



Aprendiendo a Amar

Nuestra responsabilidad ante el mundo.

Carta 14

www.Aprendiendo-a-Amar.es



Índice

1	Objeto de las cartas para „Aprender a Amar“	3
2	La vida cotidiana es un desafío a nuestras relaciones	6
3	Algunos pensamientos básicos	10
4	También el amor requiere reglas fijas	11
5	Lo que esto significa para la relación	12
6	Reformación de la vida cotidiana	13
7	Aun en el amor cada regla tiene sus límites	16
8	Reflexiones adicionales	17
8.1	Lo que nos impediría seguir esa regla de amor	17
8.2	Lo que nos ayuda a seguir esa regla de amor	17
9	Que hemos aprendido?	18



1 Objeto de las cartas para „Aprender a Amar“

Si enfocamos nuestros 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!

Le parece que nos hacemos demasiado fácil esa solución ?

Todos deseamos felicidad y bienestar, sobre todo en la vida conyugal! Pero, cómo lograr esa meta? Si observamos entre nuestros amigos y conocidos y dentro de nuestras propias familias, encontramos que el porcentaje de separaciones y divorcios es demasiado alto. Muchas parejas que se quedan juntas no son en realidad felices.... a pesar de que todos anhelan serlo! Quién ha tenido la posibilidad de prepararse conscientemente para una relación conyugal o para el matrimonio? Ninguna institución asume la responsabilidad y hay pocas parejas que se pueden considerar ejemplares, aunque la mayoría de ellas no nos convencen.

Por lo anterior los invitamos a analizar estas cartas para “Aprender a Amar” en el tiempo que quieran, solos o junto con su compañero o compañera o con su amigo o amiga. Estas contienen conocimientos que los pueden ayudar a transformar la calidad de su relación y así, con más seguridad, a hacerla más tranquila y feliz.

Los temas compañero o compañera, amor y familia, forman nuestra vida privada. El hablar sobre ellos significa hablar sobre asuntos privados. Les contamos “asuntos privados” en forma tal que cada carta para “Aprender a Amar” se refiera a tres ejemplos de relaciones humanas.

Hemos escogido estos ejemplos aprovechando muchas historias que en el curso de nuestro trabajo y nuestra vida otros nos han contado.

Algunos aspectos en algunas historias ilustran nuestros ejemplos. Las hemos cambiado en detalles y en nombres para defender el incógnito de las personas relacionadas.

Puede ser que Uds. encuentren estas historias demasiado sencillas. Nos hemos propuesto hacerlas así. Opinamos que es útil enfatizar los contrastes para mostrar el resultado al transformar las actitudes. No se quiere que las historias sobresalgan por su literatura sino que ellas puedan constituir material de aprendizaje. El describir en forma plástica determinadas situaciones, el mostrar de repente el potencial de conflicto, se facilita entender las condiciones problemáticas propias como condiciones humanas y «normales». La solución armónica en la segunda parte respalda uno de nuestros pensamientos básicos; cambiando un poco la actitud en relación del uno con el otro se cambia la actitud de los dos drásticamente en forma positiva.

Ocasionalmente utilizamos una historia, ligeramente cambiada, en dos cartas para aprender a amar con diferentes temas. La razón para ésto es que, de acuerdo con la manera en que se vea, se puede ilustrar con ella otro tema de conflicto. Las relaciones humanas se pueden considerar como enredados en los cuales los temas se entrelazan unos con los otros.

Los invitamos a acompañarnos a aprender de esas experiencias de otros. Esto es posible en nuestro mundo intercomunicado con el Internet. El propósito de nuestra acción, siendo de carácter personal, es formar un ambiente personal.



Es posible anotarse aquí en un libro de visitantes. Deseamos asegurarnos de que cuando ustedes se dirijan a nosotros con sus preguntas y conocimientos, al hacerlo también otros que trabajan con las cartas para «Aprender a Amar» puedan aprender de sus pensamientos y reflexiones.

Quienes pueden ser esos visitantes? Pensamos que esta posibilidad puede ser útil para quienes utilizan el Internet como instrumento de información y progreso, quienes consideran conveniente trabajar en su propia capacidad de ser compañeros y quienes aprecian la flexibilidad de tiempo y lugar. Pensamos que esas ventajas son importantes tanto para hombres como para mujeres.

En este proyecto como en todos los demás contamos con la conciencia fundamental de que los dos sexos tienen igual valor y derecho. Por lo tanto hemos formado en las cartas unas veces la forma femenina y otras la forma masculina para dirigirnos a Uds. sobre temas generales.

Consideramos que las cartas para “Aprender a Amar” constituyen uno de los mejores métodos que conocemos para mejorar nuestras relaciones y trabajar en nosotros mismos de acuerdo con nuestro propio ritmo.

Las primeras catorce cartas para “Aprender a Amar” tratan de esas reglas básicas que les pueden servir para solucionar cualquier conflicto conyugal, logrando así una relación tranquila y sin tensiones.

Es bien sabido que en toda relación «normal» surgen diferencias que se deben solucionar. Sin embargo la educación que hemos recibido o los ejemplos que tenemos a disposición en nuestro ambiente social no nos ayudan siempre. Rara vez encontramos personas que nos muestren claramente por qué tenemos el problema y cómo lo podemos solucionar.

