

INTRODUCCIÓN

A lo largo de nuestra vida, nos preguntamos si somos felices, y cómo lograrlo, así se generan una gran cantidad de deseos ante los cuales las personas pueden sentirse un tanto desorientadas y buscan respuestas que les ayuden a centrar la existencia.

Por experiencia, conocemos, que el mundo de los deseos nos introduce en un laberinto de necesidades afectivas, que fácilmente confundimos con el querer, porque resulta muy complicado saber exactamente que es lo que realmente queremos.

También pensamos que para ser felices debemos partir de la realidad concreta, no de una realidad utópica a la que nos conduce la imaginación.

Hay otro modo de apelar a la felicidad que consiste en pensar en una futura recompensa, pero la felicidad se convertiría así en una meta inalcanzable. La vida sería un sufrimiento de normas y reglas para optar por una futura felicidad que no estaría el reino de lo humano.

La profesora L. Gordillo, tratará de mostrar, a lo largo de estos dos capítulos, que la felicidad tiene un contenido que es el amor, el cual satisface o es más bien parte integrante de nuestra aspiración a la felicidad humana, al mismo tiempo, que el amor unifica nuestros deseos y estructura nuestra afectividad.

A primera vista parece que amar es una cuestión fácil, a la que todos estamos dispuestos, sin embargo, tanto el amor, como los deseos son susceptibles al engaño, porque no siempre sabemos lo que queremos y por qué lo queremos.

Podemos y debemos ser felices aquí y ahora, en el mundo humano. Además, la búsqueda de la felicidad forma también parte de la tarea de ser humano.

No podemos eludir la felicidad a la que estamos llamados como hombres, ni prescindir de la ilusión y de la inquietud que configuran nuestra condición humana y nos conducen a la consecución de una felicidad humana y real.

La palabra amor tiene múltiples acepciones, lo que le hace ser compleja y confusa.

El problema del amor radica, como decía Aristóteles, somos lo que hacemos es decir, que nuestras obras, nuestra actividad, solidifica nuestro modo de ser, nos hace de una forma determinada, con un carácter propio. Así es como el hombre se instala en la existencia, constituyendo un modo de ser que responde racional y afectivamente al medio en el que se encuentra.

En este pequeño ensayo sobre la felicidad y el amor, la profesora Gordillo, trata de esclarecer un poco el confuso y ambiguo campo de este modo de vivir humano, más complejo de lo que en principio parece.

I. LA FELICIDAD

1. LA FELICIDAD DEL SER RACIONAL.

Hay momentos en nuestra vida que gozamos poniendo todo nuestro interés en realizar una acción concreta, pero todo se viene abajo cuando, sin preverlo, cualquier conciencia de dolor se presenta inesperadamente y termina con toda nuestra apasionante tarea.

Otras veces, la felicidad tropieza con obstáculos más profundos, como la insatisfacción de nuestros deseos cumplidos y colmados.

Ni siquiera el placer que podemos experimentar durante algún tiempo determinado es suficiente para satisfacer nuestra aspiración a la felicidad.

Parece lógico pensar que esta tendencia a la felicidad tiene algo que ver con la conservación de la propia vida, es decir, con un bienestar físico de la propia vida, aunque también somos conscientes que la felicidad descansa sobre todo en un bienestar espiritual capaz de satisfacer deseos.

No somos nosotros los que dirigimos nuestra vida, son las circunstancias las que determinan nuestra actuación. En algún sentido, nuestras aspiraciones a la felicidad quedan satisfechas cubriendo nuestras necesidades más básicas, pero se trata de una satisfacción momentánea que corre el riesgo de precipitarse hacia un vacío existencia, un sin sentido de la vida del cual es difícil salir.

La felicidad radica, fundamentalmente, en el ser mismo de la persona, en su plenitud humana y, por ello, estas formas de vida, a la larga, conducen al hombre a un vacío existencial, donde la existencia se torna aburrida y sin sentido.

Todo esto produce una tensión entre el vivir clausurado en lo espacio-temporal, es decir, la autotranscendencia, el salir de uno mismo partiendo de la situación real en la que cada uno se encuentra. El problema se convierte en una oposición dual entre el que se queda centrado en los bienes materiales, o aquel que es capaz de trascender el horizonte de lo cotidiano.

