

Anatomía del amor conyugal (3): Sus factores estructurales

Por Jorge A. Oriza Vargas © 149-2012

En los dos artículos anteriores, analizamos elementos fundamentales para llevar a la vivencia cotidiana, a su plenitud, y hacia el largo plazo, el amor de la pareja. Hablamos de la autoestima y hablamos de la inteligencia emocional¹.

Ahora veremos algunos otros factores que también son indispensables para que el vínculo amoroso llegue a su plenitud y se mantenga por mucho tiempo, tan intenso y auténtico, como en sus etapas iniciales; porque su vigencia en el largo plazo, da lugar de manera natural, a la formación de una familia.

Empecemos por **la reciprocidad**, este factor es importante, porque le da a la relación de pareja un equilibrio y una estabilidad, que como decíamos, garantiza su permanencia en el tiempo. Reciprocidad implica que ambos (no sólo uno, los dos), se deben esforzar en ser congruentes con lo que amar implica, en su esencia y alcances. No necesariamente con intensidades y atributos personales iguales, pero si ambos, de acuerdo a sus personalidades, deberán asumir actitudes sinceras que demuestren interés por el otro y compromiso; muestras de cariño, de atención, de servicio, y en lo fundamental del amor, que tiene una orientación más al dar que recibir, el que ambos lo interpreten así y actúen en consecuencia, insisto, garantiza equilibrio. Si únicamente uno de los dos amara con este sentido, con esta convicción de entrega incondicional, a la larga la relación estará en peligro.

Otro factor importante es **la exclusividad**, exclusividad implica tú para mí y yo para ti. Lealtad o fidelidad, como suele llamarse también a este atributo traducido en valores personales, es no involucrar sentimentalmente a otras personas en nuestra vida personal y menos afectando nuestra relación. Si bien la vida cotidiana, y el trabajo, presentan a ambos diversas oportunidades para ser infieles o desleales, es importante esforzarse en ser leales a la pareja, y nunca llegar a traicionar su amor. Ser emocionalmente inteligentes, ayuda por supuesto a reprimir, o más bien, a controlar, a dominar nuestras respuestas emocionales hacia otras personas. Una proporción importante de fracasos matrimoniales, se origina precisamente en la infidelidad y por eso es importante reflexionar sobre ello.

Un factor más del amor en la pareja, del amor conyugal, es precisamente **la intimidad**. Es la naturaleza humana, la que nos programa en el aspecto físico. La respuesta sexual del ser humano, es de origen; está programada de manera natural en

¹ Les sugiero leer nuestro libro sobre *La Inteligencia Emocional en el Matrimonio*, Editorial Trillas, 2ª edición, 2012., También cápsulas ADEF 147 y 148.

ADEF

Asesoría en Desarrollo Empresarial y Familiar

todos los individuos de nuestra especie; además, va asociada a la afectividad, como en ninguna otra especie de la naturaleza. Por estas razones, es un factor estructural en el amor de pareja, de hombre y mujer. Darwin nos hablaría de la preservación de la especie, para explicar esta tendencia natural a la sexualidad de la que se deriva la procreación y la preservación de la especie. Por ello, el amor real entre hombre y mujer, tiene asociados los dos componentes, el físico y el racional; con uno sólo de ellos, es incompleto.

Finalmente, el último factor que analizaremos tiene que ver con la componente racional del amor, que implica **al compromiso**. Por esta componente, las personas asumimos conductas inteligentes y racionales orientadas a la persona que amamos y nos podemos comprometer voluntariamente con ella. La coherencia y el compromiso con valores, es precisamente una característica de las personas que orientan de manera inteligente su conducta en sus relaciones interpersonales. Y en la relación de pareja, en su amor, en el amor conyugal, el mismo amor se debe mostrar a través de, o mediante, algunos valores que le permitan ser percibido por la persona que es amada. Nosotros hemos propuesto ocho valores² que son importantes para manifestar el amor, más allá de las palabras, con la conducta cotidiana. Valores que es importante compartan ambos, y por ello, deberán ser platicados, clarificados, porque en ellos descansa como dije, la conducta cotidiana; porque de ellos se deriva el compromiso que le da viabilidad al amor en el largo plazo.

Nuestra propuesta de los valores del amor conyugal inicia con *el respeto*, que implica dar siempre su lugar a la persona que amamos; respetar su dignidad, su forma de pensar, sus gustos, su forma de vestir, su trabajo, sus amistades, su familia etc. garantiza una convivencia sana, en paz. Otro valor, está asociado directamente con uno de los atributos de la inteligencia emocional que es la empatía; me refiero al valor de *la comprensión*. Ser comprensivo por convicción, abre la puerta a la empatía, a estar atento a tus necesidades, tus sentimientos, etc. *El servicio*³ es un valor del amor que en la actualidad es indispensable que compartan en todos sus alcances, las personas que realmente se aman y que viven juntos, en el matrimonio.

En fin, te recomiendo leer completo este tema⁴, para ubicar y compartir con tu pareja los alcances de cada uno de los valores de amor conyugal; en nuestra propuesta están también incluidos, además de los mencionados, *la lealtad* y fidelidad (ya comentado), *la responsabilidad*, *la confianza*, *la honestidad* y *el perdón*. Los invito a reflexionar de

² Ver en la obra citada, en el capítulo 5, p. 73 y siguientes, los valores del amor conyugal.

³ Recomiendo leer la cápsula ADEF 145 sobre este tema.

⁴ Op. Cit. *La Inteligencia Emocional en el Matrimonio*, cap. 5, páginas 69-86

ADEF

Asesoría en Desarrollo Empresarial y Familiar

qué manera práctica, pueden llevar a su vida cotidiana cada uno de estos valores. Hasta la próxima.

Jaov'

Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: iem@iema-oriza.com

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes. Todas las Cápsulas de ADEF, tienen registro de derechos de autor vigente.