



# Aprendiendo a Amar

**Decidir en armonía**

Carta 7

*[www.Aprendiendo-a-Amar.es](http://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	9
4	También el amor requiere reglas fijas	10
5	Lo que esto significa para la relación	11
6	Reformación de la vida cotidiana	12
7	Aun en el amor cada regla tiene sus límites	15
8	Reflexiones adicionales	16
8.1	Lo que nos impediría seguir esa regla de amor	16
8.2	Lo que nos ayuda a seguir esa regla de amor	16
9	Que hemos aprendido?	17



## 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 Nr. 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:

Susana y Siegfried están casados desde hace 10 años. Tienen dos hijos: Maximilian de 7 años y Mauricio de 6. Susana es secretaria en una firma grande y con su sueldo sostiene a la familia. Siegfried se ocupa de los niños y de los quehaceres de la casa. Inicialmente estudió politología pero pronto se dio cuenta de que no podía trabajar en su profesión: implica demasiada tensión nerviosa, demasiados conflictos y muy poca disposición para solucionarlos en forma constructiva. Cuando tiene tensión su cuerpo reacciona inmediatamente con trastorno y dolor de cabeza; por esa razón se decidieron a repartirse el trabajo en esa forma, lo cual por lo menos en su ambiente no se acostumbra. Siegfried se acostumbró a esos quehaceres con el paso de los años y ahora que los niños están más grandes va teniendo cada vez más tiempo para ocuparse de su "pasión secreta", como la llama: la fotografía. Lo único negativo en el asunto es que es un hobby caro. Por este motivo se consiguió desde hace tiempo una fuente de ingresos que le dá algo de dinero. El escribe muy bien y ha cogido fama como escritor de autobiografías de personas con destinos especiales. Con ese dinero ha ido mejorando su equipo fotográfico y en la actualidad está muy contento con él. Se puede decir que tiene un equipo profesional.

Esta vez quiere comprarse un objetivo con un foco amplio de 1.2, lo cual es naturalmente bastante costoso – el vendedor al cual va, después de mucha conversación le dijo que costaba 2000 Euros.

Siegfried no le ha contado a su Susana todavía sobre lo que proyecta porque quiere sorprenderla. Cuando ella unas semanas más tarde ve el aparato y se entera de lo que costó, no puede contenerse.

"Estás loco? Crees que tenemos tanto dinero para tirarlo por la ventana? Tú sabes que tenemos que cambiar los muebles de la sala. El auto debemos llevarlo al taller y la reparación va a ser costosa! Tú inviertes tanto dinero en tu miserable fotografía! Piensa en lo que haces!"

### Ejemplo 2:

Liliana y Leopoldo están juntos desde hace un año. Desde hace 5 años es Liliana jefe de ventas de una cadena de almacenes. Con frecuencia tiene que ir de viaje, lo cual fué para Leopoldo muy desacostumbrado porque su compañera anterior era como él maestra y tenían el mismo ritmo a pesar de tener diferentes horarios. Ahora, en su relación con Liliana, él tiene que adaptarse. Cada par de semanas se va de viaje por varios días y él queda sólo.

Esta vez se va Liliana a Singapur con objeto de visitar a los proveedores y convencerlos de que acepten nuevas condiciones. Va a durar dos semanas. Las conversaciones preliminares que tuvieron por video fueron difíciles pero Liliana tiene confianza de que, tan pronto esté allá, pueda iniciarse un proceso constructivo en las conversaciones. Sin embargo por el momento no sabe donde tiene la cabeza y se alegra de tener un buen asistente que le ayuda a organizarlo todo. Le deja la libertad de fijar las citas con los proveedores porque él tiene acceso a su plan diario y así puede evitar comprometerse a estar en una hora determinada en dos sitios diferentes.



Leopoldo es maestro en una escuela superior. Encuentra su trabajo como un reto que él aceptó muy voluntariamente. Le gusta la viveza de los jóvenes y está dispuesto a considerar nuevas tendencias. Sin embargo, su profesión trae consigo tensión que no se puede negar y a veces, cuando la parte burocrática de su trabajo aumenta exageradamente, piensa en sus “sueños de verano”, como el llama a sus planes de vacaciones. En este año está pensando en algo muy especial, con lo cual quiere sorprender a su compañera. El hace una reservación para unas vacaciones de tres semanas en el caribe.