Esta universalidad del vivir, por medio de la razón, nos abre a un horizonte infinito de posibilidades y de deseos, los cuales difícilmente pueden satisfacerse. No cabe duda que esta estructura del ser humano aporta múltiples ventajas pero también una gran desorientación para conocer y dirigir el inagotable campo de nuestros deseos.

2. LA COMPLEJA ADQUISICIÓN DE LA FELICIDAD.

La felicidad o el bienestar espiritual y corporal, es algo muy complejo.

Todos queremos ser felices, en mayor o menor medida, según nuestras aspiraciones, pero a veces no acertamos en cómo conseguir esa felicidad, y tenemos la tentación de buscar la felicidad fuera de la realidad. Conocer nuestros deseos tampoco es cosa fácil.

Muchas veces tenemos la experiencia de que queremos algo pero no estamos seguros de la veracidad de nuestros propios deseos. Incluso nos dejamos llevar por deseos imperiosos que, una vez colmados, nos descubren que no responden a nuestro verdadero querer.

La felicidad humana tiene que abarcar la totalidad del hombre y partir de la realidad, de la situación en la que cada uno estamos.

En nuestra vida, primero debemos situarnos, saber dónde estamos y qué es lo que realmente queremos para actuar coherentemente.

El hombre es consciente de que su vida puede fracasar, o por el contrario, puede conseguir una vida más plena.

La felicidad es un todo global, no es asunto de acción individual, sino que depende también de la vida en común, de la relación con los otros y de las circunstancias que nos permiten decidir por nosotros mismos. Las circunstancias pueden ser adversas pero lo serán según la relevancia y finalidad que demos a nuestra vida y esto nos proporcionará un mayor o menor grado de felicidad.

II. VIVIR BIEN: VIVIR FELIZ

La felicidad requiere reflexión sobre nuestra propia vida que unifique de forma global nuestros deseos, dando así unidad a la diversidad desiderativa propia del ser humano.

Si conseguimos proyectar nuestra vida como un todo, con una finalidad que permita jerarquizar nuestros deseos y aúne nuestras aspiraciones, estamos construyendo el camino de nuestra felicidad.

El asunto es complejo, ya que reflexionar sobre un fin que englobe nuestra vida es pensar primero en el sentido de la vida, en su razón de ser, de tal modo que una vez que cuestione mi vida y la proyecte en el futuro, eso es lo que da un significado a todas mis acciones sucesivas.

1. FELICIDAD Y SENTIDO.

Cuando lo que buscamos realmente es la felicidad, es importante salir de nuestros deseos más inmediatos y abrirnos a la realidad de la vida.

Buscar el contenido de la felicidad es importante porque somos seres intencionales y, como tales, debemos colmar en lo posible nuestras aspiraciones para conseguir la plenitud humana.

La felicidad hace referencia a la posibilidad de anticipar la vida como una totalidad completa y no se adviene con una vida juguete del destino, cuyas actuaciones están en función de las circunstancias, de los influjos.

Para Aristóteles es evidente que si dirigimos nuestra vida libremente y buscamos nuestra plenitud, lograremos parte de la felicidad.

La felicidad tiene que ver con un saber responder a nuestra peculiar situación en el mundo.
El amor es lo que colma nuestros deseos, es el verdadero querer y la afirmación libre de nuestra existencia.

III. EL CONTENIDO DE LA FELICIDAD: EL AMOR

No puede darse una vida feliz que no haga referencia a los otros.
La verdad de la existencia se manifiesta especialmente en mi capacidad para responder racional y afectivamente a las situaciones y a los otros que se encuentran en ella.
No podemos vivir de espaldas a la realidad, debemos conocerla, porque tenemos que dar una respuesta que concilie nuestro modo de ser y obrar con la realidad en la que estoy y en la que ninguno me es indiferente.
Esta felicidad se satisface en el amor, en la relación con el otro, que es lo que planifica y hace feliz al hombre.
Así pues vivir bien y ser feliz se consume en el libre intercambio con los otros y en la relación amorosa como respuesta a la realidad en la que vivimos.

