



L'Amor

Avui volem parlar d'una paraula, una paraula que esta molt de moda, en tots els àmbits , literatura, exposicions, art, cursos autoajuda etc. sabeu quina paraula surt mes vegades en les comunicacions en l'ensenyament del Rombe, es **AMOR**

Què en sabem de l'AMOR?

L'**amor** és un gran afecte cap a altres persones, objectes o éssers. Segons la intensitat i l'objectiu del sentiment, s'hi distingeix:

- amor d'amics o amistat
- amor filial, maternal o qualsevol que es dona entre membres de la mateixa família
- amor cap a les coses, llocs, animals...
- amor cap a una idea, sovint dintre de termes amb el sufix grec "filia"
- amor de parella

L'amor de parella és el que més important ha estat històricament, on es barreja l'estimació, el sex i altres sentiments. És un dels grans temes de la literatura. La caracterització d'aquest amor pot ser:

- amor platònic o **idealitzant**
- amor cortès, propi de l'edat mitjana
- amor com a Romanticisme
- amor passional
- amor conjugal, enaltit pel protestantisme sobretot



El caràcter xinès tradicional per a l'amor (愛) consisteix en una suma dels símbols del cor (al mig) dins "d'acceptació", "sentiment", o "percepció", que mostren una gran emoció.

Els símbols més freqüents d'aquest amor han estat el cor i l'anell. L'enamorament i la seducció acostumen a ser les fases preliminars de l'amor de parella, fases que estan associades químicament a les feromones.

Perspectives sobre l'amor

Perspectiva popular



El Cor és una representació molt comuna de l'amor.

Habitualment s'associa el terme amb el *amor romàntic*, una relació passional entre dues persones amb una influència molt important en les seves relacions interpersonals i sexuals mútues. Tanmateix, s'aplica també a altres relacions diferents, tals com el *amor platònic* o el *amor familiar*, i també, en un sentit més ampli, es parla d'amor cap a Déu, la Humanitat, la Natura, el Art o la Bellesa, el que se sol associar amb la empatia, i altres capacitats. Segons Gottfried Leibniz, «*estimar és trobar a la felicitat d'un altre la teva pròpia felicitat*». En la majoria dels casos significa un gran afecte per una cosa que ocasiona felicitat o plaer al que estima. Sobretot en el món occidental, sol ser contrastat, evitat o contrarestat pel odi, *menyspreu* o *egoisme*. Segons opinions, l'amor no és privatiu del gènere humà, sinó que inclou també a tots aquells éssers que puguin desenvolupar nexes emocionals amb altres, com, per exemple, animals com els micos, els dofins, els gossos, els elefants, etc. Existeix fins i tot els qui pensen, sota criteris no científics, que les plantes creixen millor si reben amor.

En l'ésser humà, a diferència de l'amor dels animals, i sota una concepció actual fonamentalment occidental i seglar, l'amor es considera un *sentiment* real. En els casos més comuns és el resultat d'una emoció basada en l'atracció i l'admiració d'un subjecte cap a un altre, que pot ser o no ser correspost. Això intensifica les relacions interpersonals entre un subjecte i un altre que, partint de la seva pròpia insuficiència, desitja la trobada i unió amb aquell que ha jutjat el seu complement per la seva existència.

En alguns casos, l'amor pot ser interpretat com a fruit d'un dur treball, esforç i perícia per construir i desenvolupar un objectiu, sentint plenitud i felicitat en veure's aconseguit el que s'ha anhelat i treballat durant molt de temps. Aquest tipus d'amor és el que pot sentir un pare cap a un fill quan el veu ja crescut i capaç d'afrontar la vida amb plena maduresa, imitant al pare en aquelles coses que li ha transmès per saviesa pràctica. En aquest cas, l'amor es dirigeix cap els principis que han fonamentat la feina i han guiat l'esforç i és la corroboració que les creences per les quals s'ha lluitat han tingut la seva recompensa. Es diferencia radicalment aquest sentiment del *amor incondicional*, normalment professat per la mare, que va dirigit únicament cap al seu fill, independentment de qualsevol principi.

Perspectiva espiritual



La Verge i el seu fill, d'Isaac Oliver (1617). Apareixen la Verge i el seu fill representats amb trets europeus i amb l'aurèola de sants.

En la cultura religiosa monoteista, l'amor sol esmentar-se i ser recolzat per Déu, com és el cas del Islam, el judaisme i el cristianisme . A la Bíblia (especialment en el Nou Testament) es presenta una definició de l'amor segons la seva cultura de l'època i segons la concepció del *amor espiritual*, diferent del propi *amor terrenal*:

« "L'amor és sofer, és benigne; l'amor no té enveja, l'amor no és jactanciós, no s'envaneix; no fa res indegut, no busca el seu, no s'irrita, no guarda rancor; no es gaudeix de la injustícia, més es gaudeix de la veritat. Tot el pateix, tot ho creu, tot ho espera, tot ho suporta ". »

— 1 Corintis 13:4-7

Al Primera epístola de Joan, Capítol 4, 4:8, es diu: *El que no estima, no ha conegut a Déu; perquè Déu és amor.*



Buda Gautama pintat sobre una roca al Tibet. S'aprecien les aurèoles voltant del seu cap i del seu cos.

Des del punt de vista del budisme, l'amor és un estat de puresa espiritual al qual els éssers humans poden arribar mitjançant la *alliberament* de les anomenades *emocions pertorbadores* (desig i afecció, odi i ira, ignorància, orgull, enveja), inherents al món material o Samsara . Mitjançant la compassió i el desinterès del món material, pot augmentar gradualment la capacitat de funcionament de tots els Txakres,

incloent el *Txakra del cor*, de tal manera que és possible *estimar* conscientment i eliminar el sofriment associat a l'amor fins a assolir l'anomenat estat de il·luminació, en el qual hi ha un *amor incondicional* cap a tots els éssers sentits i no sentits, equiparable al que, per exemple, pot sentir una mare pel seu fill en el moment del seu naixement. Segons aquest corrent de pensament, l'amor manté unides totes les coses, i la nostra consciència crea el propi univers. Per al budisme, totes les religions són vàlides si es basen en l'amor i la compassió.

