



Rafi Escudero

Hoy voy a hablar de política

Hoy mis queridos hermanos, voy a hablar de política, pero no de partidos políticos, ni de movimientos cuyo propósito es dividirnos como pueblo. Voy a hablar de la política que nos une en los momentos de dolor y en los logros que nos producen extraordinaria alegría.

Voy a hablar de la política en una democracia donde la diversidad nos hace fuertes, casi invencibles cuando enfrentamos a la flor y nata del resto del mundo con nuestro mejor esfuerzo y talento.

Hoy voy a hablar de nuestro equipo femenino de gimnasia en las Olimpiadas de Río, ganador indiscutible de la medalla de oro por más de ocho puntos, que en la disciplina de la gimnasia por equipo, constituye, no solo una diferencia astronómica, sino la victoria más amplia en la historia del olimpismo. Las nuestras, no solo son las mejores, son las mejores en la historia.

Simone Biles, Gabby Douglas, Aly Raisman, Laurie Hernández and Madison Kocian: Biles y Douglas de la

raza negra, Raisman y Kocian de la raza blanca y Laurie Hernández, orgullo hispano. La mera composición de este súper equipo de atletas que acaba de destrozarnos los records de todos los tiempos, debiera despertar conciencias acerca de nuestra fortaleza ante el mundo cuando permitimos, auspiciamos y respaldamos el desarrollo óptimo de nuestra diversidad nacional.

Con gran orgullo vimos a través de los medios televisivos la camaradería existente entre las cinco gimnastas, los abrazos y palabras de estímulo constantes entre ellas, las alegrías de unas al ver triunfar a las otras, las sonrisas de todas para todas y la nación entera extasiada por el triunfo de sus competidoras. Fueron “una para todas y todas para una”, tomándole prestado a Dumas el lema de los tres mosqueteros del rey.

Las diferencias de raza, credo, preferencia sexual, color u origen nacional quedaron fuera de este triunfo. No tienen lugar en esta expresión de grandeza humana, no encuentran eco en las conciencias y el espíritu de un pueblo que celebra el éxito de los suyos.

Pero, para que este escrito se relacione directamente con “hablar de la política” debemos expresar que en esos mismos términos en que elevamos la conciencia y el espíritu cuando la fuerza de la diversidad nos hace triunfadores frente al resto del mundo, asimismo debemos garantizar individual y colectivamente que la diversidad en nuestra democracia sea respetada por toda nuestra ciudadanía.

Que el respeto a la raza, el color, el sexo, el credo o las preferencias sexuales de cada uno de nuestros semejantes se conviertan en el norte de nuestra democracia, para que podamos comenzar a lograr la paz en nuestras comunidades.

No olvidemos nunca que: “El respeto al derecho ajeno, es la paz” (Benito Juárez, México)

Nuestra felicitación y agradecimiento a nuestro quinteto femenino de gimnasia, por el oro y por el ejemplo que les dan a los demás.



Lázaro Castillo Jr.

Reflexiones — lcastjr@gmail.com | www.lcastjr.com

Respetar el espacio en una pareja

Cuando hablamos de una pareja, estamos hablando de dos individuos libres, con su mentalidad, sus costumbres y sus manías.

Ser pareja significa compartir con el otro, pero también disfrutar de ciertos momentos de soledad o alejados de la otra persona, que nos permitirán conservar nuestra individualidad y mantener a la vez una sana relación amorosa.

Todos hemos conocido alguna vez a esa pareja de enamorados que no se separa ni para ir al baño. También nos hayamos topado seguramente con esa otra en la que ambos miembros de la pareja disfrutan de “una noche libre a la semana” para quedar con los respectivos amigos.

Para una relación de pareja plena y feliz, los psicólogos recomiendan que cada miembro de la ella disfrute de un tiempo o de un espacio propio. Con esto, no nos referimos a llevar vidas completamente diferentes, con gente y ambientes distintos. Pero, ya sea pasar un rato en la computadora, ir de compras, tomar un café con los amigos o regalarse una sesión de spa son actividades que ayudarán a tener mayores ganas de estar al lado de la persona que amamos.

¿Cuándo peligra el espacio?

“Cuando uno de los dos en la relación de pareja demanda espacio podría sonar enigmático y se hasta podría perder la transparencia, todo depende de cuanta honestidad exista”. Opina

Enrique, de 22 años, Caracas. Alberto Moral, Psicólogo de la familia, Louisville, Kentucky, dice: “El espacio se puede interpretar como secreto, fantasías, tendencia en negación o telón, donde probablemente podrían existir cosas escondidas, y donde se pone en conflicto la verdadera identidad. En verdad hay viejas mañas que no se pueden romper y por ende el ciclo es interminable”.

