



Aprendiendo a Amar

Relaciones determinan nuestra vida:

Reconocerlas atentamente,
cultivarlas con cariño y amor,
disfrutarlas con felicidad!

Cartas

Charlas / Workshops

Asesoramiento

www.aprendiendo-a-amar.es

Folleto

Mi resumen:

Si enfoco mis conocimientos profesionales y personales en algunos aspectos centrales, uno de ellos se podría resumir así:

*Las relaciones conyugales no fracasan por falta de amor,
sino por falta de conocimiento.
Si hubieran sabido más, hubieran actuado mejor!*

Les parece que juzgamos que el tema es demasiado sencillamente?

Sí y nó. El sólo impartir conocimiento no basta. Si fuera así, toda la literatura que hay en las librerías sería suficiente para que las relaciones conyugales fueran firmes y permanentemente más felices. Ese no es el caso. Conocimiento junto con reflexión conciente sobre lo que ese conocimiento puede hacer por mi relación es el primer paso decisivo para alcanzar una nueva calidad en la unión. Creemos que muchas personas no saben qué reglas básicas pueden ayudar a lograr relaciones felices. Ese es el aspecto de conocimiento. Creemos que el paso siguiente es aclarar el resultado de ese conocimiento para nuestro desarrollo personal. Estableciendo una relación entre una regla de comportamiento por una parte y nuestras experiencias propias privadas, temores y miedos por otra parte, se pone en acción un proceso que nos conduce al conocimiento. Estas son partes de una conciencia que se va transformando y es así como podemos «*hacer todo mejor*».

Todos deseamos felicidad y contento, sobre todo en nuestra relación conyugal! Pero, cómo lograr esa meta? Cuando observamos a nuestros conocidos y a nuestros familiares encontramos que el porcentaje de separaciones y divorcios es muy alto. También muchas parejas que siguen juntas no son realmente felices, a pesar de que todos quisieran serlo!

Quién tiene la posibilidad de prepararse para el matrimonio o para una relación parecida? No hay ninguna institución que asuma esa responsabilidad y hay demasiado pocas parejas que sirvan como ejemplares.

Mi lema:

Vives todavía o ya estas amando?

Muchas personas viven aisladas y no son conscientes de que una relación se debe atender y cuidar. No se sienten ni felices ni muy infelices. Dicen tal vez que la vida demanda compromisos y que la imagen que en el pasado tenían de la felicidad en la unión pertenece al campo de la inmadurez romántica. Nosotros definitivamente no somos de esa opinión. La clave es amar conscientemente. Damos a ustedes el conocimiento con el cual estamos convencidos de que iniciarán un proceso por el cual alcanzarán un sentimiento completamente nuevo sobre su relación.

El conocimiento mantendrá el amor vivo.

Por muy diferente y única que sea cada persona, hay condiciones necesarias para desarrollarse los dos saludables y felices. También hay reglas básicas que se tienen que seguir para que su unión produzca el potencial de que es capaz. Sabiendo ésto se puede atender a las necesidades propias y vigilar que no nos vayan a herir. Así defendemos nuestro amor.

El aspecto claro del poder.

Si el conocimiento es poder, entonces en el grado en que se tenga conciencia de conseguir una vida conyugal exitosa va a librarse de tener que afrontar miedo, peleas y represión. En lugar de ésto van a lograr tener una relación amorosa en que los dos tengan el mismo valor y la capacidad de aclarar puntos oscuros en su relación. Aquí se trata del amor que aclara, que dá a los dos el mismo valor, a diferencia de temor, peleas, opresión o abuso del poder.

Dando forma al amor.

A medida de que desarrollemos la capacidad de dar forma a nuestros sentimientos vamos a saber cómo dar felicidad a nuestro compañero o compañera y al resto de la familia. Qué tanta unidad y qué tanta distancia deseo? Qué es lo que desea mi compañero o compañera? Qué nos hace bien y qué nos hace mal? Cómo podemos cumplir con las diferentes necesidades entre nuestra familia? Cómo solucionamos nuestros conflictos para que no hayan ni ganadores ni perdedores?