Així doncs, la filosofia oriental presenta una altra aproximació a l'amor espiritual, diferent de l'occidental: El patiment en si mateix no és el que ens fa virtuoses, sinó que és un mitjà per assolir la virtut, de tal manera que apropar-se a la il·luminació implica el cessament gradual del sofriment i l'augment del goig (incloent l'amor espiritual). Igual que en el cristianisme, el sofriment és un catarsi (o via d'expiació) que ens condueix a l'estat il·luminat (o a Déu).



Quart Txakra, o Txakra del cor.

Tanmateix, per la concepció oriental, preocupar-se per aconseguir un objectiu constituïria un mode de patiment addicional (l'afecció i la ignorància), de manera que hauríem de limitar el nostre patiment no preocupant-se pel propi patiment, incloent el *desig* d'aconseguir metes, sinònim també del *amor terrenal*. En paraules de Osho:

« L'amor és una cosa fàcil, l'odi és una cosa fàcil, però tu tries. Dius: «Només vaig a estimar, no vaig a odiar». Així tot es torna difícil. Així ni tan sols pots estimar! Inspirar és fàcil, espirar és fàcil. Però tu tries. Dius: «Només vaig a inspirar, no vaig a espirar». D'aquesta manera tot es torna difícil. La ment pot dir: «Per a què espirar? La respiració és vida. Simple aritmètica: inspira, no expulsa l'aire; estaràs cada vegada més viu. Acumularàs més vida. Tindràs grans reserves de vida. Inspira solament, no espire perquè espirar és morir». [...] L'amor és inspirar, l'odi espirar. Què fer aleshores? La vida és fàcil si no decideixes, perquè llavors saps que inspirar i espirar no són dues coses oposades; són dues parts d'un mateix procés. I aquestes dues parts són orgàniques, no pot dividir. I si no espire...? La lògica s'equivoca. No viuràs; senzillament, et moriràs immediatament. »

— Osho, El llibre del Res

Perspectiva psicològica

Després de les investigacions efectuades sobre l'amor, Robert J. Sternberg va proposar 3 components:

1. La intimitat, entesa com aquells sentiments dins d'una relació que promouen l'acostament, el vincle i la connexió.
2. La passió, com a estat d'intens desig d'unió amb l'altre, com a expressió de desitjos i necessitats.
3. La decisió o compromís, la decisió d'estimar a una altra persona i el compromís per mantenir aquest amor.

Aquests tres components es poden relacionar entre si formant diferents formes d'amor: intimitat + passió, passió + compromís, intimitat + compromís, etc.

Per la seva banda, analitzant la preeminència d'una o altra d'aquestes diferents prioritats que motiven els vincles amorosos, alguns autors com John Lee proposen una sèrie d'*arquetips amatoris*.

Per Erich Fromm l'amor és un art i, com a tal, una acció voluntària que s'emprèn i s'aprèn, no una passió que s'imposa contra la voluntat de qui ho viu. L'amor és, així, decisió, elecció i actitud. Segons Fromm, la majoria de la gent identifica l'amor amb una sensació de plaer. Ell considera, en canvi, que és un art, i que, en conseqüència, requereix esforç i coneixement. Des del seu punt de vista, la majoria de la gent cau en l'error de què no hi ha res a aprendre sobre l'amor, motivats, entre altres coses, per considerar que el principal objectiu és ser estimat i no estimar, de manera que arriben a valorar aspectes superficials com l'èxit, el poder o l'atractiu que causen confusió durant l'etapa inicial del pretès enamorament però que deixen de ser influents quan les persones deixen de ser desconegudes i es perd la màgia del misteri inicial. Així doncs, recomana procedir davant l'amor de la mateixa manera que ho faríem per aprendre qualsevol altre art, com la música, la pintura, la fusteria o la medicina. I distingeix, com en tot procés d'aprenentatge, dues parts, una teòrica i una altra pràctica. ^[2]

L'amor és un estat mental orgànic que creix o decreix depenent de com es retroalimenta aquest sentiment en la relació dels que componen el nucli amorós. La retroalimentació depèn de factors tals com el comportament de la persona estimada, els seus atributs involuntaris o per les necessitats particulars de la persona que estima (desig sexual, necessitat de companyia, voluntat inconscient d'ascensió social, aspiració constant de completesa, etc.).

Existeixen polaritzacions extremes de la ment manifestant un amor desmesurat sense pensar en els límits d'un mateix, i fins i tot pot arribar a posar en perill la seva pròpia existència o fins i tot la de l'altra persona per estar experimentant un estat polaritzat d'obsessió. En aquest cas, el que estima, desitja i anhela el bé i la felicitat de l'ésser estimat, i ho fa per sobre de totes les coses. El donar sense rebre a canvi, el sacrificar i anteposar les necessitats del ser estimat per damunt de les d'un mateix, sense que un ho consideri com sacrifici sinó com a oportunitat per prodigar el sentiment, sol considerar-se una avantsala al desequilibri emocional, ja que la persona objecte de la nostra obsessió no té per què respondre tal com ho havíem

premeditat; pot no agrair el nostre esforç i exigir encara més. No obstant això, alguns confonen aquesta polarització extrema amb amor "vertader" o "sa", i exigeixen de l'altra persona el mateix comportament, podent manifestar la frustració extrema i, com a sortida a aquesta frustració, violència. Pels resultats evidents en les notícies diàriament, observem una creixent tendència a la violència de gènere, en la qual els psicòlegs actuals apunten a aquesta patologia de obsessió polaritzada com a principal desencadenant d'aquests conflictes.

