



## La esposa triste del Hombre Perfecto

por ROLANDO LIENDO

Había una vez un hombre que se preocupaba mucho por su familia; procuraba que no le falte nada material; se esforzaba por brindarles todas las comodidades que fueran posibles y estaba atento a cualquier necesidad de ellos; se concentraba solo en su trabajo y había contratado inclusive varias pólizas de vida, para que en caso le sucediese alguna desgracia, su familia quedase protegida económicamente. Este responsable hombre, solo se dedicaba a su trabajo y a su familia, no tenía siquiera amigos. Sin embargo, aunque pareciera difícil de entender, su esposa a pesar de quererlo y amarlo profundamente, se sentía triste, sola, abandonada, olvidada, desplazada, relegada entre otros diversos sentimientos no placenteros. Puede una esposa sentirse así teniendo a su lado a un esposo casi perfecto?

La respuesta es positiva. Las causas usualmente provienen de la ausencia del desarrollo afectivo en la pareja y la falta de comunicación en la misma. Es natural que por el ritmo de vida la mayoría de hombres desarrollen la perspectiva económica-logística antes que la afectiva. La primera es la más fácil y ancestral para ellos. Antropológicamente el hombre ha sido definido como el cazador el cual salía de su cueva solo para atrapar al animal con cuya carne se alimentaba su familia y con cuyas pieles se protegían del clima. Ahí terminaba su labor. Hoy el escenario no ha cambiado; el hombre va a su trabajo para conseguir el dinero con el que se compran los alimentos, vestido y demás accesorios para la familia. En consecuencia la perspectiva innata es la económica-logística habiendo desarrollado muy poco la perspectiva afectiva; ello se contrapone a lo que sucede con las mujeres, sin que signifique una exclusión por tema de género, quienes requieren mayores niveles de afectividad.

La afectividad se manifiesta a través de una comunicación profunda que es la que necesita una relación conyugal para sostenerse. Probablemente los hombres sostengan que ellos si se comunican. Esto es cierto, pero lo hacen en un nivel de comunicación primario donde se tratan temas administrativos como el colegio de los hijos, los pagos del mes, mudanzas, planes para vacaciones, entre otros, pero no tratan temas profundos –comunicación profunda- lo cual hace sentir falta de comunicación. El comunicarse profundamente permite lograr un mayor conocimiento de la pareja; se gana intimidad (diferente de sexualidad); sorprende encontrar parejas de más de 20 ó 25 años de casados que no son íntimos porque nunca conversaron profundamente.

Si tomásemos una especie de radiografía a las personas veríamos dos niveles: un nivel superior donde se encuentran los pensamientos y el nivel inferior donde se encuentran los sentimientos. Cuando conversamos en niveles primarios mostramos únicamente nuestros pensamientos: “creo que debemos inscribirnos en ese curso”, “me parece que debemos insistir en el colegio”, “te parece si vamos al club el fin de semana”, etc. mientras que cuando conversamos en sentimientos somos más profundos: me siento humillado, egoísta, maltratado, feliz, rebosante, etc. Si no se conversa en sentimientos nunca se logrará la profundidad necesaria en la comunicación la cual lleva a una mayor intimidad.

Son estos sentimientos los que ayudan a conocerse mejor a las parejas. A través de estos sentimientos las personas pueden mostrarse internamente. Por origen de familia, crianza, formación profesional, etc. las personas desarrollan diferentes estructuras mentales, por tanto es difícil que se alcancen unos a otros solo conversando en nivel primario; urge insertar el lenguaje de los sentimientos para lograr entenderse mejor. El lenguaje en sentimientos es como un traductor entre dos personas, que les ayuda a conocer y dimensionar adecuadamente el estado de la otra persona, para poder entenderla y luego actuar. A través de ella, se conocen sentimientos y necesidades.

Aaron Beck en su libro “Love is never enough” (“El amor nunca es suficiente”) menciona con insistencia a los “readers mind” (lectores de pensamiento) refiriéndose a lo que interpretan las parejas de lo que el otro dice, esperanzados en que puedan leerles la mente, lo cual es físicamente imposible. Cuando las parejas no pueden comunicarse profundamente porque la comunicación primaria alcanzó su límite aparecen los “supuestos” e “ideas irracionales” las cuales empiezan a germinar y a desgastar una relación. Quizás el ejemplo de una conversación de pareja sea más didáctico:

**Esposa dice:** Hoy vendrás a casa temprano? (piensa: ojala venga temprano porque me gustaría conversar con él; hace tiempo no conversamos)

**Esposo dice:** No puedo tengo bastante trabajo. (piensa: esta mujer no entiende que sino trabajo no podemos comprar todas las cosas que ella quiere)

**Esposa:** Y no podrías dejar un poco de trabajo para mañana? (piensa: claro si fuese su mamá seguro sale corriendo)

**Esposo:** No, tengo que presentar un informe importante (piensa: date cuenta que solo estoy trabajando no me estoy divirtiendo en un bar).

**Esposa:** OK. Será para la próxima (piensa: queda claro que su trabajo es lo más importante. No me siento prioridad para él)

**Esposo:** Trataré de no llegar muy tarde (piensa: doy mucho y no me siento apoyado)

Aquí hubieron en realidad dos conversaciones. Solo que una de ellas no se externó. El tema central no fue comunicado entre ambos y quedó pavimentado. Si ella hubiese transmitido sus sentimientos y necesidades (me siento sola, algo abandonada, últimamente descuidada, relegada, postergada, etc) y él hubiese hecho lo mismo (no me siento apoyado, poco reconocido, colérico, minimizado, etc) probablemente hubiese habido un mayor entendimiento entre ambos. Cuando no existe una verdadera comunicación, pese a “conversar”, las grietas empiezan a aparecer, y no existe nada material –por grande y suntuoso que sea- que pueda desaparecerlas; la comunicación en sentimientos o comunicación profunda es un trabajo que requiere esfuerzo y disciplina de los que la practican. Prescindir de ella puede generar cada vez esposas más tristes . . . .de esposos cada vez más perfectos.