El ofrecimiento:

Ofrecemos tres formas diferentes para obtener los conocimientos específicos con el fin de abrirse al amor feliz:

- en un **asesoramiento para parejas**
- a través de **charlas, seminarios y Workshops**
- a través de **cartas para aprender a amar**

La comparación de estas tres formas de adquirir conocimiento se puede encontrar en:

www.Aprendiendo-a-Amar.es

Asesoramiento / Consulta conyugal

Una pareja decide asistir a una consulta de pareja cuando la relación tiene peligro de deshacerse y ellos mismos no encuentran la manera de solucionar el problema. Llegan con la esperanza de encontrar el medio de lograr la felicidad el uno con el otro o de separarse con cariño.

Cuando una pareja decide buscar la solución en una consulta, el resultado final es incierto. Para conseguir la certeza de quedarse juntos o de separarse, los dos, en el camino de aprender, van con la meta de solucionar sus problemas reconocidos u oculto. ... **mas.**

Charlas, Seminarios, Workshops

El tema principal de nuestras charlas, Seminarios y Workshops es:

„Formar matrimonios felices“

Son para todos aquellos que tengan el deseo de trabajar en la relación y mejorar su calidad y por eso quieren sugerencias concretas. ...**mas**

Cartas / Tutoriales

Las cartas les permiten a Uds. en el **tiempo que deseen, solos o con sus compañeros/as**, sus amigos o amigas, recibir y estudiar la información. Esta información y nuestras sugerencias sobre cómo actuar ante determinados problemas les dá la posibilidad de transformar la calidad de su relación para hacerla más tranquila y más feliz. ... **mas**



Asesoramiento / Consulta conyugal

Una pareja decide asistir a una consulta de pareja cuando la relación tiene peligro de deshacerse y ellos mismos no encuentran la manera de solucionar el problema. Llegan con la esperanza de encontrar el medio de lograr la felicidad el uno con el otro o de separarse con cariño.

Cuando una pareja decide buscar la solución en una consulta, el resultado final es incierto. Para conseguir la certeza de quedarse juntos o de separarse, los dos, en el camino de aprender, van con la meta de solucionar sus problemas reconocidos u ocultos. Entonces aprenden lo que al comienzo de la unión han debido aclarar para poder decidir si los dos son el uno para el otro o no lo son. Por otra parte aprenden aquellas reglas de amor que hubieran podido ayudar a evitar sufrir las muchas heridas que entretanto se han podido acumular.

Las parejas en que ambos se ponen en ese camino comprueban que a veces puede ser fácil pero otras muy difícil, ya que los dos van descubriendo mucho sobre su propio carácter, sobre el del compañero y sobre lo que constituye la unión. Eso les permite irse transformando. Algunas opiniones en el camino de una transformación pueden ser dolorosas al principio y otras dan de una vez la sensación de que se tienen alas. En toda forma van a tener fases de “dolores de crecimiento” porque todo cambio, aunque se lo impongan ustedes mismos voluntariamente, produce miedo: “Realmente estoy a punto de abandonar caminos conocidos y meterme en tierra virgen.”

Precisamente ésto puede impedir *separaciones innecesarias* junto con sus consecuencias drásticas.



Asesoramiento / Consulta conyugal continuación

El camino de la transformación pasa por fases diferentes. Por subidas y, al menos por un tiempo, por bajadas. La experiencia nos ha enseñado que es decisivo vencer juntos períodos difíciles en vez de dejarse vencer poco antes de llegar a la meta:

Es como si decidieran trepar a una montaña elevada. Lo importante es que los dos decidan llegar arriba aunque el camino sea a veces difícil e incómodo.

La decisión la deben hacer al principio de la consulta de la pareja. También se debe fijar cuál va a ser la meta – el cambio – que se va a lograr trepando hasta la cima de la montaña.

Las siguientes pueden ser algunas de las metas:

- **P**odemos hablar sobre nuestra relación con toda tranquilidad.
- **T**enemos la capacidad de encontrar lo que para cada uno de nosotros es importante en cualquier tema que cause un conflicto o que pueda causar discordia.
- **H**emos aprendido a decirnos mutuamente qué es lo que deseamos.
- **H**emos desarrollado la capacidad de evitar peleas.

Donde?

En Lübeck

En que lengua?

En Alemán y Español

Cuando deseen una cita, nos pueden llamar al teléfono:
+49 (0) 172 8474549

Organización:

Encuentra en nuestra pagina de Internet:
www.Aprendiendo-a-Amar.es

Que dicen nuestros clientes?

