

***EL AMOR UNA ALTERNATIVA PARA EL CRECIMIENTO
PSICO – SOCIAL DE LA FAMILIA EN EL NUEVO MILENIO***

*RAFAEL DORADO ASSIA
DEICYS VILLADIEGO DOMINGUEZ*

*UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
INSTITUTO DE INVESTIGACION Y EDUCACION CONTINUA
DIPLOMADO EN FAMILIA
BARRANQUILLA
1999*

***EL AMOR UNA ALTERNATIVA PARA EL CRECIMIENTO
PSICO – SOCIAL DE LA FAMILIA EN EL NUEVO MILENIO***

*RAFAEL DORADO ASSIA
DEICYS VILLADIEGO DOMINGUEZ*

*Ensayo presentado como requisito para optar el título de
ABOGADO
TRABAJADOR SOCIAL*

*UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
INSTITUTO DE INVESTIGACION Y EDUCACION CONTINUA
DIPLOMADO EN FAMILIA
BARRANQUILLA
1999*

***Si en tu corazón hay amor, deja abiertas las puertas para que la llama que
tienes encendida ilumine todos los que pasen por ahí...***

Con mucho cariño

Deicys Villadiego

CONTENIDO

	<i>Págs</i>
<i>INTRODUCCION</i>	
<i>1. EL AMOR</i>	<i>3</i>
<i>2. EL AMOR A SI MISMO</i>	<i>6</i>
<i>3. AMOR ENTRE PADRE E HIJOS</i>	<i>8</i>
<i>4. AMOR DE PAREJA</i>	<i>12</i>
<i>CONCLUSION</i>	
<i>BIBLIOGRAFIA</i>	

INTRODUCCION

Cada vez es más difícil amar. Precisamente cuando el mundo carece de amor, y cuando el amor podría ser la solución de los problemas de la humanidad.

La gran crisis de las familias es una crisis de amor, infidelidad, traiciones, agresiones, separaciones disfrazadas, desquites, divorcios, divisiones e incomprensiones entre padres e hijos.

Nos movemos en un mundo fascinante, pero al mismo tiempo aterrador. Fascinante si miramos el progreso científico y tecnológico. Aterrador, si dirigimos nuestra mirada a la situación del hombre. Las guerras por intereses económicos, el hambre, el terrible fantasma de la drogadicción, la inmoralidad y la violencia que invaden los hogares, las increíbles leyes para destruir lo que hay de más agrado, la vida.

El hombre se lanza desenfrenadamente al placer: nos encontramos ante una sociedad erotizada. Los medios de comunicación social nos gritan todos los días que el sexo se ha hecho para el placer, la aventura y la diversión (sexo sin compromiso), el placer del poder, el placer de la vanidad, el placer de la automentira, el placer de hacer sufrir al otro y el placer de la destrucción de los valores humanos.

El hombre busca desenfrenadamente la felicidad en donde no la encuentra. Su desenfreno es síntoma de que el hombre se siente infeliz, infeliz porque no tiene amor, porque no ama en profundidad; porque no se siente amado ni ve ni vive el amor como resorte principal de su vida.

En esta situación los corazones quedan cada vez más fríos y heridos por la falta de amor en la familia, en la escuela, en la iglesia, en la sociedad, en el mundo, heridas por tantos y tan graves violencias contra su ser, contra sus ideales, contra su necesidad de amor y ser amado, contra sus derechos más naturales y fundamentales.

El amor enciende los corazones fríos y cura los corazones heridos. Además, esta fue y sigue siendo la misión de Jesús: “Amaos los unos a los otros como Yo, os he amado”. Quien no ama no conoce a Dios, porque Dios es amor (1 Jn 4, 7 – 8).

Por ello el propósito de este ensayo es presentar un análisis del amor. Las apreciaciones (aquí) expuestas brindaran a personas, parejas matrimoniales y familias, unas orientaciones para una mejor convivencia.

1. EL AMOR

El amor es un estado de sensibilidad que te capacita para abrirte a todas las personas y a la vida.

El amor es la primera reacción de mi sentimiento y de mi voluntad que me complazco en el bien.