Es por esa razón que ponemos una exposición de las cartas para „Aprender a Amar“ y describimos su contenido para que puedan reconocer claramente los temas que en el momento son para ustedes más interesantes. Es más lógico escoger la carta para “Aprender a Amar” correspondiente y ocuparse de ella. Ya es un paso hacia adelante en la solución del conflicto cuando, junto con su compañero o compañera escogen la carta que describe la solución para el problema más parecido a la condición que actualmente viven y ven la forma mejor de resolverlo.

Por qué puede ser que tú notas que no puedes poner en práctica la solución que se recomienda? Nuestra experiencia nos ha demostrado que cambiar una condición requiere tiempo. Otro parámetro es el tiempo que necesitamos para acostumbrarnos a una actitud diferente. Aún reconociendo que como vamos no está bien, que queremos cambiar, la fuerza de la costumbre ejerce un dominio fuerte sobre nosotros. Entre más tiempo hayamos tenido una actuación especial y con ella también determinados puntos de vista, más dura en ocurrir el cambio.

El que a pesar de una mejor comprensión del asunto no se logre permanentemente llegar a la meta puede deberse a que inconscientemente hay una objeción para lograr éxito, para sentirse satisfechos o lograr la felicidad.

La carta para “Aprender a Amar” 30 y las que siguen se van a ocupar de estos temas. (Más o menos desde la tercera parte del año 2010)



Sobre el contenido de las cartas para Aprender a Amar:

- Basados en varios ejemplos existentes, ayudamos a reconocer la estructura de los problemas conyugales que son causa de resentimientos.
- Por medio de preguntas, a veces serias y a veces humorísticas, encontramos la base del problema.
- Se dá a reconocer la regla que soluciona los problemas.
- Se analiza esa regla para descubrir su significado. Esto conduce a reconocer claramente por qué el quebrantarla causa resentimientos.
- Volver a analizar los ejemplos con la nueva visión.
- Se sondean los límites de esa regla.
- Se consideran los puntos básicos para seguir los dos ese camino.

Ud. puede o no seguir la secuencia de las cartas para "Aprender a Amar" de la No. 1 a la 18 personalmente, de acuerdo a sus necesidades. Las siguientes 20 a 30 son por regla general cartas adicionales, usadas sólo cuando el tema ya tratado se debe detallar más.

Copyright:

Este documento está protegido por copyright. Todos los derechos reservados. A través de la compra y la recepción de la presente carta para Aprender a Amar usted se compromete a usarla únicamente para si mismo y su familia. Dar o pasar esta carta a terceros está prohibido. El uso de esta carta para Aprender a Amar fuera del sector privado está prohibido.



2 La vida cotidiana es un desafío a nuestras relaciones

Ejemplo 1:

Inés y Lucio están casados por segunda vez. Lucio tiene tres hijos del primer matrimonio. Ellos ya son adultos y viven independientemente. El se ha dedicado intensamente a reflexionar sobre los temas de violencia y vicio, con el fin de ver claro las razones por las cuales su primer matrimonio fracasó. En ese proceso encontró la posibilidad de hacer un curso extensivo de dos años. Tras reflexión y estímulo de Inés lo terminó. Con él pudo trabajar como consejero a pesar de que cuando comenzó el curso él quería en primer término comprender su propia actitud en el pasado. Ahora siente cada vez más la necesidad de dar sus conocimientos a los demás. Ya tiene una idea sobre cómo hacerlo.

“Escucha, Inés, he pensado que el conocimiento que he acumulado es enormemente útil darlo a muchas otras personas. Para eso he pensado en diferentes maneras. Lo básico es que no quiero quedarme sólo con todo lo que sé. Hay diferentes maneras. Me quieres ayudar?” Inés en ese momento estaba pensando en la entrevista que iba a tener al día siguiente con su jefe inmediato en el Ministerio de Trabajo y le contestó distraída: “Pero cómo puedo ayudarte?” “Quiero ofrecer una forma anónima de consulta, consulta por Internet. Yo sé que la timidez es muy grande en muchos casos para ir personalmente a un puesto de consulta. Me podrías hacer una hoja de Internet, ya que tú tienes bastante práctica en eso?” “Ah, Lucio, tú no sabes cuánto trabajo cuesta el hacerse presente en Internet en forma interesante y de buen gusto. Cierto es que yo doy clases de diseño para principiantes, pero sólo para principiantes. Fuera de eso hay que hacerla conocer al público y tú te quedas día y noche atendiendo el proceso y resultan de repente locos con solicitudes inmorales – no, no creo que eso sea una buena idea.”

