

VIOLA EDWARD

**¿QUIÉN
HACE
LA CAMA?**

7 pautas para una intimidad nutrida

VIOLA EDWARD

¿QUIÉN HACE LA CAMA?

7 pautas para una intimidad nutrida

VIOLA EDWARD

¿QUIÉN HACE LA CAMA?

7 pautas para una intimidad nutrida





TÍTULO: *¿Quién hace la cama?*

7 pautas para una intimidad nutrida

AUTORA: *Viola Edward*©, 2020

COMPOSICIÓN: *HakaBooks - Optima, cuerpo 12*

DISEÑO DE LA PORTADA: *Hakabooks*©

MENTORA DE AUTORES: *Eva Ramírez - Tu voz en mi pluma*



EDICIÓN Y CORRECCIÓN DE TEXTOS: *Tu voz en mi pluma*

1ª EDICIÓN: *mayo 2020*

ISBN: *978-84-18575-28-0*

HAKABOOKS

08204 Sabadell - Barcelona

 *+34 680 457 788*

 *www.hakabooks.com*

 *editor@hakabooks.com*

 *Hakabooks*

Quedan prohibidos, dentro de los límites establecidos por la ley y bajo los apercibimientos legalmente previstos, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, ya sea electrónico o mecánico, el tratamiento informático, el alquiler o cualquier forma de cesión de la obra sin autorización escrita de los titulares del copyright.

Todos los derechos reservados.

*A mi marido, Michael de Glanville, mi amante y amigo,
que puede crear y expresar intimidad incluso con palabras.*

(Todos los poemas incluidos en este libro son suyos).

En una era de cambios incesantes, a menudo caóticos e imprevistos, un libro sobre cómo atesorar la relación más cercana que dos seres humanos pueden tener. Un libro para guardar al lado de la cama hecha por ambos, para vivir, amar y compartir.

PROFESOR ERVIN LÁSZLÓ

Filósofo y científico de sistemas,

autor y coautor de 75 libros;

el último, *The Intelligence of the Cosmos*.

El profesor László ha sido nominado en dos ocasiones

para el Premio Nobel de la Paz.

ACERCA DEL LIBRO

Las relaciones amorosas pasan por muchas etapas diferentes a través de los años, pero en todas, la intimidad es una cualidad esencial; es el tesoro del éxito de una pareja. Saber nutrir la evolución de la amistad/intimidad es un manantial de alegrías y placeres para la sexualidad, más allá de los mitos asociados a la juventud, el bienestar físico o la cultura.

He usado nuestra historia —la mía con Michael— como modelo principal para este libro; aunque los pensamientos y sugerencias que expongo son tesoros acumulados durante años de trabajo, como psicoterapeuta y *coach*, con todo tipo de parejas. Agradecida por tantas enseñanzas.

MI HISTORIA SOBRE *¿QUIÉN HACE LA CAMA?*

A decir verdad, cuando tenía treinta años no confiaba poder iniciar una relación amorosa estable; sin embargo, yo quería, y acabé manteniendo diversas relaciones, todas de corta duración, porque al menor conflicto yo salía huyendo como una gata asustada. Hasta que llegó un momento en el que me aquieté y comprendí que, para compartir una unión real, antes necesitaba sanar mis propios conflictos. Me puse manos a la obra, resolví mis conflictos y a los cuarenta lo conocí, y cuatro años después me casaba con Michael.

Y entonces, *¡mon dieu!*, nos dimos cuenta de que el amor y la sexualidad no eran suficientes para continuar en una relación amorosa basada en la equidad, el respeto, la confianza y la pasión. Necesitábamos mucho más, ¡sí, mucho más!

Como muchas parejas exitosas, Michael y yo superamos nuestras diferencias enfocándonos en las maravillosas habilidades que teníamos. La comunicación, uno de nuestros éxitos, pasaba por períodos de profunda frustración cuando discutíamos, porque yo tenía que expresar mis tormentas en inglés, lengua de Michael, cuando mi idioma materno es el español. Las palabras se me disparaban en un *espanglish* que no entendíamos ni él ni yo. Sin embargo, lo superamos gracias a la brillante idea de Michael: «Durante las discusiones, mejor habla en español». Dijo que él entendería lo esencial del mensaje a través de mi latino lenguaje corporal.

La comunicación y el lenguaje corporal fueron la magia en nuestro proceso: entre argumentos y discusiones fuimos los mejores profesores de idiomas que habíamos tenido, Michael aprendió español, y yo perfeccioné el inglés.

Establecer nuestros valores fundamentales, su interpretación y

comprensión fue muy dramático al principio, incluso a veces feroz, pero lentamente lo logramos.

En esos primeros tiempos de convivencia, después de casi cuatro años de relación transatlántica, un día, entre lágrimas, después de una pelea, nos carcajamos ante la pregunta de: «¿Quién hace la cama?».

Para que entendáis, debo decir que me encanta la sensación de frescura de las sábanas recién lavadas, y las cambio con mucha frecuencia. Pero para Michael eso no es lo importante. Más bien, él requiere hacer la cama con sumo cuidado por las mañanas, así siente que su día comienza con estructura.

De manera que, en este tema, vinculamos nuestras ganancias como pareja, mientras él acomoda cuidadosamente la cama cada mañana antes del desayuno; yo, amorosamente, cambio las sábanas con frecuencia por unas recién lavadas. Esto es lo que podemos definir como ¡la solución donde los dos ganamos!

Con este ejemplo puedo expresar la manera como negociamos lo positivo y lo negativo de nuestras diferencias en algún tema en que no estemos de acuerdo. Y estamos agradecidos de que la pasión siga siempre presente en nuestra relación.