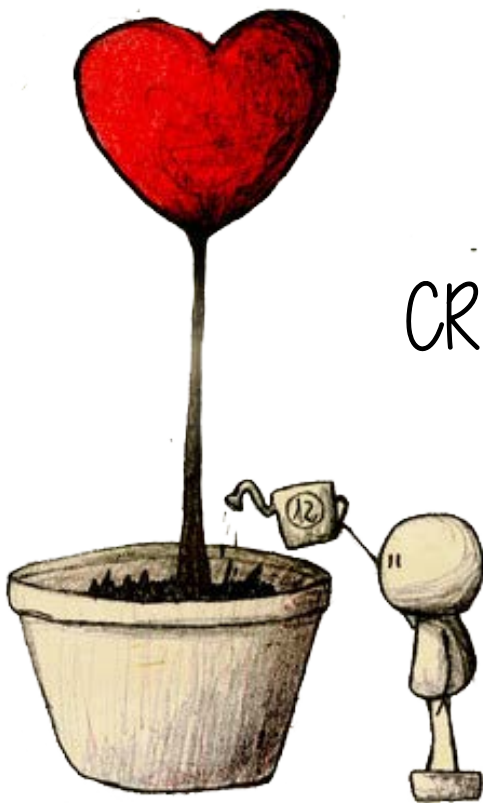


Encuentro APJ

La alegría del amor



CRECIENDO EN
EL AMOR

Basado en un artículo de Pablo Guerrero SJ

Cuando hablamos del amor hablamos de ternura. Amar a alguien no es tan sólo un sentimiento poderoso, es también una decisión, un juicio, una promesa, una tarea. Es una actividad, no un afecto pasivo. El amor no es un punto de llegada, no es un lugar de reposo, es un "taller", es movimiento, es aventura, es crecimiento. Es trabajo compartido. El amor nos expone a recibir heridas; nuestro corazón se encuentra a la intemperie. En toda experiencia de amor va a existir una renuncia. Si nos educamos y educamos a otros para el amor, nos vamos a hacer un poco más vulnerables, pero a la vez más humanos.

El amor es un poder que produce lo mismo: amor. El amor me hace persona. El amor es arte y como tal requiere disciplina, concentración, paciencia, preocupación por el dominio del arte, práctica de la fe. Amar es también sentir nuestra limitación y nuestra impotencia. El verdadero amor tiende siempre a darse. Es educación activa. O, dicho de otra forma, el amor termina siempre en obras.

- Durante unos instantes, párate a tomar conciencia de cómo ha sido el amor en las relaciones de pareja (o en lo más parecido que hayas vivido) qué has ido viviendo a lo largo de tu vida: alegrías, heridas, desencuentros, crecimientos, rupturas... y de cuál es el peso tanto negativo como positivo que eso ha dejado en ti.

- El primer párrafo de este documento ha presentado el amor como "trabajo", como "crecimiento", como "taller", en definitiva, como un proceso... Todo lo que no sea eso, puede dañar la maduración de la dimensión afectiva de nuestra vida. Es, por ejemplo, el caso de pretender llevar un estilo de vida en el que el amor forma parte del ocio nocturno al mismo nivel que el alcohol u otras cosas: "está noche no paro hasta pillar algo" "hoy triunfo"...

¿Has vivido alguna vez de esta manera? ¿Qué sientes o piensas ante la perspectiva de vivir así?

ESCUELA DE SENTIMIENTOS

Mirando a nuestra sociedad, es evidente que no estamos tan liberados como creemos, no todo da lo mismo. Las relaciones de pareja no son como las presenta la literatura. La igualdad y la

gratuidad no son tan frecuentes. Todavía no somos suficientemente conscientes de nuestros sentimientos. Y aún hay mucho sufrimiento encubierto en nuestras relaciones amorosas sean del tipo que sean (de pareja, paterno-filiales, familiares, comunitarias, amistosas, etc.).

Creo que nos vamos "maleducando". Confundimos, echamos culpas... y la culpa siempre está fuera (el gobierno, mi jefe, mi pareja). Nos vamos educando en una autoestima egocéntrica que es, potencialmente, muy peligrosa, porque hace hincapié sólo en el "YO". Confundimos demasiado a menudo valorarnos con creernos el ombligo del mundo y con que el mundo nos deba algo. Confundimos demasiado a menudo asertividad con mala educación. Confundimos demasiado cuidarnos y calidad de

Mirando tu historia de amor en tus relaciones de pareja, de la que acabas de tomar conciencia... ¿qué actitudes o formas de ser tuyas reconoces que tienes que cuidar para no hacer ni hacerte daño en una relación?
¿En qué momentos te sientes especialmente débil porque sufres o haces sufrir?

Educar para el amor significa compartir todo lo humano que hay en nosotros, no sólo nuestras certezas, sino también nuestras dudas... Necesitamos pasar por una auténtica escuela de los afectos donde aprendamos a "nombrar" nuestros sentimientos, a ser conscientes de ellos.

Cuando lo que funciona es el amor auténtico, comienza por su cuenta una terapia de la que salen fortalecidos valores importantes y de la que saltan en pedazos otros antivalores que engrosaban la lista negra que todos conocemos: ambición, miedo, egoísmo, mentira, incomunicación, abandono, "fiscalización", desconfianza, frialdad, violencia, intolerancia, deslealtades, engaños, prepotencia, rencor, infantilismo...