„Usted no sólo salvó nuestro matrimonio de una situación desesperada, sino que hizo salir a mi esposa y a mí de una manera de pensar anticuada.... **mas**

Charlas, Seminarios, Workshops

El tema principal de nuestras charlas, seminarios y Workshops es:

„Formar matrimonios felices“

Lo que te espera:

Les ofrecemos 4 temas básicos.

Iremos a seleccionar uno de esos.

Les presentaré y explicaré después el tema elegido.

14 Reglas básicas / Bases para una unión estable

Cuáles son las reglas básicas de la unión / del matrimonio, lo que necesariamente se debe cumplir a fin de dirigirla con éxito?

Qué debería saber antes del matrimonio, para no caer por ignorancia en "trampas" y por eso hacerme daño a mí mismo o a mi pareja?

Manejar Conflictos de manera pacífica

Como puedo decir a mi marido / mi esposa lo que me ha lesionado / lo que me duele, lo que me molesta,... pero en tal forma que en vez de exaltación por reproches o críticas se produzca más entendimiento y por eso mas cercanía?

Formando la cercanía y disfrutando los deseos

Cómo podemos mantener nuestro amor y disfrutar de nuestra proximidad en forma más completa?

Como hablar amorosamente

Aún teniendo conflictos:

(Si..no, Si - pero, critica)

Si es apropiado, se pueden sugerir temas adicionales.

Charlas (2 a 3 horas)

Les presentaré y explicaré el tema elegido. En general hay conversaciones animadas y debates desde el principio.

Seminarios & Workshops (7 a 8 horas)

Después de la introducción del tema, vamos a descubrir a través de discusiones y juegos de rol nuevas posibilidades para el matrimonio.

Las metas son:

→ en forma divertida aprender, entender y

→ explorar nuevas oportunidades.



Cartas / Tutoriales

Las cartas les permiten a Uds. en el tiempo que deseen, solos o con sus compañeros/as, sus amigos o amigas, recibir la información. Esta información y nuestras sugerencias sobre cómo actuar ante determinados problemas les dá la posibilidad de transformar la calidad de su relación para hacerla más tranquila y más feliz. ... mas

Nuestras Cartas
están ordenadas en 5 categorías:

- Las cartas 1 a 14** **T**ratán de los **conflictos típicos en una relación** y ofrecen su amorosa solución.
 - Las cartas 15 a 18** **S**e refieren a las modalidades en que las parejas pueden hablar amorosamente aún teniendo conflictos.
 - La carta 19** **D**escribe un juego muy especial para parejas.
 - Las cartas 21 a 29** **T**ratán de la profundización de los temas 1 a 14 y la aplicación práctica de los elementos de solución
 - Las cartas 30 a 40** **T**ratán de los obstáculos fundamentales en el camino a la felicidad y cómo estos pueden ser superados.
-

Reglas básicas / Bases para una unión estable

Cartas 1 a 14

Por una parte hay miles de razones por las cuales la pareja puede resultar en conflicto. El propósito es respaldarlos para que los solucionen. Sin embargo no hay mil estrategias y no hay mil conocimientos diferentes que puedan ayudar a solucionar los problemas – por lo menos bajo nuestro punto de vista.

Nuestras cartas tratan de **14 “tipos”** de conflictos. Descartando el hecho de que indudablemente cada unión es especial y única, nos parece que el examinar estos 14 tipos de conflictos permite colocar a su relación en una nueva base en la cual cada una de las reglas se acepta y se usa porque entre ellas está escondida la razón del conflicto.