*Es un proceso de mejora personal en relación con el binomio dar – recibir.
El amor implica el darse y hacer una relación interpersonal.*

El amor verdadero es algo no personal. El verdadero amor crea; es dinámico, creativo, no es monótono, el amor busca nuevos caminos para que el ser humano tenga una mejor estabilidad en sus relaciones afectivas, pues se ama cuando el yo programado no existe ya.

El esforzarse por ver a la otra persona tal como es, de comprenderla y aceptarla tal cual es, sin excluir que tenga preferencias, yo prefiero la relación con personas determinadas porque esa relación es más gozosa, pero esa preferencia ha de dejarme libre para gozar con la amistad de los demás.

El amor es libre y gratuito.

“Te amo, te quiero, te necesito, no puede vivir sin ti”: Me agarro de ti porque me llenas mi necesidad y mi apego, es egoísmo. El amor existe aunque no haya nadie allí. Cuando nos aceptamos a nosotros mismo.

Para amar a las personas has de abandonar la necesidad de ellas y de su aprobación. Te basta con tu aceptación. Ver claramente la verdad sin engaños.

El yo es un impedimento para amar. Cuando eliges o compras o pides compensaciones, es porque necesitas a esa persona para amarte a tí mismo. Cuando desaparecen los recuerdos, los prejuicios y las visiones subjetivas, entonces ya surge el amor que fluye desde donde es.

Aceptar a las personas que todo el mundo rechaza, y no porque no veas sus fallos, sino precisamente porque los vez como realmente son de donde proceden y cómo se parecen a los tuyos, que ya tienes aceptados. Aceptas también no tener razón, escuchando las razones de los demás con interés y sobre todo sabes responder al odio con amor, no porque te esfuerces en ello, sino como milagro de la comprensión del amor verdadero que ve a la persona tal cual es.

Nadie es mejor ni peor que tú. Es posible que el otro haya obrado mal en determinadas circunstancias, y tu no, pero habrá sido por su programación, o por miedo a comportarse así.

Cuando amas de verdad a una persona, ese amor despierta el amor a tu alrededor. Te sensibiliza para amar y comienzas a descubrir tu belleza interior.

El amor humano o interpersonal es el amor complementario de persona o persona que se quiere en actitud de servicio, manifestada en detalles y de la que se espera correspondencia.

El amor de Dios es incondicional, el nos ama y nos acepta con nuestros defecto, tal cual como somos. Por eso el es, el único y perfecto amor.

En la palabra de Dios, en 1 corintios 13, 4 – 7 nos enseña lo que es amor: Dice que tener amor es saber soportar, es ser bondadoso, es no tener envidia, ni ser presumido, ni orgulloso, ni grosero, ni egoísta; es no enojarse ni guardar rencor, es no alegrarse de las injusticias, sino de la verdad. Tener amor es sufrirlo todo, creerlo todo, esperarlo todo, soportarlo todo.

2. AMOR A SI MISMO

Conquista tu amor propio ocupándote en conocerte a fondo, aceptándote tal como eres, valorando equitativamente y haciendo todo por progresar integralmente porque no fuiste creado en serie. Dios nos creo como un ser singular y no como copia de otro.

Por el amor nos aceptamos siendo diferentes y nos invitamos a ser originales, y a mantener las peculiaridades y a evitar ser copia de otro por perfecto que sea o que nos parezca; porque el amor nos impulsa a mejorar cada día.

Esto supone entrar dentro de si mismo y contemplar todos los elementos que integran el propio yo. Sobre todo, si se trata de conocer el mundo interior: las ideas, opiniones y convicciones, los sentimientos que afloran, las manifestaciones del carácter y temperamento, la escala de valores, los ideales que inspiran nuestras opciones y actos.

Aquí juega un papel importantísimo la autoestima. La autoestima es la aceptación incondicional de ti mismo, sin juicio destructivo alguno. Ella te permite optar por los sentimientos más humanos, amigables y confiables hacia ti mismo y te ayuda a sortear óptimamente cualquier circunstancia.

La persona que no se autoconoce se engaña de dos maneras: teniendo una autoimagen negativa o aparentando una autoimagen "idealizada" que no corresponde a la realidad.

Quien tiene una autoimagen negativa tendrá sentimientos de inferioridad; y quien tiene una autoimagen "idealizada", manifestará sentimientos de superioridad.

