

A  
M  
A  
R



*Una de las cualidades más importantes de  
LA FAMILIA, es que en ella, se vive y se  
aprende el verdadero significado de lo que es  
AMAR.*

# *AMAR es DIALOGAR*



*Al conversar, si escuchamos con atención antes de intervenir, las palabras se llenan de significado.*

*El diálogo que más nos enriquece, es el que parte del interés por comprender a la persona con la que hablamos y conocerla mejor.*

*No se trata de saber quién tiene razón, se trata de entender por qué la otra persona considera que la tiene.*

# *AMAR es “TRATAR BIEN”*



*Tratar bien es relacionarse con buenos modos, siempre, en cualquier circunstancia. Es algo que se manifiesta tanto a través de la palabra como mediante gestos o acciones.*

*Que te traten bien es lo mínimo que puedes esperar de quien te ama. Por desgracia, también hay personas que dicen amarnos o ser nuestros amigos, pero sus actos contradicen sus palabras.*

*No obstante, nadie está libre de cometer un error. Por eso, es importante saber perdonar.*



# AMAR es TOLERAR



*La tolerancia es la capacidad para soportar situaciones contrarias a nuestros deseos o gustos sin enfadarnos, quejarnos en exceso o albergar pensamientos negativos.*

*Se emplea cuando las ideas o los gustos de una persona son diferentes de los nuestros. Cuando algo no sale como habíamos previsto, o sale mal.*

*Practicar la tolerancia aviva la empatía.*

# ***EL AMOR PIENSA BIEN DEL OTRO***

*Al pensar bien de otra persona atribuimos a sus actos la mejor de las intenciones. No la juzgamos apoyándonos en sus imperfecciones o carencias.*

*Tiene un efecto casi mágico. Tu entorno se vuelve acogedor; no vives rodeado de monstruos o amenazas, sino entre seres humanos. Imperfectos, sí, pero con mucho amor para dar.*



# ***AMAR es CONFIAR***



Confianza

*Es la seguridad que tienes en ti mismo o en los demás. Confiar en otra persona es creer que, en una situación concreta, esa persona actuará como tú lo esperas.*

*La Confianza funciona como una especie de bola de cristal. Gracias al pasado, se predice el futuro.*

*Sin embargo, si alguien actúa de manera contraria a como tú esperas, la confianza puede acabar rompiéndose.*

# ***El AMOR es OPTIMISTA***



*El optimismo es la actitud que centra nuestra atención en el punto más favorable de lo que tenemos ante nosotros, de lo que nos rodea o sucede.*

*Un optimista siempre encontrará un aspecto favorable, incluso ante un contratiempo.*

# ***EL AMOR es SINCERO***

*La sinceridad consiste en mostrarse como uno es, sin fingir, y en comunicarse con transparencia.*

*Ser sinceros nos ayuda a construir relaciones sólidas; sin embargo, guardar silencio es una buena opción si lo que pensamos decir va a dañar a la persona querida, sin aportarle ningún beneficio.*

*Se pueden dar respuestas sinceras sin por ello renunciar a la cortesía.*

A mí me gustan las personas que dicen lo que piensan.  
Pero por encima de todo, me gustan las personas que hacen lo que dicen.



Quino



# ***AMAR es EMPATIZAR***

*La empatía es más que ponerse en la piel del otro. Es sentir sus razones.*

*La empatía exige que nos olvidemos de nosotros mismos, con nuestras capacidades, limitaciones, anhelos... Hay que estar en el otro, en su realidad.*

*Haber estado en el otro le da una dimensión más profunda al respeto.*



# ***AMAR es RESPETAR***

*Una persona respetuosa tiene en cuenta a los demás: Cuando trata con ellos o cuando cuida las cosas y espacios que ellos también usan.*

*Si entre dos personas, el respeto va en una única dirección, la relación es injusta. En cambio, si el respeto es mutuo hace brotar bienestar también en el otro, y eso es lo que se desea cuando uno ama de verdad.*

