Dra. Ma. Luisa Rivera García
Facebook: Dra. Ma. Luisa Rivera
Corrreo electrónico: marialuisarg0505@gmail.com

RUPTURAS

Estamos en el mes del amor y pocas cosas duelen más de lo amoroso que las rupturas.

En alguna ocasión una amiga me confiaba como su mayor temor al entrar a una relación era cómo iba a ser el rompimiento, me decía "si supiera que va a durar para siempre, me ilusiona y también me asusta, pero saber que tal vez no dure eso me asusta más, pensar en lo que va a doler al terminar y aún creo que a lo que más, más temo, es a ser yo la que se desenamore primero y entonces ser la que tiene que decir el famoso "no eres tú soy yo".

Duele que se vayan, pero también es complicado empezar a sentir el desapego cuando el otro no está en esa sintonía.

Y aún cuando el vínculo no sea un vínculo tan intenso como el vínculo romántico/pasional, las rupturas duelen, incluso en el caso de parejas acordadas por ejemplo por cuestiones de residencia, en donde de ante mano se planteó, sin ningún interés romántico ni menos pasional, unirse por un tiempo determinado para conseguirla la famosa residencia, al momento del divorcio hay un dolorcillo, una sensación no grata, de desilusión.

Todavía más, romper con una pareja "no grata" una relación que sabemos no nos hace bien, no suma, no aporta porque hay abuso, violencia o simplemente desamor, también tiene su dificultad, su dolor, su complicación.

El tema es que va a pesar, una ruptura duele y eso es sabido, pero entonces ¿cómo enfrentar lo ineludible? me cierro y ¿hago como que no importa? No funciona, solo es posponer, dejar un dolor encerrado nos vuelve más ariscos, más huraños, desconfiados, incluso nos puede llevar al aislamiento pero nunca la plenitud, una parte más o menos importante, pero una parte de nosotros queda atrapada.

Entonces tirarme a la desesperanza, llorar y llorar como Magdalena, eso sirve si mi dolor es muy profundo. Llorar y llorar para deshogar la frustración, la humillación y la imposibilidad, sirve, es mucho mejor que cerrarse pero tienen el riesgo que me guste ser atendida, mirada con pena, que lo considere como deferencia y entonces me quede atrapada en el lugar de la víctima y uff! ese sí que es un mal lugar para vivir la vida, implica renunciar (o al menos aparentar que renuncié) a llevar las riendas de mi acontecer.

Otra reacción común sería el despecho y también aquí hay de despechos a despechos; hay quien queriendo acabar con quién lo despreció, lo acosa, intriga, o aleja a quien se quiera acercar al ser amado difamandolo "paque sufra el

Dra. Ma. Luisa Rivera García
Facebook: Dra. Ma. Luisa Rivera
Corrreo electrónico: marialuisarg0505@gmail.com

desgraciado “ O quien desde ese dolor persigue por cualquier medio de información al ex queriendo saber lo que hace o deja de hacer y cuando digo cualquier medio me refiero a las redes sociales, a las amistades, familiares o incluso vecinos sobre el acontecer del perseguido. O quien se vuelve monotemático y solo habla de lo que fue y ya no es, cansando a sus escuchas hasta que le huyen.

Obvio que ninguna de estas posibles respuestas funcionan si queremos una buena vida y desde luego hay algunas más que tampoco funcionan cómo poner al “otro” en el lugar del malvado y pretender quedar en la inocencia. Eso es inútil, el tema en un rompimiento no es quien es el bueno y quién el malo.

El verdadero tema es ¿Qué recojo? ¿Qué me deja esta experiencia? Porque si entro a una relación buscando al hombre o mujer para toda mi vida, desde luego me sentiré defraudado y en estos tiempos eso será estadísticamente lo más probable, cada vez son más las parejas que se separan aún después de un matrimonio. ¿Qué si esto es indeseable o no? No lo sé, la opción de quedarse “juntos para siempre” tampoco garantiza una vida armoniosa y llena de amor para siempre.

Pararme frente al rompimiento desde la búsqueda, desde el ¿que me deja? en vez del ¿quien es el culpable? o ¿cómo hago para que le duela? o “al cabo que no me importa” duele pero no duele igual, el vacío ya no es el mismo y esa búsqueda me sacará inevitablemente de cualquier respuesta que atore. Lloraré un rato, me despecharé un momento o me pretenderé inocente un poco, que al empezar a buscar ¿Qué me deja esta experiencia? ¿Qué aprendo de mí, del otro o del funcionamiento en pareja? esto se irá disolviendo. Una buena pregunta sería ¿soy mejor persona de lo que era antes de él o ella? Inexplicablemente cualquiera que sea la respuesta me sentiré mejor. Sí soy mejor, valió la pena, si soy peor, de la que me salve.

Todas las relaciones serán experiencias que me permitirán mejor vida por lo bueno que viví y por lo no tan bueno, más, aunque esto tendré que trabajarlo, pulirlo. Cada relación en especial si entro a ella desde una atracción amorosa profunda me dejará experiencia, una experiencia vital, porque al despertarme sentimientos honestos me mostrará

Y entonces la ruptura cuando es inevitable, cuando di todo lo que tenía, cuando hice lo posible, y aún no fué suficiente, cuando lo que el otro me da no es lo que busco, lo que queda es tomar de lo vivido para enriquecerme, esto me prepará para vivir mejor y para qué en una próxima relación entre sabiendo más, resonando desde otro lugar y por tanto, se complete la tarea atrayendo otro tipo de pareja más en concordancia con mi nuevo ser. “De lo que no funcionó entre nosotros te dejó tú parte y tomo la mia”