El caribe, con su calor, la vegetación tropical y ese estilo de vida muy diferente lo ha fascinado siempre. Ahora, con Liliana se alegra Leopoldo de compartir esa experiencia nueva para él. Hace la reservación en las vacaciones de verano porque en otra época no tuviera tiempo. También se alegra de la cara que va a poner Liliana cuando le muestre los tiquetes. El sí se acordó que ella ama las montañas y que por esta razón pasaron sus últimas vacaciones haciendo caminatas por Tenerife, pero para él vacación es vacación, váyanse a donde se vayan y a “caballo regalado no se le mira el colmillo”....

Por la noche, Liliana se alegra de estar en la casa. El día de trabajo transcurrió positivo y su asistente, poco antes de salir, le mandó por E-mail la confirmación de que los proveedores la esperan en la fecha acordada. Es decir, todo va bien. Lo único desagradable es que esta vez tiene que estar 14 días ausente. Le va a hacer falta Leopoldo, de eso está segura. A la comida conversan y Liliana le cuenta de su viaje a Singapur. Leopoldo hace una mueca como si hubiera mordido un limón. “Cómo puedes viajar a Singapur simplemente, sin consultar conmigo y precisamente durante las vacaciones de verano que es cuando yo tengo mis vacaciones? Afortunadamente no es en agosto, pero sin embargo!” Liliana encoge los hom-

bros: “Tú sabes cómo es mi trabajo. Sé que voy a estar ausente muchos días pero tengo 8 reuniones diferentes. En menos tiempo no lo puedo hacer. Me alegro de que Jan se ocupe de los asuntos de organización porque donde mí todo se amontona.” Liliana, cansada como está, se quita un mechón de pelo de los ojos. “Y qué pasa en Agosto?” Sin decir palabra se levanta Leopoldo, va a su escritorio y vuelve con un sobre que le pone a Liliana sobre la mesa.

“Eso es lo que va a pasar en Agosto. Ojalá que te alegres un poco.” Liliana lo mira asombrada, abre el sobre y mira el contenido. Entonces, con un suspiro dice: “Puh, no tenía idea de eso. Republica Dominicana...” Entonces decidida deja el sobre sobre la mesa y se dirige a Leopoldo. “Leo, yo te lo agradezco. Sólo que tú te quejas de que no me haya puesto de acuerdo contigo sobre la fecha de mi viaje que es parte de mi trabajo y tú lo sabes. Y tú nos mandas, sin consultarme, a una playa aunque sabes que yo no la disfruto! Yo encuentro que eres tú el que ha debido consultar conmigo y no al contrario, no te parece?” El volumen de su voz ha ido subiendo y ella lo mira furiosa. “Yo quise sorprenderte. Pensé que te gustaría.” Leopoldo va quitando los platos de la mesa. Se muestra reservado y Liliana sale malhumorada de la habitación.



### Ejemplo 3:

Ursula y Ulrich tienen 2 niños de edad de 3 y 4 años. Porque Ulrich desarrolla «software» - programas de computación - puede hacerlo en casa y así puede trabajar Ursula medio tiempo como enfermera en la estación de neurología en la clínica de la ciudad. Con todo, es a veces difícil para los dos ponerse de acuerdo en el tiempo para cada cosa porque también les falta el sitio adecuado para sentarse y conversar tranquilamente. Siempre ocurre que uno de los dos le comunica al otro en minutos condiciones con que no habían contado y como el compañero ya está con el pensamiento en lo que después tiene que hacer, no registra concientemente lo que el otro le comunica.

Por esta razón los dos viven nerviosos. Ursula tiene la impresión de que Ulrich no le gusta que ella trabaje fuera de la casa y que no aprecia el trabajo que hace en la casa cuando llega de la clínica. Para Ulrich es difícil utilizar el puesto donde trabaja verdaderamente como puesto de trabajo. Con mucha frecuencia el trabajo que tiene que hacer por las mañanas, cuando los niños están teóricamente en el kindergarten, lo tiene que interrumpir con trabajos de casa que parece que nunca terminan.

Un día, después de una mañana llena de frustración en que estaba con el hijo Jan en una sala de espera llena de pacientes donde el pediatra, a Ulrich se le ocurrió llamar a su amigo Walter. Se citaron para el sábado en un restaurante, como lo hacían en el pasado.

Por la noche por esa cita resultaron los dos discutiendo. "Ulrich, por qué te vas precisamente el sábado? Yo pensé que podemos sentarnos tranquilamente y conversar. Nunca podemos conversar!"