Lucio se siente desilusionado. Claro está que el hacerlo requiere trabajo, puede ser que algunos hacen con eso tonterías, pero al mismo tiempo podría él ayudar a personas desesperadas y dolidas para quienes eso puede ser un soporte, una verdadera ayuda. “Yo creo que debemos hacer algo útil en vez de dejar pasar los días y vivir nada más que para viajar una vez al año en vacaciones. Qué queda en este mundo de nosotros cuando ya no estemos más aquí?” El no comprende a Inés; hasta ahora lo había respaldado, precisamente en ese curso intensivo. El había llegado a un punto muy crítico en su vida cuando tomó ese curso sobre programación con Java. Estando en los 42 años, con las dificultades de encontrar trabajo, encontrar otra vez un puesto fijo en su profesión no es fácil. Ella lo había estimulado, lo acompañó y más tarde cuando el curso hacía algún tiempo que había terminado y él había conseguido un puesto independiente, fué ella la que lo estimuló para seguir con esos temas. Y ahora? Inés se dá cuenta de su resentimiento pero al mismo tiempo está impaciente. “Ah, tú con tus ideas raras. No te parece que tanto yo como tú, principalmente tú, merecemos disfrutar de la vida después de todo lo que ha pasado? Distánciate del pasado!”

Lucio siente que ella no lo comprende. Es cierto que la vida de los dos transcurre sin problemas, los hijos de Inés lo aceptaron a él como parte de su familia, pueden financiarse sus vacaciones, pero en cierta forma su vida debe tener un propósito superior a éso. No puede hacer comprender a Inés y ni él mismo comprende por qué esa página de Internet es para él tan importante. Está contento con ella y con su matrimonio, sólo que hay algo que le hace falta. Eso lo nota muy claramente. En la vida no se trata sólo de uno mismo. Entre tanto Inés piensa: Nunca vamos a salir del sobrecargo de trabajo? No puede él apreciar y disfrutar de lo bueno que hemos logrado como lo hace cualquier persona normal? Se siente cansada y triste.



Ejemplo 2:

Claudia dudó al principio pero después se alegró de la invitación que le hicieron a la reapertura del hogar para jóvenes. Ese hogar era un pequeño hogar familiar para chicas, en el cual ocho jóvenes pueden vivir en parte durante varios años. Ese hogar, atendido por pedagogas y asistentes sociales y financiado por el Departamento de Juventud, fué el hogar que ella tuvo. Funcionaba en un edificio no muy lujoso en las afueras de la ciudad. Claudia tenía 14 años cuando llegó allí y salió poco antes de los 19 años. En ese tiempo no sólomente había aprendido un oficio sino que llegó a aprender algo esencial: que no era la criatura inútil, estúpida y molesta que hubiera sido mejor que no hubiera nacido, que le habían dicho hasta entonces constantemente. Ella era una persona útil, tenía talento, podía aprender a valerse por sí misma y a cuidarse. Y podía también ayudar a otros. Pensativa miró la invitación. Le iba a contar a su esposo y la semana próxima iba a estar presente en la celebración. Rolando la escuchó en silencio cuando le contó lo que planeaba hacer. Miró al hijito y dijo: "Pues tú tienes que saber si quieres volver allá!" Ella sonrió. Se habían conocido en los dos años de aprendizaje y el reglamento de ese hogar para visitas de hombres era muy rígido. A pesar de que en su habitación tenía una especie de esfera privada, no era permitido para los amigos pasar la noche en el apartamento y por eso, para su vida amorosa habían tenido que buscarse otro lugar.... Con seguridad que Rolando estaba pensando en las despedidas con lágrimas y por eso no entendía que ella quisiera asistir a la invitación. Pero por otra parte el no había estado presente en las muchas conversaciones que había tenido con su asistenta social. Hablando de sí mismas y de todo. Tuvieron muy buenas conversaciones. Ella sí estaba dispuesta a ir.

Cuando a la semana siguiente, bastante tarde después de la reunión, volvió a la casa, estaba con la cabeza llena y un poco confundida. Le había sucedido algo importante. Le pidieron que tomara parte en el grupo de la directiva del hogar para jóvenes. Al principio sin decir palabra movió negativamente la cabeza, pero cuando oyó más sobre la dificultad de conseguir personas dispuestas a colaborar socialmente tuvo un momento en que pensó: por qué no? De las mujeres allí reunidas ella fué la única de las antiguas que habían vivido allí. La única que sabía lo que era vivir en el hogar para jóvenes y cuáles eran las necesidades reales. También era ella la única que podía decir por experiencia propia: me ayudó el poder vivir aquí. El trabajo que hicieron aquí me dió la posibilidad de tener una vida independiente y respetable. Por eso al final estuvo de acuerdo. Estaba nerviosa y a pesar de eso cogió el bus hacia la casa y se dijo: "Hice bien en aceptar. Mi decisión fué correcta." Rolando quedó asombrado cuando ella le contó lo que había sucedido. "Estas loca? Eso no puede ser cierto! Como parte del asunto tienes que colaborar financieramente cuando el dinero para la mantención del hogar se vaya acabando. O si a ellos les falta una educadora, a tí te toca ir a sacar a alguna joven medio loca de un bar. Alégrate de haber salido de ahí. Ya pasamos de ese tiempo. Yo trabajo horas extras para poder comprarnos una casita en el futuro. Tú trabajas por horas, tienes a León, no queremos esperar tanto para tener el segundo y ahora vienes tú con esas noticias?" La miró furioso. Claudia tuvo que contenerse. Nunca había oído de su esposo un discurso tan largo.

Por qué se puso tan furioso? Al final, era la decisión de ella y no la de él. El no tenía nada que devolver pero ella sí, porque sin ese hogar no estuvieran como están ahora. Tampoco tuvieran su pequeña familia! Ella sintió que también se estaba poniendo furiosa. Miró a Rolando desafiante.



