

“TODO LO QUE USTED QUERÍA SABER SOBRE EL AMOR Y LAS RELACIONES DE PAREJA ... y no sabía a quién preguntar”.

E. Manuel García Pérez (www.manuelgarciaperez.com)
Psicólogo Consultor. Director Técnico del Grupo ALBOR-COHS
e-mail: albor@gac.com.es

PREGUNTA (05):

Escribe Benjamín Prado: *“huye de quién no te busca...”*

Este pensamiento, quizás no resulte muy aplicable a parejas consolidadas, pero puede ser muy adecuado para diversas parejas que se encuentran en proceso de formación; a personas, hombres y mujeres, que sienten una fuerte atracción por alguien que, sin evitar de manera absoluta la relación en un plano de intimidad afectiva, tampoco da muestras significativas de interés por mantenerla y mejorarla. No llama, no escribe, no propone citas, ..., simplemente parece “dejarse querer” y solamente permanece a la espera de las llamadas, los e-mails, las cartas, etc., de la otra persona.

Desde el punto de vista de un Terapeuta de Parejas, ¿qué opinión te merece la afirmación de Benjamín Prado? ¿Se debería interrumpir la relación o sería mejor intensificarla?

RESPUESTA:

Esta situación que describes es mucho más frecuente de lo que pudiera parecer.

Posiblemente bastantes oyentes pueden sentirse identificados, unos con quien *espera las llamadas o los mensajes*, y otros con quienes los realizan con una frecuencia notable y una esperanza infinita...

Puedo recordar aquí un caso singular: *Marcos*, varón que sentía una intensa atracción por *Carmen*, con quien tras conocerla de manera fortuita, inició una relación que fue avanzando hasta una situación de claro enamoramiento. Si el enamoramiento era recíproco o no, resulta irrelevante. La realidad era descrita por Marcos como una situación en la que él siempre establecía los contactos con Carmen: la llamaba para saber de ella, la escribía, y le proponía citas diversas, en diversos momentos y lugares.

A diferencia de Marcos, Carmen nunca o casi nunca establecía contacto para acordar una cita. Aceptaba en unos casos, pero estableciendo siempre la hora, el lugar y la duración y rechazaba en otros muchos, alegando diversas y múltiples excusas.

Los meses fueron transcurriendo de acuerdo a esta dinámica y los sentimientos de Marcos (los únicos que conocimos al tratar solamente con él) oscilaban entre un intenso deseo de llamar a Carmen y el temor a la frustración que podría sobrevenirle si ella no aceptaba la cita alegando cualquier excusa.

En el momento de su consulta, Marcos reconocía mantener un intenso sentimiento de atracción (“quererla mucho”) pero también reconocía en él un sufrimiento emocional frecuente a causa de lo que describe Benjamín Prado: *“tal parecía que Carmen no quería buscarlo”*.

La respuesta a la pregunta que tratamos hoy, es la que dimos a Marcos en su momento: *“prepárate para huir, alejarte, abandonar, poner fin o distancia a la relación con Carmen”*. Si ella no te busca puede ser por muchas razones; la más simple sería admitir que “no te quiere”, pero también es posible que haya otros motivos. No los conoces porque no te los ha dicho, así que sólo puedes analizar los hechos: Carmen no te busca..., con frecuencia Carmen encuentra excusas para no compartir citas contigo.... Esta situación te mantiene emocionalmente alterado y favorece que te vengan a la cabeza pensamientos de ira, rencor, desamparo, inseguridad,... De modo que lo mejor es que “huyas de quien no te busca”... y esperes acontecimientos. Quizás ella comience a buscarte o quizás ella siga sin buscarte. En cualquier caso, ocurra lo que ocurra, tu estado emocional mejorará.

Obviamente Marcos planteó la posibilidad de ser más insistente y aumentar la presión sobre Carmen, argumentando que si reducía el contacto sería más probable una disolución total de la relación. Pensaba que Carmen podría interpretar este comportamiento como una falta de afecto o interés por ella. La realidad es que al finalizar la entrevista reconoció que todas sus reservas se explicaban por el temor a que se cumplieran sus peores pronósticos. Esto es: *Carmen no desea continuar esta relación conmigo, pero no quiere romperla de una manera explícita. De alguna manera lo deja en mis manos; así que, sí, probablemente lo mejor para mí será que abandone, que “huya”, que me aleje,...*

