

A continuación encontrarás una muestra del libro
«Los 5 lenguajes del amor» del autor Gary Chapman.

Puedes adquirir el libro aquí:
[https://www.editorialunilit.com/los-cinco-lenguajes-del-
amor-](https://www.editorialunilit.com/los-cinco-lenguajes-del-amor-)

Para mayor información puedes comunicarte con nosotros
por el correo info@editorialunilit.com



LOS **5** LENGUAJES
DEL
amor
*El secreto del amor
que perdura*

Gary Chapman



Colección de ^{LOS} 5 LENGUAJES *del amor*

Los 5 lenguajes del amor: Edición para hombres

Los 5 lenguajes del amor de los niños

Los 5 lenguajes del amor de los jóvenes

Los 5 lenguajes del amor para solteros

Para más libros de Gary Chapman,
visita 5lovelanguages.com

Contenido

Reconocimientos	9
1. ¿Qué le pasa al amor después de la boda?	11
2. Mantén lleno el tanque del amor	19
3. El enamoramiento	27
4. Primer lenguaje del amor: Palabras de afirmación	39
5. Segundo lenguaje del amor: Tiempo de calidad	57
6. Tercer lenguaje del amor: Regalos	77
7. Cuarto lenguaje del amor: Actos de servicio	95
8. Quinto lenguaje del amor: Toque físico	111
9. Descubre tu lenguaje primario del amor	125
10. El amor es una decisión	137
11. El amor marca la diferencia	147
12. Ama lo que no merece amor	155
13. Un comentario personal	171
Preguntas frecuentes	177
Perfil para parejas de <i>Los cinco lenguajes del amor: para él</i>	197
Perfil para parejas de <i>Los cinco lenguajes del amor: para ella</i>	203



Para una guía de estudio en inglés gratuita, visita:

5lovelanguages.com

Esta guía de discusión en grupo se diseñó para ayudar a las parejas a aplicar los conceptos de *Los 5 lenguajes del amor* y para estimular el diálogo genuino entre los grupos de estudio.

¿Qué le pasa al amor después de la boda?

Amás de nueve mil metros de altura, en algún lugar entre Buffalo y Dallas, puso su revista en el bolsillo de su asiento, se volvió hacia mí y preguntó:

—¿En qué trabaja usted?

—Hago consejería matrimonial y dirijo seminarios para el enriquecimiento del matrimonio —dije sin rodeos.

—Siempre he deseado preguntarle esto a alguien —dijo—.

¿Qué le pasa al amor después que uno se casa?

Renunciando a mis esperanzas de echar una siesta, pregunté:

—¿Qué quiere decir?

—Bueno —dijo—, he estado casado tres veces y, cada vez, era maravilloso antes de que nos casáramos, pero de alguna manera todo se derrumbaba después de la boda. Desaparecía todo el amor que pensaba que tenía por ella y todo el amor que parecía que tenía ella por mí. Soy una persona bastante inteligente. Dirijo un negocio exitoso, pero no lo comprendo.

—¿Cuánto tiempo estuvo casado? —le pregunté.

—La primera vez duró unos diez años. La segunda vez, estuvimos casados tres años, y la última, casi seis años.

—¿Su amor desaparecía justo después de la boda o era una pérdida gradual? —indagué.

—Bueno, la segunda vez fue mal desde el principio. No sé lo que pasó. En realidad, pensaba que nos amábamos, pero la luna de miel fue un desastre y nunca nos recuperamos. Solo fuimos novios seis meses. Fue un idilio vertiginoso. ¡Fue emocionante de verdad! Sin embargo, después del matrimonio, fue una batalla desde el principio.

»En mi primer matrimonio, tuvimos tres o cuatro años buenos antes de que llegara el bebé. Después que nació el bebé, sentí que le daba su atención al bebé y que yo dejaba de importarle. Era como si su única meta en la vida fuera tener un bebé, y después de eso, ya no me necesitaba más.

—¿Le dijo eso? —pregunté.

—Sí, se lo dije. Me dijo que estaba loco. Me dijo que no entendía el estrés de ser enfermera las veinticuatro horas del día. Me dijo que debía ser más comprensivo y ayudarla más. En realidad, procuré hacerlo, pero no parecía que marcara alguna diferencia. Después de eso, nos apartábamos cada vez más. Al poco tiempo, no quedaba amor, solo falta de vida. Ambos estuvimos de acuerdo en que el matrimonio había terminado.

