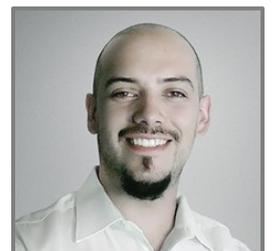


LOS TRES PILARES QUE CONSTRUYEN UNA RELACIÓN DE PAREJA EXITOSA



SolucionaTusConflictosDePareja.com



Por Roberto Doussang

Los tres pilares que construyen una relación de pareja exitosa

POR ROBERTO DOUSSANG

POR QUE DEBES LEER ESTO SI QUIERES MEJORAR TU RELACION DE PAREJA

CONTENIDO

- 1 Porque debes leer esto
- 5 Primer Pilar
- 9 Segundo Pilar
- 12 Tercer Pilar
- 17 Algunas palabras finales
- 18 Sobre el Autor
- 19 Video Conferencia

Te doy la más cordial bienvenida a este reporte gratuito, “Los Tres Pilares que construyen una relación de pareja exitosa”. En este reporte quisiera contarte cómo puedes mejorar tu relación de pareja, utilizando las herramientas que han servido en mi propia vida.

Probablemente estés atravesando por dificultades en tu relación de pareja. Quizás se enfrascan en constantes discusiones sobre cualquier tema, por más trivial que parezca. Lamentablemente, está aumentando el número de parejas alrededor de todo el mundo, que tienen problemas para establecer una relación sólida y duradera.

¿Cómo es posible que la interacción entre dos seres humanos que se aman sea tan problemática? Algunas personas incluso han llegado más allá en su decepción, y creen que sencillamente es imposible construir una relación de pareja armoniosa. Piensan, de hecho, que enamorarse o encontrar alguien que llene sus expectativas es prácticamente imposible.

Nada más lejos de la realidad. Lo que sucede es que actualmente muchas personas han olvidado aspectos de

nuestro más profundo ser, y han caído en ilusiones que les impiden crear una conexión auténtica con otros. Sin embargo, cualquiera puede alcanzar un estado de paz mental, que le permita crear relaciones satisfactorias, que nos traigan alegría, pero sobre todo, que nos ayuden a ser mejores, y alcanzar la realización personal.

Antes, quisiera presentarme un poco mejor. Mi nombre es Roberto Doussang, y soy el creador de SolucionaNusConflictosdePareja.com. Además soy editor de sitios relacionados con calidad de vida. Me apasiona poder ayudar a otras personas a que se sientan mejor con su propia vida, y enseñarles distintas formas de abordar las dificultades que surgen de una relación sentimental.

Me gustaría contarte mi caso personal. Conocí a mi actual esposa, Alejandra, cuando cursaba mis estudios en la Universidad. Al principio nuestra relación era de amistad, pero con el tiempo, comenzamos a descubrir que nuestros sentimientos eran mucho más profundos. Quizás de forma inconsciente empezamos a construir una relación muy sólida, que incluso para nuestros propios compañeros de universidad, resultaba sorprendente. Recuerdo que decían que éramos “tal para cual”.

Actualmente ya tenemos más de 10 años de relación, y no sentimos que nuestro amor haya disminuido. Por el contrario. Nuestra conexión es mucho más fuerte. Algunos consideran que somos una pareja excepcional. ¿Quiere decir esto que no tenemos problemas? En lo absoluto. Como la gran mayoría de las parejas, atravesamos por muchos momentos de crisis, discusiones, desencuentros, etc. De hecho, varias veces estuvimos cerca de separarnos.

Sin embargo, aprendimos a solucionar esos problemas. Aprendimos que existen principios que permiten que dos personas puedan amarse más allá de los problemas cotidianos, más allá de las consideraciones egoístas. Esos

principios pueden hacer que una relación sentimental se convierta en el vehículo que permite alcanzar la realización personal y la paz mental. Una relación de pareja satisfactoria no es solamente algo que debemos guardar como una cosa más en nuestra lista de "logros". No es algo que tienes que conseguir *con esfuerzo* para sentirte feliz. Es simplemente el estado natural de dos seres humanos que se aman. Lo que sucede es que olvidamos cómo conseguir esa conexión.

"Tener una buena relación de pareja no es cosa de suerte, o del destino. No tiene que ver con romances idílicos, como los que podemos ver en películas románticas o novelas de ficción."

Tener una buena relación de pareja no es cosa de suerte, o del destino. No tiene que ver con romances idílicos, como los que podemos ver en películas románticas o novelas de ficción. Esas son distorsiones de la realidad. Producen expectativas exageradas en las personas. La verdad es que todo es más sencillo de lo que parece, porque en realidad, lo mejor de la vida está en las cosas sencillas. Muchas veces el cine, la música, la televisión bombardea nuestra vida haciéndonos creer que las relaciones sentimentales son tortuosas o están llenas de desesperación y sufrimiento. En ocasiones escucho en la radio, canciones de amor, que no son más que una oda al sufrimiento innecesario, a distorsiones sobre lo que es una relación armoniosa, pero que la gente confunde con verdadero amor.

Sin embargo, hasta eso tiene su lugar en el proceso de crecimiento y aprendizaje en nuestra vida. Con mi esposa, hemos podido mirar hacia atrás y apreciar que hemos tenido una evolución constante como pareja. Lo cierto es que a medida que transcurrían los años, nuestra relación no decreció, sino que siguió siendo muy buena. Muchos amigos, terminaron con sus parejas, empezaron nuevas relaciones, y así sucesivamente, mientras nosotros continuábamos juntos.

¿Qué cosas hacíamos de forma diferente? Esto es precisamente lo que me gustaría mostrarte en este reporte. Existen muchos factores y hábitos de vida que pueden ayudarte a mejorar tu vida en pareja, pero en especial,

existen tres pilares sobre los cuales se sustenta una relación de pareja exitosa.

Sin más dilaciones, compartiré contigo estos Tres Pilares que fortalecerán tu relación de pareja. Cada uno de ellos ha sido fundamental en nuestra vida en pareja, y te los enseño con la esperanza de que también sean útiles para ti.

El Primer Pilar

DECISIÓN Y COMPROMISO INQUEBRANTABLE

El primer paso de cualquier relación de pareja exitosa consta de decisión. En realidad las relaciones de pareja atraviesan por varias etapas. La primera es la del enamoramiento. Esta primera fase de la relación tiene emociones casi instintivas, donde sentimos que nuestra pareja llena todo el vacío que había en nosotros. Por decirlo de alguna forma, "nos sentimos en las nubes". No vemos las dificultades, solo cosas fabulosas, donde pasamos por alto las diferencias. Muchas parejas piensan que han encontrado la felicidad definitiva, sin pensar que algo malo pueda suceder.

El problema es que estado mental no puede sostenerse indefinidamente en el tiempo. Esto quiere decir que una relación de pareja, no puede permanecer por siempre en el estado de enamoramiento. Necesita madurar a algo más importante y consciente, más allá de reacciones instintivas. Pero, ¿Qué viene después?

Lo que sigue es el amor maduro. Este amor consta de una decisión. Como te habrás dado cuenta, surgen con el tiempo los distintos puntos de vista. Salen a relucir los defectos, el cansancio de la vida cotidiana. En general, el tipo de cosas que no se cuentan en las películas idealizadas del género romántico. Probablemente comiences a sentir que tu pareja no es tan perfecta como parecía al principio. Todos cometemos errores y cargamos con una historia personal. Entonces, cuando conocemos mejor a la pareja, empezamos a ver que las cosas no son tan sencillas. Necesitamos tomar la decisión de amar a nuestra pareja.

Cuando decidimos amar a otra persona, entonces al mismo tiempo adquirimos un compromiso. Esa es precisamente una de las principales fallas de las parejas. Si te fijas,

actualmente, muchísimas parejas se están separando o tienen serias dificultades para llevar una relación satisfactoria. Puede ser que actualmente exista una exacerbación del individualismo, lo que hace que sólo nos preocupemos de nuestra satisfacción personal. Por supuesto que tal comportamiento solamente nos llevará a sentir un gran vacío que no podrá llenarse nunca, no importa las posesiones que tengamos, o la posición social.

El compromiso sincero no puede convivir con el individualismo. El egoísmo es un estado de estancamiento espiritual que te impide crecer. Cuando decides trabajar en tu relación, entonces estas creando un compromiso con tu propia vida. Estas dando de ti misma o de ti mismo. Mientras más inquebrantable es ese compromiso, más crece el amor en una pareja. Si estudias la historia de cualquier ser humano notable en los distintos campos del saber, podrás darte cuenta de que esos hombres y mujeres tenían convicciones profundas, compromisos más fuertes de los que tienen el promedio de las personas. Por eso destacan.

En una relación sentimental no es distinto. Cuando te comprometes con tu pareja, en el fondo estás haciendo la promesa de amar más allá de las situaciones o la coyuntura del momento. Estas resuelto a superar las dificultades. Las relaciones cuando se inician, por supuesto que esperan compartir momentos felices, pero no debes olvidar que también estas aceptando participar de los sinsabores, la tristeza, la pérdida. Cuando existe una voluntad inquebrantable, entonces una relación de pareja se vuelve profunda, significativa y te ofrece algo que no está en lo superficial o trivial. Te ofrece la llave para descubrirte a ti mismo y convertirte en una mejor persona.

La constancia, el enfoque y la decisión, son las herramientas que servirán para construir los cimientos de una relación duradera. Nunca es tarde para comenzar. Aún si sientes que tu relación está dañada por el resentimiento, o por faltas que consideres graves, siempre puedes tomar la decisión de

“La constancia, el enfoque y la decisión, son las herramientas que servirán para construir los cimientos de una relación duradera. Nunca es tarde para comenzar”

recomponer la situación. De hecho, la decisión de amar a tu pareja, es algo que debemos hacer todos los días. Los compromisos que hagas en cualquier aspecto de tu vida, deben ser renovados constantemente. Es el precio de la excelencia, de la felicidad.

¿CÓMO PUEDO RENOVAR MI CONVICCION Y COMPROMISO?

En primer lugar, debes preguntarte sinceramente si quieres emprender tal tarea. Cuando haces las cosas por un deseo, entonces la intención de llevar algo a cabo se hace mucho más liviana. Puedes actuar con alegría o gozo. Incluso, si no sientes placer en hacer algo que has decidido hacer, el deseo te va a permitir al menos aceptar de forma serena la situación.

Quizás hoy estés atravesando por conflictos con tu pareja que ensombrecen tu vida. En ese caso, y ojala hagas esto con tu pareja, tomen la decisión de trabajar en conjunto por la relación. Si se comprometen a hacer algo sinceramente, y lo hacen juntos, van a sentir que no están solos, que son un equipo que tiene metas comunes. Finalmente una relación de pareja, se trata de compartir la vida con alguien con quien TU DECIDISTE ESTAR.

Puede que conozcas a personas que tienen malas relaciones de pareja, y parece que una nube negra las persigue porque van de problemas en problemas con las sucesivas parejas que consiguen. No tiene que ser así cuando ambos deciden firmemente amarse y dar lo mejor de sí. Esto requiere por cierto, colocar nuestra energía y esfuerzo en que esto funcione, y esa es la mejor demostración del verdadero amor. Evidentemente este compromiso debe estar fundado en una alianza con alguien que tenga convicciones tan fuertes como la tuya.

Te propongo el siguiente ejercicio, que puede ayudarte a fortalecer tus convicciones. Te recomiendo que para este

ejercicio consigas una libreta donde puedes escribir libremente sobre el tema que estamos abordando.

Pregúntate lo siguiente:

¿Qué espero yo de la relación?

¿Qué puedo dar a mi pareja?

¿Cuál es nuestra meta común?

Es importante que tomes el tiempo que necesites, ya que cada respuesta que des debe ser muy cuidadosa. La idea es que tus pensamientos surjan de la calma y la honestidad. Es la mejor forma en que puedes "sacar" tus ideas al exterior. Para esto puedes ocupar una técnica que suelo utilizar en algunas ocasiones. Debes comenzar, por ejemplo, con la primera pregunta, y escribir lo primero que se te venga a la mente. Tienes que hacerlo rápido y dejar que las ideas fluyan. No pienses demasiado en que cosas "debes escribir". No hay respuestas incorrectas, simplemente deja que tu lápiz fluya sobre el papel.

Luego puedes meditar acerca de las cosas que escribiste para después seguir "refinando" tus ideas. Como te dije, lo importante es extraer tus pensamientos más profundos. Sería muy bueno que pudieras compartir lo que descubras con tu pareja. Me gustaría que recordaras lo siguiente: **Coloca tus metas por escrito.** Una vez escuché que todo lo que no está por escrito en un papel, *no es más que un deseo vacío, sin fuerza.*

Luego de esto, compromete a dar lo que tú puedas para conseguir que su relación sea de amor. Repite para tu misma o ti mismo (y en voz alta), el compromiso de dar lo mejor de ti para amar a tu esposo o esposa como lo esperan. *Tú recibirás lo mismo conforme a tu grado de compromiso.*

El Segundo Pilar

RESPECTO A LA PAREJA

Seguiremos adelante con otro pilar fundamental de cualquier relación de pareja armoniosa. Me refiero al respeto profundo por la persona que amamos. Esto puede sonar muy básico, pero siempre me sorprende de cómo las parejas se faltan continuamente el respeto, ya sea con palabras hirientes, desprecio, actitudes condescendientes, o incluso, violencia física, que representa la escala más baja de la consciencia.

Sin respeto no puede haber una relación genuina. Es así de tajante. No puedes esperar construir nada en base a malas actitudes. ¿En qué consiste el respeto? El respeto consiste en la aceptación profunda de lo que la otra persona es. Significa apreciar la dimensión completa de una persona y aceptar aquellas cosas que no entendemos o nos parecen ajenas. Cuando hacemos esto, entonces la relación está libre de la manipulación, la crítica y el recelo.

Muchos problemas de pareja surgen cuando no aceptamos lo que nuestra pareja es. Es decir, solo queremos tomar lo bueno, pero no aquello que consideramos insatisfactorio. La evidencia más frecuente de esto, es que muchas personas tratan de cambiar a sus parejas. Comienzan a hacer observaciones impertinentes, o ridiculizar aspectos de la personalidad de la otra persona. Cuando intentamos cambiar a nuestra pareja, no sólo estamos desperdiciando energía, sino que además estamos faltándole el respeto a la otra persona, porque le estamos diciendo que ella no es lo suficientemente buena.

En mi relación de pareja siempre ha primado el respeto. Es,

“Cuando intentamos cambiar a nuestra pareja, no solo estamos desperdiciando energía, sino que además estamos faltándole el respeto a la otra persona, porque le estamos diciendo que ella no es lo suficientemente buena.”

como te dije, el aspecto básico. Aun cuando hemos discutido, intentamos mantener siempre el respeto. Quizás puedan decirse cosas en forma enérgica, enfadarse e incluso negarse a escuchar razones, pero una cosa es importante entender: Cuando insultas a tu pareja, o la humillas, estás quebrando lo más valioso en la interacción de dos personas. El respeto.

Por lo tanto, tienes que comprometerte a trabajar en este aspecto básico de tu relación si quieres tener un futuro con tu pareja. A veces, las actitudes violentas pueden ser difíciles de erradicar, sobre todo si fuiste criada o criado en un ambiente familiar donde la violencia y la falta de respeto eran el método usual para resolver conflictos. Sin embargo, *si ambos* toman la decisión de no insultarse, podrán llevar la carga juntos. Es importante que el menos uno de los dos, mantenga la compostura, para que de esa forma pueda "iluminar" al otro. Pero si ambos entran en un estado irracional, entonces la violencia ira escalando en la relación. ¿Porque no das tú el primer paso, y trabajas en tu propio autocontrol?

Considera esto. En las discusiones o la falta de respeto no existe un afán de solucionar nada. Entrás en una especie de ceguera mental que hace que tu atención este centrada en "ganar". En efecto, tu mente cree que esta en una especie de batalla donde lo único que interesa es ganar y hacer ver al otro como insignificante. Evidentemente que esto sólo destruirá tu relación de pareja lentamente.

¿CÓMO PUEDO CONSTRUIR EL RESPETO EN MI RELACIÓN?

La forma más común en la que se manifiestan las faltas de respeto es mediante los insultos verbales. Es en realidad la puerta de entrada a la violencia en la pareja, que puede

desembocar inclusive en violencia física.

Las palabras son muy poderosas. Más de lo que te imaginas. Las palabras surgen de los pensamientos, pero en realidad existe una simbiosis entre ambas cosas, palabra y pensamiento. Esto porque las palabras que nacen de los pensamientos crean otros pensamientos nuevos que refuerzan los anteriores. Si los insultos son frecuentes en una relación, ese contenido de las palabras comienza a inundar tu mente, lo que a la larga se traducirá en acciones destructivas. Por lo tanto, una de las primeras cosas que tienes que comenzar a vigilar en tu relación, son las palabras. Las palabras amables, las palabras de comprensión pueden sanar muchas heridas. Por lo tanto, debes comprometerte HOY MISMO a vigilar tu lenguaje.

Tienes que entenderlo muy bien. Las palabras insultantes no pueden tener cabida en tu relación. Quisiera comentarte mi caso personal. Mis padres desde muy pequeño, me inculcaron que no debía decir garabatos o groserías. La única vez que dije una grosería en casa siendo pequeño, significó una gran reprimenda. Pero fue una lección que me sirvió el resto de la vida, puesto que nunca he insultado a mi esposa. Nunca le he dicho algo grosero que pueda denostarla. Por supuesto hemos discutido, y tenido palabras duras, pero nunca nos hemos insultado en lo personal.

Tú puedes hacer lo mismo, y de hecho, es algo que deberías enseñarle a tus hijos. Esto es algo que no solo servirá para tu relación de pareja, sino que es un hábito que te abrirá muchas puertas de maneras que no imaginas. Recuerda que el lenguaje es una manifestación de nuestros pensamientos. Si solo te comunicas de forma grosera y con insultos tu mente se empobrecerá. No es la mejor forma de disfrutar de la vida.

El Tercer Pilar

APRENDER A CEDER EN LA RELACIÓN

Considero que este es quizás el más importante. Es muy común ver que parejas que no llevan una relación armónica, se enfrasquen en discusiones constantes. Esto ocurre en cierto grado, porque nos dejamos llevar por un ánimo de revancha. Puede que de forma consciente no quieras actuar de ese modo, pero, cuando no vemos las cosas con calma, tendemos a *compensar psicológicamente* el supuesto ataque, mediante una respuesta llena de resentimiento.

Cuando eso ocurre, entonces ya no importa la verdad, ni el amor, o el entendimiento. Solo importa imponer nuestro punto de vista a cualquier costo. No vemos esto en el momento mismo, por la sencilla razón de que en ese instante estamos ciegos.

No es en realidad necesario que exista una discusión para que caigas en este comportamiento. Puede darse también una "lucha de poderes" en la vida cotidiana con tu pareja. Cada vez que se enojan, se molestan por alguna razón, o simplemente se sienten insatisfechos con la relación, es porque en tu interior, no cedas a la situación. Creas resistencia mental, y eso es muy desgastante para cualquier relación de pareja.

Existe un hecho en común para cada una de las situaciones que te he expuesto hasta aquí. Es el siguiente: distorsionamos la realidad y creamos razones ficticias para seguir creyendo eso que ya creemos. Construimos una posición mental, una postura determinada, y confundimos esa creencia con la realidad misma. ¿Cómo podemos esperar resolver algo, cuando nuestras acciones están

cargadas de prejuicio y resentimiento?

Cuando estamos en una discusión las razones se ocultan momentáneamente. Solo salen a flote las ideas preconcebidas de nuestro ego, que intentan a toda costa imponerse. Esto ocurre porque surge un proceso mental que se identifica con una posición rígida. *La defendemos con tanta vehemencia porque esta postura se ha convertido en el equivalente de lo que creemos ser.* Déjame explicar un poco más este punto.

Nos identificamos mucho con una idea que creemos correcta. Dotamos a esa idea de un sentido de ser. Esto quiere decir que esa idea constituye una parte esencial de lo que somos, y si es puesta en duda por alguien más, entonces tenemos que defendernos a toda costa de esa amenaza.

Cuando comenzamos una discusión, existe la noción en nuestra mente, que en ese momento estamos sufriendo un ataque directo a nuestra vida. Puede sonar exagerado, pero la mente, o mejor dicho nuestro ego, se prepara para defenderse de lo que cree, es un peligro inminente de ser aniquilado. Puede ser que creas que estas defendiendo la Verdad, lo correcto. Pero la verdad no necesita ser defendida.

He aquí una de las cosas que apliqué siempre en mi relación de pareja, y que realmente nos permitió seguir adelante más allá de los desacuerdos que pudiéramos tener, y que si aplicas con constancia y paciencia, te dará muchas satisfacciones. Me refiero a la práctica espiritual de ceder.

Ceder implica **aceptación**. Quizás exclames, "aceptar qué. No puedo tolerar tal o cual comportamiento". En realidad, cualquier relación de pareja exitosa se basa en gran medida, en este principio. En aprender a aceptar y ceder, incluso en

aquellas cosas que no nos gustan de nuestra pareja. Ceder cuando sentimos que la persona que amamos no hace lo que nosotros quisiéramos que haga. Aceptar las situaciones o comportamientos de tu pareja te permitirá librarte de una carga pesada de pensamientos repetitivos.

Cuando haces esto, das espacio para que las cosas sean como tienen que ser. No como quisiéramos que fueran. Entonces te vas a dar cuenta de lo siguiente: Todo lo que está ocurriendo ahora, no es más que el resultado de muchos pequeños momentos pasados, donde probablemente repetiste patrones de comportamiento no saludables una y otra vez.

Tal vez ahora quieras algo distinto de tu relación. ¿Sabes que es de manera específica? Probablemente eso pueda ocurrir en el futuro, pero AHORA, que es el único momento que importa en realidad, debes partir por aceptar la situación como es.

La frustración con tu relación o pareja, no viene de ellos en realidad. Viene de la incapacidad de aceptar el momento presente. Sin embargo, quisiera advertirte algo. Ceder y aceptar no constituyen una invitación al abuso, a la victimización o a la mediocridad. Muy por el contrario. Ceder significa que permites que el cambio llegue a tu vida de forma natural. No de manera forzada por nuestras expectativas irreales.

Lo que sucede cuando realmente aceptas, es que ya no sientes que la relación depende de que suceda tal o cual cosa. Si no que te haces consciente de que la relación es una puerta de entrada para descubrir tu propio ser. Podrás ver la manera en que una situación aparentemente mala, no es más que el proceso continuo de evolución en una pareja. De hecho, cualquier relación sentimental debe tener una

“Ceder y aceptar no constituyen una invitación al abuso, a la victimización o a la mediocridad. Muy por el contrario. Ceder significa que permites que el cambio llegue a tu vida de forma natural.”

evolución continua. Pero ese proceso puede pasar por muchas transformaciones, y debemos asumirlas así el transcurso del camino parezca doloroso.

¿CÓMO PUEDO APRENDER A CEDER EN MI RELACIÓN?

Quisiera proponerte un ejercicio que puede ayudarte a mejorar tu habilidad para aceptar las situaciones, y crear el punto de partida que fortalecerá tu relación de pareja.

Este ejercicio consiste en renunciar a tener la razón. Probablemente el comportamiento más notorio de alguien que genera mucha resistencia en su vida. Cuando no tienen ningún punto de defender, entonces no puede existir el conflicto y el drama. Cualquier comportamiento que signifique alguna forma de violencia requiere que nos resistamos. Que no aceptemos el momento presente.

Una forma de reconocer cuando caemos en ese comportamiento es respondiendo las siguientes preguntas.

¿Te molestan con facilidad por las opiniones contrarias de tu pareja?

¿Te enfadas si pides una opinión y esta no calza con lo que esperabas?

¿Tienes a culpar rápidamente a tu pareja por los problemas que puedan tener?

Si has respondido afirmativamente a por lo menos 2 de estas preguntas, entonces probablemente tengas una tendencia compulsiva a tener razón, a estar en lo cierto.

Como te mencioné, una de las mejores formas de practicar la aceptación es renunciando a tener razón, a defender nuestro punto de vista. Cuando lo haces puede que sientas

que en realidad, cualquier cosa que desees está realmente disponible si tienes la suficiente claridad mental como para alcanzarlo. Lo que esperas o quieres va a fluir libremente a ti.

Ceder es la mayor manifestación de fuerza, porque entonces el resultado no depende de que hagas ciertas cosas. Depende de permitir que se manifieste la respuesta más acertada a la situación.

ALGUNAS PALABRAS FINALES

Espero que este reporte sirva para que comiencen ya mismo a mejorar tu relación sentimental. Sé que pueden venir momentos difíciles en el proceso, pero ese no es motivo para abandonar la empresa de mejorar tu calidad de vida. Una relación de pareja exitosa no consiste en que no existan dificultades. Consiste en saber manejar de forma asertiva las situaciones que se presentan. Todas estas cosas que te he dicho, no son algo nuevo descubierto por mí. Son simplemente hábitos de vida que te pondrán en la senda correcta para tener una relación amorosa consistente.

Estoy seguro que si aplicas muchas de las cosas que has aprendido acá, vas a experimentar la tranquilidad de que estas trabajando seriamente por mejorar como persona y como pareja. Recuerda que lo que te he mostrado acá, son solamente un recordatorio, de cosas que en el fondo, tú ya sabes. Por eso te recomiendo que repases constantemente estos tres pilares, y te darán tantas alegrías como me las ha dado a mí.

Me despido deseándote mucho éxito en las metas que quieras alcanzar.

Un abrazo,

Roberto Doussang



SOBRE EL AUTOR: ROBERTO DOUSSANG

Soy Licenciado en Diseño de profesión, especializado en Comunicación y Consultor en Diseño y Comunicación Corporativa y actualmente también soy editor de varios sitios web relacionados con Calidad de Vida.

Una de mis grandes pasiones es la ayudar a los demás mediante la educación. Hace años, luego de pasar por problemas de salud, tome la decisión de cambiar **radicalmente mi vida**. Despertó en mí una gran pasión por la salud natural, y el bienestar emocional. Esto me ha

permitido estar en contacto con cientos de personas, haciendo una de las cosas que más me gusta: *Ayudar y enseñar*.

Eso finalmente me incentivó a crear SolucionaNusConflictosdePareja.com, como una forma de enseñar y motivar a la mayor cantidad de personas posibles a descubrir su propio camino interior para superar los problemas de pareja.

Si este reporte te ha gustado, házmelo saber!!

Para mi es importante conocerte un poco más, y saber qué cosas de las que has leído aquí te han impactado o han resonado en tu interior.

Puedes dejarme tus comentarios en el siguiente enlace:

<http://solucionatusconflictosdepareja.com/blog/gracias-regalo>

Roberto Doussang

Si de verdad quieres hacer cambios importantes en tu relación de pareja, y en tu vida personal, te propongo que revises la Video Conferencia:

Soluciona Tus Conflictos de Pareja



En esta video Conferencia te mostraré material valioso sobre los Principios en los cuales se sustenta una Relación de Pareja Exitosa, y cómo puedes aplicarlos en tu propio matrimonio o relación sentimental.

También te enseñaré cuales son las estructuras fundamentales que explican las disfunciones de base que provocan los problemas de pareja.

Visita este enlace para información más detallada:

<http://solucionatusconflictosdepareja.com/detalles>