Cartas 1 a 14

Tema de conflicto	Quejas y reproches	Carta
Atención amorosa a los límites que se pone. El significado del "No"	<ul style="list-style-type: none">• Tú no me respetas!• Piensas sólo en tí mismo!• No haces sino lo que tú quieres!	Carta 1
Atención amorosa a las enfermedades que agobian al matrimonio.	<ul style="list-style-type: none">• De qué me sirve tenerte?• Yo soy la que tengo que aguantar siempre!	Carta 2
Atención amorosa a los deseos del compañero/a	<ul style="list-style-type: none">• Tú no me pones atención!• No te importo nada!• Tú no me conoces!	Carta 3
Actitud amorosa hacia la sexualidad	<ul style="list-style-type: none">• Tú no me quieres de verdad!• Siempre tienes tu migraña!	Carta 4
Actitud amorosa hacia el deseo de tener niños!	<ul style="list-style-type: none">• Tú no quieres niños!• No crees en nuestro futuro!	Carta 5
Orientación sobre el compañero/a – Veracidad	<ul style="list-style-type: none">• Tú me dejas siempre en la duda!• No me dices nada!	Carta 6
Haciendo decisiones amorosamente	<ul style="list-style-type: none">• Tú solo piensas en tí mismo!• Eres un egoísta!• No soy para tí importante!	Carta 7
Fidelidad sexual	<ul style="list-style-type: none">• Tú no me eres fiel!• No puedo confiar en tí!	Carta 8
Actitud amorosa con los recursos mutuos (tiempo, dinero, trabajo)	<ul style="list-style-type: none">• No piensas sino en tí mismo!• No me ayudas cuando estoy en problemas!• Pórtate con madurez!	Carta 9
Actitud amorosa ante conflictos	<ul style="list-style-type: none">• Siempre me criticas!• Nada de lo que hago está bien para tí!	Carta 10
Atención amorosa con el /la compañero /a	<ul style="list-style-type: none">• No me pones atención!• No te importa nada!• Yo simplemente no soy importante para tí!	Carta 11
Lealtad amorosa en la relación	<ul style="list-style-type: none">• Me criticas delante de los demás!• Me averquenzas siempre que puedes!• No me dás ninguna seguridad!	Carta 12
Educación en armonía	<ul style="list-style-type: none">• No me respetas!• Socavas mi autoridad!• Lo que yo digo no te importa nada!	Carta 13
Actitud hacia nuestra responsabilidad ante el mundo	<ul style="list-style-type: none">• No te interesas por nada!• Que vamos a dejar? Nada!• ¡Tú no asumes responsabilidad!	Carta 14



Forma de hablar cariñosamente - o el arte de la comunicación! Cartas 15 a 18

Tema de conflicto	Quejas y reproches	Carta
Escuchar con cariño	<ul style="list-style-type: none">• Tú no me pones atención!• No te interesa lo que pienso o lo que siento!	Carta 15
Actitud amorosa hacia el Si..No (respuesta indefinida)	<ul style="list-style-type: none">• No me entiendes!• Me venciste – en realidad eso no era lo que yo quería!• En realidad sólo quieres lo que a ti te gusta!	Carta 16
Actitud amorosa hacia el punto de vista del otro/a Si... pero	<ul style="list-style-type: none">• Me estás escuchando?• Siempre sabes tú todo mejor!• No sólomente tú tienes razón!	Carta 17
Actitud amorosa con la critica	<ul style="list-style-type: none">• No te dejas decir nada!• No resistes que te critiquen!	Carta 18

Un juego especial para parejas – o entrar en el sendero de desarrollo espiritual!

Carta 19

Tema de conflicto	Quejas y reproches	Carta
Desarrollando las virtudes como esposo / esposa	<ul style="list-style-type: none">• Tú no te preocupas por mí!• No te intereso!	Carta 19

Más cartas de instrucciones en preparación:

Como juzgan los lectores?

Estoy taaaan contenta de que recibí de usted la carta 4 sobre la sexualidad..... **mas**

Para quien son las “cartas para aprender a amar” adecuadas.

Jóvenes y jóvenes adultos, parejas, parejas separadas o divorciadas, parejas otoñales, padres de familia.... **mas**

Para quien son las “cartas para aprender a amar” especialmente adecuadas.

Para jóvenes y jóvenes adultos... Quienes se quieren preparar concienzudamente y para lograrlo buscan información sobre lo que se puede lograr en una relación. Como punto inicial es el saber que no todo lo que han visto entre sus padres puede ser conveniente para sí mismos.

Para parejas... Que reconocen que estructurar su relación los conduce con mucha frecuencia al límite de sus capacidades. Que quieren saber cómo pueden resolver sus problemas en tal forma que logren más acercamiento y comprensión el uno al otro y que la confianza entre los dos aumente. Que quieren saber cómo pueden conversar francamente y con aprecio y respeto y que quieren pasar por el camino de su desarrollo voluntaria y sistemáticamente.

