor verdadero. El amor tiene la virtud de “hacer real” a la persona que amamos, no nos es indiferente, nos importa por encima de todas las cosas; es más, su realidad llega a ser nuestra propia realidad. (“Deseo con todas las fuerzas de mi alma que existas”. “¡Qué maravilla que hayas sido creado!”).

#### **b) Deseo de plenitud.**

El amor no sólo aspira a que el ser querido viva, sino que viva bien, que llegue a su plenitud, que alcance su perfección, lo cual corresponde exactamente a uno de los fines del amor conyugal. ¡Qué compromiso tan grande, como pareja, el lograrlo! Únicamente el amor nos hace capaces de penetrar en una persona, admirar la grandeza y los matices que encierra, y potenciarlos por el amor. ¿No es esto lo que hacemos con ese bebé que se nos da en el hospital, incluso desde que sabemos que viene en camino? Qué bueno sería pensar lo mismo para nuestra pareja, anticipando un proyecto de perfeccionarnos para todo lo espléndido que podemos llegar a ser. (“No sabrás todo lo que valgo hasta que no pueda ser, junto a ti, todo lo que soy”, es decir, “te quiero por lo que eres y por lo que llegarás a ser”). Esto incluye amarlo con sus defectos, poniendo los medios para que las imperfecciones vayan siendo superadas.

Amar significa admiración, crecimiento para no decepcionar las esperanzas que otro puso en mí, desde su amor. ¿Cómo? Saliendo de mi propio apego, sin absorber al otro, evitando dominar.

#### **c) Entrega.**

Es la culminación del amor; el que verdaderamente ama se da en la donación total de sí mismo con y desde nuestro propio ser. Esto implica superar nuestros propios instintos y conquistar así la propia plenitud como persona. El hombre es la única criatura que Dios ha amado por sí misma y no puede encontrar su propia plenitud sino en la entrega de sí mismo a los demás.

El egoísta es incapaz de amar. La madurez afectiva amplía la capacidad de amar, de salir del “vivir para mí” y alcanzar un “vivir para ti”.  
Dicho de otra manera, “la primacía de ti, no para mí, sino en cuanto a ti”.  
 (“Cuando te conocí, se realizó un proceso intelectual de fuera, hacia dentro de mí. Hoy te amo y ese amor sale de dentro”).

## **LA RECIPROCIDAD EN EL AMOR**

Lo primero que siente quien ama que es la aprobación de sí mismo. Sabe que es alguien que tiene una misión insustituible y lo mismo pasa con el que se sabe querido, ya que comprueba que existe, que su existencia no es vana. (“Tu me haces ser, te necesito para ser yo”).

Requerimos de las personas para que refrenden nuestra existencia. Al sentirme amado, soy capaz de dar vida a mis capacidades. Empujado por el amor del que me quiere, lograré ser quien soy. (“Por esto te quiero y necesito ser amado”).

En este instante entra en juego la libertad para corresponder o no al amor, y aceptar las exigencias de sentirse querido.

## **NECESIDAD DE CORRESPONDENCIA**

No está pues, en la condición del ser humano, amar sin desear ser amado. El amor es cosa de dos, sólo así se establece un equilibrio. El que ama merece la correspondencia del otro, porque generosamente se dona y porque al mismo tiempo, se vuelve necesitado del otro.

¿Cómo compaginar el amor desinteresado con la idea de ser correspondido?  
Cuando buscamos que el otro nos ame, buscamos su plenitud, que desarrolle su capacidad de amar y, por lo tanto, su bien y su perfeccionamiento. Sólo se llega a la plenitud, cuando se da y se recibe en ambas direcciones. (“Donde no hay amor, pon amor y recibirás amor”).

## **FUERZA UNITIVA DEL AMOR**

El amor genuino lleva a la unidad con el ser querido, en todos los campos, físico afectivo y espiritual. Aún siendo completamente diferentes, somos complementarios. “Somos uno y busco tu bien como el mío; lo que te sucede me afecta, como si me hubiese ocurrido a mí”.

Dos se funden en uno, conservando su propia identidad.

“Este es el síntoma supremo del amor: estar al lado del otro, en un contacto y proximidad profundos”. (Ortega y Gasset)

## **ESTABILIDAD AFECTIVA Y EMOCIONAL DE LA PAREJA**

El amor afecta toda nuestra dinámica física, psíquica y espiritual. Es decir,

compromete todo nuestro ser, cuerpo y alma.

Analicemos, entonces dos puntos:

1. Cómo se constituye el amor en la pareja.
2. Qué fundamentos tenemos que trabajar.

### **1. Cómo se constituye el amor en la pareja.**

Dice Paul E. Charbonneau en su libro “Curso de Preparación para el Matrimonio” que inicialmente una pareja se atrae, existe cierto interés y que por supuesto un sentimiento inicial por el otro, parte del querer al otro. Pero que existen muchos factores que van a formar parte del cimiento sobre el que se contruya esta pareja, de su estructura interior, factores inherentes a nuestra propia existencia tales como:

**A) Dos Psicologías.** El matrimonio es la unión de estas dos psicologías. Hombres y mujeres tenemos dos maneras diferentes de sentir, de actuar, de reaccionar, pero además cada uno tiene su propio temperamento, su propio carácter. Armonizar las psicologías de ambos requiere de todo nuestro esfuerzo, nuestra atención para entender al otro, de nuestra empatía, pero además de una constante comunicación.

**B) Dos Personalidades.** Mi carácter se refuerza con el tiempo, con la educación que recibí y con las circunstancias por las que pasa. Normalmente no existe un proyecto consciente de educación en el dominio de sentimientos, uso de la inteligencia o ejercicio de nuestra voluntad.