Ejemplo 3:

Fué ese un atardecer agradable. Fermín llegó a la casa relativamente temprano y pudo estar presente cuando Florinda con los niños comieron y entonces los dos los llevaron a la cama. Raras veces pasaba eso. La mayoría del tiempo trabajaba él por las noches, cuando los empleados se iban, unas dos o tres horas tranquilamente las cosas que habían quedado pendientes. Su empresa de transportes era una de las grandes en las cercanías y había podido seguir adelante gracias a su visión y su diligencia y a pesar de la fuerte competencia que tienen. El estaba satisfecho y aún Florinda, quien cuando llegó el primer niño se quejaba de que se sentía como si estuviera sola a pesar de estar casada, al final había aceptado esa repartición del trabajo. Ahora tienen dos niños, un hombrecito de 5 años y una niña de casi 3. Los dos, Tadeo y Nélide, van al kindergarten en el bosque. Este fué el primer año para Nélide en que ayudaba a hacer faroles y cantaba en el desfile. Aunque Fermín no pudo salir a tiempo para ver el desfile, quería oír los comentarios de los niños al llegar a la casa.

Nélide estaba todavía impresionada con la caminata por el bosque oscuro, las velas y la fogata y estaba calladita. Cuando el hermano se puso a conversar como un chorro de agua contando todo lo que había hecho, entonces empezó ella también a contar su parte. Fué una tarde interesante y cuando los niños se fueron a la cama estaban tan cansados que muy pronto se durmieron. Florinda y Fermín se sentaron ante la chimenea y Florinda le contó sobre los trabajos en el kindergarten y los proyectos que tenían para el año entrante. Fermín disfrutó del reposo más temprano en ese día. Entonces Florinda dijo: "Yo quiero también trabajar desde enero en el grupo. Fabiola deja de trabajar y consultamos largo para hacer una descripción del puesto que queda libre.

De repente se me ocurrió que yo puedo hacer eso, ahora que Nélide también está en el Kindergarten y yo quería en toda forma conseguirme un trabajo.

El grupo no pone inconvenientes de que yo cuide también a mis propios hijos. Cuando yo lo sugerí todos se alegraron. Qué dices tú?" Fermín dijo entonces: "De verdad?" "Pues sí, de verdad!" Entonces él siguió: "Para ser franco, no estoy de acuerdo. Cuántas veces te quejaste de que el ser sólo madre no te bastaba. Que en la casa no se vé ningún éxito. Y ahora quieres dar tus tardes libres para jugar no sólo con nuestros dos hijos sino también con 20 más, y eso en el bosque?" La miró. Florinda le contestó un poco impaciente: "Primero no es para jugar en el bosque - te has olvidado que yo soy pedagoga? Y yo volvería a trabajar con un grupo que ciertamente me estimularía y participaría conmigo. Allá no jugamos sólo - y tú lo sabes! Allá se les dá competencia social, se les desarrolla capacidades motoras y....sea lo que sea, después de cinco años de trabajo familiar no voy a perder la oportunidad de entrar de nuevo en el campo de trabajo!"

Había ido subiendo la voz y Fermín la miró de mal genio. "Me preguntaste mi opinión y te la dí. Qué más quieres que te diga? Tú estabas de acuerdo de poner a Tadeo y a Nélide en ese kindergarten en el bosque y yo estuve de acuerdo, aunque no estoy tan contento de que los niños jueguen todo el día entre la tierra y que bajo la lluvia coman bajo los árboles. Pero bueno. Yo no estaba en contra. Naturalmente necesitas tu propia actividad y nuestra empresa no te interesa. Fuera bueno si la cosa fuera diferente pero es así y no hay más que hacer!" "Espera un momento. Qué quieres decir con eso?" Florinda lo miró impaciente. "Desde el principio te dije claramente....." "Está bien!" Fermín levantó las manos para calmarla.



“No nos vamos a poner a pelear por eso! Encuentro lógico que tú quieras buscar una ocupación. Pero, por qué tiene que ser ese kindergarten en el bosque? Por qué no buscas un puesto real como pedagoga? Vé a una oficina de información o donde tú quieras!” “Para que no tenga que estar sentada en la tierra o qué?” “Yo no hubiera creído que esa posibilidad te guste. Para mí es muy importante hacer aquello en lo que yo estoy de acuerdo. No necesitamos más empresarios ni quienes se ocupen de aumentar cada vez más los ingresos. Necesitamos una generación de niños que aprendan a trabajar en conjunto, con consideración y respeto el uno por el otro y hacia su medio ambiente. Y necesitamos una nueva educación, con toda seguridad. Yo puedo inclusive donar una parte de mi sueldo. O tienes algo en contra?” “Fermín suspira. “Escucha, Florinda Yo sólo quisiera que tú te consiguieras una posición más reconocida. Si es por respaldo financiero, sobre éso ciertamente podemos hablar. Qué te parece que nosotros sostengamos una cuarta parte de un puesto durante un año y tú te buscas un puesto en que no todo el tiempo tengas que estar con impermeable para defenderte de la lluvia – y en cambio de eso ponemos una placa en que aparecemos como subvencionadores en el árbol que te guste más? Qué dices?” Le sonrió para calmarla y trató de abrazarla. Florinda lo vió pensativa. “Me parece que en asuntos importantes tenemos opiniones muy distintas. Antes no me había dado cuenta de eso.” Le retiró la mano y salió de la habitación.



