

Enrique Rojas Montes Autor de «El amor: la gran oportunidad», explica «la fuerza, la grandeza y la exigencia del amor conyugal»

A. GARCÍA abc.es 14/08/2011

Especialista en Psiquiatría y Psicología médica, director del Instituto Español de Investigaciones Psiquiátricas y presidente de la Fundación Enrique Rojas doctor Rojas posee una larga trayectoria de publicaciones: libros de tipo clínico (depresión, ansiedad), humanísticos (sexualidad, crisis de pareja) y artículos periodísticos. Acaba de publicar «el amor: la gran oportunidad», su aportación a la JMS. Se regalarán 180.000 ejemplares en español y 100.000 en inglés para explicar a la gente joven en un lenguaje psicológico y coloquial qué es el amor

—¿El amor es una oportunidad?

—La experiencia del amor es extraordinaria, cuando uno ha estado enamorado, uno no se olvida de esos pasos y esas travesías que supone. Es la oportunidad de dar lo mejor de uno mismo. El amor verdadero te hace sacar lo mejor de ti mismo

—¿A quién va dirigido el libro?

—A la gente joven, y no tan joven. Hay una cierta falta de creencia en el amor, existe hoy una epidemia de rupturas conyugales que vuelve a la gente incrédula en relación con este tema

—¿Una epidemia?

—Son muchas las causas y los motivos de esta nueva enfermedad colectiva, sería difícil explicar dos o tres factores, estamos en la era de la información, no de la formación. La gente sabe pero no tiene criterio, que el amor es un trabajo, es una labor artesanal

—Los divorcios han aumentado un dos por ciento este año, ¿puede achacarse a la crisis?

—No, aunque el dinero es importante, muchas veces se protege al amor conyugal ante la situación económica. En la sociedad actual no existe una crisis del amor, sino de la persona, se han ido produciendo hombres cada vez más endebles, más frágiles

—¿Qué hay que hacer ante una situación de crisis conyugal?

—Tres cosas: dar y recibir, no sacar la lista de lo que se dejó atrás y volver a empezar. En la discusión rara vez sale la verdad, se busca más el desahogo

—¿Qué es enamorarse?

—El enamoramiento es encontrarse a sí mismo fuera de sí mismo, es la forma más sublime del amor, es una emoción con tres raíces: la admiración, la atracción física y psicológica, y la necesidad de compartir el tiempo

—Entonces, ¿existe diferencia entre enamoramiento y amor?

—El enamoramiento es el cénit del amor; el amor es un sentimiento con menos fuerza física, hormonal y psicológica, pero es lo que va a quedar después. El enamoramiento es encontrar a una persona valiosa a la que uno entrega los papeles de un tesoro escondido. Tiene un periodo de duración, pero cambia de fuerza con el tiempo

—¿Y cómo se mantiene enamorado?

—Existen dos claves: mantener la admiración por la otra persona y haber sido capaz de construir un proyecto de vida en común. Es un error propio de las personas inmaduras creer que con estar enamorado basta para que se mantenga, hay que trabajar

—¿Es fácil decir «te amo»?

—No, enamorarse es hipotecarse con la otra persona. Decir «te amo» es decir «te necesito, estás dentro de mi cabeza»

—¿Se puede vivir sin amor?

—No, solo puede hacerlo la persona que está muy pagada de sí mismo, el egósta o ególatra

—¿Cuál es el amor más sano?

—Es el que reúne sus siete factores: es un sentimiento, es tendencia sexual, necesita de unas creencias, es un acto de la voluntad, tiene que ver con la inteligencia, es compromiso y es dinámico

—¿Existe una relación del amor con la religión

—En la actualidad se ha demostrado científicamente que las parejas con creencias comunes y una espiritualidad, son mucho más estables. Hay que entusiasmar a la gente joven con los valores, necesita amor y una fe fuerte, los dos motores fundamentales de la vida.