

# Cómo crecer de a dos en el amor

## ¿Qué es amar?

**M**

*uchas veces, creemos haber experimentado el amor en algún grado y de alguna forma determinada. Lo relacionamos con alegría, entrega, compartir, caricias. Sí, todos estos elementos forman parte del mundo del amor, pero son sólo una parte de él. El amor es mucho más que eso.*

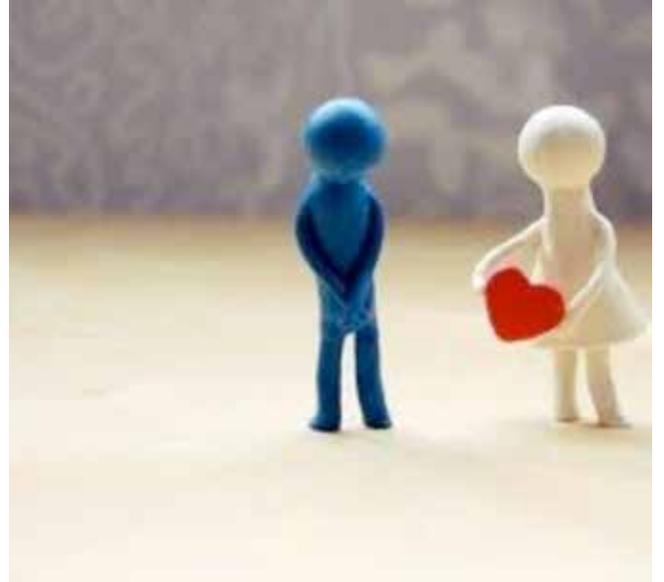


## El Papa Benedicto VI en su primera Encíclica “Dios es Amor”, nos dice:

*“Recordemos el vasto campo semántico de la palabra “amor”: se habla de amor a la patria, amor por la profesión o el trabajo, de amor entre amigos, entre padres e hijos, entre hermanos y familiares, del amor al prójimo y del amor a Dios. Sin embargo, en toda esta multiplicidad de significados destaca, como arquetipo por excelencia, el amor entre el hombre y la mujer, en el cual intervienen inseparablemente el cuerpo y el alma, y en el que se le abre al ser humano una promesa de felicidad que parece irresistible”.*

Cuando Dios creó el mundo y en él al hombre y a la mujer, lo hizo por amor y le entregó la capacidad de amarse, de respetarse, de multiplicarse. ¡Qué increíble don!. Él que es Amor, que todo lo hace por amor, no sólo nos dotó de tal capacidad sino que nos regaló a su Hijo Jesucristo, para que nos mostrara el camino y a su Madre, para que nos fuera acercando a Él. ¿Por qué si tenemos la capacidad y se nos ha mostrado el camino, no podemos experimentar muchas veces, la plenitud del amor?

Toda persona tiene la inagotable capacidad de amar. A veces no sabemos cómo demostrarlo y nos entrapamos en una serie de barreras que nos hemos ido poniendo, muchas veces producto del medio o experiencias que nos han marcado. Por ejemplo, un niño desde su concepción, lleva en su alma la fuerza del amor y nace con toda la capacidad de amar. Si este niño, es acogido en un ambiente familiar



en donde recibe permanentemente amor y además, ve en sus padres un modelo de manifestación del amor, lo más probable es que ese niño, podrá a futuro establecer una relación de profundo amor. Entonces, ¿Cuál es el problema si pareciera tan fácil? ¿Por qué, ese niño tal vez no llega a experimentar el amor en plenitud?. Ese niño que tiene toda la capacidad de amar y ha crecido rodeado de amor, vive en una sociedad de la cual está permanentemente recibiendo estímulos, otros patrones de comportamiento y modelos que son muchas veces una ironía, una verdadera caricatura de la felicidad y del amor: ¿cómo conseguir a la mujer o al hombre de su vida? Use tal o cual producto y será feliz; no se complique la vida, es para gozarla... El efecto que tiene hoy en día el medio que nos rodea es enorme y lamentablemente, se nos ofrece una propuesta de amor “utilitario” y desechable, yo amo mientras me convenga, mientras no me signifique problemas.

Jesús nos enseñó a amar de verdad, nos mostró el camino, un camino con alegrías y sufrimientos, un amor tan profundo que llegó a la cruz y culminó con la resurrección. Nos mostró que amar plenamente no es fácil, supone también un camino de cruz, y sólo así, podremos experimentar la profundidad del amor. Nos enseñó que amar exige una entrega heroica, en donde se es capaz de dar la vida por la persona amada. A su vez, el amor requiere una serie de elementos y supone exigencias para llegar a constituirse en un amor pleno.

*Amar  
exige una  
entrega heroica,  
en donde se es capaz de  
dar la vida  
por la persona amada*

# Amor enaltecedor

Todo amor tiende a ser fecundo. Al auténtico amor no le basta con “eternizarse”, sino que necesita dar frutos. La fecundidad es la fuerza perfeccionadora del amor.