3 Algunos pensamientos básicos

Amor y relaciones conyugales, qué es eso en realidad?

Conocen Uds. escenas similares?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>
Observaciones:		

Lucio siente que la vida que lleva con Inés es bonita y sin embargo tiene la sensación de que les falta algo importante. Cómo puede ser eso?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

No debería uno dejar atrás el pasado y mirar hacia adelante o es bueno ocuparse de heridas del pasado?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

En mi relación estoy secretamente descontento o me siento ocioso, a pesar de que quisiera hacer algo benéfico para la sociedad?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

No vivimos aislados sino los unos con los otros en un mundo común. Por ésto tenemos responsabilidad no sólo por nosotros mismos y nuestra familia sino también por todos los otros seres humanos. Por eso se debe hacer algo por el bien de este mundo. Es así ?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

Le quito a mi cónyuge o a mi familia energía, tiempo y fuerza que debería tener, si soy activo/A en asuntos de bienestar social?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

Qué tan importante es que mi cónyuge colabore en mi actividad social?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

Qué es más importante para una unión armoniosa: que por amor a mi pareja la respalde aunque su proyecto casi no me interese o que yo tenga un proyecto propio de mi gusto e interés?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

Si quisiera aclarar a mi hijo de 6 años por qué razón dos noches al mes tomo parte en un proyecto social, como se lo podría decir?

Si <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>

Antes de que Uds. sigan leyendo les pedimos pensar detenidamente sobre estas preguntas, sintiendo que son una pareja que se **ama** y que tiene un **sentido de perfección y de belleza** bien desarrollado.

Tómense suficiente tiempo para discutir y entonces sigan leyendo.



4 También el amor requiere reglas fijas

Deseo que me respaldes para cumplir con mis responsabilidades ante el mundo!

Esta carta trata de la relación de una pareja hacia el mundo y la felicidad de los dos por los esfuerzos mutuos en campos que están más allá de la familia inmediata.

Individualmente y como pareja tenemos metas que anhelamos alcanzar. Con frecuencia han sido conversaciones sobre esas metas, temas que han tenido en el tiempo en que se fueron conociendo y que consideraron de importancia. Esas conversaciones nos han dado la idea de quién es la otra persona. En qué cree. Qué meta se quiere esforzar por lograr. En los primeros tiempos en que nos vamos conociendo nos sirven esas conversaciones para ver si a la larga podríamos armonizar.

Las metas pueden ser materiales o ideales. El construir una casa puede ser una de las metas de la vida, como también el ocuparse en la protección de la infancia. Simplemente pertenecen a diferentes aspectos de la vida.

Hay tiempos en que tratamos de conseguir metas materiales, antes de seguir con metas ideales: nos concentramos en conseguir nuestro certificado de cualificación profesional y nos ocupamos después en alcanzar un nivel reconocido en nuestra profesión. Conseguimos medios de vida que estén de acuerdo con nuestro nivel. Nos decidimos por un ritmo de vida entre trabajo y tiempo libre, descanso en las vacaciones a la medida de nuestros ingresos y posiblemente el asegurarnos respaldo en la vejez.

Hay muchas personas que cuando han conseguido sus metas materiales comienzan a reflexionar sobre temas que no habían tenido antes: fué eso todo lo que logré en mi vida? Va a ser mi vida tal cual la he planificado, sin que tenga nuevas metas o propósitos? Esa clase de reflexiones ocurren con frecuencia a la mitad de la vida. Son la expresión de nuestra búsqueda de un propósito más vital para nuestra existencia que el alcanzar metas materiales, por muy satisfactorias que sean.

Si llegamos a estar confrontados con experiencias más graves, tales como problemas de subsistencia, enfermedades o muerte, nos vamos a hacer esas preguntas más pronto.

El nacimiento de una criatura y el formar una familia son también puntos de partida para preguntarnos: qué importancia puede tener mi existencia en este mundo, qué "huellas" quiero dejar cuando ya no esté aquí? Personas con inclinaciones espirituales se hacen esas preguntas en todas las edades, en su búsqueda de la verdad que dé respuesta precisamente a estos temas. Y la respuesta quieren expresarla con sus propias acciones.

Cualquiera que sea la pregunta que se haga en relación con el propósito de su propia vida, las personas que quieren participar concientemente en el mundo tienen una visión parecida:

A pesar de que cada persona es un prototipo, hay algo que une a todos y les dá igual valor: cada persona es valiosa, cada uno tiene el potencial para decidirse por lo positivo y contra lo destructivo. Cada uno tiene el deber de desarrollar sus potencialidades.



Nos damos cuenta de que hay un propósito profundo en nuestra existencia cuando llegamos a ser conscientes de la unión invisible de todos los seres a pesar de las diferencias innegables que hay entre ellos cuando nosotros, conscientes de esa unión, ponemos nuestros servicios a disposición de los demás, cuando los acompañamos y los estimulamos.

