

Dar y recibir amor



Alguna vez te has preguntado ¿Qué sucede con aquellas parejas muy enamoradas que gradualmente pierden esa “chispa de amor” llegando incluso al odio? ¿Cómo es posible que dos personas que se aman con locura terminan negándose hasta el saludo?

Algunos afirman que ¡murió el amor! Existen muchas razones por las cuales el amor entre dos decae. Incluso aquellos que llevando ese amor al altar y consagrándolo a Dios prometieron un amor verdadero, total, exclusivo, para siempre y abierto a la fecundidad, en la prosperidad, en la adversidad, en la salud y en la enfermedad, durante todos los días de la vida.

No cabe duda que algo está sucediendo, será el trabajo de terapeutas y consejeros matrimoniales desenmarañar las mil tragedias de amor y desamor, algunos incluso recomendarán ruptura, otros llamarán a la reconciliación y no faltarán aquellos que propongan modelos alternativos de convivencia para disimular de alguna forma los bemoles conyugales, esperanzados en que se calmen las aguas y el río vuelva a su cauce.

Diferentes autores contemporáneos coinciden en afirmar que todas las personas poseemos una especie de vasija o recipiente donde se almacena el amor que recibimos de otros. Un tipo de cofre escondido en lo más íntimo de cada uno de nosotros que se llena a diario de amor, pero del cual también se extraen medidas de amor como consecuencia de las actitudes agresivas, hirientes y de indiferencia con las que son tratados. No es de extrañar que para muchos las salidas superan los depósitos y como efecto lógico se produzcan fracturas en las relaciones, algunas de las cuales terminan en desamor.

Desde una óptica preventiva lo mejor sería dotar a las parejas de herramientas que les permitan prevenir el infortunio amoroso, se debe conocer algunos elementos que denominaremos “clave” en la construcción de una relación estable, madura y capaz de perdurar con el tiempo.

Lo primero que debemos tomar en cuenta es que no todos somos iguales, lo que a mí me hace sentir amado no es necesariamente lo que para mi pareja representa un depósito en su vasija de amor. Por ejemplo, algunas mujeres se quejan de que sus maridos no son detallistas y ellos por su parte se sienten insatisfechos en la dimensión sexual pues consideran que sus esposas no muestran el entusiasmo que ellos desean.

Seguidamente descubriremos algunos secretos al dar y recibir amor:

El amor auténtico se comunica con palabras: Dios ha dotado a los seres humanos de una extraordinaria capacidad para comunicarse que va desde los gestos, las miradas, las palabras, los abrazos, besos y muchos otros.

Es muy importante una comunicación franca con la pareja, cuando le amas con palabras, cada una de ellas fortalece y edifica, un cumplido directo y sencillo tiene gran potencial y resulta alentador para el conyugue. Algunos esposos subestiman este elemento, pero si logran remontarse a su época de noviazgo recordarán que hablaban por horas, podían

pasar un día juntos conversando y al retirarse cada uno a su casa resultaba necesario una llamada antes de dormir y la misma podía prolongarse por horas. ¿Será acaso que de novios sobreabundaba la comunicación o el deseo de escuchar al otro?

No acostumbraban a insultarse por horas, nunca... palabras bondadosas, humildes y matizadas con elogios eran la norma, después de la boda pareciera que estas fueron en detrimento, al existir otras formas de comunicación la rutina y el cansancio engendraron el silencio, el uhm..., ahá..., si..., no... entre otros monosílabos se hicieron presentes para el desgano del diálogo.

Es impresionante como para algunas personas el piropo o elogio está siempre a la mano para la compañera de trabajo, los compañeros de juego, la persona que encuentra en la calle, entre otros.

Después de un día Flora llega cansada a casa y se pregunta ¿Por qué a mis compañeros de trabajo les gustó tanto mi nuevo corte de cabello y mi esposo Jorge ni siquiera se percató del mismo después de una semana?

Juan reparó la canoa que goteaba desde hace meses, arriesgando su seguridad trepó al techo, reparó el daño y Alicia que tanto le fustigó para hacerlo no le ha felicitado por su esfuerzo.

El diálogo debe estar basado en la verdad, a nadie le gusta sentirse engañado o que le mienten, la confianza se basa en la honestidad y la franqueza. La mentira en el matrimonio por más piadosa que sea siempre es mentira y descubrirla duele más que la verdad en su debido momento.

El sentirse apreciado es una necesidad para los seres humanos y en las relaciones de pareja es indispensable.