Perspectiva filosòfica

Empèdocles creia que tot el cosmos estava regit per forces d'atracció o amor i de repulsió, per tant les persones se sentien atretes igual que qualsevol altre cos. Per a Plató l'amor era una manera d'arribar al coneixement, ja que les persones buscaven la bellesa com a record de la idea suprema que la seva ànima recordava i a través de la passió per les coses belles anava ascendint. Els medievals creien que l'amor era la manifestació a la Terra de l'Esperit Sant, que impulsava els homes a buscar el bé. Per als moderns, en canvi, és un dels pilars de la felicitat ja que cobreix necessitats psíquiques de l'individu.^[cal citació]

Si la actitud de l'amor ha de formar part, en algun moment, de les descripcions que segueixen les pautes de la ciència experimental, caldrà definir de manera que pugui ser observada i quantificada amb certa precisió. Baruch de Spinoza va establir una definició que pot enquadrar en els requeriments de les ciències humanes i socials. Va escriure al respecte: «*El que imagina allò que estima afectat d'alegria o tristesa, també serà afectat d'alegria o tristesa, i un i altre d'aquests afectes serà major o menor en l'amant, segons un i altre sigui major o menor a la cosa estimada*».^[8]

La definició de Spinoza, en què la actitud de l'amor implica compartir alegries i tristesses d'altres persones, no difereix essencialment de la definició bíblica de l'amor, ja que el manament suggereix "compartir les alegries i tristesses dels altres com si fossin pròpies", a tal el "estimaràs al teu proïsme com a tu mateix".

No només aquesta definició es refereix a aspectes observables i contrastables amb la realitat, sinó que també presenta aspectes quantificables, ja que indica que en major o menor mesura seran compartits els afectes, mentre major o menor siguin l'alegria o la tristesa associada a la persona estimada.

De la definició esmentada s'extreuen algunes conclusions immediates, com són els sentiments que sorgeixen cap a un tercer. Spinoza escriu: «*Si imaginem que algú afecta d'alegria a la cosa que estimem, serem afectats d'amor cap a ell. Si imaginem, al contrari, que l'afecta de tristesa, serem, per contra, afectats també d'odi contra ell*».^[9]

Observem, en aquesta expressió, que el odi apareix com una actitud oposada a l'amor, com una tendència a intercanviar (respecte del tercer esmentat) els papers de tristesa i alegria com afectes compartits.

Perspectiva biològica



Cadells.

El concepte d'amor no és una noció tècnica en biologia sinó un concepte del llenguatge ordinari que és polisèmic (té molts significats), per la qual cosa resulta difícil explicar en termes biològics. Tanmateix, des del punt de vista de la biologia, el que a vegades es diu *amor* sembla ser un mitjà per a la supervivència dels individus i de l'espècie. Si la supervivència és la fi biològica més important, és lògic que l'espècie humana li confereixi a l'amor un sentit molt elevat i transcendent (la qual cosa contribueix a la supervivència).

Tanmateix, en la majoria de les espècies animals semblen existir expressions del que s'anomena "amor" que no estan directament relacionades amb la supervivència. Les relacions físiques amb individus del mateix sexe (equivalents a la homosexualitat en l'ésser humà) i les relacions sexuals per plaer, per exemple, no són exclusives de l'espècie humana; s'observen comportaments altruistes per part d'individus d'una espècie cap als d'altres espècies (les relacions mil·lenàries entre l'ésser humà i el gos són un exemple). Alguns biòlegs tracten d'explicar aquests comportaments en termes de cooperació per a la supervivència o de conductes excepcionals poc significatives. A partir dels anys 90, psiquiatres, antropòlegs i biòlegs (com Donatella Marazziti o Helen Fisher) han trobat correlacions importants entre els nivells d'hormones com la serotonina, la dopamina i la oxitocina i els estats amorosos (atracció sexual, enamorament i amor estable).

La neurobiologia està avançant una *definició tripartida de l'amor*, en què es diferenciarien tres processos cerebrals diferents, però interconnectats, i cada un d'ells regulat hormonalment:

- El impuls sexual indiscriminat o grau de excitació sexual per a la recerca de parella, regulat per la testosterona i detectable neurològicament en el còrtex anterior; de breu durada.

- La atracció sexual selectiva, passió amorosa o enamorament; regulada per la dopamina en els circuits cerebrals del plaer; inusualment prolongat davant altres espècies (fins a 18 mesos).
- L'afecte o afecció, llaç afectiu de llarga durada que permet la continuïtat del vincle entre la parella, regulat per la oxitocina i la vasopressina, que també afecten el circuit cerebral del plaer; la seva durada és indeterminada (es pot prolongar tota la vida).

L'equilibri dels tres processos controla la biologia reproductiva de moltes altres espècies, per la qual cosa es creu que el seu origen evolutiu és comú. La etologia interpreta que l'amor humà va evolucionar a partir del ritual d'aparellament o seguici dels mamífers (desplegament d'energia, persecució obsessiva i protecció possessiva de la parella i agressivitat cap als potencials rivals).

Perspectiva històrica i cultural



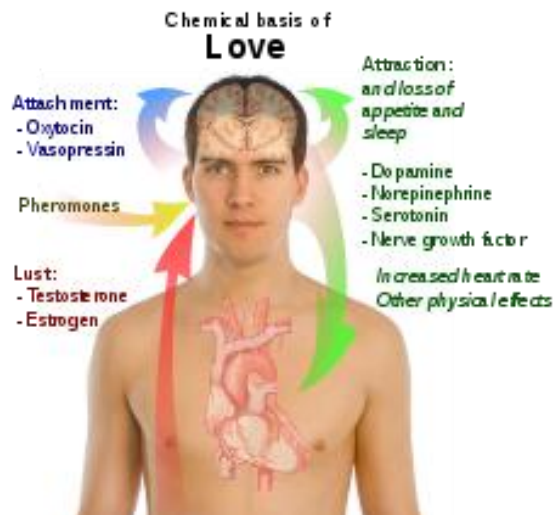
Agnolo Bronzino, Al·legoria del triomf de Venus, cap 1540-1545. Londres, The National Gallery. L'amor representat pels dos déus acompanyats per la "gelosia" (centre-esquerra), el "engany" (centre-dreta), la "niciesa" (a dalt a l'esquerra) i el "temps" (dalt a la dreta).

Si bé l'amor està fundat en capacitats i necessitats biològiques així com el plaer sexual i l'instint de reproducció, també té una història cultural. A vegades s'atribueix la seva invenció a alguna tradició particular (al Sufisme, als trobadors, al cristianisme, al moviment romàntic, etc...), però els vestigis arqueològics de totes les civilitzacions confirmen l'existència d'afecte cap als familiars, la parella, els nens, els coetanis, entre d'altres, per la qual cosa les interpretacions que postulen que l'amor en general és una construcció cultural específica no semblen fundades.