Nuestra relación debe conducir a la perfección de ambos: yo estoy para que tú seas plenamente, para que te realices en cuanto persona. Te complemento para que tú llegues a poseer, en forma plena, aquellos atributos, actitudes y valores que necesitas y que Dios ha pensado para ti. Ambos estamos llamados a perfeccionarnos como personas, a crecer y enriquecernos en el plano espiritual, intelectual, afectivo, etc. Nuestro desafío es lograr juntos un ambiente positivo que nos lleve a la mutua perfección. La pregunta lógica que surge es de qué manera te ayudo para que crezcas. ¿Soy yo un estímulo para tu desarrollo personal? ¿En qué plano?.

*Amarse es un trabajo de todos los días y podría decir un trabajo artesanal, un trabajo de orfebrería, porque el marido tiene la tarea de hacer más mujer a su mujer y la mujer tiene la tarea de hacer más hombre a su marido.*

*Papa Francisco 14.02.14*

Si lo llevamos a lo espiritual podemos también preguntarnos: ¿Me siento estimulada por ti para acercarme a Dios? ¿En qué forma eres tú para mí, camino hacia Dios? ¿Soy yo camino hacia Dios para ti?.

Comprendemos entonces, por qué es necesario cultivar la fuerza del estímulo: yo te estimulo para que tú te perfecciones intelectualmente, para que crezcas afectivamente, para que aprendas a decidir, para que seas libre, para que seas un cristiano de verdad.

## Elección amorosa

Elegir pareja supone una opción y toda opción genera una renuncia. Se elige entre muchos a un tú con quien se quiere comenzar a vivir una dinámica de amor, una historia original, pero a la vez, exige renunciar a muchas otras opciones, personas, tiempo. Pero, pareciera que nada de eso importa en un principio, sólo se quiere estar con el amado(a), sólo esa persona llena la propia humanidad. La elección es buena y verdadera en el amor, cuando confirma a la persona, esto es, se la elige por ser tal y no por sus atributos por ejemplo físicos o intelectuales.

Esta primera elección, llena de entusiasmo si bien es determinante para el futuro, es sólo el inicio de una serie de elecciones y de un volverse a elegir cada día. Pero, ir permanentemente renovando la elección, decir cada día: es a ti a quien amo y contigo “pan y cebolla”, requiere con el tiempo ir incorporando la voluntad, un querer ya no sólo de sentimiento, un querer con decisión.



*El monitor entrega a cada uno un set de 5 vasos plásticos de cumpleaños, un plumón indeleble y 50 porotos, bolitas o similar.*

# Dinámica

- *Cada uno escribe en los vasos lo siguiente:*

**PLANO CORPORAL**  
**PLANO INTELECTUAL**  
**PLANO EMOCIONAL**  
**PLANO SOCIAL**  
**PLANO ESPIRITUAL**

- *Se ubican pololo con polola y por turnos van llenando cada uno de los vasos con los porotos, dependiendo del crecimiento que han experimentado en cada área desde que se conocen. El máximo de porotos por vaso, son 10 unidades, y refleja si he ayudado en ese plano a que el otro se desarrolle.*
- *Él le debe argumentar a ella el por qué de cada cantidad, y vice versa.*

## Explicación

**Plano corporal:** Se refiere al estímulo de parte del otro para desarrollar deportes, hábitos sanos de sueño, formas adecuadas de carretear y tomar, alimentación saludable, recreación, etc.

**Plano intelectual:** Se refiere al estímulo de parte del otro para preocuparme por el estudio, el esfuerzo, la responsabilidad, la perseverancia, la participación en actividades que desarrollan el intelecto, etc.

**Plano emocional:** Se refiere al estímulo de parte del otro para crecer en habilidades emocionales como empatía, entrega, tino, adaptación a las normas, respeto, expresión de la rabia, interés por sociabilizar, etc.

**Plano social:** Se refiere al estímulo de parte del otro para crecer en la caridad, la entrega y preocupación por los que me rodean y especialmente por los más desposeídos.

**Plano espiritual:** Se refiere al refuerzo o estímulo de parte del otro para acercarse a Dios y mejorar mi relación con él.



- *Nuevamente ubicados pololo con polola, responden las siguientes preguntas:*

- ¿Qué más esperas de mí en relación a la cooperación para lograr un crecimiento que te haga una persona más íntegra?*
- ¿En qué forma eres tú para mí un camino hacia Dios?*
- ¿Qué actividades podemos hacer en pareja para crecer de a dos en el amor?*
- ¿Conocemos a alguna pareja que admiremos por haberse ayudado mutuamente a crecer?*
- Compara lo que originalmente te gustó de mí con lo que ahora te gusta de mí.*