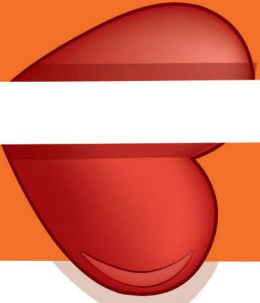


EL DÍA DE LOS MAMBO



LUCAS MARIN

NOVIAZGO,
SEXO, CAPRICHOS
Y OTROS MAMBOS...

SOMIVA

MI CRUSH

**NOVIAZGO,
SEXO, CAPRICHOS
Y OTROS MAMBOS...**

LUCAS MARÍN

PATMOS

Mi crush: noviazgo, sexo, caprichos y otros mambos...

© 2025 por Lucas Marín.

Publicado por Editorial Patmos
Miramar, 33027.

Todos los derechos reservados.

Los textos bíblicos han sido tomados de la Biblia Reina-Valera 1960 ®
© Sociedades Bíblicas en América Latina, 1960. Renovado © Sociedades
Bíblicas Unidas, 1988. Utilizado con permiso. Reina-Valera 1960 ® es
una marca registrada de Sociedades Bíblicas Unidas, y se puede usar
solamente bajo licencia.

Diseño de portada y tipografía por Fabio Lelli.

Arte interior por Editorial Cedro del Líbano.

Editado por Emmanuel Susbiela.

Colaboraron en la corrección y contenidos: Catalina Knigge, Horacion
Habdía Young, Juliána Matarrita, Natalia Arraigada y Noelia Arraigada.

ISBN: 978-1-64691-479-1

ISBN: 978-1-64691-480-7 (eBook)

Categoría: Vida cristiana / Jóvenes.

Impreso en Brasil | *Printed in Brazil*

INTRO	7
MOODS	15
AMISTAD	23
AMIGOVIOS	35
RELACIONES A DISTANCIA	57
NOVIAZGO	65
RED FLAGS	87
CÓMO CORTAR UNA RELACIÓN	105
¿QUÉ SUCEDE DESPUÉS DE CORTAR?	115
SEXO	129
LA FAMILIA QUE ELEGÍS CREAR	139
¿QUÉ PASA SI NO ME CASO?	145
LOVE STORY	151



A DIOS Y A LOS PIBES



INTRO

Luego del lanzamiento de mi primer libro *Descubriendo la posta*, sucedió algo inesperado: a ustedes les gustó, empezaron a comprarlo y a recomendarlo. Y, aunque antes predicaba y daba conferencias, comenzaron a invitarme a eventos, campamentos y congresos para hablar de relaciones. Nunca me pidieron que compartiera sobre un tema de manera tan puntual como con las relaciones interpersonales.

Pasaron 3 años, muchos eventos, específicamente más de 300, y un sinfín de preguntas sobre este tema en Instagram (en promedio casi 30 preguntas por día). Noté patrones en común en sus consultas, algunos relacionados a *Descubriendo la posta* y otras dudas generales que no había abordado en ese libro, pero que habitualmente hablaba por redes. Por ejemplo, muchos de ustedes me dijeron «me encantó el libro, pero faltó hablar más de noviazgo», «necesitás hablar sobre cómo conocer gente», «me gustó, pero me quedé con dudas sobre las citas», «fue muy bueno, pero no sé cuándo cortar mi noviazgo o si debo esperar a que las cosas cambien», «me encantó... pero quiero más» y comentarios similares.

Los entendí, los escuché y respondí muchas de las preguntas; pero me di cuenta de que faltaba una segunda parte. Por lo tanto, el temario, el índice, los títulos, los subtítulos y todo el desarrollo en estas páginas está hecho sobre la base de respuestas que les brindé a ustedes en congresos o campamentos, y conceptos que tuve que ir desarrollando con el tiempo, debido a sus inquietudes. No me gustaba la idea de hacer un libro de preguntas y respuestas, así que opté por desarrollarlo como el primero, *como si nos estuviéramos tomando un café mano a mano*, hablando de tus relaciones y mambos.