Des del punt de vista cultural, l'amor sexual s'ha manifestat històricament cap a les persones del sexe oposat, com cap aquelles del mateix sexe. Per als grecs i durant el Renaixement, els ideals de bellesa eren encarnats en particular per la dona i pels adolescents de sexe masculí.

L'amor a la mitologia

La majoria de cultures creu que l'amor és una força còsmica que atreu les persones com els astres o els cossos s'atreuen. Aquesta força es troba relacionada amb un déu de l'amor. El més famós fou Eros, amb les seves fletxes, però altres mitologies tenen com a divinitat amorosa Oshun (els africans), Xochipili (els asteques), Erzuli (de la mitologia del caribenya), Aonghus (celta o Ishtar).



Esquema simplificat de les principals bases químiques de l'amor

A la mitologia grega, eren tres els sexes: el masculí era en un principi descendent del Sol; el femení, de la Terra; i el que participava d'ambdós, de la Lluna. I precisament, com la Lluna, eren circulars ells mateixos i la seva manera d'avançar. Eren, doncs, terribles per la seva força i el seu vigor i tenien gran arrogància, fins al punt que atempten contra els Déus. Llavors Zeus i els altres Déus van deliberar i es trobaven davant un dilema, ja que ni podien matar ni fer desaparèixer la seva raça, fulminat-els amb el raig com als gegants - perquè aleshores desapareixerien els honors i sacrificis que els homes els tributen, ni permetre que seguissin sent altius.

Després de molt pensar, per fi Zeus va tenir una idea i va dir: "Em sembla que tinc una estratagema per que continuï havent homes i deixin de ser insolents, en fer més febles. Ara mateix, en efecte, va continuar, vaig a tallar-los en dos a cada un, i així seran alhora més dèbils i més útils per a nosaltres, en haver augmentat el seu nombre. Així doncs, una vegada que la naturalesa d'aquest ésser va quedar tallada en dos, cada part trobava a faltar a la seva meitat, i es reunia amb ella, es envoltaven amb els seus braços, s'abracen l'una a l'altra, anhelant ser una sola per naturalesa. Des de fa tant de temps, doncs, l'amor dels uns als altres és innat en els homes i aglutinador de l'antiga natura, i tracta de fer un sol individu de dues. Així doncs, quan es topen amb aquella veritable meitat d'ells mateixos, senten un meravellós impacte de amistat, d'afinitat i d'amor, de manera que no estan disposats a separar-se.

Altres perspectives

Filosòficament, sol pensar que l'amor és l'únic sentiment per al qual no existeix un sentiment de polaritat, com és el cas dels altres sentiments (p. ex. calma-desassossec).

Perspectiva materialista

Sota un punt de vista merament materialista, l'amor és considerat com un conjunt de comportaments i actituds involuntaries i desinteressats que es manifesten en éssers capaços de desenvolupar intel·ligència emocional o emocionalitat. Cal ressaltar l'ús actual de la paraula amor per designar tant el sentiment com el mateix acte sexual, mitjançant l'expressió "fer l'amor". Fins a mitjans del segle XX, aquesta expressió estava reservada per al galanteig.

Actualment hi ha una altra corrent de pensament sobre el que és l'amor. Segons alguns estudis realitzats per neuròlegs i científics americans «*l'amor no es registra com un sentiment tal com ho fa l'odi o l'alegria, sinó com una necessitat, és a dir, es presenta de manera molt similar al cervell a com ho fa la fam*»; tornant llavors a la definició antiga de què l'amor és una necessitat humana.

Manifestacions de l'amor



Amor maternal (quadre de William-Adolphe Bouguereau, 1869).

En les relacions de la persona amb el seu medi, l'amor pot presentar una o més d'una de les manifestacions següents:

- Amor autopersonal. La autoestima o *amor propi* és l'amor cap a un mateix. És quelcom positiu per al desenvolupament personal i indispensable per a les bones relacions interpersonals. Es basa en l'acceptació de les virtuts i defectes propis i la percepció d'aquests en la seva justa mesura. No s'ha de confondre amb el narcisme, que comporta egocentrisme i que acostuma a existir com a conseqüència d'una autoestima baixa. ^[13] vulgarment es malinterpreta amb freqüència el concepte d'autoestima al referir-se al *narcisme patològic* com "autoestima massa alta" o "massa amor propi". L'autoestima és el requisit necessari perquè existeixi amor real en qualsevol de les seves manifestacions.
- Amor filial: entre pares i fills (i, per extensió, entre ancestres i descendents). Específicament el *amor maternal*, o amor de mare a fill, per tradició, es considera motivat per un fort instint que el fa especialment intens. No obstant això, també hi ha qui qüestiona l'existència d'aquest instint. ^[14]
- Amor fraternal: en el seu sentit estricte, és l'afecte entre germans, encara que s'estén a altres parents exceptuats els pares i adults. Neix d'un sentiment profund de gratitud i reconeixement a la família, per emocions que apunten a la convivència, la col·laboració i la identificació de cada subjecte dins d'una estructura de parentiu. El mateix que l'amor filial, i des del punt de vista del psicoanàlisi, el fraternal és sublimat, ja que està fundat en la interdicció del incest.

- Amistat. Proper a l'amor fraternal, és un sentiment que neix de la necessitat dels éssers humans de socialitzar. L'*amor al proïsme* neix al seu torn de l'ús de la facultat de la ment d' empatitzar i tolerar, i constitueix l'abstracció de la amistat. Per Erich Fromm, aquest amor al proïsme equival al *amor fraternal* i a l'amor predicat en la Bíblia mitjançant la frase «*estimaràs el proïsme com a tu mateix*»



*Amor fratern (figuretes prehispaniques de fang, 250-900 dC).
Pobles indígenes del Centre de Veracruz. Museu d'Antropologia de Xalapa, Mèxic).*

