



¿Cómo se siente el Amor?

Por Aníbal Santoro

En tanto has ido recorriendo los distintos territorios propuestos por tu vida, quizás te hayas cuestionado acerca de si eras capaz de amar o si te enamorarías de la idea de poder enamorarte.

El título de esta nueva propuesta que te traigo apunta a algo que la mayoría piensa y, probablemente, también se calla.

Cosificamos el amor preguntando o respondiendo de un modo que puede llevarnos por un terreno equivocado, casi siempre de un modo defensivo ante nuestra sorpresa, cuando nos hallamos en ese estado de fascinación por el otro y que sazonomos con una mezcla de deseo y necesidad. Es común escuchar, como al pasar, "... pero ¿qué es el amor?".

Podríamos extendernos en un análisis profundo recorriendo una infinita espiral de insatisfactorios porqués, que lejos de aportar una respuesta con sustancia nos atraparía en una ilusoria certeza de que nos conviene seguir callando y aceptar la experimentada voz de los que saben.

El amor no se sabe... El amor se siente.

Claro, hay distintas formas de ver la vida y de construir realidad, así como hay diferentes agentes de motivación que nos llevan a querer hacer algo o a permitir que una situación suceda.

Solo que, en el amor, no sucede; no le pasa a un tercero, porque cuando un tema así nos motiva a preguntar es muy probable que eso que alimenta nuestra curiosidad ya nos esté sucediendo.

Reconocer lo personal, lo íntimo y lo subjetivo en temas del amor tendría que aportarnos el permiso necesario para poder escuchar, sí, y también para poder evaluar y seleccionar aquello que se nos está diciendo.

Si es tan simple como para formularlo en un párrafo, ¿en dónde aparece lo difícil del amor en las relaciones?

En la también subjetiva definición de lo que es y significa el equilibrio.

Las relaciones humanas no se inician en la lectura de un pliego de condiciones y cualidades, sino en una apuesta hacia la posible satisfacción de las expectativas individuales depositadas en la otra persona.

Sin embargo, se exige desde el entorno que en una pareja "debe" existir confianza y respeto.

Esta es una aseveración válida y, a la vez, es un destino al que se puede llegar, pero debe ser puesta en contexto histórico.

En el inicio de una relación, la confianza no puede existir por el obvio desconocimiento de la realidad del otro, en tanto que el respeto puede ser una táctica utilizada como parte de una estrategia de seducción.

Toda relación se inicia en una apuesta en la que cada parte "paga por ver" si lo que sigue le satisface, si le aporta para sumar en la vida, si está en sintonía con la forma de construir camino, o si es antagónico con uno mismo.

Las expectativas proyectadas sobre el otro son de tal magnitud que es muy fácil vincularse con la imagen idealizada de ese otro que nos va a hacer más fácil la vida o a rescatarnos de crueldad de nuestras circunstancias;

no es por coincidencia que la cultura utilice historias infantiles de príncipes y dragones para condicionar nuestras expectativas y libertad de expresión.

Para sentir el amor primero tienes que poder quitar los distractores de tu vida, volviendo a ti, a tu esencia; reconociendo el valor de tu existencia y el derecho natural de amar y de recibir amor sin tener que mendigarlo.

Desde una posición de dignidad, en el que la cultura quede acompañándote en el cuarto contiguo, puedes contactar con tu certeza de merecimiento y, por lo mismo, saber qué aceptar y qué no permitir.

Este volver a ti te permite acceder a esa selección que te lleva al equilibrio, sabiendo que en el inicio no hay confianza ni respeto sino una serie de torpes pasos para poder llegar a ese nuevo territorio inexplorado que es el otro.

Al estar en contacto contigo, con tu Ego fortalecido, seguro, completo, puedes sentirte sintiendo, sin expectativas ni necesidades.

Lo curioso está en que en el amor se generan dependencias afectivas que nacen desde la libertad de elegir al otro al mismo tiempo en que se acepta la libertad del otro para elegir elegirnos.

El amor no es una cosa y tampoco una actitud, no es un juego de roles impuestos desde la cultura ni un estado en el que se puede hallar la oportunidad para resarcir lo que no se tiene o lo que se ha perdido; así como tampoco una relación de amor puede sostenerse en el "esfuerzo" de hacerla posible porque si existe el mismo entonces el vínculo está "forzado".

Este encuentro de hoy contigo es para darte elementos que te sirvan para ver con otros ojos lo que estás viviendo y puedas elegir en libertad... cómo te sientes cuando sientes amor.

Yo elijo apartarme de las imágenes idealizadas (ámbito de la mente) para poder elegir sin esperar; estando dispuesto a contactar con la otra persona para lograr que ambos nos aproximemos a quienes somos, qué aportamos y qué buscamos.

Mi beneficio al hacerlo así es el de construir un entorno en el cual me siento en paz y en donde el amor puede fortalecerse y crecer.

¿Qué vas a hacer para poder sentirte sintiendo el amor y, así, poder vivir en sintonía contigo?

Nos encontramos en la próxima.

Aníbal Santoro
Doctor en Psicoanálisis
Psicoanalista Onto-Humanista

Aníbal P. Santoro



anibal.santoro@thinscen.com



<https://www.thinscen.com>



anibal.santoro



anibal-santoro



anibal.santoro



ANIBAL_SANTORO