



## Los Lenguajes del Amor

por ROLANDO LIENDO

Muchas personas, en diversas circunstancias, sienten que están expresando su amor, pero no tienen el suficiente eco en la persona supuestamente amada. Y ello se debería a que la expresión del amor tiene diferentes formas, diferentes lenguajes. Es como el idioma; uno podría estar hablando en un lenguaje "X" y la otra persona en un lenguaje "Y", por tanto, nunca alcanzará a entender mi expresión de amor. Por eso, es útil conocer que lenguaje "hablo" yo y que lenguaje "habla" la persona a la que quiero expresar mi amor, para lograr una sintonía completa.

Es obvio que las expresiones de amor, no sólo se dan entre enamorados o esposos, sino entre padres e hijos, hermanos, familiares y hasta amigos; todos ellos necesitan sentirse amados, especiales, únicos. Por ello, se debe conocer con mayor precisión en qué lenguaje se sienten amados y en que lenguaje amamos, para así evitar caer en un "mutismo de amor".

Gary Chapman en el año 1995 escribió el libro "Los cinco lenguajes del amor", que pese al tiempo transcurrido no ha perdido vigencia. Menciona que existen cinco formas de expresar amor: a) A través de las palabras de reafirmación; b) Tiempo de calidad; c) Actos de servicio; d) Entrega de regalos; e) Contacto físico.

Las palabras de reafirmación, son todas aquellas que hacen sentir vivas a las personas: eres generoso, valiente, disciplinado, perseverante, entre otros. Es decir, se les reconoce, se les elogia, se les da ánimo. A veces se escatiman estas palabras, porque es más fácil ver el lado negativo. Si uno toma una hoja de papel en blanco y hace con un lapicero un pequeño punto negro en el centro, y lo exhibe, la mayoría de las personas se fijará más en la "escasa parte negra" del punto, que en "todo la parte blanca" de la hoja, esa es nuestra naturaleza. Debemos cambiarla para lograr ver lo positivo. Las palabras positivas hacen crecer a las personas; mientras que las negativas, las disminuyen. ¿Por qué decimos "cada día eres menos mentiroso", cuando podríamos decir "me hace feliz que cada día seas más sincero"?

El tiempo de calidad, se entiende como "darle la importancia que merece la otra persona". Si voy a conversar contigo, entonces me convertiré en un buen escucha y estaré pendiente de todo lo que me quieras decir. Insistimos, saber escuchar no es esa capacidad para repetir palabra por palabra lo que dijo la otra persona, sino que es tratar de entender lo que significa para la otra persona cada una de las palabras que ha pronunciado. Este tiempo de calidad, se refiere también al estar juntos, creando las historias que algún día contarán a sus hijos o sus nietos. Los lindos recuerdos se tienen que construir.

Los actos de servicios incluyen todas las donaciones o atenciones que estemos dispuestos a hacer a favor de nuestros seres amados. Por ejemplo, cuando el esposo en un acto de servicio, a pesar de haber estado trabajando todo el día, le dice a su esposa que no se preocupe que se vaya a descansar, porque él cuidará al bebé en las siguientes horas. O cuando la hermana sacrifica su fiesta de 15 años para que su hermano mayor pueda inscribirse en un curso que lo hará crecer profesionalmente; o cuando el hijo cuida al padre anciano que por su edad es como un bebé. Hay cientos de casos. Y en general estos son actos de desprendimiento, donde uno mismo deja de ser la prioridad, para convertir en prioridad al ser amado.

La entrega de regalos y el contacto físico, quizás sean las formas más conocidas pero no por ello se les debe prestar menos atención. Los detalles y las sorpresas siempre serán bienvenidas.

Quizás el paso siguiente sea preguntarse ¿cuál es la forma en la que amo y cuál es la forma en la que me siento amado? Así como una persona puede hablar un lenguaje de forma nativa y aprender otros dos o más lenguajes, también es posible aprender a amar de otra manera, sobre todo, si es la manera especial, ideal, esperada, en la que se sienten amados los seres que son realmente importantes para nosotros.

