

ETAPA III

FORMACIÓN GENERAL

EL MATRIMONIO

PARTE II

¿LAS COSAS ANDAN MAL?...

TEMA 11



HOGARES DONBOSCO



¿LAS COSAS MARCHAN MAL?

Pero no se ha perdido el diálogo, se ha debilitado.



En el amor de pareja, en su vivir la relación y compartir juntos la vida, hay días claros, llenos de luz; y días nublados en los que no se ve el sol.

También puede llegar la noche, en la que ya ni luz hay siquiera. *Es menos noche la que es pasajera, en la que permanece la esperanza y a la que sobreviene la alegría del amanecer;* pero noche total es cuando ni la esperanza queda, es la terrible noche de la muerte.

Son distinciones sumamente importantes que hay que entenderlas y saber tenerlas presentes llegado el caso, para no confundirse lamentablemente y sentir desconcierto cuando el sol se oculta.

La luz es hermosa, resulta muy grata, pero sólo en el Cielo será permanente; en el vivir de aquí, siempre sobrevendrán los nubarrones y la noche, cuando la luz se debilita o cuando se oculta a nuestra visión. Así es la realidad insoslayable del amor en la vida de pareja; no hay que hacerse otras ilusiones vanas. **Habrá que arreglar los problemas** que sobrevengan en la vida de relación de pareja antes de que, con la noche total de la muerte de uno, no quede tiempo para hacerlo, y se llore por no haberlo hecho antes.

Con frecuencia caemos en el amodorramiento o quizás en el sueño, sin ser conscientes de que la luz apenas brilla o que estamos sumidos por las tinieblas. Debemos *permanecer lúcidos* en todas las situaciones, *despiertos* para percatarnos de que el enemigo está sembrando la cizaña en nuestro campo; y que nos está tendiendo redes en apariencia despreciables, como lo es para una mosca la tela de araña, o para un león la malla de cuerdas que le lanza el cazador. Enredados sin esperarlo ni apenas advertirlo, todo acabará en vernos perdidos como aherrojados con cadenas imposibles ya de romper.

No se olvide que las redes y las maromas están compuestas de hilos, cada uno de ellos muy despreciables, pero que, bien tramados, sirven para esclavizar aun a los que se consideran más fuertes. Así sucede en muchas ocasiones.

Cuando en la vida de pareja el uno o el otro están siendo hipersensibles, y detrás de cualquier palabra o detalle sin mayor malicia del cónyuge uno encuentra malas intenciones, ganas de herir, o ve un monte donde no lo hay, es que la relación está funcionando mal. El que se ve así afectado tiene el deber de **procurar tener un diálogo entre ambos lo antes posible**, antes de que ese estado de ánimo hostil se agrave, y antes de que paulatinamente vaya creciendo y termine en algún doloroso reventón.

En primer lugar deberá hacerse consciente de la hipersensibilidad que padece. No importa tanto el descubrir las causas de las que procede; ni son esas causas las que se han de llevar al diálogo que se necesita tener.

No debe esperar a que el otro le haga caer en la cuenta de que está bajo una hipersensibilidad fuera de lo normal, aunque puede servir de motivo a uno para caer en la cuenta de ello y admitir que es así. Pero al admitirlo, no debe asumir la actitud de defenderse o de buscar razones que le justifiquen esa hipersensibilidad. Por el contrario, su

deber es admitirlo y tomárselo en serio, para así ponerse a dialogar. Pero dialogar sobre esa hipersensibilidad.

El diálogo consistirá en poner en el otro tal confianza que se acerque a él para decirle todo lo hipersensible que se ve por cualquier palabra o detalle, y comenzar diciendo que se asusta al darse cuenta de ello, porque le parece un síntoma de que la relación de pareja está enferma y en peligro.

Debe decirle al otro los sentimientos que tiene al caer en la cuenta de esa situación; los pensamientos que le asaltan al reaccionar tan hipersensible, y las actitudes o comportamientos que adopta en esos casos. Quizás el otro se sienta parecido.