- Amor romàntic: neix a l'expectativa de què un ésser humà proper ompli a un de satisfacció i felicitat existencial. Aquest sentiment idealitza en cert grau a la persona objecte d'aquesta expectativa, definida en la psique.
- Amor confluent: amor entre persones capaç d'establir relacions de parella definit a mitjans del segle XX. Apareix per oposició a l'amor romàntic: no ha de ser únic, no ha de ser per sempre, no suposa un lliurament incondicional etc.
- Amor sexual: Inclou el *amor romàntic* i el *amor confluent*. El desig sexual es considera una manifestació de l'amor només si neix de l'*autoestima*.
- Amor platònic. Amb propietat, és un concepte filosòfic que consisteix en una elevació de la manifestació d'una idea fins a la contemplació de la mateixa, que varia des de l'aparença de la bellesa fins el coneixement pur i desinteressat de la seva essència . Per Plató, el veritable amor és el que neix de la saviesa, és a dir, del coneixement. ^[12] vulgarment, es coneix com una forma d'amor que no hi ha un element sexual o aquest es dóna de forma mental, imaginativa o idealistes i no de forma física.
- Amor als animals: neix d'un sentiment protector.
- Amor cap quelcom abstracte o inanimat: un objecte físic, una idea, una meta, a la pàtria (patriotisme), al lloc de naixement, l'honor, a la independència (integritat). Es pot considerar *amor platònic* en el seu sentit filosòfic.

- Amor cap a un déu o una deïtat (devoció): Sol néixer en l'educació rebuda des de la infància. Considera a Déu com la font de tot amor i es basa en la fe. En la majoria dels casos, es considera que després de la mort Déu premiaria d'alguna manera a les persones que la corresponent religió considera virtuoses.



Representació de l'amor
(*Erastés i Erómenos, Segle V aC*).

- Amor Universal: el qual totes les persones poden arribar a sentir pel medi natural i que els grans místics experimenten com nirvana, èxtasi o il·luminació, manifestació sublim en la qual, segons el cristianisme o el budisme, s'eclipsen o conflueixen la resta de les manifestacions. Eckhart Tolle sosté que l'amor, com a estat continu, encara és molt rar i escàs, tan escàs com un ésser humà conscient.^[18]

Alguns idiomes, com el grec antic, distingeixen entre els diferents sentits de l'amor millor que el espanyol. Per exemple, en grec antic existeixen les paraules filia, eros, Àgape i storge, les quals signifiquen amor entre amics, amor romàntic o sexual, amor incondicional i amor afectiu o familiar respectivament, o en llatí cupiditas com corresponent al grec eros (desig sexual) i Càritas com corresponent al grec Àgape (empatia, altruisme). No obstant això, tant en grec com en molts altres idiomes, històricament ha resultat molt difícil separar els significats d'aquestes paraules totalment, per la qual cosa és possible trobar la paraula Àgape (amor incondicional) sent utilitzada amb el mateix significat que eros (amor sexual o romàntic). Tanmateix, algunes terminologies vulgars en espanyol com per exemple Filitosa, originat de filio, genera jerarquies de serietat o durada de la parella.

Teoria triangular de l'amor

La **teoria triangular de l'amor**, desenvolupada per Robert Sternberg, classifica l'amor en les relacions interpersonals en tres escales diferents: intimitat, passió i compromís.

Intimitat representa la comunicació oberta, la confiança en la parella, la comprensió i la felicitats d'estar junts. La component passional inclou la passió sexual, la satisfacció de l'autoestima i la capacitat de relacionar-se. I, finalment, el compromís es divideix en dos: a curt termini que és el reconeixer que s'estima a una persona, i a llarg termini que és la determinació de mantenir aquest amor.

Segons aquesta teoria, qualsevol amor pot ser explicat com una combinació d'aquests tres elements. Les relacions basades només en un d'ells tenen menys possibilitats de perdurar que les basades en dos o més.

Tipus d'amor

Combinacions d'intimitat, passió i compromís			
Agradar o Amistat	intimitat		
Atracció o desig		passió	
Amor buit			compromís
Amor romàntic	intimitat	passió	
Amor d'amic	intimitat		compromís
Amor irracional (idili)		passió	compromís
Amor complert	intimitat	passió	compromís

El pes de cada component va variant durant el transcurs d'una relació adulta.

1. *Agradar* inclou només un dels components de l'amor: l'intimitat. En aquest cas, agradar no és usat en un sentit trivial. Sternberg diu que aquest agradar íntim caracteritza les amistats verdaderes, en les quals la persona sent un vincle, una calidesa i una proximitat amb l'altre però no experimenta una passió intensa ni un compromís durader.
2. *Atracció* consisteix solament en passió i sovint és el que anomenem "amor a primera vista". Però sense els components d'intimitat i compromís l'amor atractiu pot desaparèixer en qualsevol moment.
3. *Amor buit* es basa en el component de compromís sense intimitat ni passió. Alguns cops, un amor fort es deteriora cap a amor buit, en el qual el compromís es manté mentre que la passió i l'intimitat es perden. En les cultures en què hi ha matrimonis preacordats les relacions comencen amb un amor buit.

4. *Amor romàntic* és la combinació d'intimitat i passió. Els amants romàntics estan lligats emocionalment (com en el cas d'agradar-se) i físicament gràcies a la passió existent.
5. *Amor d'amic* es basa en intimitat i compromís. Aquest tipus d'amor es troba sovint en les parelles on la passió ha desaparegut de la relació però el sentiment d'afecte i compromís continuen. També se sol donar amb les persones amb qui comparteixes la vida però sense desig sexual. És l'amor ideal entre membres d'una família o entre molt bons amics.
6. *Amor irracional* té la passió i el compromís però li manca el component d'intimitat. Aquest tipus d'amor pot ser exemplificat per una relació amb un festeig curt i un casament en el que el compromís és motivat principalment per la passió, sense haver donat temps a desenvolupar l'intimitat.
7. *Amor complert* és l'únic tipus que inclou els tres components. És la forma més completa d'amor i representa la relació amorosa ideal a la que la majoria de gent vol arribar. Sternberg avisa que mantenir una relació d'amor complet pot ser fins i tot més difícil que aconseguir-la. Remarca la importància de portar a la pràctica els components de l'amor: "Sense demostracions" avisa "fins i tot el més gran dels amors pot morir"

Segons diu Eduard Punset, en el seu programa de TV Redes, L'Amor es el primer instint per que s'uneixin els atòms, fa tres milions d'anys.

Què ens diu el Rombe sobre l'AMOR?