Esto es un complemento a *Descubriendo la posta*, que, dicho sea de paso, igracias a ustedes fue un éxito total! Me sorprendí tremendamente por su repercusión. Soy malo para mi propio *marketing*, y por eso ustedes lo hicieron posible. En un país donde solo el 1% de los libros publicados vende más de 100 copias, sobrepasamos los 4.500 ejemplares físicos vendidos. Y aquí estamos, listos para disfrutar un nuevo proceso. En la continuación de este camino, por momentos, citaré mi libro anterior para poder ir más profundo. Si no lo leíste, te recomiendo hacerlo. Pero tranquilo que, de todas maneras, este libro se entiende por sí solo.

Vamos a ir más profundo, más detallado y más específico en este proceso relacional que tanto nos inquieta, pero, como siempre, buscando #LaPosta.

MI CRUSH

Nací, crecí y me convertí en un adolescente. Gusté, me enamoré y me rompieron el corazón. Sané, me lo volvieron a romper (yo rompí algunos también), me arrepentí y pedí perdón. Me pidieron perdón, sané, me animé a creer en el amor.

Me puse de novio, corté, me aislé, perdí, gané, volví a sanar. Volví a gustar, me volví a poner de novio, amé y me casé. Prometo que esta historia continuará...

Este es el proceso amoroso que la gran mayoría hemos tenido. Quizá pasaste por todo lo que menciono o estás en el medio de alguna de esas etapas. Por eso decidí titular a este libro «Mi crush»: hace referencia a ese amor platónico o ideal con el que todos alguna vez soñamos. Con esto, no pretendo hacer que conquistes a tu platónico, pero sí que aprendas a construir relaciones reales, puras y genuinas. En lo personal, desde chico, siempre fui bueno buscando amigos pero bastante malo en eso de encontrar el amor. Desde esa época pensé que era necesaria una guía práctica para establecer relaciones; porque siempre nos enseñaban lo que **no** había que hacer, pero nadie nos enseñó cómo hacer las cosas bien. Es fácil decir «eso está mal», pero es raro escuchar «así se hace bien».

Ha llegado el momento, y este libro es el resultado de un adolescente escritor, un joven pensador y un ser humano que intenta hacer las cosas bien por amor a Dios y a quienes lo rodean. Llevo muchos años estudiando y hablando con ustedes sobre estos temas, he escuchado muchas conferencias y he pedido cientos de consejos a personas que amo y me han ayudado; por eso, puedo decir que es hora de escribir lo que, para mí, es el recorrido relacional sano que todos nos podemos proponer. Pretendo en *Mi crush* reivindicar el sentido de las relaciones, animarte a creer en amar de verdad y explicarte cómo hacerlo.

No tengo todas las respuestas, pero vengo con una ametralladora de preguntas. Tampoco tengo todo resuelto ni creo haber llegado a la meta final, pero sé dónde apunto y voy en esa dirección. Te propongo ir juntos, creo conocer el camino y los elementos necesarios para el viaje.

MORAL REVOLUTION

Somos seres relacionales por naturaleza, y creo que el sentido de la vida, en gran parte, tiene que ver con nuestra capacidad de relacionarnos significativa y sanamente.

Las redes sociales nos han dado una falsa sensación de compañía, la virtualidad pretende «conectar», pero es una conexión bastante superficial: podemos vincularnos, pero nunca termina de ser lo suficientemente profundo como el cara a cara. Nos cuesta tener amigos, somos buenos *reaccionadores* de historias, pero poco sabemos de contarlas. Usamos emojis para manifestar nuestras emociones, pero rara vez nos reímos a carcajadas o lloramos en confianza de manera desconsolada. Nos molesta cuando nos clavan “el visto”, pero no nos molesta estar callados en una mesa mirando el celular.

Es por eso que, como punto de partida en este recorrido, propongo una **revolución moral**. Sin embargo, siéndote honesto, poco tiene de revolucionaria, ya que, en realidad, es volver al origen y reivindicar las bases. Creo que hoy, lo revolucionario, es querer ser fiel, hacerse responsable de lo que uno siente y lo que hace sentir. Hoy día es revolucionaria la lealtad, la comunicación sana, el respeto mutuo, el sexo solamente para el matrimonio y el amar al otro de verdad.