1. AMOR Y SUBJETIVIDAD

Todo ser con capacidad de proyección en el tiempo, puede ser amado. Es decir, el amor se corresponde con la posibilidad de proyectarnos en el tiempo, porque el amor no es una respuesta del momento presente, sino que es también parte del futuro.
El amor busca el bien del otro, pero para ello hemos de percibir primero cuál es el bien del otro para no buscar equivocadamente tan sólo nuestro propio interés.
La falta de amor, viene determinada por la imposibilidad de salir de uno mismo, y tiene su razón de ser en la búsqueda del placer, de forma más o menos consciente. Este placer enfermizo que produce el tener un dominio sobre los otros y la autosuficiencia de creerse en la absoluta posesión de la verdad, es un peligro que nos atenaza en cuanto hombres.

2. AMOR Y EROS.

Existe una unión entre Eros y el ágape o entre lo que llamaríamos amor sexual y amor espiritual.
El amor sexual se reduce a vitalidad pero falta el aspecto creativo propio del amor, éste puede pretender asociarse con otra forma de amor de amistad, pero entonces deja de ser mero impulso sexual, aunque nunca se confunde con la otra forma de amor.
La unión entre amor sexual y espiritual, se puede entender según Scheler, como una espiritualización de la vida y una vivificación del espíritu. Pero establecer este tipo de conexión es difícil.

3. SER SI MISMO

Cada individuo debe elaborar su propia salvación personal entre miedos y temblores. Podemos ayudarnos unos a otros para encontrar el significado de la vida, pero la persona individual es responsable de vivir su propia vida y de encontrarse a sí misma.
Amar adecuadamente al otro por sí mismo es también tratar de entenderle, si no intentamos conocer su realidad subjetiva, no podría amarle.
Cuando nuestros gustos y deseos, y no mi esfuerzo por conocer su realidad dirigen mis actos, me estoy moviendo fuera de la realidad.
El amor debe partir de la realidad concreta del individuo, si no fuera así, no sería humano.

4. AMOR Y REFLEXIÓN.

El amor es también un don, un regalo, el amor es la felicidad de la vida. No hay felicidad sin amor.

Cuando ante nosotros se presenta el misterio de la vida y no se nos revela el amor como respuesta, es que nos ha faltado especialmente reflexión, no ha sido lo suficientemente profunda para reflejar el ser del otro.

IV. EL AMOR

1. LA VIDA AFECTIVA EN GENERAL

En la vida afectiva corremos el peligro de construir teorías sobre la experiencia de nuestras vivencias sin consultar antes la misma realidad que somos y en la que nos encontramos.

También será erróneo pretender hacer de la experiencia vivida una teoría sin capacidad de abstracción y convirtiendo el tema en una serie de recetas prácticas que no nos descubren nada sobre nuestras experiencias vitales.

Al considerar aisladamente los sentimientos sin tener en cuenta el objetivo que les da su significado, es falsificarlos, porque los sentimientos no tienen sentido en sí mismos, por tanto, analizar esos sentimientos, prescindiendo de su sentimiento, es modificar su naturaleza.

Los sentimientos nos ponen en contacto directo con la realidad, no pueden ser abordados para resolver otro tipo de problemas.

En este mundo de los afectos percibimos la continua amenaza del yo y corremos el riesgo de una profunda inmersión en uno mismo.

El individuo que busca el placer en la inmersión de sus propios sentimientos acaba perdiendo el contacto con el mundo real y, tal vez, utilice esta forma de actuar para evadirse de los problemas concretos de la vida a los cuales no quiere enfrentarse.

Hay que estar atentos ante la tentación de convertirnos en centro de nosotros mismos, algo muy propio de la vida afectiva.

Considerar que todas las formas de conmovirse son sentimientos es también un error. Conmovernos ante las tristezas y alegrías de los otros es comprender y amar auténticamente la existencia de los otros y su genuina realidad. Si el corazón no es capaz de conmovirse ante el misterio de la vida y del hombre, ese corazón tampoco será capaz de amar.

