

# PAREJA JOVEN

Edición digital

Nr. 92 Septiembre 2015



## SEPTIEMBRE

Mitad verano y mitad otoño, Septiembre es un mes de remates y de inicios.

Para mucha gente, Septiembre acaba los días y las semanas - meses para los privilegiados - de descanso veraniego, gracias a que otros trabajan doble y triple, para atender y para suplir. Poco descanso, para unos; y demasiado, para otros - universitarios por ejemplo.

Una gran mayoría vive en Septiembre la experiencia de algo nuevo: porque lo inicias o lo reinicias, porque subes un escalón en tu estudio o en tu trabajo, o porque te pones nuevos métodos y nuevos objetivos a tu vida de persona: tu vida de relación.

Repetir y repetir es de las máquinas. Sí, tu propia rutina te hace máquina. Pero las personas somos siempre nuevas, creadoras, irrepetibles en íntimo desarrollo y crecimiento. Nuevos sueños, deseos, proyectos y metas de vida: para mí y mis relaciones; las nuevas y las renovadas, que cada verano me traigo a casa con-



PAREJA Y PAREJAS

NOVIAS Y NOVIOS

PADRES Y MADRES

HOGAR Y FAMILIA

AMOR Y AMOR Y AMOR

RELACIÓN Y DIALOGO

FECHAS IMPORTANTES

## LA VIÑA

Colores de oro, amarillos intensos y pálidos, dorados y rosados, cubren los viñedos con racimos a punto de vendimia. Frutos generosos y adelantados por el calor excesivo de este verano están a punto de colmar de gozo a tantos trabajos y trabajadores; y de sueños a muchos consumidores del precioso licor de Baco.

Esculturas y pinturas de la antigüedad dejan constancia de estos trabajos

y fiestas de la viña y la vendimia.

Uno de los libros más antiguos de la humanidad—la Biblia— nos ofrece relatos y parábolas, hechos y profecías, preciosos sobre la viña: sobre sus frutos y sus trabajos, sus señores y trabajadores.

¡La viña! Es ámbito del precioso erótico Cantar de los Cantares, imagen reiterada del pueblo y de la esposa, colmada de mimos y cuidados por su esposo, Dios.

## AMOR Y ODIO

### EL AMOR

La **teoría triangular del amor** sostiene que en el amor subyacen **tres** componentes:

La **intimidad**, a la que se llega por sentimientos de cercanía, seguridad, confianza y calidez de las relaciones, factores que permiten fomentar el bienestar de la persona amada y potencian el sentimiento de felicidad, sólo por el hecho de estar en su compañía.

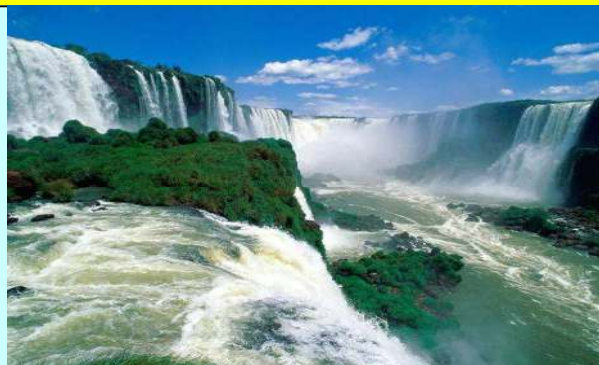
La **pasión**, referida al impulso que se alimenta de la atracción física y sexual; y promueve sentimientos que potencian la autoestima y favorecen la afiliación.

**Decisión / compromiso.** La decisión está referida a la elección de amar a una persona, mientras que el compromiso va un poco más allá, es la decisión de seguir amando a largo plazo...

### EL ODIO

La **teoría triangular del odio** es justo lo opuesto:

**Negación de la intimidad.** Se trata de un distanciamiento que busca la desvinculación emocional y está promovido por el rechazo de los actos y comportamientos que nos genera la persona y que termina por el rechazo a todo lo que viene de ella.



**La pasión en el odio** se expresa en forma de furia/miedo. Cuando el sentimiento predominante es la furia, precipita en conductas de enfrentamiento directo y aproximación a la persona que es objeto de ese odio; mientras que cuando el sentimiento es el miedo, precipita hacia la huida y el alejamiento.

**Decisión /compromiso en el odio.** Hace referencia a la devaluación de la persona o grupos de personas por medio del desprecio. Es decir, se trata de considerar a la persona o personas, que son objeto del odio, como malas o despreciables; de esta manera el ataque o el abandono queda justificado.

### El desamor llega con la negación

El desamor llega con la negación de todo lo que habíamos pensado e imaginado del otro, dejamos de valorar y apreciar sus cualidades y desdibujamos en nosotros la imagen de ese ser único

## AMOR Y ODIO

y diferente del que nos enamora-  
mos; y, por tanto, van dejando de  
aparecer los sentimientos de apre-  
cio, atracción y deseo de cercanía.