Porque en realidad, siempre hay temor detrás de todas las tendencias inmorales y de moda. Temor a querer y no ser correspondido, temor a entregar un corazón y que no sea cuidado, temor a ser engañado. Creo que el temor hace que nos vayamos «acostumbrando» a lo que hay y no a lo que podría ser, a lo que «me tocó» y no a lo que podríamos construir.

Y, para sostener eso, empezamos a inventar ideologías, términos para describir y defender lo que tenemos, que no sabemos ni logramos definir del todo, pero es lo que

creemos que nos toca; sin saber que podríamos elegir algo más verdadero, puro, y trascendental.

Se promueve la poligamia porque asusta la monogamia; promueven el sexo sin compromiso porque le temen al compromiso; promueven usar al otro para saciarse porque no han probado la integridad como bienestar; promueven el libertinaje porque desconocen la libertad; promueven la infidelidad porque desconocen la lealtad; promueven lo fluido, simplemente porque no pudieron establecer lo estable; promueven lo pasajero porque no saben cuál es el destino; promueven el desinterés porque les asusta la responsabilidad. Promueven el engaño porque nunca sanaron.

«¿En serio vas a acostarte con una sola mujer toda tu vida?», me preguntó un compañero de la facultad días antes de casarme. «¿En serio no vas a saber lo que es que una mujer te elija todos los días de tu vida?», le respondí.

Me apodaron «el virgo» y me lo adueñé, lo consideré un elogio. Me decían anticuado, y ellos se adecuaron a la nada misma. La revolución moral es reivindicar el plan inicial. Lo que creo, quiero, sueño y pretendo es que toda una generación pueda vivir en esa revolución.

SÍ QUIERO AMAR DE VERDAD.

SÍ QUIERO CREER EN EL AMOR.

SÍ CREO EN LA FIDELIDAD.

SÍ CREO EN LA MONOGAMIA.

SÍ CREO EN EL AMOR ROMÁNTICO.

SÍ CREO EN EL AMOR BÍBLICO.

SÍ CREO EN EL «PARA SIEMPRE».

SÍ CREO EN LA HONESTIDAD.

**SÍ CREO EN MIRARSE A LOS OJOS Y VERLOS
BRILLAR DE AMOR.**

**SÍ CREO EN EL ABRAZAR Y SENTIR UN
SINCERO PALPITAR.**

SÍ CREO QUE YO PUEDO VIVIRLO.

SÍ CREO QUE EL AMOR TIENE NOMBRE.

Dios es amor. Él es el estándar, el principio y el final (si no creés o no has escuchado mucho de Dios, quedate tranquilo, seguí con las páginas de este libro que estoy seguro de que te van a servir y vas a terminar compartiendo estos principios y consejos que desarrollo). No dejes de leer, porque citaré a Dios en varias ocasiones. Y lo hago porque es, literalmente, quien me enseñó a amar. Este libro de amor y relaciones, sin **el amor** presente que es Dios, no tiene sentido.

Mi propuesta para esta **revolución moral** es: lo puro para valorarnos, el cuidarse como un acto revolucionario, el guardarse como el quererse, el amor como estándar, la sinceridad como elección, la verdad para disfrutar, el cuidar para ganar y la integridad para saciar.

Vamos de vuelta...

EL AMOR COMO ESTANDAR.

**LAS RELACIONES
COMO MEDIO.**

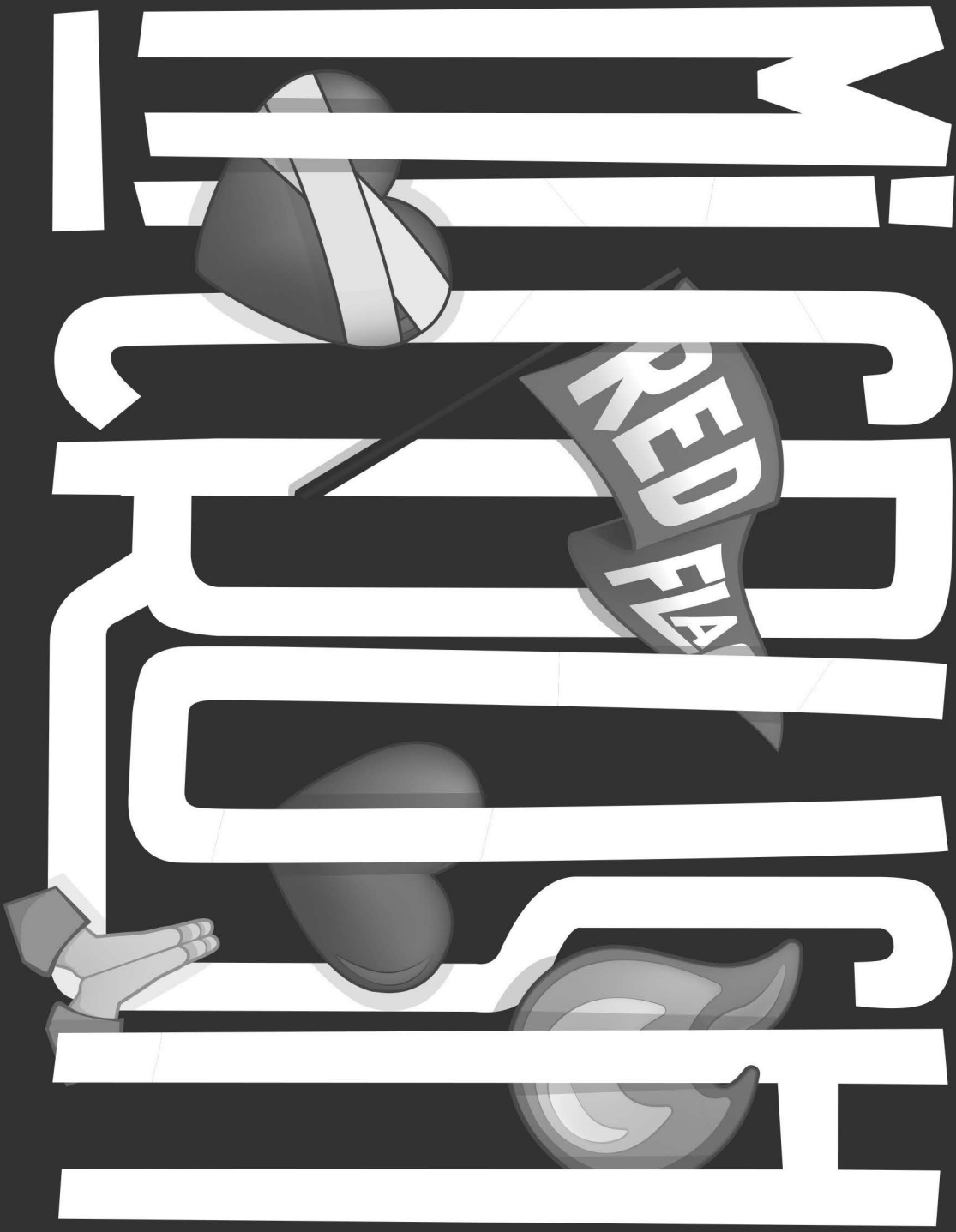
**LAS AMISTADES COMO
COMPAÑERAS DEL PROCESO.**

**EL CONOCERSE
INTENCIONALMENTE COMO
ARRIESGARSE A SER MÁS
QUE AMIGOS.**

**EL NOVIAZGO SERA
LA PREVIA O SERÁ EL
APRENDIZAJE.**

**EL MATRIMONIO PARA
DISFRUTAR TODA LA VIDA.**

¡A POR TODO!



MOODS

¿En qué *mood* estás? El comienzo de este viaje busca entender en *dónde* estás parado, saber *para qué* estás en lo personal antes de aprender *cómo te vas a relacionar* con el otro. La idea es analizar cuál es tu situación actual.

En la vida tenemos diferentes *moods*, modos, momentos en los que queremos relacionarnos y otros en los que no.

La realidad es que todos disfrutamos de ciertos momentos de soledad, pero no es sano aislarnos para vivir en solitario. De hecho, hemos sido creados para relacionarnos; somos seres relacionales por naturaleza. Todos necesitamos del otro, los vínculos nos hacen crecer. Cuando nos relacionamos, crecemos; cuando no lo hacemos, nos estancamos.