2. LA AUTENTICIDAD DE LA VIDA AFECTIVA.

Nuestra vida afectiva puede medirse por el grado de amor que somos capaces de albergar. El amor es el centro de gravedad de la afectividad.

Las repuestas afectivas repercuten en el cuerpo por la estrecha conexión que existe entre lo corpóreo y lo anímico.

El optimismo, el mal humor, etc. Son estados de ánimo que aparecen muchas veces sin justificación y sin aparente significado.

Aunque las sensaciones y los estados psíquicos no se modifican por tomar conciencia de ellos, si podemos desenmascararlos para tomar una actitud frente a ellos. Distanciarnos y conocer su origen ayuda a saber cómo enfrentarnos a ellos.

En cuanto a los sentimientos, existe una cooperación entre el intelecto y la respuesta afectiva que nos permite no sólo captar el objetivo, sino también un aprendizaje, porque cuanto más conscientes somos de nuestros sentimientos y más comprendemos su significado, más pleno es el sentimiento vivido y su respuesta.

Estamos continuamente respondiendo afectivamente a las situaciones, pero podemos hacerlo de una forma consciente, encauzando nuestros afectos para conectarnos mejor con la realidad.

Cuando los sentimientos son mero placer, el sujeto se refugia en ese mundo irreal y la afectividad se pervierte. Cuando reconocemos la importancia de los sentimientos y el momento más adecuado de manifestarlos, hemos comprendido también su sentido y profundidad.

3. EL SILENCIO DEL CORAZÓN.

El amor voluntarioso debe amar sin respuesta afectiva que le acompañe, no puede conmover al corazón para responder con una auténtica donación, porque no hay afección que nos mueva. No es verdadero amor el que se impone desde la buena voluntad de aquel que quiere a toda costa amar pero no sabe poner el corazón. Por eso aprender a amar es especialmente importante de hoy.

Pascal decía: el corazón tiene sus razones, que la razón no comprende. Este conocimiento intuitivo del corazón muchas veces dirige correctamente acciones que no podríamos explicar racionalmente.

Existe una cooperación estrecha entre corazón, intelecto y voluntad que hay que respetar para que la afectividad siempre sea adecuada a la realidad.

La frialdad del corazón puede surgir por miedos a enfrentarse con la realidad de la propia vida y ante la angustia de mantener una relación personal auténtica.

También puede darse la atrofia del corazón de aquellos que temen a la afectividad por el riesgo que conlleva todo sentimiento y luchan por silenciar su corazón.

Uno se puede convertir en un hombre duro de corazón, incapaz de amar, de sentir auténtica compasión. Son personas que se comportan siempre como espectadores, su corazón es insensible y sordo a la llamada del otro, porque es más fácil vivir como espectador de la vida de los otros que vivir la propia vida, así la vida se empequeñece y se clausura.

Hay también una dureza del corazón muy extendida que es la del hombre amargado. Este hombre tiene un corazón sensible pero un trauma, una falta de asimilación ha endurecido su corazón, un corazón herido por las heridas de la vida.

Corresponder al amor solo con la voluntad no produce satisfacción al que espera amor, porque el corazón que ama verdaderamente se alegra de la presencia del otro, desea la comunicación con el otro.

El amor es el que produce la felicidad. La felicidad sólo se experimenta con el corazón. El que silencia el corazón ha dejado de experimentar la felicidad, aunque crea que su forma de vida debería ser feliz.

Tener un corazón capaz de amar, un corazón que pueda conocer la ansiedad y el sufrimiento, es la característica más específica de la naturaleza humana y es el modo más humano de acceder a la felicidad.

V. EL AMOR PERSONAL

El amor tiene una extensión infinita, no se satisface en una sola relación.

El amar verdaderamente a uno nos capacita y agranda el corazón para extenderlo más allá de los propios límites.

Cuando se ama a una persona, ese amor se dilata y el mundo y las demás cosas aparecen ante nosotros como algo digno de ser amado.

Todo se engrandece y se hace amable, entonces hemos encontrado un verdadero amor, porque el amor que nos clausura, es decir, el que nos encierra en un mundo de dos y no nos permite abrirnos a los demás, es un amor que termina agotando el corazón.

