

EL CASO DE ELVIRA Y ESTEBAN

Elvira y Esteban llevaban ocho años viviendo juntos. Para Elvira esta era su primera experiencia de vida en pareja; por el contrario, Esteban afrontaba su tercera convivencia prolongada.

Elvira se había sentido razonablemente bien los tres primeros años, pero el nacimiento del hijo de ambos, hacía cinco años, había marcado un antes y un después en la vida de la pareja.

Por su parte, Esteban creía que el problema fundamental no había sido el nacimiento de su hijo, sino el cambio que Elvira había experimentado con la llegada del niño. De hecho, él había sentido que había pasado a un segundo plano desde que Elvira supo que se encontraba embarazada.

La realidad, al margen de las hipótesis de ambos, **es que apenas se hablaban, y cuando lo hacían era para dirigirse mutuos reproches.**

Elvira estaba contemplando seriamente la posibilidad de separarse, pero le costaba dar por fracasada su relación, y le entristecía el hecho de que el niño, **a pesar de que según ella su padre no le prestaba casi atención**, estaba muy pendiente de todo lo que él hacía o decía.

Esteban, por su parte, **había pensado en la posibilidad de separarse** hacía tres años, cuando tuvo una relación bastante intensa con otra mujer –relación que Elvira desconocía–, **pero ahora le daba pereza empezar de nuevo**, especialmente, según nos decía, **porque no había nadie que le llamase especialmente la atención**, [...] y porque [...] perdería calidad de vida, pues **ya le pasaba una pensión a su primera mujer**, por la niña que habían tenido en común, y una segunda pensión y tener que comprar o alquilar otra casa, mermaría mucho sus ingresos.

Esteban pretendía que llegasen a **una convivencia más relajada, donde ambos se concedieran cierta libertad** [...]. Elvira pensaba que **para tener ese tipo de convivencia, mejor se separaban.**

Acordamos que **durante cuatro semanas trabajaríamos de forma independiente**, con Elvira y Esteban, **y después nos reuniríamos para intentar ver cómo se encontraba cada uno**, si decidían continuar o dejarlo.

Elvira sentía una **insatisfacción enorme**. Para ella la relación de pareja era importantísima, y encontraba que Esteban **se lo tomaba con mucha ligereza**:

“Es como si ya no tuviera interés por mí –nos decía–; al principio era encantador, sensible, afectivo, detallista... y ahora ¡parece que le debes la vida!; continuamente está insatisfecho, pone mala cara, el niño le cansa y le aburre, no le apetece salir a nin-

gún sitio, no te hace caso hasta que, de repente, quiere tener relaciones y entonces se coge unos cabreos enormes, porque a mí no me apetece, ¿pero cómo me va a apetecer?”

Esteban contaba una versión muy distinta; **para él la relación era normal [...]. Esteban opinaba que Elvira era demasiado romántica**, y había que convencerla de que **las cosas no podían ser como al principio, que eso no existía**:

“Si lo sabré yo, que hace tres años estuve a punto de volverme a equivocar, [...] pero en cuanto le dije a la chica que estaba pensando separarme, se puso muy posesiva, y cambió radicalmente; pasó de parecerle todo bien y mirarme con ojos seductores, a ¡dar órdenes!, [...] hasta que me da cuenta que estaba a punto de cometer el mismo error y rompí, poniendo tierra por medio”.

Cuando le pregunté a Esteban si él sentía **que aún quería a Elvira, contestó encogiéndose los hombros, y finalmente dijo**: *“Supongo que sí, pero más como compañera que como pareja”*.

Aproveché entonces para decirle que **sus experiencias habían sido muy distintas**, y que él se encontraba en una fase en la que **creía que el amor duraba poco, prácticamente lo que duraba la atracción del principio**, pero, por el contrario, **Elvira aún no había renunciado a vivir un amor intenso y duradero**, un amor que se fortaleciera con el tiempo, y no se fuera desinflando día a día.

No había terminado mi exposición **cuando Esteban, desencajado, interrumpió**: *“Pero eso no existe, eso son las bobadas típicas de las mujeres”*.

