

EL AMOR NO SE APAGA...LO QUE SE APAGA ES LA PASION

Dra. Ada Rosabal-Silva

Psicóloga Clínica

La pasión es el primer peldaño de eso que llaman amor. Es la atracción física que provoca el anhelo de querer unir los cuerpos íntimamente para compartir el placer de satisfacer los deseos sexuales. Estos deseos son provocados por una serie de procesos neuroquímicos que comienzan en el cerebro: la fenitilina que es una anfetamina que provoca la secreción de la dopamina y la oxitocina (implicados en el deseo y específicamente en el deseo sexual) para completar la misión de la naturaleza...la procreación de la especie humana.

Esa primera fase del deseo en los humanos, que es la pasión, tiene un tiempo de duración, de acuerdo a los expertos, dos años a lo sumo. Después de esos dos años, la pareja continuara la satisfacción a sus necesidades sexuales exitosamente, solamente si ha logrado satisfacer además de las necesidades físicas, sus necesidades emocionales.

Ahí entra la segunda fase del amor: amor de compañeros, amigos, panas, personas en las que confío, con las que comparto mis alegrías y penas, me anima en mis metas y viceversa, con la que puedo pelear y no estar de acuerdo y a pesar de eso confío en que siempre estará ahí para perdonarme y también yo a él o ella.

Cuando estas dos fases se consolidan, surge una respuesta de exclusividad y compromiso. Queremos compartir todo lo relativo a nuestras vidas, incluyendo familias y economía. Muchos expertos coinciden en que las parejas que comparten una fe o creencia superior tienen más posibilidad de mantener este compromiso que las que no la tienen.

Tristemente, el desconocimiento de estas fases del amor, lleva a la separación de muchas parejas que podrían lograr una unión satisfactoria y de placer si no se dan por vencidos y continúan trabajando el segundo nivel hasta encontrar nuevamente el placer de la pasión que suele ser más satisfactoria y profunda que al principio. Más tristemente aún es el que sigan cometiendo los mismos errores en futuras relaciones, sin saber que a veces no es culpa de la pareja sino de la ignorancia que tenemos acerca del proceso de la relación de parejas.

Sin embargo, tenemos que reconocer que no todas las parejas tienen lo que hace falta para lograr el amor en todas sus fases. A veces uno de los dos no tiene el deseo o voluntad, o no tiene la maduración psicológica para comprometerse, o esta físicamente o psicológicamente incapacitado para llevar a cabo tan importante misión, en cuyo caso tampoco funciona.

Si esto es así y a uno o a ambos se les acaba el amor, hagan su proceso de reflexión, aprendan de sus errores, pregúntense:

¿Qué pasó?

¿Que podría hacer diferente la próxima vez?

¿Escoger mejor o aprender a comunicar desde mis sentimientos o pedir perdón o hacer planes hacia el futuro en conjunto?

¿Cuán importante hubiese sido incorporar lo trascendente, a Dios, en nuestra relación?

Aprende la lección y con optimismo y confianza... haz duelo dejando salir las emociones negativas que suelen dejar y después de un tiempo prudente en que ya has sanado las emociones, vuelve a comenzar recordando que nadie nace sabiendo ni perfecto pero si con la capacidad de aprender de los errores y corregirlos.

Confía en ti...confía en Dios.