

El noviazgo nace para acabar

Publicado: Sábado, 22 Diciembre 2018 01:55

Escrito por Lucía Martínez Alcalde



Para vivir un buen noviazgo es fundamental conocer su esencia, y la esencia del noviazgo es que es temporal, por definición

«**El noviazgo está para que se termine**». Es una de esas ideas iluminadoras de mi amigo **Jon**. Puede sonar un poco chocante al principio pero tiene una explicación sencilla: **Los novios son para dejarlos, porque cuando sois novios, o dejáis de ser novios y cada uno sigue su camino, o dejáis de ser novios para convertirlos en marido y mujer**. Parte de los problemas que vivimos en nuestras relaciones se deben a que [el noviazgo está sobrevalorado](#). Para vivir un buen noviazgo es fundamental conocer su esencia, y la esencia del noviazgo es que es temporal, por definición.

Se presentan dos escenarios: 1) cuando el noviazgo se termina porque los novios se casan. No me extiendo más en este punto porque ya escribí sobre ello en [«Casarse: ideas para saber si es “la” persona»](#); 2) cuando el noviazgo se acaba porque la relación se termina, generalmente después de una o varias crisis.

La parte buena de las crisis

Pero, ojo, **las crisis en sí no son malas**. Pueden ser muy beneficiosas si las gestionamos bien. Tenemos la experiencia en las crisis vitales:

El noviazgo nace para acabar

Publicado: Sábado, 22 Diciembre 2018 01:55

Escrito por Lucía Martínez Alcalde

no nos suelen “matar”, sino que más bien, si conseguimos superarlas, nos ayudan a crecer, a madurar... aunque mientras las pasamos se sufra, se llore, se sangre...

Las crisis nos pueden ayudar a ver si un noviazgo debe acabar, pero también pueden ser la “sacudida” necesaria para fortalecer la relación cuando algunos aspectos del amor del bueno se han ido dejando de lado. Pueden ser como una alerta que nos dice: «Ey, tenemos estos agujeros en nuestra barca; o empezamos a achicar agua y los solucionamos, o nos hundimos».

O, para seguir con la idea que tanto me gusta de que el amor es construir: las crisis nos ayudan a darnos cuenta de que tal vez uno o dos cimientos están mal colocados, son poco firmes y más vale empezar ese cimiento de cero; o que una pared empezó a desviarse en la tercera fila de ladrillos y al alcanzar el techo la desviación -al principio imperceptible- es realmente ostentosa. Claro que no es lo mismo -y la relación no sufre igual- cuando lo que hay que cambiar es una pared o es un cimiento. El punto es saber y decidir si se está a tiempo de mejorar la construcción, aunque sea a través de una crisis, y seguir construyendo ese amor del bueno juntos, cada vez mejor.

Como “crisis” no es necesariamente igual a “esto se acaba”, hay que afrentar las crisis sin dramatismos. Para esto, es necesario superar la actitud de «a la primera vez que algo no funcione, me piro». Esa mentalidad suele ser muy común porque estamos demasiado bombardeados con la idea de que en la vida y en el amor todo tiene que fluir -esto da para un *post-*, y sí, algunas cosas tienen que fluir, pero en general creo que tenemos libertad para amar, y eso implica a veces arremangarse. Quien va por la vida huyendo de las relaciones ante el primer problema es normal que acumule noviazgos fallidos y corazones rotos. Los pequeños desencuentros, los roces diarios que surgen pasada la etapa de fascinación, el ir descubriendo las “cosillas”, los defectos del otro, no constituyen, en principio, motivos para la ruptura.

Hay crisis de crecimiento, que ayudan a avanzar en la relación. Esa sensación de «demoler este muro torcido ha costado un huevo, pero gracias a eso ahora te conozco más y te puedo querer mejor». Como de ir quitando velos al rostro de la otra persona, y sentirte y saberte así cada vez más cerca, que puedes amarla más porque conoces su yo más real.