Ulrich se defiende: "Mi amor, podemos conversar en cualquier otro día. Yo necesito encontrarme con Walter. No lo veo desde hace tiempos." "Y cuánto hace que los dos no podemos conversar el uno con el otro? No digo con esto que no nos informemos del plan del día o que me digas lo que ha pasado en el día con los niños. Lo que quiero decir es que en el pasado hablábamos mucho el uno con el otro, qué nos está pasando? Por qué te citas con más gusto con Walter y no conmigo? Tú me quieres, o nó?" Ursula va subiendo la voz. Está cansada después de un turno difícil en que tuvo que tranquilizar a una anciana que estaba totalmente desesperada. Su hijo estaba en esa estación desde una semana y le habían dado un pronóstico bastante negativo. "Claro está que te quiero..... Hace 7 meses que no veo a Walter! Antes nos encontrábamos por lo menos una vez por semana. Me hace falta conversar con él, es mi amigo y el verme con él es para mí también importante. Por qué no aprovechas la tranquilidad y llamas por teléfono a tu mamá? Tres veces llamó esta semana preguntando por tí y con seguridad se alegraría de saber de tí y de los nietos, no te parece? Qué dices?" Para tranquilizarla la abraza pero ella lo rechaza. "Sí, con toda seguridad! Y eso es exactamente lo que necesito!" Y sale de la habitación.



## 3 Algunos pensamientos básicos

Amor y relaciones conyugales, qué es eso en realidad?

Conocen Ud. o Uds. escenas similares?

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

No tiene cada uno el derecho – en caso de necesidad – de tomar sus propias decisiones?

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

Se debe uno poner de acuerdo con el compañero sobre cada detalle de la vida?

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

No debe estar satisfecha Liliana (Ejemplo 2) de que Leopoldo piense en ella y la invite a unas vacaciones?

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

Si el amor se muestra dando alegría al ser querido, entonces se debe aceptar el que el compañero haga lo que desea.

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

Se deben poner de acuerdo los dos sobre cada decisión que afecte a ambos.

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

En un buen matrimonio ninguno debe decidir algo sin el otro!

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

Antes de que Uds. sigan leyendo, respondan en conjunto y francamente, como una pareja amorosa y que se **preocupa con mucha atención y cuidado** el uno por el otro.

Tómense suficiente tiempo para discutir y entonces sigan leyendo.



## 4 También el amor requiere reglas fijas

***Cuando tomas una decisión espero que tomes en cuenta mi opinión y lo que para mí es importante***

En una unión se acostumbra tomar decisiones en conjunto si se relacionan con un tema que afecta a los dos. Cómo se sentiría mi pareja si yo no la tomo en cuenta? Nuestra experiencia nos ha demostrado que con decisiones de un solo lado el compañero casi automáticamente se opone; por lo menos esa es la primera reacción. Esto ocurre porque como mayores de edad deseamos tener una relación en que ambos tengamos los mismos derechos de poner en acción nuestra capacidad de profilar nuestra unión. Si no se nos permite, reaccionamos en forma negativa.

Decisiones que han sido tomadas en conjunto tienen, además del beneficio de producir armonía entre los dos, la ventaja de ser mejores que las tomadas por uno solo.

Dos personas tienen dos biografías diferentes y con ellas dos fuentes diferentes de conocimiento. Esas dos fuentes de conocimiento se pueden aprovechar en el proceso de la decisión y así el resultado puede ser mejor.

Dos personas tienen dos diferentes puntos de vista sobre una situación determinada. Esos puntos de vista pueden diferenciarse en parte o completamente. En toda forma los dos puntos de vista van a captar una situación más conjuntamente que lo pudiera hacer una sola persona. Imagínense Uds. una habitación a oscuras que de repente reciba la luz de dos partes en vez de una.

Ahora imagínense Uds. que haya una situación que requiere una decisión inmediata, aunque no sea definitiva. Puede ser que no tengamos la oportunidad en el momento de ponernos de acuerdo con el compañero. En ese caso nos ayuda el conocer la opinión, las necesidades y muy pragmáticamente los deberes en cuanto a tiempos y fechas del compañero en una decisión que él o ella puedan aprobar.

En caso de que no estemos seguros de su punto de vista, difícilmente puede haber una situación en que no sea posible esperar hasta estar seguros de la opinión del compañero o compañera para tomar la decisión final. Podemos pensar que con cada decisión que tomemos en conjunto fortalecemos nuestra relación, porque consideramos que nuestro compañero tiene iguales derechos y lo demostramos con nuestros hechos.