Respetar el espacio en una pareja

Cuando hablamos de una pareja, estamos hablando de dos individuos libres, con su mentalidad, sus costumbres y sus manías.

Ser pareja significa compartir con el otro, pero también disfrutar de ciertos momentos de soledad o alejados de la otra persona, que nos permitirán conservar nuestra individualidad y mantener a la vez una sana relación amorosa.

Todos hemos conocido alguna vez a esa pareja de enamorados que no se separa ni para ir al baño. También nos hayamos topado seguramente con esa otra en la que ambos miembros de la pareja disfrutan de “una noche libre a la semana” para quedar con los respectivos amigos.

Para una relación de pareja plena y feliz, los psicólogos recomiendan que cada miembro

de la ella disfrute de un tiempo o de un espacio propio. Con esto, no nos referimos a llevar vidas completamente diferentes, con gente y ambientes distintos. Pero, ya sea pasar un rato en la computadora, ir de compras, tomar un café con los amigos o regalarse una sesión de spa son actividades que ayudarán a tener mayores ganas de estar al lado de la persona que amamos.

¿Cuándo peligra el espacio?

“Cuando uno de los dos en la relación de pareja demanda espacio podría sonar enigmático y se hasta podría perder la transparencia, todo depende de cuanta honestidad exista”. Opina Enrique, de 22 años, Caracas.

Alberto Moral, Psicólogo de la familia, Louisville, Kentucky, dice: “El espacio se puede interpretar como secreto, fantasías, tendencia en negación o telón, donde probablemente podrían existir cosas escondidas, y donde se pone en conflicto la verdadera identidad. En verdad hay viejas mañas que no se pueden romper y por ende el ciclo es interminable”.

“Mi novia y yo siempre lo hacemos todo juntos, desde ir a la compra, de paseo o visitar a los amigos. A pesar de ello, nos gusta dedicar al menos una noche a la semana a pasarlo bien con nuestros respectivos grupos

de amigos. Cuando volvemos, lo pasamos genial explicándonos las anécdotas más divertidas de la velada.” Agrega Roberto, de 32 años, Tegucigalpa.

“Siempre he sido muy dependiente en cualquier relación de pareja. Cuando mi ex novio me pidió tener un cierto tiempo “libre”, creí que se me hundía el mundo... ¡pensé que iba a dejarme! Más tarde, aproveché esos momentos para dedicarme a mí misma, a mis amigas y a mis aficiones... ¡Nunca pensé que iba a sentarme tan bien! Ya no estoy con esa pareja (por otros motivos), pero aprendí la importancia de disfrutar de uno mismo.” Dice Raquel, de 40 años, Panamá.

Todos tenemos opiniones diferentes; pero, existe un ideal cultural que juega decididamente en contra de esto. Se trata de la conocida idea de la “media naranja” o, una versión más refinada, la de las “almas gemelas”. Este tipo de concepciones proponen un modelo de pareja en el que, al conformarla, sus integrantes dejan de existir en forma independiente para formar una nueva unidad. Él y ella no existen más, sólo existe la pareja.

Este estado es (afortunadamente) imposible de alcanzar, pero el resultado de intentarlo suele ser decantar en que él y ella

retienen un pequeño espacio personal, pero mínimo. Las parejas que adoptan este tipo de estructura intentan ponerse de acuerdo siempre, compartir lo más que puedan y, especialmente, saber todo de la vida del otro y contar todo de la propia. Acaban sufriendo de un síntoma cardinal: la asfixia. Hay poco aire entre ellos, pues están demasiado cerca. Su ser individual ha quedado “tomado” por la pareja.

Como respuesta a esta problemática surge un nuevo tipo de pareja, la llamada pareja “free”. Este modelo de pareja soluciona los problemas del anterior, pero los costos son altos: las posibilidades de proyectar hacia el futuro se ven severamente comprometidas. También les es difícil acompañarse y sostenerse en momentos críticos puesto que estas situaciones suelen exceder el espacio que le han conferido a la pareja.

¿Qué cree usted?

Es probable que tanto él como ella no busquen cuentos con finales felices, sino más bien, ser feliz sin tanto cuento. En verdad, todo depende de la transparencia y honestidad entre el dúo, recordando que: “se puede correr pero nunca esconderse”.