

¿Qué nos une?

Es esta una pregunta para analizar la relación. Es aplicable tanto a la relación conyugal, como a la relación de amistad, como a la relación fraterna y comunitaria. **¿Qué es lo que realmente nos mantiene unidos?** ¿Qué hacer para mejorar la relación de pareja? Cuando se dice que se termina el amor, ¿qué es lo que realmente se termina? ¿Qué hace crecer nuestro amor fraternal, de amistad o de pareja?

1. **La memoria personal del camino recorrido juntos.** Camino que ha comenzado con la idealización del otro. Se ama en el otro la proyección de uno mismo. Se contempla al otro no como es, sino como nos gustaría que fuera. Ha comenzado siendo un camino desconocido; nadie entrena del todo para recorrer el camino; hay que inventarlo y crearlo; los mapas suelen ser muy aproximados y no existen los navegadores; a lo más, la brújula. porque cada pareja tiene su propia trayectoria. Pero es seguro que el camino de la relación pasa por la decepción, por la desilusión. Hay que aprender la aceptación de sí mismo y del cónyuge.
2. La **decisión de nutrir la relación**, sabiendo que el darse y regalarse al otro es una forma de felicidad; que no se puede renunciar a amar y ser amado. La relación conyugal es como una semilla: es preciso cultivarla, regarla, alimentarla. No crece en el abandono y el descuido. Hace falta cuidar el diálogo, la comunicación, la relación.
3. El deseo de **aprender juntos**; mi cónyuge es la persona más interesante para mí; con ella aprendo las lecciones más importantes de la vida; con ella aprendo a vivir con sabiduría, con amor y lucidez; su presencia llena mi vida de energía. La convivencia es estimulante. Ello no significa que no haya momentos de conflicto, momentos de sufrimiento. El camino está también tejido de heridas; pero sobre todo de perdón y reconciliación...
4. La voluntad de **crecer juntos como personas**. La diferencia no es una amenaza es un enriquecimiento; la diferencia la vivo como una gran oportunidad que me va formando; su mirada diferente me hace ver; su sensibilidad enriquece mi racionalidad, su ternura mi objetividad, su entrega, mi libertad.
5. Cada uno es **responsable de su vida y protagonista de la misma**. Cada uno es responsable de sus sentimientos, de la idea que tiene sobre sí mismo. Así como pensamos sobre nosotros mismos, así nos sentimos y así nos comportamos. No puedo ceder al otro esta responsabilidad y hacerme dependiente de él. No puedo culpar al otro de mis conflictos y dificultades. El cónyuge no está ahí para llenar mi vacío y mi carencia. La relación de amor no encarcela ni ata; la relación de amor auténtico libera, hace crecer. No se limita a un juego de esperas y de expectativas sobre el otro.
6. **No tiene futuro el amor que crea dependencia y sumisión**. La relación de amor crea pertenencia y, en cuanto tal, una cierta apropiación: “mi esposo”, “mi esposa”, mi amigo, mi hermano... Pero cuando esa relación se convierte en apropiación el amor se envenena: tú eres mía, tú eres mío; tengo derecho a tu amor, a tu tiempo, a tu escucha y atención. Ahí radica la raíz de

los celos, que son la expresión obsesiva del miedo a perder al cónyuge, a que se aleje o me abandone. De la posesión brota el rencor ante la libertad y autonomía. El rencor puede terminar en odio destructivo de la pareja responsabilizándola del propio malestar.

7. **La rutina y la costumbre anestesia contra la falta del amor vivo.** Alivia del dolor y de la ausencia en cuanto que mantiene a la persona centrada y distraída en la actividad, y no deja espacio vital para sentir con fuerza el vacío. Es un dato que las crisis matrimoniales abundan tras los tiempos de vacaciones. La explicación es ésta: cuando desaparece la defensa de la rutina laboral, familiar y cotidiana, aparece la experiencia de la falta de unión y sintonía. Nada nos une ya. La separación se presenta entonces como un acto de amor. Y un acto de honestidad. En realidad, puede ser sólo una huida para no enfrentarse uno consigo mismo y con su propia responsabilidad de construir la relación de amor verdadero.

Esa relación de amor que es una buena noticia para los cónyuges. Y para todos los que apuestan por el amor como volar central de la vida.

Bonifacio Fernandez, cmf

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/que-nos-une