Una persona con deficiente autoestima manifestara constantemente inseguridad e indecisión, sentimientos de incapacidad e impotencia y miedo a equivocarse.

Amarse a si mismo significa que soy sincero con mis sentimientos, que renuncio a las expectativas de ser perfecto.

3. AMOR ENTRE PADRE E HIJOS

La familia es tan importante para la civilización del amor, por la cercanía e intensidad de los vínculos que se instauran en ella, entre las personas y las generaciones.

El amor es un compromiso que se constituye cada día, es entrega y sacrificio.

Hay que decir que la esencia y el contenido de la familia son definidos en última instancia por el amor, como reflejo vivo y participación real del amor de Dios. El primordial y decisivo patrimonio que los padres pueden dejar a sus hijos es el patrimonio espiritual, y humano. Es el que permanece cuando todo lo demás se acaba. Los padres son los primeros y únicos responsables en crear un hogar cálido, armonioso, en donde reine el diálogo, la paz, la confianza, la libertad y dando a sus hijos respuesta a sus interrogantes emocionales y espirituales, es donde los hijos crecen con alegría y seguridad.

Los padres para educar a sus hijos en el amor deben tener claro y firme los conceptos de libertad, responsabilidad y diálogo.

- Libertad: *Es la capacidad de decidir y deducir, de pensar y actuar. Nos atamos voluntariamente llenándonos de pesadas cadenas, y luego nos quejamos de no ser libres. Para educar en la libertad debe desprender al*

niño, el adolescente de las ataduras, y dependencias que le impiden ser el mismo. Sólo, lo que nace y se decide desde adentro es autentico y te hace libre.

- **Responsabilidad:** *Es ser consciente de nuestro actos de lo que hacemos o de lo que decimos. Se aprende a ser responsable asumiendo responsabilidad paulatinamente, no hacer las cosas que los hijos deben y pueden hacer.*
- **Dialogo:** *Es la comunicación entre los miembros de la familia, en la que se expresa sus pensamientos, acciones y sentimientos bajo un clima de confianza, paz, libertad y se viva la armonía de la familia.*

Los padres deben poner a los hijos en conocimiento del dolor de la sociedad. Todos según la edad necesitamos ver la pobreza de nuestro mundo, para que seamos más sensibles, menos exigentes y más solidarios.

La celebración de etapas y acontecimientos en la vida de nuestros hijos; son las ocasiones puntuales donde el afecto de los padres se hace más visible; no sólo a cumpleaños, primera comunión, etc, sino asistir a una competencia deportiva, una presentación en el colegio; es darle importancia a sus esfuerzos.

Los padres deben compaginar la ternura y la autoridad. La falta de presencia física, comprensible, en muchos casos, hace confundir la ternura y aplicar mal la autoridad.

Los hijos deben recibir suficiente amor para no tener que hacerse notar, valiéndose del mal comportamiento.

Un niño que se ve rechazado, desarrolla en si únicamente miedo y angustia con relación a los demás porque al no proporcionarle el hogar ningún motivo de alegría y placer, se encerrará en si mismo.

Los padres deben hablar con sus hijos, escucharlos comprenderlos y a la vez hacerles participar en los intereses familiares desde la infancia.

Además, el niño que se siente apreciado, desarrolla normalmente su inteligencia. El amor para con los hijos solamente se conserva, crece y florece "amando" si el amor falla, el hijo saldrá frustrado física y psicológicamente.

Los sicólogos afirman que el estado feliz o infeliz, tranquilo o desesperado, , etc, en que se encuentra la madre que encierra en sus entrañas el fruto, que se va gestando influye decididamente en él. Añaden también que, cuando una vez nacido el niño, la madre le va a dar su propio alimento, si esa se encuentra nerviosa, disgustada o de mal humor, el niño rechaza la oferta materna. Esto nos indica que el niño capta ese desamor, esa angustia en que se encuentra su madre y este estado de ánimo dejará honda huella en sus sentimientos. Un hombre frustrado, suele tener como causa la mala formación de la afectividad.

Los padres conducen a sus hijos hacia el amor cuando se empeñan en lograr su misión de despertar personas capaces de vivir y comprometerse por si mismo.

