

Ana Villarrubia

“Hay que aceptarse y vivir el amor adaptándolo a cada etapa”

Es psicóloga clínica, dirige su propio gabinete en Madrid y desde su blog en **ar-revista.com** intenta hacernos la vida más fácil. A ella recurrimos para dar respuesta a las dudas que nos surgen en el amor

Ana, ¿cómo se vive el amor cuando ya has amado antes?

Primero, es importante distinguir entre amor y enamoramiento. El segundo es un estado de enajenación que, afortunadamente, puede durar como mucho unos meses. Es una fase egoísta en la que solo estás centrado en lo que esa persona puede satisfacer de ti. En este sentido, cuanto más adulta es la relación menos dura esta etapa. Es una cuestión física, especialmente hormonal, y de aprendizaje.

En la segunda etapa, en la que conoces a la persona, en la que ya te sientes atraído por ella y no por un ideal, es cuando estás dispuesta a satisfacer sus necesidades, se convierte en un amor más sosegado, más tranquilo, pero igualmente placentero y estable. El compromiso y la intimidad crecen más rápido... Tu experiencia te ha enseñado a saber compartir y tienes menos prejuicios porque vas teniendo las cosas más claras.

¿Hay diferencias entre el hombre y la mujer a la hora de darse segundas oportunidades?

En general, yo creo que sí. La mujer es más cauta. Ella busca bien, intenta encontrar lo que quiere y solo da el paso si está segura de que lo que le ofrecen es mejor que lo que tiene. El hombre es diferente: es más impulsivo y temerario.

¿El segundo amor puede ser mucho mejor que el primero?

No tiene por qué ser mucho mejor ni peor... Es diferente. Si a los cuarenta quieres vivir lo que viviste con el primero es que hay un desfase, una regresión inmadura. No se puede comparar. El amor tiene que ir en paralelo al proceso de maduración: no podemos olvidar que han pasado unos años que nos han transformado. Hay que aceptarse y vivir el amor adaptándolo a cada etapa... No nos creamos que porque no hay el chisporroteo de los veinte años va a ser peor. Ahora tiene que estar asentado sobre raíces más sólidas. ¿Mejor o peor? Puede ser bueno o buenísimo... No se puede comparar.



FOTO: PABLO SARBABIA