## 5 Lo que esto significa para la relación

Como última consecuencia de lo antes anotado fortalecemos la **confianza del uno en el otro** y el sentimiento de **seguridad** que sentimos en nuestro compañero cuando estamos de acuerdo en los siguientes puntos:

- Mi compañero no va a tomar ninguna decisión sin tomarme a mí en cuenta.
- Yo no voy a tomar ninguna decisión que no tome en cuenta la opinión, los deseos y la posición de mi compañero / compañera.
- Siempre que sea posible tomamos decisiones en conjunto.
- Tomamos decisiones importantes siempre después de haber conversado sobre el tema el uno con el otro.

La forma en que llega una pareja a sus decisiones nos muestra la calidad que tiene su unión. Es humano tomar el propio punto de vista como el mejor. Es también humano tomar nuestros propios métodos y criterios como los mejores. El desafío que existe en una unión consiste en aceptar que el otro sienta lo mismo y juntos ir un paso hacia atrás y de un sentimiento básico de igualdad de derechos, darse los dos la oportunidad de llegar a una decisión.

Qué puede significar el que nos demos cuenta de que en nuestra unión no se hacen las decisiones en común, entre los dos? Las siguientes preguntas nos ayudan a aclarar el tema:

- De qué me sirve hacer decisiones en que no tiene parte mi compañero? Cómo interpreto yo ese hecho y como lo interpreta mi compañero?
- Cómo actúa mi compañero cuando se toca el tema de hacer una decisión: Es competente y está dispuesto a llegar a una decisión? O más bien es indeciso e inseguro? Qué tiene eso que ver con mi actitud para decidir?
- Qué quiero lograr en mi unión en lo relacionado con los procesos para llegar a una decisión?
- Quiero yo tener una unión con base de iguales derechos?
- Qué limitaciones, qué experiencias o reserva me impide aceptar que mi compañero tenga iguales derechos en este proceso?



## 6 Reformación de la vida cotidiana

### Ejemplo 1:

Susana y Siegfried:

Susana está indignada. De repente se da cuenta de que no puede aceptar que una situación de éstas vuelva a ocurrir porque entonces esa unión no tiene objeto. Siente, en la primera noche de insomnio que está casada con un hombre que define su responsabilidad hacia la familia en forma muy diferente y que se toma libertades que ella no debe tolerar.

En la tarde siguiente se ha controlado lo suficiente para ordenar sus pensamientos y hablar con Siegfried mientras los niños están en sus habitaciones haciendo sus tareas.

“Siegfried, yo quiero que en el futuro tú tomes decisiones en consulta conmigo. Tú estás tan obligado a la familia como lo estoy yo. Tu dinero es tan nuestro como lo es el mío. Si eso no te gusta o no lo aceptas entonces no quiero tener más relación contigo porque no puedo vivir con un hombre que no sienta que comparte la responsabilidad y actúa de acuerdo. Tienes una semana para pensar sobre eso.”

Siegfried se siente como si le hubiera caído un rayo. Eso no lo quiere de ninguna manera. Promete pensar en la solución. Esa noche duermen mal los dos. Siegfried trata de ser sincero consigo mismo. En cierta forma Susana tiene razón en lo que dijo. El ha tenido una vida fácil y ahora que los niños están más grandes ha vivido más que todo para sus hobbies. Ahora tiene que decidir si está dispuesto a hacer con Susana las decisiones, aún las que se relacionan con su hobby, o verdaderamente poner en peligro su familia y su matrimonio.

En la tarde siguiente busca a Susana y la encuentra en el cuarto de huéspedes, rociando las plantas. “Tienes razón. Tengo que aceptar el que yo he descuidado mi participación en la responsabilidad común y que decidí independientemente. Tú y los niños me son importantes. No quiero perderte a tí ni a los niños. Estoy dispuesto a ceder ante tu deseo. Puedo devolver ese objetivo. Conversemos en el fin de semana sobre lo que podemos hacer con el dinero.”

Susana se siente muy aliviada. Ella quiere a su esposo y le había dado bastante tristeza pensar que se había equivocado sobre su carácter. Cuidadosamente pone en el suelo la regadera. “Me alegro que veas el asunto así. Cualquier otra cosa hubiera sido..... Pues bien, conversemos el sábado, si?” Siegfried asiente.