Ya de entrada, el primero debe suplicar al otro que le ayude a curarse de esa fiebre de tales sentimientos de mal signo que le afectan. Es válido recordarle que para esto se casaron juntos: para amarse y ayudarse todos los días de su vida; y que ahora está necesitado de la ayuda de su amor incondicional. Si terminan riéndose de sí mismos por ver cómo son, con buen humor y dándose un beso muy amoroso, el diálogo ha sido correcto y verdadero. Podrán decirse el uno al otro que ahora se aman más de veras que antes de haber tenido la decisión de dialogar, y haberlo tomado como remedio.

No habrían llegado a ello, ni a sentirse tan felices, si hubiesen caído en la trampa de echarse la culpa el uno al otro o haber querido encontrar quién de los dos era más culpable; o si el enredo hubiera sido quedarse en mirar los pensamientos o los comportamientos, como si ellos fuesen el hecho en cuestión, en lugar de dejarlos en lo que son: simples manifestaciones de la hipersensibilidad y los sentimientos experimentados, que era el verdadero tema del diálogo. Mucho menos válido sería si, por temores infundados, o por parecer que la cosa no era para tanto, una pequeñez, se hubiesen mantenido sin dialogar debidamente.

Pongo otro ejemplo. Podría ser el caso de que el uno o el otro se sintiese usado, manipulado en lugar de amado, en su vida de relación de pareja; y no en una ocasión, sino generalmente.

Por eso de que "hablando se entiende la gente", el afectado podría tomar la decisión de "aclarar las cosas de una vez por todas y que eso se termine". Sin duda que es una decisión plausible; pues si se deja estar, lo que podía ser una simple sensación o sospecha puede convertirse en lamentable realidad; y de todas las maneras, es preferible que cuanto antes se acabe ese abuso en la relación muy ajeno al amor de pareja y de veras inadmisibles. Ciertamente necesitan hablar.

Pero ha de saberse hablar de la cosa, sin hacer que la situación derive en una pelea en la que ambos se causen heridas feas que serían peores que el remedio que se busca. Ello ocurriría si el llamado "diálogo" fuese "poner las cartas sobre la mesa"; comenzado, el que se siente usado, llamando al otro para que le escuche, y "diciéndole todo lo que necesita saber: porque está ya muy harto de sus abusos de confianza", citándole dos, tres o cinco casos que puede recordar. Para pedirle así que lo reconozca, que no trate de defenderse, y que se cuide de no volverlo a repetir.

Aclaradas de ese modo las cosas, se podría terminar la reunión, y a vivir en adelante sin problemas. ¿Se conseguirá? Podemos dar por cierto que no se habrá conseguido nada, si no es la satisfacción del que se sentía usado, y la humillación del que abusaba; eso en el mejor de los casos. Pero la relación habrá empeorado seguramente. Ocultamente afectados, será peor la situación.

El camino adecuado es el mismo que propusimos en el caso anterior: ponerse a dialogar sobre los sentimientos. En un gesto de confianza y de intimidad de amor, abrirse al otro para manifestarle cómo se está sintiendo de un tiempo a esta parte: un sentimiento mezcla de tristeza y de rabia. Decirle cómo ese sentimiento le hace perderse en pensamientos confusos que minan su relación de pareja, predominando la sensación de parecerle que en vez de amado está siendo usado; y así mismo, hablar de los comportamientos que está teniendo: retraimiento, silencios, reacciones agresivas como defensa, etc.

Debe decir que todo esto le preocupa, y que quiere acabar de sentir eso: pidiéndole al otro que le ayude a verse liberado. Necesita ser escuchado con el corazón; y deja al otro que hable, escuchándole con el corazón igualmente. Entonces sí es muy verosímil que terminarán abrazándose muy de corazón a corazón. Han tenido un verdadero "diálogo". Su relación se ha hecho más sólida, y su amor mucho más grande gracias a esa decisión de amor y confianza. Y gracias a seguir creyendo siempre en el Diálogo sobre los sentimientos como el único camino para lograr la Intimidad o mantenerse en ella cuando pareciera haberse perdido.