**C) Dos Egoísmos.** Me caso para ser feliz o para hacerte feliz. Miremos un poco hacia atrás, los últimos cinco años antes de nuestro matrimonio en los que se da una progresiva independencia. Los hombres empiezan a trabajar, a no ser dependientes económicamente, a establecer sus propios horarios, rutinas, amistades y prioridades, y lo mismo pasa con las mujeres, su tiempo es menos restringido, sus horarios, sus amistades, ya no pide permiso, y en el mejor de los casos, avisa dónde estará; tiene cierta independencia económica, de gustos, elige su look personal, sin influencia de nadie. En resumen empieza a ser independiente. Y qué sucede al casarnos: existe una restricción de horarios, de actividades, incluso de amistades o relaciones familiares. Es como un tráiler que va cuesta abajo a toda velocidad e intenta frenar, la inercia opone resistencia.

### **D) Dos Educaciones diferentes que conviven.**

Si nuestra relación se basa exclusivamente en ese sentimiento inicial, de dos estructuras que coinciden, no va a resistir. ¿Por qué?

1. Puede empezar un proceso de enfrentamiento que nos lleva a tomar una distancia (Charbonneau, lo llama “el abismo disfrazado”); esta distancia nos lleva a una total divergencia, cada cual tiene su vida, sus gustos, sus propias actividades. Nos duele al principio, pero a todo nos acostumbramos, incluso le tomamos gusto.
2. La soledad compartida. Si las circunstancias de vida son divergentes, si de las 24 hrs. del día, pasamos de 12 a 15 horas solos, nos va a costar establecer una

relación humana real con nuestra pareja. El hombre por un lado está acostumbrado a tratar relaciones mercantiles, transaccionales, proyectando una relación más de “función” con la pareja, sin llegar a la esencia de la persona. La mujer por su lado, vive en un mundo de niños, sus diálogos son en este sentido, con niños y en el mejor de los casos, con las amigas sobre niños y de algún otro tema poco trascendente. Su desarrollo mental en la etapa de crianza se encuentra en estado latente, frenado por sus propias circunstancias. Cuántas veces tenemos la necesidad de hablar con adultos de lo que pasa en el mundo sin que ello aporte en muchas ocasiones oportunidades para un verdadero desarrollo personal. Se vuelve una relación marcada por la superficialidad. No hay un diálogo real, o la televisión suple este estar y platicar contigo.

## **2. Qué fundamentos tenemos que trabajar.**

Vimos que la estructura personal y vital es complicada. ¿Cómo salir de ello? Nuestro compromiso debe ser real, libre, que genere esperanza, exigencia, sacrificio, alegría y finalmente paz y para ello hay que preguntarnos, ¿qué es entonces el amor?

El amor va más allá de un “me gustas, siento lindo a tu lado, me atraes, te deseo”. En mí debe existir la decisión de poner mi vida en tu vida para ser una sola cosa, sacrificando lo necesario. El amor no necesariamente implica placer, que lo digan si no las mamás que despiertan 3 o 4 veces por la noche a dar de comer o cuidar a un hijo enfermo, no podemos hablar de que sea un gozo que nos produzca placer inmediato, sin embargo, lo hacemos por amor y a la larga este produce muchas satisfacciones.

Eso, aunado al tipo de “amor” que nos ofrecen los medios, ya no digamos de felicidad cimentada en el placer, sino también en los modelos físicos que se nos presentan, belleza física de él y ella que generan expectativas en el inconsciente, el músculo marcado, el pelo precioso, la figura perfecta, no son el amor.

Dónde está entonces la base del amor, ¿qué significa el “te quiero”?

El amor es una decisión, es un acto de voluntad, lo que podemos llamar Ley de la Convergencia: para salvar el amor es necesario que la pareja se imponga por encima de las divergencias, que se vuelvan uno al otro, aceptar la unidad, rechazando el alejamiento.

Porque cada momento de nuestra vida es una decisión. Elegir es renunciar. Qué prefiero, clavarme en el trabajo o salir temprano para ver a mi familia. Salir con mis amigos o dedicarle esta noche a mi esposa. Llegar a ver la televisión o sentarnos a platicar.

El cómo estableces el amor, dónde y cómo lo manejas, éstas deberían ser las interrogantes que nos hiciéramos día a día y la respuesta se encuentra en nuestra propia esencia. El ser humano tiene tres dimensiones: física, psicológica y espiritual.

Una relación no puede cimentarse en lo físico, el físico se deteriora, esto es obvio, pero también lo psicológico empieza a fracturarse, disminuye la tolerancia hacia

esos “ pequeños defectos” y hábitos. Los conflictos van dejando pequeños surcos en nuestra afectividad. Entonces podemos decir que la esencia radica en esa dimensión espiritual.

Para permanecer para siempre, el cimiento de nuestra familia se debe encontrar en esa estructura espiritual que se manifiesta en la afectividad, en nuestra sexualidad, en la formación de nuestros hijos

Es el cimiento, el espiritual, el que sostendrá el edificio que estamos construyendo hoy en nuestra familia. Una vez puesta la cimentación podremos construir habitaciones, decorarlas, planear ventanas que dejen entrar la luz y que nos dejen ver al exterior, puertas para recibir y para salir de nosotros a los demás.

Visita nuestra comunidad [Familias Católicas](#) de Catholic.net

Te invito a suscribirte a nuestros servicios y novedades directamente a tu correo electrónico [aquí](#)

Si tienes alguna duda puedes escribir a nuestro servicio de consultores [aquí](#)