“Totes les vibracions comprimides dintre d'aquell àtom primordial van sortir impulsades per la força creadora, precisament la força neutra, i així va ésser creat l'univers material “

Hola, em dic Francina i vaig entrar en l'ensenyament del Rombe l'any 84 mes o menys, la meua relació amb la M^aRosa és primer de nora i després de amiga i germana en l'ensenyament del Rombe. No la oblidaré mai, ella és per mi, el meu Mestre, la meua Mare, la meua Guia no pararia de posar adjectius, per tot el que ella m'ha donat, i em continua donant i tot el que après i continuo aprenent, sé que ella està amb mi i ho noto, quan he tingut que prendre una decisió important, ella està amb mi, i desde el punt on es troba, la perspectiva és molt més ample i la seva ajuda és molt més efectiva.

De mica a mica la M^a Rosa m'anava formant, aquelles llibretes velles plenes de coneixement, que ella dia a dia va anar omplint, d'escriptura automàtica, en elles hi havia tota la seva història desde el desenvolupament de la seva facultat mediumínica, la seva pasada per els espiritistes, grups de persones de bona voluntat que la seva feina era “encaminar als germans”, bona feina fer reconèixer als sers desencarnats que encara no en son conscients de haver fet el traspàs. Així ella s'anava preparant per rebre més endavant aquests missatges dels Mestres de Sabiduria, perquè algun dia en poguessin gaudir tots els éssers.

El primer contacte que va tenir la M^a Rosa amb aquestes entitats, guies de llum i saviesa va ser Llum, després Energia, Guies planetaris etc,... tots ells Mestres de Saviesa Universal.

Els vespres passàvem hores i hores, parlant de la seva evolució, com va començar a entrar en aquesta nova forma de viure, aquest món fenomènic, diferent, esotèric, no trobo la paraula adient. Dic nova forma de viure per que, el que sí que te l'ensenyament del Rombe es que a mida que vas penetrant i adquirint coneixements nous, vas tramutant internament, vas adquirint valors humans que potser ja els havies oblidat o encara no els havies après.

Els Mestres ens diuen:

L'Amor es la substància, la vibració menys densa, la que obeeix menys lleis, la més etèria i la que tot ho penetra. Amb amor el camí serà planer, no hi hauran pedres, el cos no us pesarà, no sentireu gana ni set, penetrareu dintre del germà, l'univers us oferirà la seva bellesa. Però, ai! l'home encara no està a punt per entendre l'Amor Còsmic. Mentrestant estimeu, procureu que aquest amor passi més enllà de vosaltres i arribi el més lluny possible, com una llavor que es llançada pel vent i fecunda les terres més inhòspites i els llocs que vosaltres no visitareu mai.

L'Home com a home té quatre substàncies qualitatives fonamentals que són: *INTEL·LIGÈNCIA*, *VOLUNTAT*, *INSTINT* i *AUTOMATISME*. Aquestes quatre substàncies, configuren l'home i així també, configuren la imatge que cultures i místiques anteriors han trobat en la forma anomenada *PIRÀMIDE*.

Cada una d'aquestes substàncies qualitatives l'unir-se en un punt, generen *la FORÇA CÒSMICA*, que surt de l'home cap el cosmos i que rep l'home del cosmos, fent d'ell l'únic ser en l'univers captador i transmissor d'aquestes energies. Parlo de l'home no referint-me tan sols a l'home de la Terra.

Si desglossem cadascuna d'aquestes substàncies qualitatives de l'home veurem que són perfectes. Comencem per la darrera.

AUTOMATISME. L'automatisme és el sistema pel qual l'home es manté amb vida, vida física, fisiològica. Per a aquest automatisme rep unes variacions d'ones provenint de l'espai electromagnètic. És així que l'home respira, el seu cor bateja, el seu cervell és l'òrgan pensant a través de les terminals neuronals i de la substància que vosaltres anomeu "mielina", i tots els òrgans interns funcionen, fent de l'home un ser biològic i orgànic. Així mateix, el sistema automàtic de l'home proveï amb aquests grups diferenciats de cèl·lules, cadascuna amb funcions diferents, obeint consciències grupals diferents, però cada consciència grupal amb una intel·ligència capaç de reclamar en cada moment el què necessita per a la seva supervivència.

Tenim després l'INSTINT (Instint de l'home). Això requereix un estudi profund, doncs és importantíssim i potser l'hem deixat de banda pensant que és de qualitat inferior i certament no és així. Heu d'entendre que l'instin és part fonamental de l'home còsmic. Heu de potenciar aquest instint si voleu sobreviure i ser continuadors de la vostra espècie, imposat com a qualitat d'unió la conservació de l'espècie, i penseu que realment és així. Amb aquesta conservació teniu l'instint de procreació i l'instin d'agressivitat. Aquests són els principals instints de l'home i gràcies a aquests instints, que com tots els que arrossega de la seva bestialitat, els necessita per no caure en la seva extinció.

L'agressivitat és un terme ambigu que va de la passivitat a l'agressivitat. El grau d'agressivitat o de passivitat pot ser igualment vàlid en el moment que l'instin que té i necessita tot l'organisme biològic, Això ja us ho anireu estudiant i ho anireu experimentant a través del vostre viure diari.

L'instin de procreació es manifesta en els homes a través de la seva creativitat i a través del seu instint sexual. L'un sense l'altre no donen el fruit desitjat. Aquest instint creador de l'home és aquest instint de procrear-se, de deixar de fer quelcom de la seva mateixa essència per a la continuïtat de la vida i, per tant, de que està viu.

Tenim la VOLUNTAT. Sense aquesta substància a l'home li seria impossible de continuar els treballs i els estudis que necessita per arribar a ser aquest Home Còsmic. Ara ve l'últim cantó que precisament la seva intel·ligència necessita.

La INTEL·LIGÈNCIA de l'home capaç de crear la seva pròpia vida i de discernir en cada moment quina de les seves substàncies qualitatives ha de potenciar. Aquest conjunt d'elements són el receptacle perfecte per a la part més pura, però no necessàriament componen de l'home perquè existeix per ella mateixa i que és l'esperit.

Si tots aquests elements harmònicament i equilibradament treballen aquest meravellós organisme viu que és l'home l'esperit s'hi sentirà bé, s'hi sentirà com se sent el Senyor en el seu tron. L'esperit es manifestarà a través d'aquesta harmonia i podrà fer amb vosaltres que surti el veritable Home Còsmic.

