

## AMOR EN LA FAMILIA

La capacidad de amar es resultado del desarrollo afectivo que ha tenido el ser humano durante sus primeros años de su vida, mediante un proceso continuo y secuencial que pasa por la infancia, adolescencia y se posterga hasta la madurez y vejez.

El amor en la familia no es algo que se tenga que dar porque si, este sentimiento tiene dos cometidos fundamentales:

**1. Enseñar el amor, aprender a amar, cuidarlo y comunicarlo, así como proyectarlo a la sociedad:** Es en el seno familiar donde se deben cultivar los valores del ser humano, enseñarlo a pensar, a profundizar, a reflexionar, hacerle ver y sentir que el respeto es el guardián del amor, así como la honradez, la generosidad, la responsabilidad, el amor al trabajo, la gratitud, etc. Es ahí en la familia, donde nos invitan a ser creativos en el cultivo de la inteligencia, la voluntad y el corazón, para poder contribuir y abrirnos a la sociedad preparados e íntegros. El amor de la familia por tanto debe también trasmitirse a la sociedad.

**2.El amor les ayuda a cada uno de sus miembros, especialmente a los hijos, a que desarrollen todas sus potencialidades para que logren alcanzar lo más cerca posible sus objetivos en la vida:** La psicología afirma que el afecto estimula el aprendizaje y desarrolla la inteligencia gracias a la sensación de seguridad y confianza que otorga y que se desarrolla lentamente a través de la infancia, la niñez y la adolescencia.

Para amar a nuestra familia es necesario atender varios puntos:

**Amor a uno mismo:** El aprender primero a amarse uno mismo, es el punto de partida para dar amor a los demás. Esto es parte de un ciclo, ya que, si tus padres te amaron y enseñaron a amar, te será más fácil después extenderlo a tu futura familia. Pero sin pretenderlo, en tu hogar hubo un ambiente de despego y egoísmo, de rigidez, anarquía, pereza, de ostentación, etc. será un poco más complicado, pero no imposible que puedas abrirte al amor, ya que el crecimiento y la vivencias que vayas adquiriendo a lo largo de toda tu vida, te puede ayudar a tener una visión diferente sobre este sentimiento y su forma de expresarlo.

**Amor conyugal:** El amor conyugal es un modelo de amor para los hijos que les hace creer y crecer . El amor mutuo de los esposos se pone como modelo y norma de cómo debe ser las relaciones entre hermanos y hermanas y entre las diversas generaciones que conviven en la familia. Recuerde que se educa con el ejemplo.

**Conoce a tu familia:** El que ama y sólo el que ama, conoce bien a la persona amada, pero no solo en su apariencia sino también en su interior, conoce "su posible", "aquello que puede" y "debe" llegar a ser y más aún, le ayuda a lograrlo, a que desarrolle todas las potencialidades que tiene y que muchas veces ignora.

**Confía en tu familia:** La persona que está en el continuo proceso de formación, es un ser con cierta dosis de inseguridad. Sin embargo, el que se sienta amado le da una fuerza que incrementa su seguridad. Por lo tanto, hay que tenerles confianza a las personas queridas

ya que no sólo es de gran ayuda, sino en muchas ocasiones "vital". Infunde confianza en tu pareja e hijos, ayudándoles a que descubran y desarrollen sus cualidades, limitaciones y defectos; animándolos y aplaudiendo sus logros por muy pequeños que sean, ayudándoles a que descubran a dónde pueden llevarles sus inclinaciones si no las dominan y, sobre todo, haciéndoles sentir tu cariño. Para esto necesitas no sólo paciencia, sino también tiempo.

**Exige a tu familia:** El exigir es un ingrediente esencial del amor. Amar a los hijos no significa evitarles todo sufrimiento, amar es buscar el bien para el ser amado en última instancia y no la complacencia momentánea. Es posible que algunas veces por amor a tu hijo le estés generando una frustración pasajera, pero que en realidad lo estará preparando para un futuro más grande. Por lo tanto, el amor necesita disciplina.

### **Reflexiones y sugerencias que te pueden ayudar a amar a tu familia**

- La familia es el primer ambiente vital con que se encuentra el hombre al venir a este mundo, y su experiencia es decisiva para siempre.
- Confiar en tu familia implica ser paciente y saber esperar.
- Amar a tu familia es buscar el bien integral de sus integrantes.
- El amor entre padres e hijos, y con la familia extendida, también debería incluir la amistad, cariño, afecto, y sobre todo la caridad.
- Es en la familia donde se hace posible el amor, el amor sin condiciones. La familia es un centro de intimidad y apertura.
- El afecto en la familia estimula el aprendizaje y desarrolla la inteligencia gracias a la sensación de seguridad y confianza que otorga y que se desarrolla lentamente a través de la infancia, la niñez y la adolescencia.
- El amor auténtico es el más eficaz creador y promotor de la existencia.
- Evita descargar sobre tu pareja e hijos tu coraje, impaciencia o frustraciones, no les echés en cara sus torpezas, fallas y malas acciones.
- Valora realmente la trascendencia de tu amor a los hijos. Tu amor será responsable de que ellos alcancen la estatura que deben llegar a tener, en todos los aspectos de su persona.
- No le des a tu familia un ambiente de desapego y egoísmo, mejor llénala de ternura, orden y sencillez, ya que esto influirá especialmente en los niños y en los más jóvenes.

Tal vez para muchos le suene idealista todo este artículo, sin embargo, creemos que no se pierde nada con intentarlo y a cambio puede ganarse más mucho más de lo que se imaginan. ¡ Adelante! , intenta demostrarle más amor a tu familia, pero no uno superfluo y lleno de materialismo; ah, pero antes y para ello:

\*Debes ser consciente de lo esencial que es este valor.

\*Darle un lugar más importante en la jerarquía de tus valores.

\*Vivir este valor primero en tu circunstancia personal y concreta.