

ESCUELA: CENS SOLDADOS DE MALVINAS

DOCENTE: CINTIA ROMERO

CORREO ELECTRÓNICO: cintiadromero@gmail.com

TELÉFONO: 264 620-2902 (solo WhatsApp)

CICLO: 2º 1ª

TURNO: NOCHE

ÁREA CURRICULAR: FILOSOFÍA Y PSICOLOGÍA

GUÍA N° 8

FECHA DE PRESENTACIÓN: **14 de SEPTIEMBRE de 2020**

TÍTULO: AMOR Y FELICIDAD



En la guía anterior vimos la preocupación de la filosofía para tratar el tema del amor, si es que existe, de ser así, ¿qué implica realmente amar? Pues ahora vamos a continuar con esas dudas y reflexiones, pero en esta ocasión vamos a agregar “la felicidad”, ¿van de la mano? ¿Uno deriva del otro?, al igual que pasa con el amor, ¿realmente existe la felicidad? ¿Qué es ser feliz?

El Amor como sustento de la Felicidad.

Muchas investigaciones acuerdan en que el Amor es la base, lo que sirve de abono para la felicidad, lo que la hace crecer y expandirse como un virus. No solo estamos hablando sólo del amor de pareja.

No somos autónomos, vivimos en sociedad, y todos dependemos del apoyo y valoración ajenos. Pero no debe ser una necesidad sino un intercambio de dar y recibir. Cuando una persona forma parte de nuestra vida, se vuelve de alguna forma necesaria, y si nos falla, nos sentimos decepcionados, tristes o enojados, como oposición a lo que entendemos por felicidad.

Del mismo modo que nuestras mayores alegrías suelen ir de la mano de alguien. No hay magia, a menos de que al Amor le llames magia, que hasta cierto punto se podría considerar.

En primer lugar, tienes que amarte a ti mismo, apreciarte y tratarte como tu mejor amigo. Ahí entra también la autoestima, pues la carencia de auto – estima, es decir de amor por uno mismo es la clave de la infelicidad. Y, en segundo lugar, aprende a entregarte, a compartir, aunque te arriesgues a sufrir. Dice una canción de Julio Iglesias: *“Es más feliz quien más amó...”*

Y es cierto, porque quien entrega el amor sin esperar nada a cambio, por el simple hecho de llenar su vida de amor, hasta sus células mejoran, están más sanas, mejora la inmunidad a las enfermedades, disminuye el dolor, y aumentan las oportunidades de ser feliz.

Así que si lo piensas de una forma egoísta... dar amor es bueno para ti.

¿Felicidad o amor?

Lo más importante consiste, no en buscar la felicidad, sino en amar y ser amados.

Para muchos, el objetivo principal de la vida humana sería conquistar la propia felicidad. Para llegar a esa meta, uno trabaja o descansa, estudia o juega, se casa o vive soltero, viaja o se queda en casa; pero en el fondo, el deseo más profundo, el más intenso, el más rico y el más grande que existe en *cada ser humano* consiste no en buscar la felicidad, sino en amar y ser amados, con lo cual a veces se considera que traerá esa felicidad.



Precisamente por ello, **quienes aman, quienes se dejan amar**, ya sea en una relación de parejas, dentro de la familia, con una mascota, hacia amigos/as, con el trabajo; experimentan, sin buscarla, una felicidad intensa, verdadera, estable, noble. Precisamente porque dejan de pensar en sí mismos, porque viven centrados en el bien y la felicidad del otro.

Quien vive en el mundo del amor, no se preocupa de si es más o menos feliz, de si está contento o triste. El centro de su vida es el otro. En función de la persona amada hace o no hace, sube o baja, trabaja o descansa.

El enamorado (recordemos que enamorado lo entendemos como “aquel que está dentro del amor”, aquel que siente amor por algo/alguien; no precisamente se refiere a enamorado como noviazgo), por lo tanto, no piensa ya en la propia felicidad, porque lo que se busca es conservar y acrecentar el amor, y a partir de allí sentir la felicidad, como premio o recompensa de ese amar.

Sólo cuando el amor llega a su plenitud y es correspondido o valorado, surge entonces una felicidad tan maravillosa que nada ni nadie la pueden herir. Porque la felicidad y el amor van de la mano.

En una inscripción griega el poeta había escrito: **“Lo más hermoso es lo más justo; lo mejor, la salud; pero lo más agradable es lograr lo que uno ama”**. Decía algo muy hermoso, porque vivir enamorado y correspondido es algo que no espera ninguna recompensa: vale por sí mismo.



Actividades:

- 1- En esta ocasión la actividad será una sola, ¡pero ojo! Debes prestar atención, reflexionar mucho sobre el amor, la felicidad, trata de contemplar todas aquellas circunstancias que despiertan lindas cosas dentro de ti, (como el olor a café con leche en un día frío, esa música que te encanta y que hace mucho no escuchabas, ver sonreír a esa persona que te llena el alma) ¿qué te hacen sentir? ¿qué experimentas en el cuerpo/mente? Escribe un borrador con lo que consideras que es la felicidad para ti y lo

que consideras que es el amor; luego escribe qué relación tienen. Una vez que tengas esa reflexión, **Realiza un CALIGRAMA.** Un caligrama es un poema, frase o palabra en la cual la tipografía, la caligrafía o el texto manuscrito se arregla hasta formar una imagen visual. Se caracteriza por que la imagen creada por las palabras expresa visualmente lo que la palabra dice. (Poesía visual). A continuación, te presento dos ejemplos para que te guíes y te animes, el tuyo puede tener la forma que quieras, que más represente el tema tratado o lo que más te represente a ti. ¡Una vez realizado le sacas una foto lo más clarita posible y me lo envías por mail o por teléfono! ¡A animarse!!

Ejemplo:



DIRECTORA: ROMINA A. RIOFRIO DÁVILA