
EL PRIMER CABALLERO 4ºESO

FASE 8. Escudero El Regalo del Amor

Reto 2: documento para reflexión

Diferencia entre amor y enamoramiento.

“Comenzamos a amar cuando dejamos de estar enamorados.”-Erich From

El amor de pareja suele desarrollarse a través de dos fases bien diferenciadas. La primera es el enamoramiento. Todo es perfecto en esta fase, no existe persona con la que seamos más afín, que nuestra pareja y nuestro único interés es amarla y que nos ame de regreso. La segunda fase es el amor, que es lo que empezamos a sentir cuando termina la locura del enamoramiento. Sin embargo, no todas las relaciones llegan al amor y no todas las que llegan, necesariamente estuvieron enamoradas.

El enamoramiento apasionado tiene una duración breve. Utilizamos a nuestra pareja como una pantalla en blanco donde proyectamos todo lo que queremos ver. Nos sentimos entusiasmados y en nuestro cerebro se bloquea la lógica y la razón. Es cuando creemos haber encontrado a nuestra alma gemela, a nuestra media naranja. Pero todo se acaba y, cuando dejamos de fantasear con los infinitos atributos de nuestra pareja, es cuando nos enfrentamos con la realidad y nos comienzan a irritar cosas de ella, de su personalidad, de lo que hace y deja de hacer. Comenzamos a sentir que la chispa se apaga y que la persona que veíamos perfecta, tiene más defectos de los que imaginábamos. Entonces, una de dos: o damos la relación por terminada, o comienza la segunda fase que denominamos como amor. Ahora ya hemos empezado a conocer a la persona real, tal cual es, y no el sueño idealizado que nos habíamos creado de ella. Todos nos hemos quejado de haber juzgado erróneamente a nuestra pareja durante el enamoramiento. ¿Cuántas veces no hemos escuchado “todo mundo me decía que era esto o lo otro y yo nunca pude verlo”? Es importante liberarnos de la culpa que esto conlleva y entender que, si no pudimos ver los defectos de nuestra pareja en un principio, fue porque la química que ocurría en nuestro cuerpo actuaba como venda en los ojos. Dejamos de tener una pareja perfecta y comienza a ser un mejor amigo o amiga a quien amamos, un testigo de nuestra vida, con quien compartimos nuestros proyectos de futuro juntos. El estar enamorados (verbo pasivo, estático) fue una experiencia única basada en sentimientos y emociones, pero el amar (verbo activo, dinámico) es una forma de vida, en la que se tiene que trabajar día a día para conservar el respeto, la confianza, el romanticismo, la comunicación, **BASADOS EN EL CONOCIMIENTO Y ACEPTACIÓN MUTUOS**. Me gusta mucho la frase de Jorge Bucay (psicoterapeuta argentino), “Enamorarse es amar las coincidencias y amar es enamorarse de las diferencias”. Lo que es importante considerar en este momento, que tan dispuestos estamos a aceptar

estas diferencias y pensar si en verdad podríamos trabajar en la relación para que funcione. Nadie debería tomar la decisión de casarse antes de que haya pasado la fase de enamoramiento y desenamoramiento. Para eso está el noviazgo, para probar el amor y que no haya fraudes y engaños. Para casarse hay que haber entrado en la fase del amor auténtico donde

YA NO PRIMA LO QUE SIENTO POR EL OTRO, SINO LO QUE QUIERO HACER CON EL OTRO.