¿Amor o enamoramiento?

Mariana Mijares

Cuando se sienten mariposas en el estomago, una enorme atracción hacia una persona y ganas de pasar cada minuto con él o ella, podrían pensarse que se trata de amor, sin embargo, el amor es un sentimiento más complejo que el enamoramiento.

Podría decirse que el enamoramiento es sólo uno de los pasos que conducen al amor. No obstante, no siempre es así, pues el amor es un sentimiento que se trabajada todos los días y que, como si se tratara de una pequeña planta, necesita cuidados y compromiso para fortalecerse.

La distinción entre el amor y enamoramiento no se alimenta sólo a la juventud, Si bien es cierto que la mayoría de los niños y adolescentes experimentan enamoramiento y lo confunden con el amor, también a los adultos puede ocurrirles, sobre todo porque se dejan llevar por el “flechazo” inicial.

¿Qué es el enamoramiento? El enamoramiento es el sentimiento inicial que se experimenta cuando nos guata otra persona; es sentir la piel de gallina, poner una sonrisa tonta quda que dice algo, imaginar citas y cientos de momentos románticos. Por supuesto, muchas relaciones amorosas comienzan en el enamoramiento.

¿Qué es el amor? El amor es un sentimiento profundo, arraigado. Amar es preocuparse profundamente por otra persona, querer apoyarla, trabajar en equipo para resolver problemas; estar dispuesto a vivir con esa persona los buenos momentos, pero también los malos.   
El amor es un proceso dinámico. Eso significa que la relación cambia, se modifica y crece a medida que las personas maduran, que se fortalece con las experiencias que comparten y en donde las prioridades y los sueños se construyen en conjunto. A medida que cambian los empleos, carreras, prioridades o preocupaciones de la familia, las personas que se aman lidian con cada situación y crecen juntas.

¿Por qué es importante entender la diferencia? Es importante entender las diferencias entre el amor y el enamoramiento para no confundir estos sentimientos. Algunas son:

El amor se desarrolla con el tiempo. El enamoramiento se produce de forma casi instantánea.

El amor puede durar mucho tiempo. El enamoramiento es poderoso, pero de corta duración.

El amor significa aceptar a la persona como es; defectos virtudes. El enamoramiento se enfoca en las cosas buenas; se entiende a idealizar al otro y sólo ver su lado bueno.

El amor es más que atracción física. El enamoramiento se enfoca sobre todo en este aspecto.

El amor es energizarte. El enamoramiento drena la energía.

El amor es estar enamorado de una persona. El enamoramiento es estar enamorado del amor.

No por esto significa que he convertirá ay algo de malo en que dos personas estén enamoradas, pero es importante que ambas estén en este canal y reconozcan la relación por lo que es.

Si la relación evoluciona, se fortalecerá y se convertirá en un equipo de dos, en amor; si no, disfruta el enamoramiento, cada momento de nuestra vida existe para dejarnos algo, aunque sea un muy bueno recuerdo.