

➤ *Matrimonio (2014). Conferencia del Dr. Enrique Rojas (2003). ¡Qué fácil es enamorarse y qué difícil mantenerse enamorado! El Amor inteligente es aquel que es capaz de reunir en una fórmula tres elementos distintos: un conocimiento de lo que son los sentimientos; la aplicación de la cabeza pero sin que ese amor pierda frescura, lozanía y espontaneidad; y la espiritualidad, que lo hace vertical y trascendente. En una palabra: aspirar a una afectividad con una cierta madurez, poner sobre la mesa lo mejor de la inteligencia y tener una visión con ideales que lo elevan por encima de su realidad. En el tablero del ajedrez de la vida juegan los sentimientos y la razón, arbitrados por la cultura. El amor sin sacrificio se da en los adolescentes, en las películas americanas y en las personas inmaduras. Es un desconocimiento que vuelve vulnerable en exceso al que lo padece. El mejor amor se echa a perder si no se le cuida a base de detalles pequeños. El amor es como el vino: necesita unas cubas donde criarse; requiere una temperatura adecuada y por supuesto, tiempo. Pero lo más importante es la calidad de la uva.*

### EL AMOR INTELIGENTE

Conferencia del Dr. Enrique Rojas <sup>1</sup>, en el II Congreso Internacional de la Familia en Bogotá (sobre el tema: “De la afectividad al corazón: un camino hacia el interior de la persona”), en agosto de 2003, promovido por el Instituto de la Familia de la Universidad de la Sabana y por la Corporación de Padres de Familia (CORPAF).

Acaba de aparecer un libro mío con este título. Su tema: explicar las claves para mantener la estabilidad conyugal, en estos tiempos que nos ha tocado vivir, tan apasionantes y a la vez, en donde hay tanta gente perdida en un asunto tan esencial como éste. El siglo XVIII fue ilustrado entronizando la razón. El XIX, Romántico, exaltando el mundo sentimental y las pasiones que recorren la geografía humana. No se ha producido en el siglo XX un ensamblaje de ambos. Parece que la cabeza y el corazón siguen a la gresca, cada uno por su sitio, sin posibilidad de encontrarse y formar un binomio bien avenido.

Unamuno habló de Amor y conocimiento. Hoy estamos asistiendo a un cierto analfabetismo sentimental, especialmente marcado en el hombre. La mujer sabe más, tiene un conocimiento más hondo de lo afectivo. Pero la palabra Amor está cargada de múltiples sentidos. Explicarla con cierto rigor no es fácil. Solo hay que echar una mirada a nuestro alrededor para ver su uso, abuso, manipulación, falsificación y cosificación. Ve a la palabra Amor desmoronada. La adulteración se ha ido expandiendo como un mancha de aceite, lo que ha conducido a una suerte de desconcierto, que ha originado una tupida red de contradicciones.

No tener las ideas claras en algo tan primordial, a la larga va a ser dramático. Vemos una mezcla de hechos, conceptos, intenciones, que producen una verdadera jungla terminológica. Así está el mundo Occidental. A cualquier cosa se le llama amor. Tan es así, que en los segundos enganches y ase va con otras mimbres y se ven las cosas de otro modo. Algunos amores cuando

---

<sup>1</sup> Catedrático de Psiquiatría y Director del Instituto Español de Investigaciones Psiquiátricas de Madrid. Sobre el tema ha publicado el libro “*El amor inteligente. Corazón y cabeza: claves para construir una pareja feliz*”, Temas de Hoy. Colección «Vivir mejor», abril de 2008.

llegan suelen ser bastante ciegos, pero cuando se van son demasiado lúcidos. La vida enseña más que muchos libros. Es la gran maestra. Por eso, comprender tarde, es no comprender.

El Amor es lo más importante de la vida. Su principal guión, en la mitología griega, Eros es hijo de Penia y de Poros: de la riqueza y de la pobreza. Esta es su estructura paradójica. Poros era la personificación del recurso; Penia, representaba a la escasez y aparece como una mujer agobiada por un peso que le impide avanzar.

¡Que fácil es enamorarse y qué difícil mantenerse enamorado! Por eso quiero ofrecer otra visión de la jugada, distintas de la que dan los medios de comunicación y sobre todo la televisión. Para mí la televisión es una factoría de banalizaciones. Todo lo convierte es divertido, jugueteón, trivial, intrascendente, liviano, epidérmico, porque lo importante es pasar el rato y que la gente no piense. El amor inteligente viene a contrarrestar esa ola torpe y hueca, que se va colando por los entresijos del tejido social y pretende llevarse por delante una de las experiencias más decisivas de la condición humana.

El Amor inteligente es aquel que es capaz de reunir en una fórmula tres elementos distintos: un conocimiento de lo que son los sentimientos; la aplicación de la cabeza pero sin que ese amor pierda frescura, lozanía y espontaneidad; y la espiritualidad, que lo hace vertical y trascendente. En una palabra: aspirar a una afectividad con una cierta madurez, poner sobre la mesa lo mejor de la inteligencia y tener una visión con ideales que lo elevan por encima de su realidad. En el tablero del ajedrez de la vida juegan los sentimientos y la razón, arbitrados por la cultura.

El Amor inteligente sabe que lo cotidiano nunca es banal, ni insignificante. El mejor amor se echa a perder si no se le cuida a base de detalles pequeños. El amor es como el vino: necesita unas cubas donde criarse; requiere una temperatura adecuada y por supuesto, tiempo. Pero lo más importante es la calidad de la uva.