Esa tarde hacen una lista muy pragmática de sus ingresos mensuales. Entonces anotan los gastos que van a tener en el próximo tiempo. Les es fácil decidir juntos lo que tiene prioridad. Por sugerencia de Susana hacen también una lista de lo que desean. El primer punto de esa lista, con un signo de interrogación, pone ella el objetivo que Siegfried hubiera querido comprar. El asiente, le acaricia la mano y pregunta “Y para tí?” “Hm. Por el momento no se me ocurre nada. A lo mejor después.”

Deciden de ahora en adelante conversar con frecuencia cómo emplear su dinero y los gastos que van teniendo.

A pesar del carácter práctico de su consulta ambos notan que al nivel de los sentimientos están ahora más unidos. Ese sentimiento nuevo de unidad les hace bien y los convence más de hacer las decisiones en conjunto siempre en el futuro.



## **Ejemplo 2:**

Liliana y Leopoldo:

Esa noche no hablaron más el uno con el otro y a duras penas se desearon buena noche. En el fin de semana, en el desayuno, Leopoldo por fin rompió el silencio diciendo: “Es gracioso que yo te culpo de que no me permites participar en tus decisiones y al final yo hice lo mismo, aunque en mi caso fué por otra razón. Verdaderamente yo quería complacerte y estaba muy orgulloso de la sorpresa que te iba a dar.” Agachó la cabeza y quedó mirando muy concentrado el salero. Liliana le cogió la mano. “Sabes que desde tu punto de vista te puedo entender? Y al final no hace tanto tiempo que nos conocemos como para que sepas que para mí tres semanas en la costa son difíciles de soportar.” Le sonrió a Leopoldo. “Y qué hacemos ahora?” Silencio. Los dos quedaron pensando en la situación. En comparación con los demás ellos tienen la ventaja de que están acostumbrados a aprender de los errores. Consideran que los errores se pueden definir como oportunidades para aprender – y no como un fracaso por el cual él mismo y los demás durante muchas semanas se tengan que castigar.

Al final decidieron que en el futuro las decisiones van a tomarlas juntos. Leopoldo averiguó muy concienzudamente qué lugares hay dignos de verse fuera del mar en la República Dominicana y se pusieron de acuerdo en un programa variado. Con el tiempo y conversaciones que hacían individualmente tomaban en cuenta los pensamientos del otro.



### Ejemplo 3:

Ulrich sigue firme – él siente que tiene que hacerlo aunque le dá dolor ver la cara triste de Ursula. El tiene que salir, sea como sea. Es un hombre libre a pesar de ser padre de familia!

Sin embargo, después de ese sábado por la tarde hubo un cambio entre Ursula y Ulrich. El siente que Ursula se aleja de él emocionalmente y que su actitud no cambia después de muchos días. Cuando él después de una semana le habla ella lo escucha en silencio sin decir palabra. En el curso del día se dá cuenta de que su temor es fundado. Aquella noche con su amigo y la forma en que él se impuso hicieron surgir una crisis familiar fuerte. Ursula se pregunta muy seriamente de qué sirve el matrimonio, y eso con dos niños! Ulrich se asustó. No comprende cómo pudo haberse desatado semejante catástrofe sólo por esas pocas horas de descanso de la rutina familiar.

Después de tres cuartos de hora de conversación ambos se sienten nerviosos y cansados. Precisamente Ursula sugiere ir a un consejero familiar profesional. “Sabes qué? No tengo la fuerza para imaginarme algo para salir del hueco en que estamos Para qué hay expertos? Si yo tuviera dolor de muelas fuera donde un dentista.” “Buena comparación”, dice Ulrich. “Conoces a algún consejero familiar?” Ella piensa unos momentos y entonces sugiere ir al Centro de Consulta Familiar que está dos calles más allá de la clínica en donde trabaja. Llaman entonces por teléfono y consiguen la cita.

Al final comentan los dos que no fué nada espectacular lo que les dijo el consejero pero que sí les sirvió. Les sugirió reunirse cada determinados días para consultar sobre tres aspectos importantes en la unión: tiempo, dinero y repartición del trabajo. Esas reuniones deben terminar con decisiones de los dos, en las que al final ambos tengan la impresión de que sus necesidades y sus puntos de vista se hayan tenido en cuenta.

Lo primero, deben conversar cariñosamente sobre el tiempo. Tan repentinamente como se distanció Ursula después de la cita con el amigo que él defendió tan radicalmente, así volvió la confianza entre los dos. Se acostumbraron a consultar cada dos semanas sobre las citas y los trabajos que tienen que cumplir. En esa forma deciden los dos cómo quieren estructurar su tiempo. Con frecuencia tienen que cambiar las decisiones o hacer planes nuevos. Entonces el uno llama al otro y comentan los dos cuál es la mejor alternativa.

