



Reflexión sobre el Amor

¡Feliz San Valentín!

Extraído del Libro: “La Hipoteca del Amor” de Susana Méndez. Edit. Plaza y Janés. Enviado por Juan Carlos Green.

“La Autora dice: " el amor ideal es un espejismo por el cual firmamos una hipoteca sin leer letras pequeñas."

San Valentín es la fiesta del amor ideal por excelencia, de los príncipes azules y las bellas durmientes, un espejismo que todos buscamos desde niños y por el que estamos dispuestos a firmar una hipoteca sin leer la letra pequeña.

Aunque San Valentín sea, como explica Méndez, "una construcción" fruto de la sociedad de consumo, ella aconseja que "más que comprar un ramo de flores" para la persona amada, debería hacerse "una jornada de reflexión crítica" sobre el modo en que amamos, "qué nos da el amor y qué nos quita".



"La hipoteca del amor", un libro de la psicóloga española Susana Méndez y la psicoanalista argentina Norma Ferro que se publica el próximo día 20, analiza las trampas del "amor ideal" y los verdaderos componentes del "amor real" y duradero, tan posible como auténtico aunque no siempre fácil de lograr.

El ser humano necesita el amor, "que es uno de los instrumentos esenciales de la vida"; sin embargo, culturalmente se arrastran ideas estereotipadas de cómo debe ser ese sentimiento, las cuales "se han ido aderezando con el tiempo", explicó a Efe Méndez.

La música, el cine, la televisión o internet, entre otros medios, se dedican además a hacer llegar a todas partes y en todo momento esa imagen ideal del amor creada por la sociedad de consumo.

"Buscar el amor desde ese espejismo hace que nos introduzcamos -dice Méndez- en el parque temático en el que hemos convertido nuestros sentimientos", donde esperamos encontrar príncipes azules y princesas rosas, amores eternos, felicidad y prosperidad.

"La hipoteca del amor es el precio que estamos dispuestos a pagar por una fantasía que hemos construido entre todos, por perseguir un espejismo, y luego el despertar tiene muchos costes", explicó.

Las autoras del libro, publicado por Plaza y Janés, advierten de que perseguir la idea estereotipada del "amor ideal" lleva a una hipoteca cuyo pago puede traducirse en que el sueño no se cumpla, se convierta en una trampa y nos sintamos engañados.

"El amor no es un fin en sí mismo, sino un camino cuya meta es compartir, crecer y evolucionar juntos", acotó Méndez, pero como en todos los viajes a veces uno también puede meterse por vías equivocadas y quedar atrapado en ellas.

*A veces, cuando una relación no funciona no se actúa y, **en su lugar, se opta por esperar a que todo cambie, amoldarse hasta el sometimiento, recurrir a la manipulación, refugiarse en los hijos o decidir seguir estando juntos por mantener una posición social.***

Aunque como dice Méndez, el amor verdadero como ideal "no existe", tampoco hay que dejarse llevar por la desesperación pues si dejamos de lado los estereotipos se puede alcanzar al "amor real", que tantas veces no identificamos cuando lo tenemos delante.

*Méndez considera que **"hay que reinventar el noviazgo como conocimiento del otro, que vaya más allá del estado de euforia que proporciona el enamoramiento cuando no se puede ver al otro por la idealización que hacemos.***

El amor real se "entreteje con el autoconocimiento personal, la capacidad de estar solo y otros factores", señala la autora, que en el libro cita además la elección realista de la persona amada, mantener una parcela de independencia y el respeto mutuo dentro de un diálogo.

Además "hay que alimentar la pareja con el placer del disfrute. Muchas personas se convierten en operarios del amor, están todo el día con la paleta para la edificación de ese amor, pero la pareja se construye a través del disfrute con el otro", matizó Méndez.

"Las claves del amor -indicó- son el afecto, la pasión y el compromiso y si alguno de esos factores no existen estamos a una relación amorosa coja o deficiente".

Otro elemento fundamental es ser consciente de que el amor al igual que tiene un principio puede tener un final, liberándose así de uno de los estereotipos que "arrastramos cuando se inicia una relación: el del amor eterno".

Sin embargo, la sociedad actual "vende bienestar, la diversión y desde ahí se rechaza el dolor", de manera que no permite que vivamos adecuadamente el "duelo" que supone una ruptura, que debe permitir "aprender de nuestras equivocaciones, salir más lúcidos y conscientes".