En los consultorios terapéuticos ocurren siempre preguntas sobre el propósito de la vida. Para dar a usted una impresión de los conocimientos de otras personas, consideremos los siguientes cuatro puntos que regularmente se mencionan, sea que la persona se sienta espiritual o nó:

- **La creación** es una **expresión de amor**.
- **Todos desean amar y ser amados**. En otras palabras: Toda persona trata de encontrar la razón de la creación y desarrollar su vida de acuerdo con ese propósito.
- La vida en **este mundo es** para los seres humanos **limitada** porque todo aquí es limitado. Se desarrolla en forma de dar y recibir entre nosotros y el mundo que nos rodea. Si sólomente recibimos, nos ponemos fuera **del orden definido que reglamenta la vida** en común.
- **Cada uno tiene la responsabilidad de dar a otros la experiencia de sentir el amor** para tomar parte en el objeto de la creación.

5 Lo que esto significa para la relación

En una relación en la cual la pareja toma parte concientemente en la vida, surge la sensación de alegría y felicidad. Para lograr esa forma de tomar parte en la vida se tiene que llegar a un acuerdo:

- Ambos tenemos igual responsabilidad hacia el mundo!
- Nuestra unión tiene un significado más profundo si realizamos algo significativo.
- Tomamos parte activa para que la humanidad colectivamente se desarrolle.
- Vivimos con un propósito. Nuestra vida tiene un sentido.

Se puede llegar a ese acuerdo si los dos en la pareja sienten responsabilidad por el mundo y lo quieren expresar en su vida. Si sólo uno de Uds. lo siente así, el otro puede hacerse las siguientes preguntas:

- Qué me hace no compartir su actividad con mi pareja?
- En mi concepto, cuál es el propósito de mi pareja en nuestra relación?
- Qué papel desempeña mi pareja en el mundo?
- Qué meta aspiro alcanzar personalmente en mi unión?
- Qué significa para mí "Vivir con un propósito, vivir concientemente"?



6 Reformación de la vida cotidiana

Ejemplo 1:

Inés y Lucio:

Esa misma noche tuvieron Inés y Lucio una larga conversación sobre ese tema. Se trataron de comprender el uno al otro y muy pronto se dieron cuenta de que no era eso tan difícil como se imaginaron al principio. Lucio pudo comprender que su esposa estaba muy contenta de que los primeros tiempos tan difíciles ya habían pasado, porque él también lo sentía así. Para Inés el comprender el anhelo de Lucio de compartir sus conocimientos con otras personas fué un proceso más largo. No era porque él no estuviera satisfecho con su relación o no se sintiera contento con su compañía. Simplemente porque su proyecto de dar consejo por Internet lo ponía en un nivel completamente diferente: como mentor de sus congéneres. Lo que lo motivó fué que él se acordaba bien de la sensación de los que pasaron por esa condición: vergüenza, desesperanza, la sensación de haber fracasado. El había podido superar esos sentimientos y estaba más que agradecido por eso. El había recibido respaldo, sobre todo de Inés, que lo quería y que creía en él cuando ni él mismo se sentía seguro. Exactamente eso le dió valor, de eso estaba convencido.

Eso fué también lo que lo motivó a dar a otros esperanza como a él mismo se la habían dado. Inés entre más lo oía más podía entenderlo. También comentaron el hecho de que en la vida de toda persona hay crisis de las cuales se puede aprovechar cuando uno medita sobre el asunto y recibe ayuda. Después de esa noche Inés estuvo dispuesta a diseñar la hoja de Internet y se alegró cuando pensaba lo que ese proyecto representaba para su esposo.

A mediados del mes ocurrió otra cosa: Inés fué reconociendo que también para ella era benéfico ocuparse de las sombras y las heridas que le había dejado la separación de su primer esposo. Para ella la separación con que terminó un tiempo largo y doloroso había sido el final. Había puesto a esa experiencia el punto final y se había dispuesto a vivir en el futuro. Por las muchas conversaciones que tuvo con Lucio se dió cuenta de que eso fué bueno para ella en ese momento, pero que su rechazo categórico del pasado no le había permitido aprovechar mucho de las lecciones que esa experiencia le había podido dejar. Eso no fue correcto. En toda forma ese acontecimiento, por muy doloroso que haya sido, la había formado como ahora es. Decidió que su parte en el proyecto de Lucio era comprender que también a ella le había ido muy mal y que le había ayudado el encontrar en Internet algo que la hizo pensar y la estimuló. Ella comprendió que no hay nadie tan independiente de los demás, que nadie es una isla.

Por ese trabajo conjunto se comprendieron mejor y el amor del uno por el otro se hizo más profundo.



Ejemplo 2:

Claudia y Rolando:

Rolando notó la indignación de Claudia y antes de que explotara dijo para calmarla: "Dejemos la decisión para mañana, sí?" Claudia de mala gana aceptó la sugerencia porque estaban a mitad de la semana y al día siguiente los dos tenían que salir de la casa temprano.

Cuando León quedó en su cama a la noche siguiente, se sentaron juntos en el sofá de la sala. Los dos habían pensado mucho sobre ese asunto. Claudia empezó preguntando: "Qué encuentras tú bueno en mi carácter?"