Perquè tots aquests elements substancials treballin harmònicament, s'equilibrin i s'ajudin, fa falta l'amor, l'amor pur, l'amor sincer. Sense l'amor l'home seguirà sent un savi imperfecte, un científic imperfecte i un místic imperfecte.

L'AMOR, pre-substància anterior a l'home, anterior a l'univers i existent per ella mateixa.

Potser el que em va xocar més en aquest ensenyament, és quan els Mestres ens parlen de l'AMOR, com a substància anterior al home i anterior al Univers, ella, com a força Suprema de la Creació.

Nosaltres els humans entenem l'Amor de diferent manera, els nens quan neixen es nodreixen d'aquest Amor incondicional, aquest Amor per un fill, que en condicions normals sentim la necessitat de donar-li tot el que necessita per la seva evolució tant de la part física com espiritual, però també sentim aquest Amor possessiu, l'Amor de parella, quan ens enamorem es manifesta una força tan intensa que no la podem controlar, només veure o pensar en la persona estimada ens omple d'una energia que no sabem que fer-ne, tot és bonic, superior.

Però també te la seva contrapartida, com ens explica Francesco Alberoni en els seus llibres, L'Amistat, Enamoramiento i Amor, Te Amo etc. en el seu anàlisi on es recrea molt explícitament:

“La pareja es exclusiva, pretende controlar todo, no deja espacios vacios. Quien ama i desea ser correspondido se plantea una cantidad innumerable de preguntas, y sabe que la pasión, los celos, los sueños, los ideales, el erotismo i el amor pueden hacer que su vida se convierta en algo maravilloso o bien transformarse en un autentico infierno”.

El Rombe en ensenya sempre a veure la contrapartida de tot, en els sentiments, aquest amor incondicional, desmesurat, també provoca efectes negatius. En la educació dels infants com ens diu el psiquiatre Boris Cyrulnik, en el seu llibre *El amor que nos cura*:

“Los niños hacen las leyes. Por el simple hecho de su venida al mundo, el niño impide la separación de los padres, hace dos generaciones, las mujeres querian dar un hijo a sus maridos, hoy quieren dar un padre a su hijo. Los valores familiares se ponen en marcha entorno al pequeño, esta pasión por la infancia, que organiza los entornos afectivos, produce bebés gigantes de narcisismo hipertrofiado”

Com diu el nostre guia Llum i guia de la M^a Rosa el 8/2/84, ens va recordar una poesia que fa molts anys, havien transmès a la M^a Rosa:
“És el màxim exponent de l’Amor i la llibertat que pot sentir una criatura evolucionant precòsmica”, Així és com ens anomenen els mestres als essers humans.”

***Per fi sóc lliure jo,
Sense traves ni cadenes
l’Amor m’ha fet lliure
doncs és l’únic que no té límit***

***Sóc lliure d’estimar el ric i el pobre,
Al negre i al blanc, l’home o la dona.
Tan se val de quin país vinguin
o quin llenguatge parlin,
quina religió, doctrina o idea política tinguin.
Tan se val. Els estimo igual.
No em sento lligat amb res...***

Ens parla d’estimar o ser lliure per no estimar, ens parla d’un amor universal que inclou el concepte de possible amor personal, del màxim Amor que pot sentir un ésser humà actual.

Amor, presubstància anterior a la formació de l’univers, element necessari per a la unió harmònica dels àtoms, que formen i conformen tot l’univers visible, els mestres ens insten a que estudiem l’Amor en totes les seves manifestacions, dins de la nostra vida, per fer de ciment i unir tots els components del cosmos infinit. No sempre aquest Amor té l’aspecte o cara dolça i agradable de la manifestació del Amor en les formes més pures i etèries, ens diu Llum, que ja estem preparats per fer prospeccions arqueològiques i endinsar-nos en els avenços més profunds per descobrir en els medis més inhòspits i cruels, verdader amor i necessitat amorosa.

L’Amor, substància que només els raigs del Karma, manegen amb saviesa, certesa i eficàcia.

Un missatger de l’espai ens insta a contrarestar la rumorologia negativa i malsana. Aquest cervells negatius que circulen emeten conceptes religiosos, poètics i econòmics, per dipositar-se en las mentes de la gran massa i plantar la llavor de la violència i el desamor fratricida. Ens diuen vosaltres teniu per missió contrarestar aquesta rumorologia negativa i perversa, però eficaç, fent rumorologia d’amor de pau, de llum, d’esperança, de lògica, de fer camí i d’amor fratern. Que els nostres pensament siguin purs, que els nostres actes siguin amorosos, que la nostra parla sigui consoladora, sigui optimista, que la nostra visió del mon sigui esperançadora i transcendent, transcendent vol dir que vegem més enllà del simple efecte òptic que estem veient, i veure la globalitat del gènere humà i la seva aportació al conjunt de la mare terra. En nosaltres mateixos, en el nostre cercle familiar, social, laboral es difongui el missatge optimista i intimista perquè tingui més credibilitat.

Emetre pensaments de reforçament per les ments que dirigeixen les polítiques mundials que més s'adaptin al nostre patró de rectitud, honestat i intel·ligència, que no dubtem que ells ho rebran i les seves accions donaran fruits d'equilibri i de pau. Amb aquest sistema, ens diuen, podem apaivagar grans i petits conflictes.

La veritat i només la veritat ha d'infondre en els nostres pensaments, paraules i acció, no val en aquest sistema simulacions carents d'autenticitat, que només farien que enredar encara més la troca existent. Hi ha tants elements per ser optimistes!

Abans que res el Rombe es Amor. La llibertat del subjecte humà ha de estar fonamentada per la justícia i el reconeixement de que tot ésser humà té el dret i el deure de sentir-se lliure de estimar i ser estimat, estimar ser estimat són les dues dimensions del rombe que no poden perdre la seva perfecte proporció si no desequilibra tot el producte de aquesta gran acció.

LA 1ª LLEI ES L'AMOR

La primera llei és l'Amor.

Per Amor es mouen els astres, floreixen les plantes.

Per Amor els Sols exploten i s'assequen les flors.