Depende la edad que tengas, te podés encontrar *chill*, solo, relajado, sin ganas de nada, o interesado en que surja algo, viendo qué pasa. Si llevás mucho tiempo en este último estado, es probable que ya te sientas desesperado, y tu *mood* repercutirá directamente en los círculos de relaciones que se generen a tu alrededor.

No está mal ninguno de estos modos, todos se pueden disfrutar. Pero hay algunas cosas a tener en cuenta. Por eso, desarrollaré brevemente cada uno.

SIN GANAS DE NADA

Cuando no tenés intenciones de iniciar una relación, es un buen momento para conocer y darse a conocer sin presiones. Y, el hecho de que no tengas ganas de entablar una relación formal, romántica o seria, no implica que no puedas entablar otro tipo de relaciones. Cuando no tenés ganas de nada, lo mejor es aprovechar para hacer amigos. *Gran* momento, con muchos amigos y muchas amigas.

La precaución en este *mood* tiene que ver con que los vínculos que generes sean con la misma intención, solo amigos. Y siempre, en cualquier *mood*, necesitamos estar abiertos al cambio, ya que no nos vamos a mantener así toda la vida.

CON GANAS DE TODO

A todos nos llega el momento en que nos abrimos al amor o, de alguna manera, creemos que sería muy bueno que eso suceda. Cuando hay ganas de «algo», estás abierto, querés conocer, te interesa y estás dispuesto.

En esta etapa es donde tenés que ser *intencional*, porque esa es la cualidad que hace que las cosas sucedan, en lugar de esperar a que ocurran por sí solas.

¿TE INTERESA CONOCER A ALGUIEN? HABLALE.

¿QUERÉS PROFUNDIZAR EN LA AMISTAD? ACERCATE.

¿TE GUSTARÍA SABER SI EL INTERÉS ES MUTUO? PREGUNTALE.

¿QUERÉS SABER QUÉ PIENSA? CONOCELO.

Es simple, pero a veces la complicamos porque estamos esperando conocer al otro sin ningún tipo de intencionalidad. Si vas a tratar a la persona que te interesa igual que al resto de las personas, lo único que pasará es que serán muy buenos amigos (y nada más).

La precaución en este *mood* es definir claramente a la persona de interés. No podés estar «con ganas de todo» con todo el mundo. Ahí es donde empezás a lastimar sin piedad, a jugar con el corazón y a romper amistades.

DESESPERADO

La desesperación no es sexy. Listo, lo dije. Sé que la ausencia de posibles parejas asusta un poco, pero la desesperación nunca es buena: te nubla la vista y entorpece tu sentido común. Genera sordera ante los que te quieren y, en algunos casos, hasta con Dios.

Creo que la mejor forma de lidiar con esto es enfocarte en lo correcto. No significa que no sea relevante encontrar con quién compartir la vida. Pero no es lo único importante. Cuando ese es tu único enfoque, puede volverse

contraproducente. Tampoco está bueno que estés totalmente cerrado o cerrada; a veces la persona correcta no aparece porque no hay lugar para que aparezca.

ENTONCES, ¿QUÉ PROPONGO? CAMINÁ ENFOCADO EN TU CRECIMIENTO PERSONAL, ESPIRITUAL, MINISTERIAL Y PROFESIONAL, APRENDIENDO A AMAR Y AMARTE.

La precaución en este *mood* es que las frustraciones no te impidan generar buenas relaciones. Vinculate sin segundas intenciones, relajá, quitate presiones. Propongo que te mantengas abierto a conocer, hacer amistades, ampliar tus círculos y crecer en todas las áreas.

QUE FLUYA

Estás iniciando algo pero no estás demasiado seguro de que vaya a funcionar. Todavía no es algo serio, y ninguno de los dos se anima a ponerle un título. Son buenos amigos, el interés es mutuo, quizá todavía ni siquiera saben del todo si se gustan. Pero pareciera ir muy bien. Entonces, dejan «que fluya», como dicen. Está bien, no hay problema. Pero el fluir no puede ser para siempre, en algún momento hay que construir poniendo las cartas sobre la mesa, blanqueando qué es lo que pasa.

