

# ¿De qué está hecho el amor?

Según la Teoría del Amor de Sternberg, el amor es un triángulo equilátero conformado por:

- **La pasión:** el deseo sexual, de intimar física y emocionalmente con la otra persona.
- **La intimidad:** como fuente de conocimiento, cercanía o confianza con la otra persona.
- **El compromiso:** es el deseo de vincularse a la otra persona a lo largo del tiempo, el deseo de proyecto común.

El ideal, es el "*amor consumado*" que crece y se desarrolla con los tres puntos por igual.

Pero, lo cierto es que se pueden dar numerosas combinaciones que den lugar a la relación de pareja, todas válidas siempre y cuando ambas partes las acepten.

El problema viene cuando la pareja parte, cada uno, de un vértice distinto y espera algo en lo que no se siente correspondido. A veces porque no se habla, por ejemplo: una pareja en la que él busca un proyecto de futuro, vivir juntos, formar una familia... y ella, solo quiere una relación en la que no necesita avanzar. Puede ser que no hayan hablado del tema, y él empiece a sentir malestar ante la poca iniciativa de ella para comprometerse.

En otras ocasiones, se dice lo que la otra parte quiere oír, pero no se piensa cumplir. Y otro caso es, cuando se hace caso omiso a las declaraciones o comportamientos de la pareja, esperando que termine pensando, sintiendo o haciendo lo que uno desea.

A menudo, las parejas mantienen relaciones en las que es prioritario uno u otro vértice, según el momento de la relación y las circunstancias que la rodean.

Mantener la relación y ser feliz en ella, requiere cuidar y atender diariamente la pareja. Y este es un ejercicio complicado sobre todo cuando la relación con errores de comunicación básicos, con expectativas distintas o con problemas no solucionados.