El amor es de calidad cuando uno sabe que éste tiene un alto porcentaje de artesanía psicológica. Cuidarlo con esmero de orfebre. Sabiendo que hay una etapa de aprendizaje, en donde cuesta hacerse con las riendas del tema y es menester tomar nota e ir captando los recobecos de su geometría. A lo largo de todo el libro hay una idea directriz que pilota el argumento del mismo: Para estar con alguien, hay que estar bien primero con uno mismo. Haber alcanzado, perseguido, un cierto equilibrio personal, que implica llevarse bien con uno mismo y estar relativamente contento con la forma de ser que hemos ido produciendo con nuestra conducta. No hay felicidad sin amor, y no hay amor sin renunciaciones. El amor nos hace libres y esclavos, nos emancipa y nos sujeta, nos da alas y a la vez, no planea a vuelo raso sobre la realidad más cercana en la que estamos situados. El amor sin sacrificio se da en los adolescentes, en las películas americanas y en las personas inmaduras. Es un desconocimiento que vuelve vulnerable en exceso al que lo padece.

El amor inteligente se va haciendo fino, delicado, atento, minucioso, buscando siempre el bien del otro. Una tarea de creación producida con arte, paciencia, tallada con los mejores materiales posibles. Es la manera de ir consiguiendo que no tenga fecha de caducidad. Hoy, los mercaderes del templo venden el amor de rebajas, todo a saldo y a la vez, jugando con las palabras, llamándole al sexo amor. Se intensifican las paradojas y la ceremonia de la confusión está servida. Esta es la realidad, que puede y debe ser modificada, cuando hay interés en negarse a seguir los mensajes generales que llegan por doquier, vacíos de ideas, exigencias e inteligencia. El amor no puede ser algo crítico, enigmático, indescifrable, sometido a unos vientos exteriores difíciles de gobernar. ¿Cómo una parcela tan importante de la existencia va a discurrir por ese sendero irracional, impenetrable, secreto? Es cierto que la vida afectiva tiene vertientes misteriosas, recodos sorprendentes, pero también es verdad que la pupila humana puede adentrarse por sus paisajes más íntimos y hacer una lectura sosegada e inteligente, que lleve a sintetizar sus principales claves.

Cada cultura se define por el tipo de sentimientos que transmite. La educación sentimental es la asignatura pendiente del curriculum académico de Occidente. ¿Dónde se explica, en qué aulas se habla de ella, donde se la expone con rigor, que personas abren sus compuertas y enseñan lo que se aloja dentro de ella? Ahí entra de lleno el tema de la convivencia diaria, uno de sus apartados más fecundos. La convivencia es un arte hilvanado de los mejores ingredientes: generosidad, comprensión, capacidad para ceder y ponerse en el lugar del otro y sobre todo, el saber perdonar. El perdón es una de las formas más grandes de amor. Convivir es tratarse, esforzarse por hacer la vida amable, relación de intimidad en donde vienen a reunirse lo físico, lo psicológico y lo cultural.

El amor inteligente nos mantiene jóvenes. La juventud no es un periodo de la vida, sino una actitud, un talante interior, que se fundamenta en la victoria sobre uno mismo en las cosas pequeñas del día a día. No se hace uno viejo por haber vivido muchos años, sino por haber defraudado sus ideales. Eres tan joven como tus ilusiones y tan viejo como tu apatía y tu falta de entusiasmo. Uno se mantiene en plena forma siempre que está abierto a lo grande y bello que nos ofrece la vida. El cínico se ha hecho mayor a fuerza de no creer en nada ni en nadie. El escepticismo se alberga en su interior y pone unas notas de incredulidad, que culmina en una indiferencia por saturación de contradicciones.

Pascal en uno de sus célebres pensamientos decía: “El corazón tiene razones que la razón desconoce”. El corazón esta para querer y la cabeza, para pensar e indicar al primero el camino que debe seguir. ordenar y racionalizar los sentimientos, pero sin que estos pierdan su brisa flamante, su vigor juvenil exuberante y jugoso. La lógica se hace atractiva, amena, original, moderna, en donde el sentido del humor y los recursos psicológicos llevan la voz cantante.

Luego vienen toda una serie de ingredientes que se arremolinan en torno a él. Quizá el más importante, desde mi punto de vista, es la comunicación: la cual tiene tres representantes con luz propia. Comunicación verbal (la palabra hablada), no verbal (los gestos y ademanes) y la comunicación sexual. Entre ellas se establece un continuum que los enlaza, un tejido hilvanado del mismo hilo.

El Lenguaje verbal va desde el saber escuchar, hasta la posibilidad de establecer un dialogo abierto y respetuoso, pasando por ese saber centrarse en un tema personal espinoso sin que salgan otros antiguos almacenados en el fondo de la memoria. Cuidar y procurar no sacar la lista de agravios es una de las tareas más decisivas. Quien gobierna su lengua, bien se puede decir que se controla en un noventa por ciento.

El Lenguaje no verbal nos pone sobre cosas muy concretas: poner buena cara en momentos difíciles, evitar gestos despreciativos o descalificantes, que impiden la aproximación. Entre lo verbal y lo verbal se producen unas estrechas relaciones de ida y vuelta.

La sexualidad debe ser antes que nada comunicación. Una pareja con mala relación sexual está en peligro de venirse abajo si no se pone remedio pronto. Esta es una conexión íntima de persona a persona, no de cuerpo a cuerpo. Cuando al otro se le trata solo como sexo, llamando únicamente al plano Físico, la del cuerpo, se está escamoteando la grandeza y profundidad de ese encuentro. La sexualidad desconectada de los sentimientos rebaja y envilece a la pareja.

Quiero terminar. Solo quien es libre es capaz de comprometerse. La libertad de cada uno queda comprometida en el amor.

[www.parroquiasantamonica.com](http://www.parroquiasantamonica.com)

**Vida Cristiana**