Para parejas separadas o divorciadas... Que han pasado por una relación que ha fracasado y que quieren saber por qué a ellos precisamente les ha pasado eso. Qué hubieran debido hacer el uno o los dos juntos para no poner en peligro la unión. Cuando lo sepan pueden defender la nueva unión, para que inconcientemente no incurran en situaciones como las del pasado.

Para parejas otoñales... Que ya han pasado por un trayecto largo el uno con el otro y un buen día se dan cuenta de que hay cosas que hubieran debido hacer mejor. Con frecuencia hay condiciones externas tales como que un hijo se independiza de ellos, o que se trasladan a otra parte, que propicia el que los dos contemplen los años que han pasado juntos desde una nueva perspectiva. La meta de estas parejas es descubrir qué pueden hacer mejor para que su vida conyugal se vuelva más tranquila y más vital.

Para padres de familia... Que quisieran lograr tener con los hijos una mejor relación dentro de la familia. Los padres se deciden entonces a trabajar en su papel de ser compañeros, cuando son concientes de que su relación tiene una influencia directa sobre la capacidad de compañerismo de los hijos. Están dispuestos a hacer muchos esfuerzos para poder presentar un mejor modelo del que hasta entonces habían presentado. Esa decisión los va a hacer a ellos mismos más felices.

Como juzgan los lectores nuestras cartas?

Sobre la Carta 4:

... Estoy taaaan contenta de que recibí de usted la Carta 4 sobre la sexualidad. ¿Por qué quería leerla? - fue su comentario "el otro sufre también por eso ..."

C. y yo hemos pasado el fin de semana conversando sobre sus argumentos y sugerencias, fue una conversación muy abierta, liberadora, emocional y honesta, que nos ha hecho realmente bien. Y no sólo por la parte sexual - nos sentimos mucho mas cerca. Fue una muy buena idea ante las preguntas que Ud. anota, pedir una respuesta teniendo en cuenta que los dos somos una pareja que se ama, llena de entusiasmo y que para reforzar la unión recurrimos a sus cartas.

La forma de las cartas me parece genial. Son realmente adecuadas para estudiarlas solos o acompañados.

Y la sugerencia de la posible conveniencia de profundizar el tema con un especialista también me parece muy buena. Extremadamente útil son los ejemplos que muestran bien como es la vida y también los "ejemplos de solución" que dan una buena idea de cómo - incluso en situaciones difíciles - se pueden solucionar las cosas.

Muchas gracias y un gran elogio a este documento!

Con todo amor G.

En general sobre las cartas:

... En primer lugar, noto que el texto es fenomenal, tanto desde el punto de vista del contenido como de la redacción. Sé lo que digo, yo mismo soy escritor. Se expresa clara y elocuentemente. Muy bien!

M.C.

Testimonios o qué dicen nuestros clientes?

H.B.

„Usted no sólo salvó nuestro matrimonio de una situación desesperada, sino que hizo salir a mi esposa y a mí de una manera de pensar anticuada. Con su manera de ser tan agradable, sensible y sabia nos ha ido guiando y ha estado siempre dispuesto a ayudarnos - como Asesor o como entrenador...

Por su pasión de ayudar a los demás, se logró lo que nos parecía imposible.

Ustedes han abierto para nosotros y nuestros hijos el camino hacia la felicidad.

Por eso siempre estaremos agradecidos!"

U.H.

"Llegamos a usted con la decisión de separarnos. A través de su apoyo nos ha abierto oportunidades en las que no habíamos pensado previamente. Hoy en día, seguimos juntos y lo disfrutamos!

Muchísimas gracias por su apoyo"



¿Quién soy?



Walter Fritzsche
Ingeniero graduado
Transformación sistemática según
la Psicología Transparente &
Transformación orientada a visiones
Nacido: 1954 en Bogotá, Colombia

Información - Impressum:

Contacto:

Le gustaría entrar en contacto con nosotros? Estamos aquí para ayudarle! Puede comunicarse con nosotros por correo electrónico:

Walter@Aprendiendo-a-Amar.es

Responsabilidad del contenido

Walter Fritzsche
Glockengießerstraße 60
23552 Lübeck, **Alemania**