Educar para el amor es educar la fortaleza. Hay un tipo de fortaleza que hace lo que debe hacerse no por ser fácil o emocio-

nante, sino sencillamente porque merece la pena. Y yo le llamaría fortaleza al amor. No hay ninguna razón (que nos humanice, claro está) para compartir el dolor más que el amor. El dolor no puede ser “abrazado” más que llenándolo de amor. Él es el fuerte.

Educación para el amor es también educación en un amor solidario: con la vida, con la naturaleza, con la humanidad, con nuestra pareja, con nuestros hijos, con nuestros mayores... Educación en una autoestima ni egocéntrica ni narcisista (tan en boga en ciertos ambientes) sino cósmica y –ya lo hemos dicho- solidaria. Nuestro bienestar no puede ser recibido pacíficamente si coincide o incluso se funda en el malestar e infortunio de cientos de millones de seres humanos.

Vuelve sobre tu propia experiencia, hazte muy consciente de cuáles son tus sentimientos y pregúntate:

¿Habría alguien a quien tuvieras que pedir perdón? ¿Por qué?

¿A quién tendrías tú que perdonar?

¿Tendrías que perdonarte (tú a ti mismo) por algo?

EDUCAR ¿PARA QUÉ AMOR?

Si tuviera que centrarme en dos o tres características y frutos del amor serían los siguientes: **Educación para y en la lucidez, para y en la actitud de generosidad, para y en el agradecimiento.** Educación a personas lúcidas, no resabiadas. Generosas, no egoístas. Agradecidos, no serviles y autosuficientes. Sin duda hay más mimbres, pero...

“*No se ve bien sino con el corazón*” (Lucidez). El verdadero amor sabe mirar. Presupone y, a la vez, facilita **una pedagogía de la mirada**. De una mirada que se transforma en respeto. En querer lo mejor para el otro. **Esa lucidez sincera se convierte en terapia contra la ingenuidad y la amargura.** Necesitamos distinguir fantasía de realidad. Educación para reconocer y acep-

tar nuestra limitación, ... Porque no todo es amor, no todo es salir de uno. Como decía Florencio Segura, un peligro de la lucidez es caer en la amargura. **La "gracia" de la lucidez es la aceptación.** No todo es jauja, no tenemos derecho a todo; el amor respeta, no salta etapas, comprende y acaricia con la mirada. Arroja luz sobre nuestra vida y nuestra realidad. Lucidez para llamar a las cosas por su nombre. **Ser consciente de los sentimientos que se producen en nuestro interior y de los sentimientos que estamos provocando en otros.**

¿Te cuesta poner nombre a tus sentimientos y reconocerte en ellos, sean nobles o no?

¿A qué o quienes recurres cuando vives momentos de sufrimiento?

¿Eres capaz de abrir esta dimensión de tu vida a Dios, dejando que su Palabra sea algo importante a la hora de tomar decisiones?

"El tiempo que perdiste por tu rosa hace que tu rosa sea importante" (Generosidad). El verdadero amor siempre tiende a darse, es activo. Presupone y, a la vez, facilita **una pedagogía de la justicia**. Esa generosidad, esa bondad se convierte en terapia contra el derroche y la cicatería. **El amor termina en obra, en hecho, en detalle cotidiano, pequeño, casi insignificante...** Y es que educar en el valor de lo pequeño también es educar para el amor. Obras son amores... **Hay que poner el amor más en las obras que en las palabras...** Es fecundo, es eficaz. **Hace no que demos cosas, sino que NOS demos. El amor busca el bien del otro, de lo amado...** El amor no da, SE da... en tiempo, en energías, en ganas, en vida... Pone al otro en primer lugar sin quitarnos valor a nosotros mismos. Nos hace valiosos... Es también aventura, riesgo, no calcular demasiado. **Y es esfuerzo.** Lo contrario sería caer en lo que Gandhi llamaba la "riqueza sin trabajo" o el "placer sin conciencia".

"Si vienes, por ejemplo, a las cuatro de la tarde, comenzaré a ser feliz desde las tres" (Agradecimiento). Cuando una persona nos ama, no podemos más que sentir agradecimiento. Presupone y, a la vez, facilita **una pedagogía de la humildad**. El amor muestra atención, sincero agradecimiento. El **agradecimiento y la humildad se convierten en terapia contra la autosuficiencia, la soberbia, la mala gana y la indiferencia, la queja permanente... Amar es aprender a sentirnos agradecidos por ser amados**. Porque en eso no tenemos nosotros la iniciativa. **Somos amados porque otro nos ama**.

En esta parte del retiro, te proponemos tres pedagogías para crecer en el amor de pareja: Mirada; Justicia; Humildad:

a. Léelas cada una con atención.

b. Confróntalas con tu propia vida y con la Palabra (Mt 7, 24-27; Jn 15, 13-15; Ct 4, 9-12)

c. Elabora un sencillo plan de vida para crecer en un amor más auténtico desde esas tres pedagogías: señala objetivo que pretendes alcanzar, medios para hacerlo.

También puedes elegir una de ellas y centrarte en esa, si consideras que es en la que más necesitas crecer.



pjbética
CLARETIANOS