Por la mayor unión que ocasionan esas consultas, ellos se sienten cada vez más unidos en el amor del uno por el otro.



## **7 Aun en el amor cada regla tiene sus limites**

Cuando comprendemos que la unión se fortalece con las decisiones de común acuerdo y que los dos sienten que tienen iguales derechos y que son competentes, sólo hay una razón que nos impida seguir esa regla. La razón puede ser que el compañero por haber tenido una enfermedad grave no pueda tomar parte en llegar a una decisión.

Uno de los dos puede sufrir de depresión que limite sus perspectivas de vida y no tenga posibilidad de razonar y menos llegar a una decisión constructiva. Por otra parte el compañero puede ponerse en peligro si piensa en un suicidio y el otro se ve obligado, frecuentemente contra el deseo de su pareja, a llevarlo a una clínica.

Hacia el final de nuestra vida podemos sufrir de una condición demential que nos impida cada vez más tomar parte en decisiones. No sabemos si al final de nuestra vida nos pueda ocurrir eso. Semejante condición, fuera de medidas fuertes, trae consigo una carga emocional grave para la cual difícilmente nos podemos preparar. Sin embargo, si en el curso de nuestra vida conyugal hemos llegado a conocernos tanto y a estar tan unidos, nuestra experiencia nos puede ayudar a tomar las decisiones que estén de acuerdo también con los deseos y los valores de nuestro compañero. Hemos llegado a conocer tanto su interior que sabemos bien lo que para él o ella tiene verdadero valor.



## 8 Reflexiones adicionales

### 8.1 Lo que nos impediría seguir esa regla de amor

A primera vista parece muy fácil seguir la regla “decidimos en armonía”. Sin embargo muchos conocen casos en que, cuando se va a tomar una decisión que para nosotros es de mucha importancia, nos cuesta trabajo conversar con el compañero en términos sinceros e incondicionales. Por lo general hay temor en nosotros de que

dependemos del **capricho** del otro o sentimos **haber caído en una trampa**.

Eso puede causar que nos programemos interiormente para liberarnos de ese estado, a que pensemos que no tenemos que aceptar todo lo que venga, a que nos digamos que tenemos que pensar un poco en nosotros mismos o a que no confiemos en que el compañero quiera lo mejor para nosotros. Es decir, que no debemos darle la oportunidad de tomar parte en la decisión.

El tomar decisiones es una expresión de poder. El decir sí o no es uno de los derechos más elementales que tiene una persona y con frecuencia no se toma en cuenta. En el curso de su vida muchas personas confrontan actitudes de poder negativas – y esas experiencias las proyectamos en nuestra vida conyugal. Nos conduce a desconfiar de los motivos de otros y a cuidar de nuestros derechos de decidir.

Si alguno de Uds. o ambos han tenido experiencias de abuso de autoridad, es importante que las analicen y las transformen como condición para poder hacer decisiones en común en su vida conyugal.

### 8.2 Lo que nos ayuda a seguir esa regla de amor

Han pensado Uds. conscientemente sobre su concepto del ser humano o han hablado con otras personas sobre ese tema? Nuestro concepto del ser humano nos puede ayudar a liberarnos de temores e ir por nuevos caminos para la conducción de nuestra relación.

Los invitamos a que se tomen tiempo para reflexionar sobre los siguientes puntos:

- Amo yo a mi pareja?
- Qué tanto influyen en mí mis temores y qué tanto quiero yo dejar que influyan en mí?
- Tiene nuestro amor suficiente fuerza para llevarnos a la convicción de que no hay nada que tenga tanta fuerza **de transformación como el amor** y que **cada persona** ve una parte de la verdad?
- La convicción de que cada persona ve o reconoce una parte de la verdad nos puede hacer conscientes de que se debe aprovechar el punto de vista de mi pareja. Con **actitud respetuosa, cariñosa** y con mucha **atención y cuidado** tomo en cuenta sus reflexiones y sus sentimientos en nuestro proceso de decisión.

Cuando piensen en estos puntos van a encontrar varios más que respalden esa regla y muestren que constituye una inmensa ayuda para lograr una alta calidad en la unión. También notarán cómo es de necesario integrarla en su relación, precisamente en casos en que no sea precisamente fácil. Se van a sorprender!



## 9 Que hemos aprendido?

Aquí pueden anotar sus propias observaciones, pensamientos y conocimientos sobre el particular:
