



Listen to this article

LA INTIMIDAD CONYUGAL ES MAS QUE SOLO SEXO



TORAH VIVIENTE

En algún momento de su relación, comenzaron a distanciarse y ahora cada uno vivía su propia vida en lugar de vivir en estrecha unión entre sí. ¿Cómo solucionar este problema de desunión?

Por lo general, cuando se produce alienación entre personas, la raíz del problema es la intimidad. Hay muchas razones por las que la intimidad puede perder su poder. Algunos de ellos son sutiles pero insidiosos, como el siempre creciente ajetreo de la vida familiar. Otros son obvios y deliberados, como negar la intimidad como castigo por un insulto. Cualquiera sea el motivo, cuando la cercanía se debilita, puede resultar difícil volver a encarrilarse. Una de las claves para reconectarse es comprender que la intimidad es multifacética. En general, existen cinco tipos diferentes de intimidad, y sólo manteniendo cada uno de ellos podemos experimentar una unión profunda en el matrimonio.

1. קרוב**רוחני

Keruv Rujaní (Cercanía Espiritual)

El primer y principal tipo de intimidad es la intimidad espiritual. La intimidad espiritual se puede comparar con el centro desde el que fluyen todos los demás tipos de intimidad. Cuando la unidad espiritual está en su apogeo, todos los demás tipos de unidad, que a veces ganan y luego pierden fuerza, seguirán teniendo un cierto nivel de estabilidad natural. La cercanía espiritual proviene de permanecer juntos en la Palabra, orar unos por otros y adorar juntos. La Palabra de Elohim es alimento para nuestras almas.

Mt-Matityah 4:4

[4]Pero El respondió: “Escrito está: ‘No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Elohim” Dt 8:3; Amós 8:11; Jn 6:48; 7:37

Dt-Devarim 8:3

[3]El los humilló, permitiendo que tuvieran hambre, y después les dio a comer man, cual ni ustedes ni sus padres jamás habían conocido, para hacerlos entender que una persona no vive por comida solamente sino de toda palabra que sale de la boca de Adonái יהוה.

Si tenemos la misma dieta espiritual, creceremos de manera similar y por lo tanto creceremos juntos, no por separado. El viejo dicho de que una familia que ora siempre permanece unida, aunque no es infalible, es generalmente cierto. Y esto no significa simplemente orar en presencia de los demás, sino mantenernos unos a otros en el centro de nuestras oraciones personales (ni significa simplemente pedirle a Adonái יהוה que elimine todo lo que nos molesta en nuestro esposo o esposa). La adoración es un acto extremadamente íntimo que une las almas del pueblo de Elohim y las acerca unos a otros y a Él. Hay buenas razones por las cuales una pareja no adora junta (por ejemplo, cuando uno de ellos ayuda en la guardería, canta en el coro, etc.). Pero si una pareja así tiene un problema de desunión, será apropiado dejar este tipo de actividad por un tiempo determinado y

concentrarse en restaurar la intimidad espiritual entre ellos.

2. קרוב בידור ופנאי**

Keruv Bidur u'Fanáy (Cercanía en Recreación y Entretenimiento)

El segundo tipo de intimidad es la intimidad en la recreación y el entretenimiento. Esta cercanía es una conexión que se forma y fortalece como resultado de pasar tiempo juntos. Estas actividades pueden variar desde las fáciles (como resolver un crucigrama) hasta las extremas (como volar en ala delta), pero es el disfrute mutuo de estas actividades lo que alimenta la unión de una pareja casada. El pico de este tipo de intimidad suele ocurrir al principio de la relación, cuando ambos quieren hacer y probar cosas fuera de su zona de confort sólo por estar juntos. A medida que esta presencia se convierte más en la norma que en la excepción, el deseo de participar en actividades que no son de interés para uno de los socios suele desaparecer. Además, cuando la vida se complica por el trabajo, los niños, las tareas domésticas y muchas otras cosas, las oportunidades de entretenimiento y recreación se reducen drásticamente y el costo aumenta rápidamente. Sin embargo, Elohím nos creó de tal manera que pudiéramos disfrutar de la vida y de diversas actividades, especialmente con nuestro esposo o nuestra esposa.

Ec-Qohelet 9:9

[9]Disfruta la vida con la esposa que has amado a través de tu vida de vanidad que El te ha dado debajo del sol, todos los días de tu futilidad, porque esa es tu porción en la vida y tu labor en la cual trabajas debajo del sol.

Nuestras familias necesitan la oportunidad de reír y divertirse juntas, si ya tenemos que pasar por diversas dificultades y en ocasiones trabajar duro.

3. קרוב שכלי**

Keruv Sejlí (Cercanía Intelectual)

El tercer tipo de intimidad es la intimidad intelectual. La proximidad intelectual es la unión de unos con otros a través de la discusión de determinadas cuestiones. Los temas, nuevamente, pueden ser tanto ligeros (película favorita) como muy serios (política). Pero al hacer este trabajo mental con nuestro marido o mujer, fortalecemos los vínculos de nuestra relación. Al igual que la unión durante las vacaciones, la intimidad intelectual tiende a alcanzar su punto más alto al principio de una relación. En la mayoría de los casos, esto sucede porque las personas recién se conocen entre sí y cómo cada uno de ellos ve ciertos temas. Pero pasa el tiempo y los cónyuges, creyendo conocer la opinión de su pareja sobre casi todos los temas, dejan de explorar el mundo intelectual del otro. Sin embargo, aunque cada cónyuge generalmente puede adivinar lo que el otro piensa sobre el asunto, lo que importa son los

detalles. No importa cuántas veces una pareja haya discutido tal o cual tema, casi siempre hay algo nuevo que descubrir o discutir. Y la recompensa por el esfuerzo merece la pena.

4. קרוב גופני**

Keruv Gufaní (Cercanía Física)

El cuarto tipo de intimidad es la intimidad física. La intimidad física es el área en la que piensa la mayoría de la gente cuando escucha la palabra “intimidad”. Este concepto incluye, entre otros, el sexo. También existe la intimidad física no sexual, que se manifiesta cuando las personas se toman de la mano, se sientan juntas en el sofá o se abrazan. A veces, la intimidad física no sexual (abrazos) conduce a algo más profundo y apasionado (el coito), pero esto no es necesario. Por cierto, este es el tema de las mayores quejas de las mujeres. Los hombres suelen tomar cualquier intimidad física como una señal de que una mujer quiere sexo, cuando en realidad sólo quiere sentarse a su lado. Y, sin embargo, de todos los tipos de intimidad, ésta es la que más placer proporciona a los hombres. Cuando se les pregunta qué tan cerca están de sus esposas, los hombres tienden a decir que se sienten más cerca durante los períodos de mayor intimidad física (y especialmente sexual). Y no hay nada sorprendente en esto para un creyente, porque Elohim ordenó al hombre disfrutar de este tipo de relación con su esposa.

Pr-Mishle 5:18-19

[18]Sea tu fuente de agua tuya propia, y regocíjate con la esposa de tu juventud

[19]amante cierva y graciosa gacela; que sus senos te satisfagan en todo tiempo, su amor te embriague para siempre.

5. קרוב רגשי**

Keruv Regshí (Cercanía Emocional)

El quinto tipo de cercanía es la cercanía emocional. La cercanía emocional se expresa en el hecho de que una persona comparte sus vivencias y experiencias con otra. A los hombres les resulta especialmente difícil sentir la diferencia entre cercanía intelectual y emocional. Sea como fuere, en el primero (cercanía intelectual) se discuten diversos temas y, por regla general, prevalecen los pensamientos, y en el segundo (cercanía emocional) se discuten las experiencias y suelen predominar las emociones. Además, los hombres tienen un vocabulario emocional mucho más limitado y no se sienten particularmente cómodos escuchando un lenguaje cargado de emociones. Por esta razón, los maridos muchas veces no entienden a sus esposas cuando dicen algo. Creen que la esposa necesita un intercambio de ideas, cuando en realidad necesita a alguien que comparta sus sentimientos. Independientemente de las limitaciones, los maridos están llamados a cuidar los corazones de sus esposas, así como las esposas están llamadas a cuidar las necesidades sexuales de sus maridos. Así como