“Bien –continué–, eso es lo que Elvira siente, y no está dispuesta a vivir lo que tú propones, porque para ella sería una escenificación, una permanente mentira, y ni quiere ni puede representar un engaño el resto de su vida.

“Tú das por hecho que ese amor que ella necesita no existe; Elvira seguramente cree que tú no eres capaz de sentirlo, asume incluso que quizá no encuentre ese amor en otra persona, pero no quiere aceptar que todo lo que le queda por vivir en su vida es una relación donde no hay auténtico afecto, donde prima la comodidad, el egoísmo de una de las partes –en este caso, la tuya– y la conveniencia económica.

“Esteban: no le puedes pedir a una persona que se desilusione para toda su vida, porque –concluí– no se puede vivir sin ilusión y sin esperanza”.

“¿Entonces –preguntó– soy un fracasado, un inmaduro y un egoísta ?”.

“Tú eres quien tiene que contestar a esas preguntas –le dije–, pero lo que conviene que tengas claro es que si no eres capaz de sentir amor, afecto, cariño..., y lo que eso significa para una mujer; es decir, si no eres capaz de actuar con generosidad, con ternura, con alegría...; si no eres capaz de mirar con afecto, de sonreír con frecuencia, de disfrutar estando juntos, de sentir que tu hijo es un regalo, no una condena..., entonces no tiene sentido seguir juntos, por mucho que económicamente signifique un contratiempo [...]”.

Esteban empezó a mirarme con enfado, pasó después al **desagrado**, a la **incredulidad...** [...]. **Finalmente, me confesó**:

“Me dejas hecho polvo, hundido en la miseria”.

“No te confundas –le dije–: te quedas donde estabas; lo que pasa es que antes te negabas a verlo”.

Después de unos minutos de silencio, **y de profundo respeto por mi parte, comenté**:

“Bien, Esteban, intenta encontrar en las próximas semanas ese motor interno, que todos llevamos dentro, y que nos puede conducir a una existencia donde la esperanza y la ilusión vencen a la rutina, a la falta de novedad, a los problemas que hay que afrontar en el día a día, al deseo que solo aparece intermitentemente...; en definitiva, que vencen a la falta de horizontes y a la vivencia de fracaso que tú arrastras”.

“¿Y si no lo consigo, qué me espera?”.

“Tú sabes lo que te espera; por eso estoy segura que esta crisis te servirá para revisar tu vida, para ordenar tus sentimientos y, lo que es más importante, para recuperar la mejor parte que hay en ti. ¡Ánimo Esteban!, siempre merece la pena que nos miremos por dentro, cuando por fin hemos aprendido a ver”.

Elvira siguió un proceso muy diferente. Trabajamos mucho para que recuperase **su autoestima y su confianza en sí misma.**

En el fondo, a pesar de todas las circunstancias en contra, luchaba desesperadamente por recuperar esa relación que había vivido al principio con Esteban. Una y otra vez insistía en que, si en un momento había existido esa conexión tan maravillosa entre ellos, con ayuda tal vez podrían recuperarla.

A su buen ánimo sin duda **contribuía el cambio que estaba notando en Esteban.** De todas formas, nos centramos más en el proceso que ella debía seguir. **Le costó asumir que no nos podemos pasar la vida añorando lo que tuvimos,** y sintiéndonos mal por lo que no tenemos.

Elvira comprendió que **tenía que mirarse ella misma, porque si estaba permanentemente pendiente de Esteban, su felicidad también la dejaría en sus manos.** Tenía que prepararse para asumir el control de su vida, **para coger las riendas que le permitieran dirigir su destino.**

Si conseguía recuperar esa conexión que había tenido al principio con Esteban, ¡perfecto!, [...] **pero lo importante era que estuviese preparada para seguir adelante,** [...] incluso si la relación con su pareja actual no continuaba.