"No salga de sus bocas ni una palabra mala, sino la palabra que hacía falta y que deja algo a los oyentes" Efesios 4,29

Compartir tiempo de calidad: ¿Cuánto tiempo de calidad compartes con tu conyugue por semana? "El tiempo vuela" Una frase muy cierta y que permite dimensionar lo escaso de los espacios para compartir en pareja, un trabajo de ocho horas por día, dos hijos, la conclusión de los estudios universitarios y una hipoteca describen a muchos matrimonios en la actualidad.

¿Cuándo fue la última vez que dedicaste veinte minutos de atención exclusiva a tu pareja? Si la respuesta te remonta a más de una semana, tu relación está carente de tiempo de calidad, un fruto de éste es la unión, no solamente la cercanía física, es la atención completa que le brindas a esa persona tan especial que comparte su vida contigo, es crear un espacio para que el otro entienda que es lo más importante en tu vida. Estos espacios quedan grabados en el corazón y en la mente convirtiéndose en tesoros que se depositan en la vasija de amor, sumando en esa cuenta que fortalece el amor de los dos.

Existen mil maneras de compartir juntos un tiempo de calidad, la señora puede acompañar a su marido al partido de fútbol y él puede apartar una tarde para una clase de cocina en pareja, esa compañía recreativa permite que se fortalezcan los vínculos matrimoniales. Solamente piensa que, si le demuestras que estás ahí, pese a no ser tu actividad favorita, estás disfrutando por estar a su lado, le dices "lo más importante de la actividad eres tú"

Alfonso pidió a su suegra que cuidara a los niños por un par de horas e invitó a Lucía a "cenar fuera" adquirió luces led y decoró delicadamente el patio de su casa en una noche de verano, alquiló una mesa, manteles y decoración para la ocasión, la velas no podían faltar y la música favorita de su noviazgo llenaba sutilmente el ambiente, compró la cena y la

ocultó en el horno de la cocina y al llegar Lucía a casa la hizo entrar cubriéndole los ojos cariñosamente con sus manos. Qué sorpresa, que gran recuerdo. Alfonso murió dos años después por una complicación cardíaca, pero esa noche está guardada en el corazón de Lucía.

"Todo tiene su momento, y cada cosa su tiempo bajo el cielo" Eclesiastés 3,1

Apoyarse mutuamente: Estar al servicio del otro es una forma de hacer un depósito en la vasija de amor, asumir con seriedad la seguridad financiera del hogar, convertirse en un apoyo doméstico o realizar actos de servicio son maneras mediante las cuales el conyugue se siente amado. Si usted expresa su amor de esta forma sin esperar a que se lo demanden va en una buena dirección.

Cuando la esposa trabaja en el hogar puede agradecer mucho que su esposo se levante temprano un domingo y cocine el desayuno para todos, puede incluso realizar algunas labores domésticas mostrando a su pareja el profundo respeto que siente por el esfuerzo que realiza todos los días de la semana. Cuando el trabajo se hace en conjunto con los hijos les muestra el camino del amor y el reconocimiento por la abnegación de la madre.

Conforme descubras la manera de apoyar más a tu conyugue, estarás construyendo un camino hacia su corazón pues las atenciones enamoran, Marcelo de novio siempre cortaba el césped en la casa de Rebeca, ella se congraciaba de mirarlo con la vieja podadora de su padre una vez al mes, convertía el césped en una alfombra por amor, su salario era la sonrisa de su amada, una vez casados y con el paso del tiempo ella debía pasar hasta cinco semanas suplicando que por lo menos pagase a alguien que disminuyera la "selva" que tenían frente a su casa, el trabajo y las actividades individuales de Marcelo borraron del mapa al joven apuesto que cortaba el césped, esta es una historia dolorosamente común para muchas parejas.

Tener presente los requerimientos de la pareja y cómo podemos ayudarle con sus cargas es una atención que quien la brinda la espera, efectivamente cuando una persona da su amor de este modo es señal inequívoca de que también le gusta recibirlo de esa manera.

"En cuanto a ustedes, cada uno ame a su esposa como a sí mismo, y la mujer, a su vez, respete a su marido"

Efesios 5,33

Acércate a tu pareja: El contacto físico entendido desde el abrazo hasta la plenitud sexual es indispensable, no debería concebirse solamente como una manifestación previa al acto conyugal, en ese caso deberían existir otras expresiones de afecto como las palabras de cariño, el tiempo de calidad y por supuesto el mutuo apoyo.

Comprender que una caricia no necesariamente conduce al acto sexual es la base de un contacto físico auténtico, seamos claros, entre los conyugues el preludeo de la intimidad sexual estará marcado por abrazos, besos y caricias, sin embargo, cuando besas a tu esposa antes de ir al trabajo estás consciente de que ese momento de cariño es una especie de recuerdo, como diciendo ¡nos vemos pronto recuérdame...!

