

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



Lenguaje amoroso Autor: LAZ Publicado: 21/09/2017 | 06:55 pm

Lenguajes para el amor

La comunicación es indispensable en la pareja para mantener una buena relación

Publicado: Viernes 28 abril 2017 | 10:59:15 pm.

Publicado por: Mileyda Menéndez Dávila

Que alguien no te ame de la manera que tú esperas, no significa que no te ame.

Anónimo

Lucía se lamentaba porque su marido jamás le decía frases significativas... hasta que se le ocurrió sugerirle que le dedicara una canción donde se resumieran esas emociones tan difíciles de describir para él, sobre todo cuando no están juntos por diversos motivos.

Como nadie nace sabiendo, es básico explorar las vías más efectivas para mantener la línea abierta con tu pareja y hallar el modo de expresar lo que sientes, explica el Doctor Gary Chapman en el libro **Cinco lenguajes del amor**.

El primer camino, el más obvio, es el de las palabras, pues solo lo que se nombra forma parte de la realidad. Por eso hay que esforzarse en sembrar sentidos agradables: no importa si son frases rebuscadas o espontáneas, inspiradas o copiadas de algún texto, apodos cariñosos, poemas, confesiones, susurros animosos, bromas de consuelo...

También hay palabrejas que no está de más conocer, aunque no deben emplearse arbitrariamente en casa y mucho menos para contar anécdotas que nos denigran o manifestar expresiones que quisiéramos gritar a gente

ajena, pero no es conveniente, y entonces las volcamos con rabia sobre nuestra pareja, haciéndole sufrir la humillación reprimida ante otros.

El prestigioso científico Deepak Chopra opina que la felicidad al hablar se logra al filtrar nuestras ideas: ¿Es bueno? ¿Es cierto? ¿Es útil? Si no se cumple al menos uno de esos requisitos, ¿qué sentido tiene preocupar u ofender con tus dichos a la persona amada?

Pensando en ti

Tiempo de calidad es el segundo lenguaje. Incluso personas muy calladas te hacen sentir bien cuando cada minuto a su lado es intenso y enriquecedor. Por muchas ocupaciones que tengan, sabes que tu pareja te ama si defiende un espacio propio, regular y sagrado en su vida solo para ti, sin estar pendiente de pantallas, trabajo u otros personajes.

Otras dos vías para expresar amor son el servicio y los regalos materiales, según Chapman, aunque ambos han sido muy tergiversados por cuestiones culturales.

Lo más común es que un miembro de la familia viva pendiente de las necesidades y comodidades del resto. Tal servilismo no tiene nada que ver con el acto voluntario de asumir tareas, según el potencial y los gustos de cada quien, y comprometerse a honrarlas aun en momentos de pereza.

Siempre se puede aligerar a alguien de sus deberes en días de enfermedad o si algo bueno o prioritario le dificulta cumplir sus roles.

Es amoroso agradecer a tu pareja por cada favor o servicio recibido y alabar con cariño sus obsequios, porque en ambos casos dedicó tiempo y recursos para pensar en ti.

El poder real de un regalo radica en la sorpresa, y su peor enemigo son las expectativas vanas, dice Chapman. Para evitar decepciones recuerda el pensamiento mágico descrito por la psicóloga chilena Pilar Sordo, típico sobre todo de las mujeres, muy dadas a esperar que el otro nos adivine.

Si quieres algo al alcance de tu pareja, no lo insinúes vagamente: nómbralo con claridad y si es posible acompáñalo a adquirirlo para un disfrute mayor. Si te toca obsequiar, pon atención a lo que dice anhelar o necesitar tu media naranja y no compres «cualquier cosa» porque el efecto es peor.

Se dice que los regalos muy caros esconden culpa, aunque no es bueno generalizar. No trates de comprar tiempo o amor de una persona esquiva, ni juzgues el cariño o la conducta de alguien en base al valor material de sus dádivas.

Con tacto

El lenguaje corporal aporta el 70 por ciento de las emociones en cualquier relación. La reacción de tu pareja cuando tocas su cuerpo habla diáfano de su estado de ánimo y de otros asuntos no resueltos a través del diálogo.

Empieza por revisar: ¿cuál es tu código tras la caricia? Si solo te acercas cuando quieres sexo, no culpes a la otra parte por actuar como un puercoespín; pero si es un témpano a toda hora, puede haber resentimientos sin

aflorar, traumas que marcan su modo de expresar el amor aun sintiéndolo.

No te prejudices: cada quien se comunica de una manera muy particular, que no siempre coincide con la de la persona amada. Estos lenguajes son socialmente aprendidos y pueden mejorarse a lo largo del tiempo. Es cuestión de hacerse consciente de su valor e ir explorándolos, hasta encontrar el más cómodo según su grado de madurez actual.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/sexo-sentido/2017-04-28/lenguajes-para-el-amor>

Juventud Rebelde | Diario de la juventud cubana
Copyright © 2017 Juventud Rebelde