Para una mejor relación entre padres –hijos requiere que los padres actualicen y adquieran conocimientos, a fin de conocer las necesidades correspondientes a las varias etapas del desarrollo de los hijos, a través de la asistencia a la escuela de padres o buscando un centro de asesorías de familia y sobre todo siendo amigos de sus hijos.

4. AMOR DE PAREJA

El proyecto del Dios de la vida y del amor, encuentra una significativa expresión en la unión por amor entre el hombre y la mujer para participar del don de la vida.

En Génesis 3 – 24 la Palabra de Dios Dice: Por eso deja el hombre a su padre y a su madre para unirse a su mujer por amor, lo que indica que debe buscar esa unidad despojándose de todo orgullo y caprichos. Para aceptarse sin mascarar, con sinceridad, comprendiendo sus carencias y limitaciones; donde puedan intercambiar opiniones, sentimientos, actitudes, valores y hasta decepciones, con el fin de compartir la vida, apoyarse y levantarse mutuamente.

- 1. **El amor exige libertad madura**, es decir capacidad de discernimiento para buscarle a los problemas la solución, encontrar entre varias alternativas la que sea realmente adecuada para la realización personal y de la pareja.*

El amor en la pareja es:

- Una relación entre seres libres.*
- Una comunión de dos Yo individuales y diferentes.*
- Una relación de amistad y compañerismo.*

2. El amor desarrolla la individualidad.

El amor hace a los amantes una doble exigencia:

- *Tener o estar en proceso serio de definir la propia individualidad psicológica y sexual.*
- *Tener una conciencia de la identidad del otro sexo.*

La conciencia de la propia individualidad, o identidad, conlleva a la conciencia asimilada de valores sexuales propios de cada sexo.

Aceptarse como hombre y mujer y tener un correcto conocimiento de la identidad del otro sexo, para dejarse complementar por él, sin excesos y sin anhelo de absorber.

La individualidad exige la aceptación de intereses, opiniones y actuaciones diversas. Habrá que aprender a soportar las tensiones provocadas por estas diferencias.

Cuando se posee la libertad de no estar siempre absolutamente conforme con el compañero, los conflictos del amor y de la convivencia entre dos individualidades, no asumirán un carácter destructivo y hasta puede ser que no lleguen a presentarse.

3. Amor es compañerismo en igualdad.

El compañerismo es llegar a la comunidad de dos que se consideran iguales en valor.

Comunidad es la relación de afirmación y aceptación mutua entre un Yo y un Tú. Es realizar una comunidad que implica el no estar siempre y en todo de acuerdo. La comunidad presupone las diferencias; lo contrario sería predisposición o sumisión.

Amar es amar la persona real, con esa historia, con estos rasgos, con estas cualidades, con estos defectos y fallas que conforman esta persona: "Juana que es mi esposa, o Esteban que es mi esposo".

Un auténtico encuentro en el amor, y una vivencia real del otro, es posible si lo percibimos como es él, amor supone un continuo proceso de desilusión del otro, de decepción de lo que yo esperaba del otro y que no me da o no me proporciona. Sólo así nos adecuamos, a la realidad. Este proceso de "desmitificación" comporta dolor a la vez que nos muestra que el ideal no se puede nunca exigir como forma de felicidad.

"Yo no se por qué que mi marido ha cambiado tanto, con relación a lo que fue de novio".

No es que haya cambiado, sino que ha emergido el yo real, que se contrapone al Yo ideal.

Y es con este Yo real, con el que me casé, no con el Yo ideal que me forje.

4. El amor exige autenticidad y congruencia.

Para amar es necesario mostrarse tal como es cada uno. Es necesario botar las mascararas; esto es muy difícil hoy. No es que siempre se quiera fingir a conciencia, porque yo puedo tener una conciencia errada de mi mismo, y está es la que proyecto.

Amar, quiere decir, dejarse percibir tal como uno es despertar el amor en todos sus aspectos es uno de los grandes retos de los esposos y una señal de que van madurando espiritualmente, afectiva y sexualmente en el Centro de sus vidas.

Pero es necesario saber querer, saber expresar el amor, una caricia, un regalo, una llamada telefónica, oportuna; una palabra de estímulo, de disculpa, de perdón; la fecha del cumpleaños o aniversario de boda; cualquier atención amable con la familia del cónyuge; y otras manifestaciones pequeñas, sin importancia en si mismo, pero llenos de cordialidad, son formas apropiadas para profundizar en ese amor y esa unidad de tanta transcendencia en la vida diaria de los enamorados.