Sobre esto, hay que tener cuidado con la frase «que fluya y que nada influya». Eso es mentira: aunque fluya, todo influye. El entorno, el contexto, las realidades, las etapas de la vida. Es bueno reconocer que toda persona viene con un bagaje de cosas que hacen a la relación. Conocerse con alguien no es solo el atractivo físico; hay una historia,

un contexto, una familia que influye y mucho más. Por eso, hay que saber que, a medida que fluye, hay que ir conociendo mucho más de lo que se puede ver.

La precaución en este *mood* es tener cuidado de no caer en una relación irresponsable, en la que nadie quiere asumir un compromiso real. Esta etapa *no tiene derechos ni privilegios de pareja*, simplemente se están conociendo y está bien, con eso alcanza. Pero, si con eso no te alcanza, entonces hay que empezar a construir una relación sin tenerle miedo al compromiso (más adelante hablaremos de eso).

CONFUNDIDO

«Pensé que había algo pero me parece que pensé mal», «Me estaba haciendo la película, y el otro ni siquiera vio el tráiler», «Por un lado me dice que solo somos amigos pero, por el otro, muestra interés, cariño, es detallista, intencional. Me confunde».

Llegó el momento de tener una conversación honesta. Es importante que no te quedes en este mood demasiado tiempo. No digo terminar, pero sí es urgente *aclarar* la relación.

La precaución de este *mood* es no insistir donde no te valoran. Si notás que el interés de profundizar en la relación no es mutuo, la confusión te está advirtiendo que por ahí no es. Si el interés del otro es real, entonces hay que buscar convicciones que sostengan la relación, y esto pasa una vez que se aclaran los tantos.

Las respuestas a las siguientes preguntas necesitan ser convicciones, certezas, conceptos internalizados sin grietas: ¿Me ama? ¿Me quiere? ¿Le importo? ¿Somos exclusivos? ¿Lo que tenemos es real?

EN ALGO...

Si estás iniciando, o hace tiempo te encontrás en una relación, este libro también es para vos. Más adelante profundizaremos sobre cómo «hacer las cosas bien», de amistad con propósito, prenoviazgo, noviazgo y muchas cosas más. Avancemos paso a paso.

Lo que vimos hasta ahora, ¿te trajo muchas preguntas? Tranqui, recién arranca el libro. Por ahora alcanza con que te respondas: «¿En qué *mood* estoy?».

¿Qué somos? ¿Es amor o capricho?

¿Cómo hacer las cosas bien?

¿Por qué he tenido varias relaciones y ninguna ha funcionado?

¿Cómo identificar si tengo que seguir o cortar la relación?

¿Cómo paso de estar confundido a decidido por alguien?

**Podrás encontrar respuestas a estas preguntas
y muchas más en este libro.**

Mi crush te propone un camino de relaciones sanas, sinceras, profundas y divertidas. Te lleva por un recorrido desde cómo conocer gente, entablar amistades, tener citas saludables sin *cringe*, ser amigovios, detectar *red flags*, casarse o cortar, hasta preguntarte ¿qué pasa si no me caso?

Abarca cada etapa de las relaciones amorosas sin esquivar los temas que nadie se anima a hablar: sexo, advertencias, dependencia emocional y hasta lo que pasa cuando el corazón se rompe.

A través de ideas frescas, principios claros y bíblicos, y un toque de humor, podrás construir relaciones más genuinas, sanas y llenas de significado.

LUCAS MARIN

- Vicepresidente Nacional de Jóvenes UAD.
- Ministro autorizado de la UAD.
- Parte del equipo pastoral de CFC Martínez.
- Parte del equipo de la fundación de John Maxwell.
- Profesor en IBRP en materias relacionadas a las Nuevas Generaciones, Influencer y referente.
- Nos vemos en insta **@lucas_marin7**

 editorialpatmos.com

 [/editorialpatmos](https://www.facebook.com/editorialpatmos)

 [@editorialpatmos](https://www.instagram.com/editorialpatmos)

 [@editorialpatmos](https://twitter.com/editorialpatmos)

ISBN 978-1-64691-479-1



9 781646 914791

PATMOS