

SEXUALIDAD / TENDENCIAS

¿Por qué creemos que no encontraremos a nadie tras una ruptura?

El Ciudadano · 2 de junio de 2015



Cuando terminamos una relación nos invade una cierta desesperanza, entre otras muchas sensaciones y sentimientos.

Pensamos que nunca volverá a repetirse un vínculo como ese que hemos dejado atrás, que nunca volveremos a encontrar a nadie. El primer pensamiento es cierto, pero esto no tiene que ser malo, sino todo lo contrario. Respecto al segundo, **pensar que no encontraremos a nadie cuando terminamos una relación**, la realidad es otra. Y es muy optimista.

LA VIDA ES LARGA...

Acabas de **terminar una relación** y, como siempre sucede en estos casos, debes enfrentarte a un duelo para el que no estás preparada. A todo ello, le sumamos el masoquista pensamiento de que no encontrarás a nadie nunca, que estarás sola el resto de tu vida, una sensación propiciada por el vacío que supone la ruptura. El tiempo en pareja te ha hecho olvidar lo que eran los tiempos de soltería, el estar nuevamente sin compromiso, y esto se traduce en incertidumbre y ansiedad.

Sin embargo, tan solo debes hacerte una pregunta: **¿Cómo fueron tus últimos años?** Como comprobarás a continuación, la vida está sujeta a numerosos cambios, a muchas personas que pasan por nuestra vida de forma fugaz o para quedarse un tiempo, estudios, viajes, conocimientos... Si han podido pasar tantas cosas en ese período de tiempo, **¿por qué no podrías conocer más gente durante los próximos años?**

Sí, de acuerdo, **¿cuándo?** te preguntarás. Y bien, es ahí donde reside el problema, en la incertidumbre que parece atraer como un modo de marcarte objetivos que no están a tu alcance y que llegan acompañados de un cierto (y constante) inconformismo.

MEJOR SOLA QUE...

Después comienzas a pensar en tu ex, en los buenos tiempos de la relación y crees que nunca volverán a sucederse. Y tienes toda la razón; esos momentos no se repiten exactamente igual. Si en su momento disfrutaste, ese recuerdo es el que tienes que guardar contigo. Si no lo hiciste, quizás sea el momento de aplicar eso de “vivir el presente” y dar pie a situaciones que te permitan **reconciliarte de nuevo con la vida y sus muchas oportunidades.**

Deja que todo fluya y permite que lleguen a ti nuevos hombres que no igualen a tu pasada relación, sino que la superen. Todo, sin las tediosas comparaciones de turno por supuesto.

No estarás sola nunca, pero quizás sea necesario estarlo un tiempo para darte cuenta de que, obviamente, vuelves a estar en un lugar en el que siempre supiste moverte años atrás y que, por supuesto, tiene más de una sorpresa para ti. **El pensar que estaremos solos toda nuestra vida tras pasar por una ruptura** es una etapa típica en el proceso de duelo, el mismo que sigue a la asimilación de lo sucedido y antes de alcanzar ese cierto estado de paz en el que queremos experimentar de nuevo la soltería y ver qué sucede. No corras, que no te traicione el ansia y mira a tu alrededor, quizás también al pasado. Seguidamente, continúa, el mundo te espera y todo llegará a su debido momento.

visto en [Sexlecciones](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)