»¿Mi último matrimonio? A decir verdad, pensaba que ese sería diferente. Ya hacía tres años que estaba divorciado. Fuimos novios durante dos años. En realidad, pensaba que sabíamos lo que hacíamos, y que quizá, por primera vez, sabía lo que significaba amar a alguien. Sentía que ella me amaba con sinceridad.

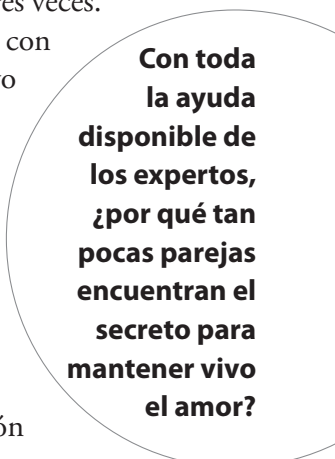
»Después de la boda, no creo que cambiara. Continué expresándole amor como lo hacía antes de casarnos. Le decía lo hermosa que era. Le decía lo mucho que la amaba. Le decía lo orgulloso que estaba por ser su esposo. Sin embargo, a los pocos meses de casados, empezó a quejarse de pequeñas cosas al

principio, como que no sacaba la basura o no colgaba mi ropa. Luego, atacó mi carácter, diciéndome que sentía que no podía confiar en mí, acusándome de no serle fiel. Se convirtió en una persona negativa por completo. Antes del matrimonio, nunca fue negativa. Era la persona más positiva que conociera jamás, esa fue una de las cosas que más me atrajo de ella. Nunca se quejaba por nada. Todo lo que yo hacía era maravilloso, pero una vez que nos casamos, parecía que no podía hacer algo bien. A decir verdad, no sé lo que pasó. A la larga, la dejé de amar y empecé a molestarme con ella. Era obvio que no me amaba. Reconocimos que no sacábamos nada viviendo juntos, así que nos separamos.

»Eso fue hace un año. De modo que mi pregunta es esta: ¿Qué le pasa al amor después de la boda? ¿Mi experiencia es común? ¿Es por eso que tenemos tantos divorcios en nuestro país? No puedo creer que esto me sucediera tres veces. Y los que no se divorcian, ¿aprenden a vivir con el vacío o en verdad el amor se mantiene vivo en algunos matrimonios? De ser así, ¿cómo lo logran?

Las preguntas de mi amigo sentado en el 5A eran las mismas que miles de personas casadas y divorciadas se hacen hoy. Algunos se las hacen a los amigos, otros se las hacen a los consejeros y los clérigos, y hay quienes se las hacen a sí mismos. A veces las respuestas se expresan en la jerga de la investigación psicológica que es casi incomprensible. Otras veces se exponen en el humor y el folclore. La mayoría de los chistes y los refranes contienen algo de verdad, pero son como ofrecerle una aspirina a una persona con cáncer.

El deseo por el amor romántico en el matrimonio está arraigado en lo más profundo de nuestra constitución psicológica. Los libros abundan sobre el tema. Los programas



Con toda la ayuda disponible de los expertos, ¿por qué tan pocas parejas encuentran el secreto para mantener vivo el amor?

de entrevistas de la radio y la televisión lidian con esto. El internet está lleno de consejos. También lo están nuestros padres, amigos e iglesias. Mantener vivo el amor en nuestros matrimonios es un asunto serio.

Con toda la ayuda disponible de los expertos en los medios de comunicación, ¿por qué tan pocas parejas parecen encontrar el secreto para mantener vivo el amor después de la boda? ¿Por qué una pareja puede asistir a un taller de comunicación, escuchar maravillosas ideas sobre cómo mejorar la comunicación, regresar a casa y descubrir que es incapaz por completo de implementar los patrones de comunicación demostrados? ¿Cómo es que leemos algo en línea sobre las «101 maneras de expresarle amor a tu cónyuge», seleccionamos dos o tres que nos parecen útiles en especial, las probamos y nuestros cónyuges ni siquiera reconocen nuestro esfuerzo? Damos por perdidas las otras noventa y ocho maneras y volvemos a la vida de siempre.

LA VERDAD QUE NOS FALTA

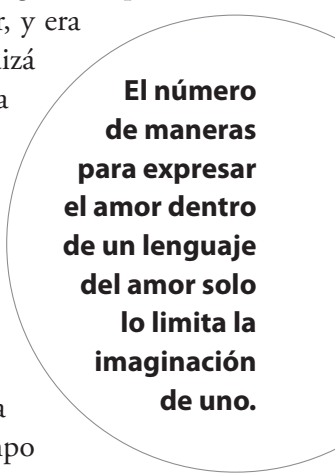
El propósito de este libro es la respuesta a estas preguntas. No se trata de que los libros y los artículos ya publicados no sean útiles. El problema es que hemos pasado por alto una verdad fundamental: Las personas hablan diferentes lenguajes del amor.