### La baja autoestima predispone al odio

Las personas más vulnerables a  
albergar sentimientos de odio son  
aquellas que tienen baja autoesti-  
ma, porque se sienten atacadas  
más fácilmente que las seguras de  
sí mismas.

La inseguridad que domina en las  
personas con una autoestima deva-  
luada, unida a las comparaciones,  
los sentimientos de inferioridad, la  
baja tolerancia a la frustración, el  
miedo, los complejos y la intoleran-  
cia, impiden que canalicen de forma  
adecuada sus emociones; por lo  
que son fuentes generadoras de  
odio en sus relaciones personales y  
sociales....

**El odio se va gestando con las  
pequeñas cosas que vamos de-  
jando sin resolver.**

**Comenzamos a echar leña al  
fuego cuando no se cumplen  
nuestras expectativas y empeza-  
mos a acumular quejas.**

Entresacado de *María Guerrero  
Escusa, "Historias de amor y  
odio", Avivir, nº 257, 16-20.*



## ¡HÁBLAME DE TI!

Por favor, ¡háblame de ti!... No, de  
lo que haces o has hecho o vas a hacer;  
no, de tus viajes o de las personas que  
has encontrado en tus idas y venidas.  
Ni siquiera, de las que hemos visto  
juntos este verano, estos meses o estos  
días de atrás.

¡Háblame de ti!: de cómo lo has vi-  
vido tú (no, los otros); de cómo te has  
sentido por dentro, en tus entrañas, en  
esos quehaceres, viajes y encuentros...

No me contestes en plural, ni con un  
"ya sabes"; ni me des consejos, que  
valen para todos. No me escribas ni me  
hables de "eso" que "todos" anhelan o  
anhelamos.

Háblame de ti... Poco o mucho, pe-  
ro de ti. Cuéntame tus gozos y tus pe-  
nas, tus miedos, límites o debilida-  
des... y dime qué te empuja a no ex-  
presarte desde tu "yo", sino más bien a  
hablar de otros, enjuiciando; dime por  
qué te llenas, a veces, de silencios o de  
actividades y trabajos.

Háblame de ti: de tus gustos, tus  
sentimientos y tus sueños para ti, para  
mí, para los dos: para ahora, para estos  
meses, para estos años.

PREGUNTA (Para los dos)

¿Qué me frena o impide usar el singular – "yo" y  
"me" – cuando hablo contigo? ¿Y qué me frena o im-  
pide hablarte de mis sentimientos, mis deseos y mis  
sueños contigo?

## LOS ANGELES

Los niños que ríen mucho, juegan al lado de los ángeles.  
(Raban Mauro)

El primer pensamiento de Dios fue un ángel. Su primera palabra fue un hombre. (Khalil Gibran)

¡Hombre, aprende a bailar! Si no, los ángeles en el cielo no sabrán qué hacer contigo.  
(Agustín)

Cada planta tiene su ángel, que se dobla sobre ella y le susurra: "Crece, crece..." (Talmud)

El tiempo se paró un instante; y nació un ángel. (Anónimo)

Los ángeles de Dios vienen a nosotros ocultamente. (J.R. Lowell)

Muchas veces pretendemos ser ángeles, y nos olvidamos de ser buenos humanos. (Francisco de Asís)

Cuídame como a las niñas de tus ojos. Protégeme bajo la sombra de tus alas. (Salmo 17,8)



## FINES de SEMANA para NOVIOS

F O R M A R

### FECHAS 2015

#### VALLADOLID

**Noviembre 14-15**

**Para 2016, en el próximo número de Pareja Joven.**

#### Más información

Antonio y Francis, Tf. **983 39 66 93**  
Angel y Tere [Sal.] Mov. **663 05 09 85**

### Para parejas

- que piensan casarse;
- que desean profundizar en la riqueza del matrimonio y la familia;
- que quieren sentar las bases de una relación rica y gozosa, ahora y después;
- que deciden regalarse dos días de mutua presencia y acogida.

**PAREJA JOVEN** es una **hoja digital** mensual (Julio y Agosto no) de 4 páginas, **gratis**. Te habla de la persona, la pareja, el matrimonio joven, padres con hijos pequeños, etc., válido también para otros matrimonios y personas. Úsala y reenvíala a tu gente, a quienes pueda gustar, o manda su correo a la dirección: **lucaco@grupodeltron.com** Con absoluta privacidad. **Pareja Joven** se distancia y rechaza en absoluto el uso ilegal y perverso que algunos - privados y servidores - están ya haciendo de sus fotos y contenidos en Internet, utilizando la marca "**pareja joven**" para objetivos contrarios a los de nuestra **Asociación**. **Pareja Joven** es una marca registrada.

Colabora con la: **Asociación Pareja Joven c/c 2017 0308 29 30000 5459.**