Parejas rotas

CUANDO TE FALTABAN AL RESPETO...

Ustedes han pasado por situaciones variadas y dolorosas que les ha dejado una marca que por mucho tiempo estará presente en sus vidas y determinando muchas decisiones.

Uno de los motivos por los que se rompe una pareja es por las faltas de respeto.

¿Por qué es tan importante el respeto en la relación de pareja?

Porque en el respeto del uno hacia el otro es el terreno donde crece la autoestima.

Las discusiones y el exceso de confianza es el terreno donde crece la falta de respeto.

Todas las personas tenemos la necesidad vital de sentirnos respetados, sobre todo en nuestro interior y en las cosas que consideremos más importantes.

¿Cuándo podemos decir que se ha llegado a una verdadera falta de respeto?

Cuando nos vemos que empezamos a ser infelices porque el otro no nos trata como a un ser humano, como a una persona.

Las faltas de respeto van evolucionando con la vida. Se empieza por una palabra, un empujón, un gesto despectivo... Pero con el paso del tiempo se va convirtiendo en más y más fuerte todos y cada una de las cosas que nos parecieron muy duras al principio.

Lo más triste es cuando los insultos y los desprecios del otro son tan grandes y tan reiterativos que te empiezas a creer que es verdad, que eres así...

El problema se agrava cuando la persona además de creerse los desprecios que le lanzan, cree que ya, además, no los puede cambiar... Incluso cuando estos defectos sólo existan en la mente del que insulta...

Si las palabras que usaba para menospreciarte te convencen realmente de que eres una persona loca, estúpida, idiota o perdedora y te dejas vencer, porque aparentemente eso son cosas que no se pueden superar, entonces es cuando se empieza a dañar la imagen que tienes de ti mismo y tu sentido de lo que eres capaz de hacer.

¿Qué hacer ante las faltas de respeto para que no dañe la imagen que tienes de ti mismo/a?

1. Hay que trazar un límite entre la falta de respeto que se puede soportar y la que no se puede soportar.
2. Para amar de verdad a los demás hay que empezar a amarse a sí mismo.
3. Se obtiene respeto cuando cada uno cumple con su misión dentro del matrimonio.

4. Se obtiene respeto cuando se cumple las promesas dadas.
5. Se obtiene respeto cuando sabemos que el otro tiene cualidades que yo no tengo.

Hay que aprender a distanciarse de la persona que te falta el respeto. Distanciarse en todos los sentidos para que recapacite y reflexione.

Para reflexionar:

1. ¿Cuándo podemos hablar de faltas de respeto "tolerables" y cuándo son "intolerables"?
2. ¿Hasta dónde y hasta cuándo hay que aguantar las faltas de respeto?
3. ¿Se puede romper un matrimonio por las constantes faltas de respeto?
4. ¿Qué soluciones se pueden aportar para superar las faltas de respeto?
5. ¿Qué faltas de respeto dejan más huellas para el futuro?

(c) 2002 Mario Santana Bueno

(c) 2007 - BUZÓN CATÓLICO www.buzoncatolico.es Quedan todos los derechos reservados

Imprimir esta página