Caminar juntos de la mano es otra forma de contacto muy valioso para la pareja, refleja protección y compañía. Cuando novios Carlos siempre disfrutaba oliendo el cabello de Ema, ella por su parte se esmeraba en usar productos para el cabello con un aroma especial, ahora después de treinta años de casados no ha cambiado, peinando canas Ema se complace de escuchar a Carlos decir ¡tu aroma hoy es como el primer día! mientras la abraza tiernamente.

¿Cuál es su secreto? Sencillo, Carlos toda su vida ha sido invidente y sus otros sentidos se han agudizado, incluso con amor lleva cuenta en silencio de las arrugas del rostro de Ema, él sabe que los años han pasado, pero no deja de acercarse a ella para mirarla con su olfato, tacto, oído y otros sentidos. ¿Será que solo estas parejas extraordinarias alcanzan tal nivel de plenitud?

Una experiencia dolorosa para cualquiera es sentirse rechazado por su pareja, el contacto físico permite que tu conyugue se sienta atractivo(a) y amado. Cuan bonito es compartir con alguien que se siente orgullosos de tenerte a su lado, cuando te presenta con sus amigos o compañeros de trabajo esboza una sonrisa que refleja sano orgullo y satisfacción.

El contacto físico es en esencia, amor de cercanía y caricias, un idioma que comprenden quienes aman y se sienten amados, en una relación recíproca basada en el respeto y el conocimiento de lo que le agrada al otro la experiencia de estar juntos es maravillosa.

"¡Qué hermoso eres, amado mío, ¡qué delicioso! Puro verdor es nuestro lecho." Cant 1, 16

Obsequios y detalles: Lejos de toda connotación cosmética, superficial o de apariencia se encuentran los obsequios, esos detalles como la carta que recibió Isabel en tercer grado de primaria, Román de nueve años dibujó un gran corazón y lo pintó con esmero, escribió con sus incipientes garabatos ¿Quieres ser mi novia? Lamentablemente para él la respuesta fue un no, sin embargo, por años ella guardó con ternura aquella nota de amor.

Los detalles que realizamos para agradar a nuestra pareja pueden ser como una manzana envuelta en papel de color y un lazo con una nota diciendo cuán importante es para ti. Otros más sofisticados encargarán flores y las enviarán a su trabajo, alguno por ahí sorprende a su pareja con las entradas para ese concierto al que deseaban ir, algunos con talento dibujarán un retrato y enmarcado lo pondrán en la pared de la sala para sorprenderle al llegar a casa, desde chocolates, ropa y hasta un cachorro los obsequios dicen más que su valor monetario, dicen que está pensando en ti, cuanto le importas y más aún que desea recordártelo con ese regalo.

Un día Alfredo compró un pequeño ramo de flores, al día siguiente un chocolate y al tercer día sorprendió con una tarjeta, el asombro fue para él pues, su esposa Tania le dijo: ¡Flores baratas, chocolate de oferta y una tarjeta de mal gusto, no pienses que puedes comprarme con eso! Ella estaba molesta con él y Alfredo con poco dinero en el bolsillo trató de llegar a su corazón con detalles, sin embargo, no funcionó, Tania había levantado un muro de indiferencia y rechazo que ni un anillo de diamantes la habría hecho cambiar de opinión. No podemos cambiar el corazón de nadie con regalos, ni gestionar reconciliaciones con un auto nuevo, el amor va más allá de lo superfluo, lamentablemente no todas las personas viven ese amor verdadero pese a estar casados por años.

Las muestras materiales de afecto serán efectivas, en la medida de lo receptiva que sea la otra persona, dejemos en claro que estas formas de expresar amor son interdependientes las unas de las otras, no podemos esperar que de forma individual y casi mágica surtan un efecto instantáneamente. Si estás en una relación en crisis necesitas ayuda, no pretendas que todo pase con el tiempo, realmente no es así.

"Ante todo, tened los unos para los otros «ferviente caridad», porque la caridad cubre la muchedumbre de los pecados" I Pdr 4, 8.

En conclusión, el amor que brindas a tu pareja se depositará en su vasija, sin embargo, los gestos contrarios disminuirán sustancialmente ese acervo, minándolo hasta el punto de exponerle a una total vaciedad, abriendo así la posibilidad de que otros depositen el amor que carece la vasija de tu ser amado, lamentablemente por la falta de comunicación, de

tiempo de calidad, apoyo mutuo, de acercarse a la pareja y por la inexistencia de obsequios de amor muchas historias no tienen un final feliz. Sin embargo, aunque parezca tarde, Dios siempre tiene la última palabra y hace milagros.

"Tuya, oh Yavé, es la grandeza, la fuerza, la magnificencia, la duración y la gloria; pues tuyo es cuanto hay en el cielo y en la tierra." 1 Crónicas 29,11