Rolando quedó al principio perplejo. Qué tenía eso que ver con el problema que tenían? Reflexionó y contestó: "Pues yo creo que tú lo sabes, pero...por ejemplo me gusta cómo tratas a León. Que tú le explicas muchas cosas a pesar de que es tan pequeño. Yo no podría hacerlo así. No estoy acostumbrado. En nuestra casa las cosas se hacían de modo diferente pero como tú las haces me gusta más." Claudia no dijo nada y él, después de una pausa dijo un poco inseguro, "Y que hay cosas que tú no aceptas, eso también me gusta. Tú peleas por las cosas que te parecen buenas, peleas por León o por nosotros en general y tú no ofendes. Eso es lo que me preguntaste?" Claudia respondió: "Exactamente eso quería oír, entre otras cosas. Sabes dónde aprendí a ser así?" Rolando comprendió. En el curso de la conversación él se dió cuenta cada vez más cómo era de importante para Claudia colaborar para que a muchas chicas que les iba tan mal como a ella le había ido, tuvieran la misma oportunidad que ella tuvo. El no estaba ciego y se daba perfecta cuenta de que la necesidad de un lugar protegido como el hogar para jóvenes era ahora tan grande como lo había sido antes, y posiblemente ahora era mayor. Claudia estaba agradecida de la oportunidad que recibió y quería devolver un poco de lo bueno que había recibido.

El lo entendió bien porque entendía que debía haber equilibrio en todo. Claudia notó que la actitud básica de él estaba cambiando.

También la ayudó a comprender las preocupaciones de él: Que se exponían a un riesgo económico, que ella podría tener menos tiempo para la familia.

Acordaron que Claudia averiguara qué seguridad podrían tener en caso de responsabilidad civil y que su aporte en el hogar para jóvenes no debería tomarle más de dos tardes en el mes.

Esas dos tardes Rolando quedó de ocuparse de León sin quejarse, porque, según dijo; "gracias a eso conocí una magnífica chica allá. Esa va a ser mi demostración de agradecimiento!" Se sintieron contentos de haber resuelto la situación así.

Ejemplo 3:

Florinda y Fermín:

Esa noche ni Fermín ni Florinda querían seguir conversando sobre el tema. Al día siguiente casi no se vieron porque Fermín después del trabajo había planeado una comida con varios funcionarios de la Inspección de Construcción de la ciudad. La confianza que antes se tenían, aún después del desayuno en familia al día siguiente, había desaparecido. Florinda estaba muy seria y reservada, les sonreía a los niños pero prácticamente no miraba al esposo.

Por la tarde habían invitado a Tadeo al cumpleaños de una niña de su grupo del kindergarten y permitieron que llevara a Nélida. Ya que la abuela había aceptado acompañar a los niños, Fermín aprovechó la oportunidad de que quedaron solos para seguir a Florinda al cuarto de trabajo donde acababa de conectar su computador. "Me parece que debemos conversar", empezó a decir. Al principio pareció como si Florinda no hubiera oído, pero entonces se volvió y dijo:



“Sí, me parece...” suspirando desconectó el computador y se quedó sentada, con las manos en el canto. Cuando Fermín quiso empezar a decir algo, ella intervino y empezó a hablar.

Había reflexionado sobre su extrañeza de que Fermín viera las cosas así, sobre su indignación por no haber mostrado interés en su empresa, por sentir él que su deseo de ayudar en el kindergarten del bosque se había vuelto un hecho central en que ella muy personalmente quería participar. Además de su desilusión de que su esposo no compartiera el interés por el kindergarten que ella había imaginado que tenía. En ese punto la interrumpió Fermín: “Yo no veo las cosas realmente así. Es que nunca tenemos la oportunidad de conversar tranquilamente y cuando lo hacemos hablamos siempre sobre los asuntos de los niños. No puedo ver qué otras cosas sean más importantes para tí.”

“Nosotros tenemos esos niños y los queremos los dos, no es verdad?” Florinda había levantado un poco la voz y a pesar de que se pudo controlar, comprendieron ambos que esa conversación fácilmente podría exaltarlos, si no tenían cuidado. En ese fin de semana habían acordado hablar sobre ese tema y en el curso de la semana anterior las veces que habían empezado a hablar se dieron cuenta de que se iba volviendo la conversación una discusión. Ninguno de los dos querían pelear. Al final, Florinda sugirió buscar quien pudiera actuar como intermediario. Durante una reunión informativa sobre el kindergarten en el bosque hace un año habían conocido a una señora que era consejera profesional. Les había parecido simpática y competente, aunque en ese entonces ni en sueños habían imaginado que necesitaran utilizar sus servicios. Duró toda una semana hasta que los dos resolvieron llamarla, aunque tanto Fermín como Florinda comprendieron que se habían amontonado argumentos y que ya no podían considerar el asunto con la claridad necesaria.

Necesitaban claridad para hablar tranquilamente sobre el deseo de Florinda, es decir, el que ella trabaje activamente en el kindergarten.

Los dos salieron del consultorio después de casi dos horas con la información de cuales eran los diferentes temas – de ambos lados – que se habían acumulado y qué condiciones eran necesarias para trabajar con ellos tranquilamente. Después de tres citas más llegaron a hablar sobre la base del deseo de Florinda: lo más importante para ella es el desarrollo óptimo de los niños en edad de kindergarten.

