

Reflexiones sobre el amor y la amistad, en la actualidad

Jorge A. Oriza Vargas © 457-2020

“El amor no es una *app*...”

Así es; aunque creo que les gustaría que así fuese -tenerlo en su *smartphone*- a algunos jóvenes individuos, hoy que todo se concentra en las tecnologías de los celulares y que la comunicación en las parejas, es en un alto porcentaje mediante *whatsapp* y otras redes sociales. Pues bien, aunque así parezca, vale la pena reflexionar, redefinir, recordar, lo que entendemos por amor y también por amistad. Porque en esta época, en la cual el ambiente socioeconómico globalizado, parece convertir a los individuos en personas egocentristas, hedonistas, alimentadas por un intenso consumismo; es cuando vemos que el amor ya no aparece, ya no tiene cabida o ya no se le encuentra ni tiempo ni espacio en nuestras vidas y si acaso, se insiste en que es suficiente orientarlo a nosotros mismos. Pues ahora parece ser más importante amarnos a nosotros mismos, que a los demás seres humanos.

Por eso, los invito a reflexionar en estos hermosos sentimientos, o conjunto de sentimientos¹, que nos distinguen como seres humanos y nos diferencian de las demás especies del planeta. Por lo tanto, les compartiré a continuación algunas ideas sobre el amor y la amistad.

- El amor y la amistad se forman en su esencia, por uno o varios sentimientos; es decir, se sienten, como procesos psicoafectivos, desde el sujeto que ama, hacia el “objeto” de su amor o de su amistad; tienen sujeto y objeto, o destinatario, que desde mi punto de vista, no sería lógico que fuese uno mismo, como lo vemos en las siguientes definiciones.
- Fromm² nos aporta la siguiente definición: *"Amar es un arte. Amar no es un efecto pasivo; es un estar continuado; puede describirse el carácter activo del amor, afirmando que amar es fundamentalmente dar, no recibir. El amor es la preocupación activa por la vida y el crecimiento de quien amamos. Amar significa comprometerse sin garantías, entregarse totalmente con la esperanza de producir amor en la persona amada"*. Como se ve en esta definición, el amor es racional, tiene que ver con nuestros valores³, con nuestra capacidad de compromiso y de decidir de manera inteligente; no solo está limitado a las sensaciones biológicas o físicas, hacia donde suele limitarse su idea. El amor como se ve, es más amplio, y por ello, puede entenderse entre padres e hijos, entre familiares, o con la visión religiosa, al prójimo.

¹ Recordar que emociones y sentimientos, son diferentes, aunque con frecuencia se mencionan como similares o sinónimos; la emoción, es la respuesta psicoafectiva inmediata, de corta duración, ante elementos del entorno; el sentimiento, a partir de las emociones, es más racional, puede ser incluso de larga duración y en él intervienen los pensamientos, las ideas, los valores, la memoria. Te sugiero leer mis cápsulas ADEF: 127 y 128

² Tomado de: Fromm Erik, *el Arte de Amar*, Editorial Paidós, 1ª edición 1959; última 1997. Referido en mi libro: Oriza Vargas Jorge, *La Inteligencia Emocional en el Matrimonio*, Editorial Trillas, 2004, p.71

³ Una referencia y reflexión más amplia sobre el amor, puedes verla en diversa bibliografía. Además de Fromm, te sugiero leer: *Amor Inteligente*, de Enrique Rojas, Editorial Booket; también Edit. ESPASA. También puedes leer mis cápsulas ADEF: 21, 103, 108, 200, 220, 333, 340

- La verdadera amistad⁴, como el amor, es de sentimientos; *está formada a partir de la reciprocidad de afectos y de la disposición de ambos (los amigos), para dar y compartir tiempo, alegrías o tristezas, problemas, satisfacciones; apoyos, servicio, confianza, respeto, metas, aficiones y gustos, etc. entre otras cosas; pero de manera recíproca y sostenida; es decir, por mucho tiempo y ante muy diversas circunstancias y adversidades.*
- Por ello, desde mi punto de vista, no es válido aplicar estos conceptos a uno mismo; porque hacia uno mismo, se limita su alcance y significado, además de que existen desde la psicología, conceptos más precisos: **autoestima, autoconfianza, seguridad en uno mismo, autovaloración**, etc. Y todos estos factores, es deseable que en cada uno de nosotros sean altos, para saber amar a otra persona.
- Porque **no saber amar**, parece ser ahora un padecimiento de los individuos contemporáneos, no obstante que el amor es un mandamiento para los cristianos, en una cultura en la cual esta corriente religiosa parece aún ser mayoritaria. Esta situación desde mi punto de vista, es un factor causal, junto con algunos otros, de carácter sistémico, que está desintegrando a las familias y está inhibiendo la posibilidad de su formación. Los jóvenes en esta compleja época no parecen saber amar, en los términos antes definidos y además, ya no creen en el matrimonio, menos en formar una familia; pareciera que las mujeres contemporáneas descartan la maternidad, por considerarla un obstáculo para su superación.
- Y es que hoy en día, la mujer *compite* por ser igual -y lo es, en su dignidad como persona- al hombre. Por supuesto que **estamos de acuerdo en la igualdad de dignidades, derechos, libertades, oportunidades, etc.** entre mujeres y hombres. Y estamos por supuesto en total desacuerdo, con la violencia de género, con el machismo y con cualquier situación que lastime la dignidad de cualquier persona, particularmente de las mujeres, pero también de los niños y de cualquier ser humano. Sin embargo creo que se mezclan ideas que distorsionan en nuestra base social, el papel del matrimonio y la familia, desde donde se educa a los individuos en el amor y se siembran buenos sentimientos, que conducen precisamente a considerar, a ver, al amor y a la amistad, como elementos estructurales de las relaciones humanas⁵ en la sociedad.
- Conviene reflexionar que, siendo iguales, mujeres y hombres, en los criterios citados; sí somos diferentes biológicamente y también complementarios; y que también lo podemos ser socialmente. Por supuesto, cada pareja, podrá definir en su propia realidad, esta complementariedad, porque es la base de la confianza, del respeto, de la tolerancia, todos valores del verdadero amor y de la amistad entre las personas.

⁴ Definición tomada de mi artículo Cápsula ADEF 103, del 2012.

⁵ Te invito a leer estos temas, en mi libro de *Relaciones Humanas*, Trillas, Reimpresión de la primera Edición, 2015.

Recordemos que estamos hablando del amor, de la amistad y de los aspectos y tendencias sociales, que hoy lo obstaculizan. Así que será conveniente reflexionar sobre el lugar que ocupa el amor en nuestras vidas, porque desde mi punto de vista, el amor, las buenas amistades, le dan un sentido de trascendencia y de estabilidad emocional a los individuos. No tengo la menor duda que amar y ser amados, nos hace mejores personas y como mencioné, le da sentido a nuestras propias vidas.

Así que dejo estas reflexiones a tu consideración. Obtén tus propias conclusiones, pues ese es el objetivo del artículo; pero, sobre todo, ojalá y tengas la oportunidad de amar y ser amado, y también de valorar tus verdaderas amistades, en el sentido de la definición que te compartí.

Hasta la próxima y ojalá también compartan estos artículos entre sus conocidos y en redes sociales.

Jaov

Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: iem@iema-oriza.com

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes. **Todas las Cápsulas de ADEF**, tienen registro de derechos de autor vigente.

SITIO WEB: www.iema-oriza.com

BUSCA NUESTROS LIBROS EN www.etrillas.mx