los hombres se sienten más íntimos durante los períodos de intimidad física, las mujeres se sienten más íntimas cuando la intimidad emocional está en su apogeo. No en vano lo primero que hizo Adam al ver a Javá no fue acostarla, sino pronunciar el primer poema de amor del mundo Gen-Bereshit 2:23

[23]Y Adam אָדָם dijo: Este es hueso de mis huesos y carne de mi carne. Ella será llamada varona [Hebreo: ishah], porque ella fue sacada de su varón [Hebreo: ish].

De ciclos de distancia a ciclos de cercanía

Pero aquí está el problema: cuando los hombres se sienten desconectados, a menudo intentan lograr intimidad física a través de la intimidad de ocio (“hagamos algo divertido y tal vez terminemos en la cama”), mientras que las mujeres, cuando se sienten desconectadas, intentan lograr cercanía emocional a través de la intimidad intelectual (“hablemos de algo y tal vez eventualmente comencemos a expresar nuestros sentimientos”). Ambos cónyuges sienten la pérdida de unidad, pero intentan solucionar el problema al revés. Para complicar aún más las cosas, los hombres a menudo no quieren hablar ni compartir sus sentimientos a menos que tengan intimidad física. Y las mujeres no quieren intimidad física si no sienten intimidad en la esfera emocional. Como resultado, las parejas casadas caen en sucesivos períodos de distanciamiento con bastante rapidez, exigiendo cada vez más que se satisfagan sus necesidades antes que las de su pareja. Es en tales situaciones que la obligación del creyente de amar a los demás, incluso cuando sea difícil.

Jn-Yojanan 13:34-35

[34]Os doy un nuevo mandamiento: ámense los unos a los otros; como yo los he amado, que también se amen unos a otros. Lev 19:18

[35]Todos sabrán que son mis talmidím, por el hecho de que tienen amor el uno por el otro.” Gl-Galtyim 5:13

[13]Porque ustedes, hermanos, fueron llamados para ser libres. Sólo que no dejen que esa libertad se convierta en una excusa para permitir que su vieja naturaleza haga lo que quiera. Por el contrario, sirvan el uno al otro con amor.

Gl-Galtyim 6:2

[2]Sobrelleven los unos las debilidades agobiantes de los otros; de esta manera estarán cumpliendo la ley (Toráh), de Mashíaj.

Ef-Efesyim 4:2,32

[2]Siempre sean humildes, mansos y pacientes, soportándose los unos a los otros en amor,

[32]En cambio, sean bondadosos unos con otros, de corazón tierno y perdonándose el uno al otro, así como en el Mashíaj, Adonái יהוה nos perdonó.

1P-Kefa 4:8-10 κ

8]]Y sobre todo, tened entre vosotros ferviente ahavah – amor; porque el amor borra multitud de pecados.

[9]Recíbanse unos a otros en sus casas, sin murmurar de nadie.

[10]Así como cada uno ha recibido algún don en el ruaj, lo debe usar para servir a los otros, como buenos administradores del polifacético favor de Adonái יהוה;

Esto puede ayudar a una pareja a pasar de ciclos de distanciamiento a ciclos de unión si se guían por el amor y anteponen las necesidades del otro a las propias. Cuidar a su cónyuge en estas áreas, incluso cuando nosotros mismos no sentimos la conexión, es la clave para lograr una unión verdadera, profunda y duradera. Esta unión hace mucho más que simplemente brindarnos una sensación momentánea cálida y confusa. Nos ayuda a estar arraigados en el amor íntimo de Aquel en quien nuestra unión es eterna e inquebrantable: en el amor de Elohím mismo.

Menú Toráh Viviente

t.me/menutorahviviente