Vimos que Elvira iba avanzando y ganando terreno, **en la medida en que nos hablaba menos de Esteban, y más del proceso interno que estaba viviendo.** Por fin, un día nos dijo que se encontraba muy bien consigo misma, que se sentía capaz de volver a ser feliz, que sabía que aunque ahora la relación con Esteban funcionaba mejor, **no se hundiría el mundo si definitivamente no seguían juntos;** de hecho, ella misma pidió una tregua, **antes de tomar la decisión definitiva de continuar o no con su pareja.**

Como era muy aficionada a escribir, **le pedimos,** al igual que hacemos en otras ocasiones, **que resumiera el proceso que había vivido y las principales consecuencias que había extraído.**

Llegados a este punto, **tuvimos varias sesiones conjuntas con ella y con Esteban;** él también hizo **su lista particular de “aprendizajes”** y, finalmente, **acordamos que ambos necesitaban un tiempo de tranquilidad y de encontrarse a sí mismos;** necesitaban ver cómo se sentían cada uno con ellos y en relación con su pareja. Este segundo aspecto no lo habríamos conseguido, si no hubieran estado un tiempo viviendo separados.

Después de tres meses, que fue el tiempo que señalamos, ambos **decidieron darse una nueva oportunidad,** y lo hicieron situándose en el mismo punto de partida.

Esteban volvía con muchas ganas; otra vez se sentía como un joven ilusionado y enamorado; **había echado mucho de menos a Elvira y al niño, y estaba decidido a dejarse la piel en el intento.** No obstante, antes de volver, le insistimos en que **no se trataba de repetir la misma historia,** [...] y de que se nos convirtiera en la persona desagradable, antipática y egoísta que había sido. Le recordamos que **solo cuando el amor se alimenta día a día seguirá creciendo,** y lo hará si cuidamos la relación con mimo [...].

Elvira estaba ilusionada ante esta nueva etapa; además, se sentía muy fuerte y **sabía que podría superar una situación de separación definitiva.** Por fin era realista y no pediría que se repitieran las mismas escenas y las mismas emociones que al principio, **pero tampoco toleraría una relación donde no imperase el respeto y el amor en la pareja.**

Hicieron su trabajo y **elaboraron unas notas que repasarían con frecuencia** y que volverían a leer siempre que se encontrasen flojos, desengañados o con mal ánimo. **Sus principales contenidos eran:**

1. **Cada etapa tiene su forma de sentir el amor.** No podemos esperar que los adolescentes amen con la madurez de los adultos; ni que los adultos se queden “estancados” en las primeras fases de su enamoramiento.
2. **Cuando las condiciones cambian, la relación debe adaptarse a las nuevas circunstancias,** y lo hará disfrutando al máximo que las posibilidades y oportunidades que nos brinda cada momento, pero también **afrentando conjuntamente los imprevistos, los problemas y los retos que puedan surgir.**
3. **No podemos confundir el amor con la fase de atracción inicial** mutua que se da al principio de la relación. Esa fase, por mucho que nos cueste aceptarlo, siempre será transitoria.
4. El hecho de que esa fase de atracción inicial mutua pase, **no significa que con el paso del tiempo nuestro amor pierda intensidad.**
5. **La novedad en la comunicación sexual pasará,** pero si lo cuidamos bien, **dará paso a otra comunicación más rica, más compartida y más continuada en el tiempo.**
6. Las expectativas idealizadas son propias de esa primera fase; no se trata de añorarlas, sino de **adaptarlas positivamente a todas las posibilidades que genera la relación de pareja.**
7. Si sentimos que, al cabo del tiempo, **no somos capaces de experimentar tanto afecto por nuestra pareja como para conseguir que la convivencia sea agradable** y podamos generar nuevas expectativas y proyectos que nos ilusionen mutuamente, será el momento de extraer los aprendizajes que nos ha aportado esa relación, y de **saber cerrar esa fase con el afecto y el respeto que dos personas que se han querido merecen.**

Elvira y Esteban, al final de la crisis tan fuerte que vivieron, **se sentían muy satisfechos con el proceso que cada uno había experimentado;** no obstante, no podemos inferir por ello que ya siempre serán felices –aunque de momento siguen muy bien.

De la misma forma, conviene asumir, desde la normalidad, que el final en la relación de muchas parejas, marca el principio de una etapa mejor.