

**FEBRERO:
CORAZÓN**

Cuarta Semana: Las dificultades del amor

Breve Explicación para el profesor: No sabemos amar. Hablamos continuamente de amor y manoseamos esta palabra de forma indiscriminada. Existen 5 dificultades para lograr amar de verdad: la soberbia y el orgullo, nuestra vanidad, descuidar lo pequeño, nuestras discusiones y, sobre todo, no sabemos comunicar. Reflexionemos todo esto junto a nuestros alumnos y démosles 15 puntos concretos que sirvan, al menos, de guía para acercarnos a su verdadero significado.

****Reconozcamos que no sabemos amar. Que tenemos especialmente cinco dificultades para ello:**

1.-La soberbia y el orgullo. La soberbia es el origen de casi todos los defectos, y la humildad y sencillez el fundamento de casi todas las cualidades o valores. La Soberbia es pasión desenfrenada por el valor de uno mismo, un amor desordenado, una hipertrofia del yo o idolatría personal.

2.-La vanidad. Ser vano es estar falto de sustancia, sin solidez. Frutos de cáscara cuyo interior está seco, sin materia, desocupado. Se necesita constantemente la admiración ajena y el elogio porque uno está vacío.

3.-El descuido de lo pequeño. Lo importante no son las grandes gestas, imponerse logros enormes, sino pelear por objetivos bien delimitados para que el fuego del amor y la amistad no se apague. No hay que divinizar el amor sino precisarlo en la vida del otro día a día. Son detalles los que proporcionan grandes victorias a personas recias, sólidas y resolutivas.

4.-Las discusiones y agravios. Si no se resuelve el pasado, siempre quedarán deudas que saldar...y mantendremos a raya la lista de ofensas. Habría que ir borrando poco a poco, acabar con desaires, daños, faltas, olvidos. Su recuerdo intermitente es demoledor. El Amor con mayúsculas es proyecto compartido, superar lo negativo, unas veces cansancio....desahogo y ataque o insultos. No hay que convertir el encuentro en un campo de batalla.

5.-No saber hablar o callar. Expresiones fuertes, descalificadoras, duras son más desahogo que comunicación auténtica. No buscan el encuentro sino ganar la partida al otro. No hay que confundir el ser sincero con ser demasiado directo y claro, pues podemos faltar a la caridad. Hay que saber escuchar y aprender de lo que se oye, dialogar.

PUNTOS DE LUZ PARA ESTA SEMANA:

****HOY TE DAMOS 15 CONSEJOS BÁSICOS PARA MEJORAR NUESTRAS RELACIONES SIEMPRE:**

- 1-Fomentar lo positivo
- 2-No poner malas caras, cuidar el lenguaje no verbal
- 3-Utilizar palabras amables y suavizar el lenguaje
- 4-No utilizar palabras duras e intransigentes que cierran posibilidades: nunca más, no tolero...
- 5-Compartir juntos más cosas
- 6-Dominar el lenguaje agresivo
- 7- No hacer un mundo de pequeñas cosas
- 8-Tolerar mejor las frustraciones
- 9-No sacar la lista de agravios del pasado
- 10-Aprender a olvidar, pasar página

- 11-Desdramatizar: poner las cosas en su justo sitio
- 12-Ser más comprensivo no es ser menos sincero
- 13-Tener pequeños detalles positivos
- 14-Hacer ver al otro que lo quieres y aceptas.
- 15-Dialogar más

**** Frase para recordar:** "Al iniciar este camino, no vayas detrás de mí, que igual no te puedo guiar; no vayas delante mía, que igual no te puedo seguir. Simplemente ve a mi lado como un buen amigo".