Per Amor l'elefant mor, hi ha cataclismes, l'home odia, mata sense compassió.

L'amor, força suprema de l'Univers, quan es manifesta ho fa també adoptant la dualitat. No pot existir un Amor que faci bé, sense l'Amor que faci mal.

Un exemple: Una mare té un fillet que té gana. El seu amor fa buscar per l'infant el pollastre més tendre, la verdura més escollida i li fa un brou que el nen beu amb avidesa i menja delitós la verdura, calmant així la seva fam.

Es un acte amorós i digne d'elogi. Però mirem-ho per l'altre costat. Pel pobre pollastret ha sigut un mal terrible. Li han segat la vida violentament. Les verdures han estat igualment mortes. Per a elles és un acte injust.

Perquè existeixi la vida hi ha d'haver mort. Per amor a la Pàtria hi ha guerres; per amor als diners, hi ha especulació i robatori... I així podríem escriure dies, mesos i anys sense acabar.

Que equivocats estem els homes. Si sabéssim veure el seu vertader desig i amor. L'amor es manifesta en tots els plans. És segons el pla de la seva manifestació la forma i el resultat.

L'amor com a força pura es manifestarà més a ella mateixa com més purs siguin els mòbils que l'impulsin. Com menys material sigui l'amor que sentim mes íntim ens deixarà l'acompliment de l'amor, més satisfets, més plens.

L'amor que s'allunya d'aquesta puresa sempre deixa mes set. Com més se n'obté, mes se'n vol. Fixem-nos en l'avar, no en té mai prou dels seus diners. L'afany de posseir-los no s'acaba mai.

Nomes l'amor amb ses formes mes pures pot calmar-nos la set. Hem d'estimar sempre, però Oh!, sense obligar-nos a estimar. L'amor ha de brollar de nosaltres com una font, com un riu que pasa a través nostre, amb naturalitat, sense forçar ni tenir consciència d'ell mateix. No us forceu mai a estimar allò que no estimeu, doncs solsament aconseguireu l'efecte contrari: l'odi.

Deixem que l'amor vingui sol. Quan admitim que no estimem un determinat objecte, sigui persona o cosa, i acceptem que no tenim perquè estimar-lo, ja serem lliures. Quan no hi estiguem obligats llavors començarem a estimar.

No ens forcem a estimar. Es perillós.

Netegem el nostre pensament i el nostre cor, i l'amor vindrà a nosaltres

Quan el nostre grau d'evolució ens permeti estimar-ho tot, ja no ens adonarem que estimem.

LA SEGONA LLEI es sobre la no repressió dels desitjos.

Quan desitgem una cosa patim per obtenir-la. Quan la tenim sofrim per conservar-la i sentim dolor al perdre-la.

Els homes, per evitar el sofriment i ser feliços, ens em inventat molts sistemes.

Un d'ells, posat a la pràctica per la majoria de religions, tant orientals com occidentals, és el de la repressió dels desitjos, esperant d'aquesta manera que serien feliços. Fatal equivocació que vol trencar les lleis d'evolució i involució, creant així un desequilibri al ser evolutiu, capaç d'aturar per temps indefinit el seu camí i de portar-lo a la maldat i a la malaltia mental.

El desig és el que la mou a cercar noves formes cada vegada més materialitzades en el seu descens i més espirituals i més pures en el seu ascens. Les dues formes són necessàries per la creació de l'univers. Així veiem, doncs, que els desitjos són legítims i necessaris. Un ser sense desitjos quedaria immòbil, cosa que és impossible ja que tot està en continu moviment i evolució.

Esta clar que no tots els desitjos i apetències que tenim són purs, ni tots ens faran feliços. Ens podem equivocar i prendre per legítim el que és una apetència ignorant i egoista del nostre ego humà, i fer de nosaltres uns sers despreciables i desgraciats. Però correm aquest risc i l'hem d'acceptar. Però no tinguem por, ja que un dia o altre el sofriment i l'ànsia de felicitat que tenim ens farà veure el nostre error i canviar la nostra trajectòria.

Per això hem d'aprofitar bé els contratemps i dolors meditant a fons, perquè ens han vingut on ens hem equivocat en el nostre camí per esmenar la falta.

Quan tenim un desig hem de complir-ho amb sinceritat i entrega, amb puresa de cor i naturalitat. Només així podrem saber que no ens és necessari i ens podrem deslliurar d'ells. És com si veiéssim moltes vestidures i ens les volguéssim posar totes per anar mes abrigats. Si no ens les posem estarem pensant sempre amb elles i no ens podrem moure de la seva vora i cada vegada que hi pensem tindrem més fred. Només posant-nos-les totes podrem comprovar que no ens serveixen, perquè el fred el tenim dins nostre i la calor també.

No hem de reprimir els desitjos, ja que crearíem els veraders dimonis que fan de l'home una criatura desgraciada, dolenta i folla, o un ser apàtic inútil i no creatiu.

Durant segles d'obscurantisme el sistema de la repressió amb tots els aspectes de la humanitat ha fet que l'home es veiés minvat amb totes las seves facultats psíquiques, emocionals i instintives. La moderna psicologia s'ha donat compte del desgavell i moltes escoles d'ensenyament per infants ja practiquen.

Sense Amor l'home seguirà sen un savi imperfecte, un científic imperfecte i un místic imperfecte.

Com una espurna, com un alè es trasllada l'ànima en un temps estimat.

Et recerco, et recerco i et vull trobar.

L'amor preexistent abans que res, es buscat per l'ànima.

On ets?. Esperem.

Aquesta és la Llei de l'Univers. Sense aquesta llei de recerca, d'anhel més enllà de les formes del Coneixement, no hi ha res.

On ets?. Amorosa crida l'ànima.

Ja vinc, respon amatent l'Amor.

Aquesta trobada passa de dia a dia, d'any a any, de segle a segle, de mambàtara a mambàtara, sempre buscant l'ànima delerosa de l'amor puríssim que l'ha de satisfer, que l'ha de curullar, per junts formar la veritable criatura.

Amor, on ets?

Ja vinc, ja vinc.

Extret de la viquipèdia, de Eduard Punset, i dels ensenyaments del Rombe canalitzats per M^a Rosa Casanovas