Para lograrlo, ella quiere aprovechar su situación privilegiada por su independencia económica para trabajar como educadora en el kindergarten y aportar una parte de su sueldo para aumentar el respaldo económico de la institución. Cuando preguntó la consejera qué era lo que la motivaba escuchó Fermín cosas que no sabía y que lo conmovieron. Por ejemplo cuando Florinda contó que de jovencita con hermanos pequeños había pensado con frecuencia en lo que era necesario para dar a niños pequeños un ambiente en que estuvieran bien acogidos y les cultivaran sus aptitudes especiales. O cuando Florinda contó sobre sus sentimientos cuando nació Tadeo, que una vez, cuando estaba dándole pecho le hizo una promesa: que ella iba a preocuparse para que pudiera crecer muy en contacto con la naturaleza y cuán feliz estaba de haber recibido un niño tan saludable y despierto. Poco a poco Fermín reconoció que para Florinda era esencial compartir con los demás lo que ella llamaba “una buena vida”. El no podía expresar tan bien sus sentimientos y por eso pidió de una agencia de expedición un par de botas de caucho amarillas con pequeños corazones de colores, que le entregó de regalo a Florinda muy ceremoniosamente una vez a mediados de noviembre. Florinda al verlas se rió y al final se rieron los dos tanto que casi ya no podían respirar. Después de eso quedaron silenciosos y ese silencio expresó un cariño que a ambos les hizo mucho bien.



7 Aun en el amor cada regla tiene sus límites

Para lograr armonía en una unión es esencial que los dos compartan los aspectos básicos que constituyen el fundamento de esa unión. Ya sea por participación de los dos o por un acuerdo sobre cuál de los dos participa en qué forma.

Sin embargo puede ser que el uno está de acuerdo con lo que hace su compañero o compañera pero no puede ayudarlo/a personalmente en forma práctica. Puede ser por falta de las capacidades necesarias o puede ser que su actuación básica en la unión no le deja tiempo libre para ello; puede ser que tengan en ese tiempo niños pequeños y es necesario que alguno de los dos se quede con ellos. En otras palabras, que uno de los cónyuges llegue al límite de su capacidad.

Cuando en esa forma uno de los dos no puede respaldar activamente uno de esos «proyectos para el mundo», tiene la posibilidad de acompañar al compañero con sus pensamientos y buena voluntad y permitirle tomar suficiente tiempo y dinero para desarrollar esa labor ideal. Esa es otra forma de colaborar.

Otra forma de llegar al límite de las posibilidades es en nuestro concepto que por esas actuaciones sufran otros aspectos básicos de la unión. La armonía de una unión no se basa únicamente en cumplir con los aspectos básicos, sino que ellos estén en equilibrio. Si por una actividad social no se logra tener el tiempo necesario para tener una buena relación con el cónyuge, entonces se ha llegado al límite.

Si la necesidad de medios económicos para la realización de una actividad altruísta sobrepasa la capacidad del cónyuge, impidiendo así que haya dinero para disfrutar del descanso necesario, o para comprar algo necesario o para el uso del compañero, entonces se ha llegado al límite. Si un cónyuge llega a estar tan absorbido emocionalmente y con el pensamiento en su actividad que no le queda energía para ocuparse del otro, en nuestro concepto se ha llegado también al límite de esta regla de amor.



8 Reflexiones adicionales

8.1 Lo que nos impediría seguir esa regla de amor

Lo que nos puede impedir vivir esta regla de amor pueden ser nuestros temores conscientes o inconscientes. Por ejemplo podemos temer ser, o que nuestro cónyuge sea

impulsivo, peligroso o dañoso

y por ésto no están dispuestos a hacer nada en favor de otros, bien porque temen hacer daño a alguien y así demostrar que se es peligroso... o se lo teme del compañero, eso puede cohibir para colaborar en su ocupación altruísta por temor a que ciertas facetas de su personalidad puedan hacer daño a otros.

Es bueno si consultan el tema entre los dos porque puede ser que uno de Uds. o los dos tengan esos temores u otros parecidos. Si fuera así, pueden ser válidos teniendo en cuenta el amor que sienten el uno por el otro, basado en muchas diferentes experiencias?

8.2 Lo qué nos ayuda a seguir esa regla de amor

Independiente de lo que nos pudiera impedir seguir con facilidad esta regla de amor, podemos ocuparnos conscientemente de los siguientes pensamientos:

- Amo a mi compañero/a?
- Vamos a permitir que ocupen temores una posición definitiva en nuestra vida, siendo así que nos amamos?
- No conduce nuestro amor a que pensemos que **toda la creación tiene por objeto expresar el amor?**
- Si sentimos que el propósito de la creación es expresar el amor, no podemos nosotros fácilmente **hacernos parte de ese proceso?**
- Si sentimos que el propósito de la creación es expresar el amor, no nos ayuda ese sentimiento a desarrollar un **sentido de perfección y de belleza** – ante la perfección y belleza de la creación en que vivimos?

Si Uds. siguen esos pensamientos, van a encontrar seguramente otras razones por las cuales esta regla de amor tiene su razón de ser. Van a tener también la experiencia de que el ocuparse de esos pensamientos les va a hacer cada vez más fácil seguirlos. Van a quedar sorprendidos!