Las discusiones en sí no son malas, siempre que lleven a buen puerto, no se falte al respeto y haya perdones rápidos -si fuera necesario-. Las discusiones nos ponen en una situación de conflicto con quien más queremos y eso duele a rabiar, pero nos dan información interesante

sobre **cómo somos juntos resolviendo conflictos**. Esto, de cara al futuro, es esencial. No suele salir solo, así que, aunque no se trata de provocar discusiones para “entrenarse”, sí que hay que aprovechar los problemas cotidianos que surgen para aprender a entenderse cada vez mejor en situaciones así. Con el paso de los años (se ve en los matrimonios que llevan un tiempo casados, aunque no sea mucho), sucede que cosas que durante el noviazgo eran “bombas”, de repente con una mirada, o dos frases cariñosas, se soluciona. **¿Magia? No. Amor del bueno.**

También de las crisis de crecimiento pueden salir decisiones tomadas entre ambos que véis que harán un cambio en vuestra relación: **«vamos a dejar de discutir por whatsapp de una vez por todas», «vamos a querernos con el cuerpo como queremos querernos», «voy a reducir mis 2 horas diarias jugando *online* para poder pasar más tiempo contigo», «voy a dejar de lado mis miedos tontos y te voy a pedir que te cases conmigo porque es lo que quiero y he sido un cobarde»...**

Cuando las crisis van a lo esencial

Pero a veces uno de los dos, o ambos, podría pensar **que no se ve entregando la vida entera a la otra persona para siempre**. O que hay algún obstáculo serio en la relación. Algo más que una pared por derribar. Un problema de plano. O de la primera piedra. O de todos y cada uno de los cimientos. Me refiero a cuando estos pensamientos no son ocurrencias de «uy, me he levantado hoy y creo que ya no te quiero», sino reflexiones pensadas, ponderadas, en las que han tenido voz y voto la cabeza y el corazón. Entonces lo razonable es **poner las cartas sobre la mesa**.

Tal vez los dos os hayáis dado cuenta de que algo “no funciona” desde hace tiempo. Tal vez solo uno de vosotros lo vea así de claro. Sea como sea, es muy importante que lo habléis mucho, y que los dos podáis entender las razones, los sentimientos y los pensamientos del otro. **Plantearse la ruptura puede ser como asomarse a un abismo**. Terrible. Pero en ocasiones, necesario.

Si después de algunas conversaciones, al menos uno de los dos ve que no hay solución posible, lo más justo es poner fin a ese noviazgo. **Es un error continuar «a ver si mejoran las cosas», porque, como decíamos antes, las cosas no fluyen**, o, si dejamos que fluyan, a veces acabamos en un lío peor del que partíamos. Si no hay una voluntad de crecimiento, de cambiar lo que haya que cambiar para quitar el escollo que hace que uno de los dos piense que la relación es inviable... eso no puede tener final feliz. **Es como hacer la técnica de la avestruz**, no querer mirar de frente el problema y pretender que el tiempo solucione algo. Tarde o temprano la bomba volverá a estallar.

¿En qué tipo de crisis estamos?

Tal vez esa sea la pregunta más difícil de responder cuando aparece una crisis. A lo largo del *post* he intentado dar algunas ideas, pero siento decir que no hay recetas ni *check-list*. Una misma situación puede parecer insalvable para alguien (por heridas de relaciones pasadas, porque siente que ya no tiene fuerzas para luchar, por miedos...) y solucionable para el otro. Una vez más, **tener buenas conversaciones, sinceras, tranquilas, de abrir el corazón y contar lo que cada uno ve, cómo lo ve, lo que siente... ayudará a clarificar un poco.**

Puede que en un momento de crisis, hablar con calma sea lo más difícil de conseguir, pero es lo más vital. Si hay que llorar, se llora. **Hay que mantener el respeto mutuo siempre.** Y, a la hora de hablar de lo que nos ha herido, contarlo desde nuestra vivencia, sin juzgar ni atacar (no «eres una insensible y me has hecho daño», sino «esto que sueles hacer me hace sentir fatal porque...»). Tener estas ideas en mente en medio de la tormenta ayudará tanto si la relación se termina (al menos, lo habréis “dejado bien” y no “a las bravas”) como si se trata de una crisis de crecimiento.

Lucía Martínez Alcalde, en youmakehappen.wordpress.com.

Enlaces relacionados

[9 retos para los recién casados \(I\). El fondo de armario del matrimonio](#)

[9 retos para los recién casados \(II\). Cuando el matrimonio es cosa de tres](#)

[9 retos para los recién casados \(III\). Si aspiras a un amor del bueno](#)