Mi preparación académica es en el campo de la antropología. Por lo tanto, he estudiado la ciencia de la lingüística, la cual identifica varios grupos de idiomas principales: japonés, chino, español, inglés, portugués, griego, alemán, francés, etc. La mayoría de nosotros creció aprendiendo la lengua de nuestros padres y hermanos, la cual se convirtió en nuestra lengua materna o *primaria*. Más tarde, quizá aprendamos otras lenguas, pero casi siempre con mucho más esfuerzo. Estas llegan a ser nuestras lenguas *secundarias*. Hablamos y comprendemos mejor

nuestra lengua materna. Nos sentimos más cómodos hablando esa lengua. Mientras más usemos una lengua secundaria, más cómodos estaremos en nuestra conversación. Si solo hablamos la lengua primaria y nos encontramos con alguien que solo habla su lengua primaria, la cual es diferente a la nuestra, nuestra comunicación será limitada. Debemos depender de las señales, los gruñidos, los dibujos o la gesticulación de nuestras ideas. Podemos comunicarnos, pero es difícil. Las diferencias de idiomas son parte integral de la cultura humana. Si queremos comunicarnos de manera eficiente a través de líneas culturales, debemos aprender el idioma de esos con los que deseamos comunicarnos.

En el campo del amor, es similar. Tu lenguaje emocional del amor y el de tu cónyuge tal vez sean diferentes como el chino del español. No importa cuánto te esfuerces por tratar de expresar amor en español, si tu cónyuge solo comprende el chino, nunca entenderán cómo amarse el uno al otro. Mi amigo en el avión le hablaba a su tercera esposa el lenguaje de «palabras de afirmación» cuando dijo: «Le decía lo hermosa que era. Le decía lo mucho que la amaba. Le decía lo orgulloso que estaba por ser su esposo». Expresaba su amor, y era sincero, pero ella no entendía su lenguaje. Quizá buscara amor en su conducta y no lo viera. La sinceridad no es suficiente. Debemos estar dispuestos a aprender el lenguaje primario del amor de nuestro cónyuge si queremos ser eficientes comunicadores del amor.

Mi conclusión después de muchos años de consejería matrimonial es que existen cinco lenguajes emocionales del amor, cinco maneras en que la gente habla y comprende el amor emocional. En el campo de la lingüística, un idioma puede tener numerosos dialectos o variaciones. Asimismo, dentro de los cinco



El número de maneras para expresar el amor dentro de un lenguaje del amor solo lo limita la imaginación de uno.

idiomas emocionales básicos del amor hay muchos dialectos. El número de maneras para expresar el amor dentro de un lenguaje del amor solo lo limita la imaginación de uno. Lo importante es hablar el lenguaje del amor de tu cónyuge.

Rara vez un esposo y una esposa tienen el mismo lenguaje primario del amor. Tenemos la tendencia a hablar nuestro lenguaje primario del amor, y nos confundimos cuando nuestro cónyuge no entiende lo que le comunicamos. Expresamos nuestro amor, pero el mensaje no llega porque hablamos lo que, para ellos, es un lenguaje extranjero. Allí radica el problema fundamental, y el propósito de este libro es ofrecer una solución. Por eso me atrevo a escribir otro libro sobre el amor. Una vez que descubramos los cinco lenguajes básicos del amor y entendamos cuál es nuestro lenguaje primario del amor, así como el lenguaje primario del amor de nuestro cónyuge, tendremos la información necesaria a fin de aplicar las ideas que encontramos en los libros y en los artículos.

Una vez que identifiques y aprendas a hablar el lenguaje primario del amor de tu cónyuge, creo que habrás descubierto la clave para un matrimonio amoroso y duradero. El amor no debe desaparecer después de la boda, pero para mantenerlo vivo, la mayoría de nosotros tendrá que esforzarse para aprender un segundo lenguaje del amor. No podemos atenernos a nuestra lengua materna si nuestros cónyuges no la entienden. Si queremos que sientan el amor que tratamos de comunicar, debemos expresarlo en su lenguaje primario del amor.

TU TURNO

¿Cómo responde tu cónyuge cuando tratas de mostrarle afecto?