Cuando el otro se revela como importante para mí, entonces el que ama trata de estar en él, en el seno de su intimidad. Lo importante es el valor de la persona y el amor se dirige al núcleo personal, no a los aspectos accidentales.

1. AMOR Y LIBERTAD.

El punto de partida del amor verdadero es la misericordia del que sabe compadecer (aceptar) y hacer suyo realmente el mundo del otro.

La verdadera elección consiste en no ser capaz de amar más que a determinado ser. Cuando en el esfuerzo por poseer al otro se le roba la libertad, entonces el juego del amor termina allí donde la libertad es negada, porque el juego del amor es impulsar al otro para ser él mismo: sé lo que tú eres, sé tu mismo. Por eso el amor es la mayor libertad de la existencia. Y el amor es darse, dar lo mejor de uno mismo, para ello hay que ser uno

mismo.

2. AMOR SINCERO.

El punto de partida son las palabras de Höring cuando del yo fluye una corriente de amor hacia el tú, en virtud de la cual se concede al tú la misma atención que al propio yo. Por el contrario, cuando en el amor el otro es un medio que no nos interesa por sí mismo, sino por la función que cumple en un determinado momento, tal vez, la realidad del otro nos es indiferente, entonces más que de amor hablaremos de deber voluntarioso o de satisfacción momentánea, de impulso ciego o deseos esporádicos.

En ocasiones, el amor es independiente de los estados afectivos, pues de hecho amamos a quien nos hacer sufrir o entristece.

La carencia de amor implica también una falta de desarrollo personal.

Una vez que sentimos verdadero amor por los que están cerca sin esperar más de lo que pueden dar, entonces y sólo entonces, el amor a los que están lejos será auténtico, porque el amor transforma al que ama.

Sin amor el hombre o no solo se desorienta vitalmente, sino que puede llegar a cometer grandes atrocidades, por ello, todos debemos sentirnos responsables de los otros.

El amor debe mantener el difícil equilibrio entre conservarse y donarse, entre su aspecto racional y volitivo.

Dejarse llevar por los instintos más naturales no puede suplantarse la racionalidad como condición peculiar de la condición humana.

3. EL EQUILIBRIO AMOROSO.

El amor es primero atención, interés por el otro, que hace que este se revele como sí mismo.

Pero el amor compromete y hace patente nuestra subjetividad, por eso se realiza el amor como algo extraño y los sentimientos aparecen como un peligro que nos produce angustia y desconfianza.

Sentir amor-angustia, es algo propio del amor y cuando esto desaparece por completo surge la indiferencia que mata el amor.

El amor es un regalo que cuando se nos da nos obliga.

Además el amor nunca puede ser totalmente libre y totalmente el mismo.

Cuando decimos que el enamoramiento es algo pasivo no tenemos en cuenta que para enamorarse hay también que estar dispuesto, en alerta. Hemos confundido el amor con el deseo de ser amados por encima de todo, por este camino no llegamos a percibir el don del amor, que es ante todo, una donación propia.

El amor que llena y colma es el amor como donación.

VI. CONCLUSIÓN

Para que pueda darse una respuesta amorosa auténtica, la comunicación con los otros debe ser:

En primer lugar, debe partir de un mutuo y profundo respeto a la otra persona. No se trata de una tolerancia que me lleve a aceptar al otro, se pide una capacidad para comprender qué es la libertad propia y ajena y aceptar el profundo misterio de la subjetividad libre.

En segundo lugar, la mutua donación perceptiva de las obras de la propia libertad. Esta comunicación que es donación de uno mismo, siempre tendiendo a perfeccionarse, a ser más auténtica, es una donación libre.

La tercera cualidad necesaria para la respuesta amorosa, es que si no comprendo lo que es la propia libertad, es difícil que pueda apreciar y aceptar las obras de libertad ajena.

Por último decir, que esta apertura amorosa es una decisión del corazón que nos lleva a manifestar que aceptamos y comprendemos la subjetividad ajena, que nos interesa tanto la vida del otro como la nuestra y que por tanto sabemos sentir junto a él, conocemos sus necesidades afectivas y personales y somos capaces de compartir sus posibilidades y su existencia.