Un aspecto se puede destacar: la delicadeza en el trato. No pocos esposos afirman que su felicidad matrimonial radica precisamente en este punto. Delicadeza en un hondo respeto, casi veneración que debe mostrarse a cada instante; es esmero; es cuidado, es cortesía sin servilismo; una atención, diligente en las relaciones mutuas. Es penetración de espíritu, sensibilidad,

confianza y sencillez, ánimo de servicio, sin oficiosidad; pudor y modestia, sin mojigatería.... En una palabra la delicadeza en el trato mutuo supone atención, miramiento, finura en obras y en palabras.

Manifestaciones de esta delicadeza serán, por ejemplo: sugerir, en lugar de mandar, invitar, en lugar de obligar, saber escuchar con atención e interés, sonreír, aún en ocasiones difíciles, no darse por enterado ante una situación o hecho que pueda producir confusión, No echar en cara los defectos del otro, respetar las opiniones, evitar las indirectas, no elevar la voz destempladamente, evitar toda grosería en las expresiones, respetar el pudor del cónyuge, especialmente en el de la mujer, no exhibir el uso de matrimonio en ocasiones que puedan resultar inoportunas: cansancio, enfermedad, no omitir pequeñas atenciones que agradan, prodigar ternuras y caricias oportunas, saber cuando se debe callar, o cuando el silencio puede resultar antipático. El amor hay que cuidarlo, comparativamente hablando, con el interés de un buen jardinero que mantiene en perfecto estado y esplendor el mejor de sus rosales.

Siendo esa vida familiar la armonía de cuatro elementos en el amor: físico, emocional, espiritual y sobrenatural, saber los cónyuges que cualquier falta en uno de estos aspectos puede desequilibrar las relaciones afectivas.

■

CONCLUSION

En nuestros días se habla mucho del amor. Es una de esas palabras vibrantes, difíciles de definir. Sin embargo, nuestro análisis nos ha conducido a ver allí más claro.

Vulgarmente podríamos decir que el amor esclaviza, pero es la única esclavitud que gratifica, personaliza y transmite felicidad.

El amor es un arte. En todo arte éstos son los tres pasos necesarios para aprenderlo: dominio de la teoría, dominio de la práctica y considerarlo fundamental en la vida.

El amor es compartir: es dejar las diferencias, antagonismos, mascararas, ideologías, complejos, heridas, creencias y nos fundimos en el mandato de "amarnos los unos a los otros".

"Compartir" es la llave hermosa que nos permite actuar y ser como los niños, espontáneos, libres, cristalinos, sin complicaciones, abiertos: "Dejen que los niños vengan a mí". La prueba más grandes de amor nos la ha dado Dios, a través de su hijo Jesucristo quien se entregó a la muerte para salvarnos y redimirnos del pecado.

Los cónyuges deben ser forjadores del verdadero amor, sin condiciones, familias estimuladoras, cariñosas y apoyadoras, donde se aprenda a odiar el mal aunque se ame a quien lo cometió.

Hemos concluido este documento en el que hemos considerado pautas; las que nos han hecho pensar que estas ayudarán a entender lo que es el amor y la necesidad tan imperiosa que tenemos de amar y de sentirnos verdaderamente amados y comprendidos.

Por eso el amor es en definitiva el paraíso que siempre anhelamos plena y totalmente.

El hombre y la mujer encontraran su plena realización en saber amar y ser amados. Igualmente, sucede con los hijos frutos de esa unión, que necesitan ternura, alegría, entusiasmo en el hogar donde se irán despertando.

También, respecto a ellos, el primer deber de los padres es quererse, permanecer unidos, porque el amor es acercamiento, compenetración y un mandato de Dios.

Culminado con el ensayo le sugerimos a quien tenga la oportunidad e leer este documento que asuma una actitud de cambio en busca de la felicidad.

Tener bien claro lo esencial que es el amor en el crecimiento personal del ser humano.

Que de una u otra forma es imprescindible en la existencia humana. Radicado principalmente en el fortalecimiento de la unidad familiar en un mundo tan complejo y difícil de andar.