

¿Cómo Puedo Amarte Mejor?

El Monje Vietnamita Thich Nhat Hanh, un sabio viviente el cuál fue nominado por Martín Luther King para el Premio Nobel de la Paz, recomienda que le hagamos a nuestros más allegados una simple y poderosa pregunta que tiene el poder de transformar nuestras relaciones:

"Por favor dime cómo puedo amarte mejor."

Es bueno recordar que las más grandes verdades son a menudo simples. Esta simple declaración me llegó al corazón. Me pregunto como sería el tener esto como base de nuestras interacciones diarias, una persona a la vez. Que poderosa, simple, y humilde regalo para ofrecérselo unos a otros, y a nosotros mismos.

Estos días, ya que hay mucho dolor y sufrimiento en el mundo, lo que es exteriorizado se aparece en nuestro interior.

Es

Muchas relaciones están llenas con agitación, tensión, y resentimientos. Individuos, familias, comunidades, naciones, la comunidad Mundial, el cosmos natural, están llenos de tensión. Necesitamos paz y armonía en nuestros corazones, y en nuestras relaciones interpersonales tanto como necesitamos paz en el mundo.

Esto si lo sé: No estamos condenados a vivir así. Más y más, nos encuentro anhelando a ser completos, a ser curados, y vivir en armonía. Pero sin saber cómo..

Yo hablo no como uno que ha encontrado las respuestas. Pero esto si lo sé: Algo mágico y bellos sucede cuando nos preguntamos el uno al otro estas mágicas y bellas inquietudes:

Mi Querida,

¿cómo te puedo hacer sentir amada hoy?

Dime, mi amor,

¿Cómo puedo amarte mejor?

Esta es la parte de esta pregunta que encuentro muy conmovedora: el preguntar. La vulnerabilidad al preguntar. La apertura a no solamente poner el corazón de otro ante nosotros, sino el poner la manera en que nuestra amada le gustaría ser amada delante de nuestro propio sentido de a que ese amar debería parecerse.

Mi amor, te adoro, ¿y quizás no lo sé ?todavía?cómo amarte mejor en la manera ?que sea mejor para ti.

Tú ya sabes esto: Te amo. Quiero saber: ¿Cómo puedo amarte ?Mejor?

Ni siquiera más amor ?sino más bien mejor amor.

Tenemos diferentes lenguajes de amor. Quiero aprender el tuyo.

Algunos de nosotros necesitamos que nos sostengan, nos toquen amorosamente, y tener miradas amorosas dentro de la ventana de nuestra alma. Anhelamos por un toque que no posee, y que solamente nos reconforte. (Muéstrame si ésta es la manera en que puedo amarte mejor.)

Otros necesitan ser amados haciendo que el amante les dé un poco de espacio, espacio para la soledad. Algunos de nuestros amados tienen los corazones que claman: Estar cerca de las personas, incluso estar cerca de ti mi amada, me drena. Necesito estar sólo para recargar. ¿Puedes mantener la distancia para mi? (Muéstrame si ésta es la manera en que puedo amarte mejor.)

Otros necesitan que le demuestren amor haciendo cosas para ellos. Muchos entienden el amor a través de actos de servicio. Doblar la ropa. Lavar los platos. Bañar los niños. Tomar todo tu amor, y colocarlo en una comida casera. (Muéstrame si ésta es la manera en que puedo amarte mejor.)

Tú eres, mi amada, un misterio para mi. Eres un misterio cósmico. Secretos escritos en tus ojos que ninguna palabra ha hablado nunca. Canciones en tu corazón que no han humedecido ningún labio. Yo te conozco. Conozco tu corazón y alma tan bien. Quiero estar allí para este misterio. Deja que el despliegue del misterio llegue, cuando llega, como llega, así como tu quisieras que llegara.

Enséñame, mi amor. Enséñame tu lenguaje de amor. Enséñame la manera que tú necesitas ser amada, hoy.

Guíame para confiar en ti, confiar que tu conoces tu propio corazón, que sabes las necesidades de tu propio corazón. Déjame practicar la humildad, no en cómo quiero amarte, sino de cualquier manera que sea mejor para ti en este mismo aliento. Déjame aprender tu lenguaje de amor, ya sea con palabras habladas, abrazos, silencio, espacio, o servicio. Enséñame, aprende conmigo, cualquiera de los poemas que mis pestañas pudieran trazar en tus mejillas. Dejemos ir el apego a como quiero amarte, y confiar que lo que importa es tú siendo amada, cuando tú quieras ser amada, cómo tú quieras será amada, cómo sea la mejor manera en que tú quieras ser amada. Confiemos en este río cósmico de amor que fluye, que como tú necesitas ser amada hoy puede ser diferente a como tu pedirías ser amada mañana. Lo que importa, todo lo que importa, es el amor, no el lenguaje del amor. Seamos amantes que aprenden el lenguaje del amor de cada uno. Por lo tanto mi Amada, ¿Cómo puedo hacerte sentir amada?. O mejor todavía: ¿Cómo puedo hacerte saber, luz de mis ojos, que ya tú eres profundamente amada?. Dime amor: ¿Cómo puedo amarte mejor?. ¿Cómo nos podemos amar el uno al otro mejor?. Comencemos aquí, Cambiemos el mundo para lo más bello. Tú ya has cambiado mi mundo, Porque tu eres todos los mundos para mi.

Autor: Omid Safi

* Artículo reproducido con el debido permiso de O Being. O Being no se hace responsable por la traducción. La traducción ha sido realizada por Francisco Luciani para Teología Hoy.