¿LAS COSAS MARCHAN MAL?

La situación se encuentra en peleas continuas, frecuentes.



La situación puede ser amarga e insostenible por encontrar que *se están teniendo peleas muy frecuentes y hasta por cosas tontas*.

Ocurre, quizás, que *en su trato mutuo menudean insultos, sarcasmos, rudeza, y aun críticas*.

Las *críticas* podemos afirmar que *nunca son constructivas*, porque siempre producen dolor y heridas en el amor. Es necio apelar a la justificación de que las críticas que se hacen son "críticas constructivas". No lo son, destruyen.

Puede ser también el *caso de los celos, sospechas fundadas o infundadas que hacen sentir inseguridad en la vida de relación*. También el caso de muy frecuentes escapes fuera de casa, dice que para hacer deporte, para atender invitaciones en su vida social que resulta ya sospechosa para el otro, o fáciles pretextos para darse al trabajo, quedándose en la oficina hasta las tantas y casi siempre. Acaso, el simple ocurrir que, estando en casa, uno se da demasiado al licor, a la televisión o al internet evadiendo la conversación entre los dos.

Situaciones de esta índole, admiten aún menos que se las deje estar y sin tomar medidas. Pero cuídense: fácilmente ocurre que se caiga en querer poner remedios peores que la enfermedad.

Buscar la solución de querer hacer luz razonando para poner las cosas en claro, sin pelearse, sin agresiones, con un buen discutirlo ambos serenamente y, si ello procediera, valiéndose de la presencia de los papás de uno o de ambos, o de un experto en temas de relación matrimonial que les ofrezca confianza; esto es algo que conduce a muy poco ni positivo ni durable. Aunque se eviten por todos los medios las acusaciones y las consiguientes heridas, el beso con el que terminarían sería de "amigos", para una convivencia sin tormentas, pero con las inevitables olas que mantendrán un ambiente de temor, de angustia, de equilibrio muy poco estable en el deseado buen matrimonio.

Sin entrar por ese camino, abordar la confrontación como la vía eficaz para poner el remedio "de una vez por todas", podría parecerle, al que se encuentra herido en esa

situación, lo más expeditivo y práctico; es la solución a la que se recurre casi siempre, pero con unos efectos negativos que son inevitables. En el mejor de los casos, la situación se aclara y se hace la paz, un armisticio en el que uno queda como vencedor y el otro como vencido, ojalá sin ofensas; pero casi seguro con heridas en el vencido o en los dos, difíciles de curar, que seguirán doliendo, y Dios quiera que no terminen matando la relación de amor en la pareja, siendo peor el remedio que la enfermedad.

En fin, que de nuevo llegamos a concluir, como única solución válida, evitar el camino del intercambio de ideas o el de la confrontación aunque sea civilizada; y adoptar el que proponíamos en los casos anteriores: el diálogo en base a comunicar los sentimientos con amor confiado, y la escucha con todo el corazón. Ayudándose el uno al otro como se lo tienen prometido a Dios desde el día de su Boda, y trabajando de ese modo el **vivir en intimidad; sin cansarse nunca, cuando hay luz o cuando hay nubes, y todos los días de su vida.**

Siempre. Cuando se está viviendo un ambiente de tristeza en la relación de pareja. Cuando prevalecen sentimientos de desilusión, de aburrimiento, de vida de pareja muy vacía, en larvada soledad de los dos. Cuando un día y otro hay muy pocos detalles o manifestaciones de cariño entre ambos. Cuando los saludos al comienzo del día o al regresar a la casa están teñidos de frialdad. Cuando se detecta que se están haciendo las cosas sin planearlas juntos o haciéndolas cada uno sin contar con el otro y con su ayuda. Cuando conversan juntos, sí, pero de una manera rutinaria, superficial, impersonal, hablando casi siempre de cosas que para nada atañen a su vivir en pareja. **Que sea el diálogo desde los sentimientos el camino, siempre al alcance de los dos, para sanear la situación y ponerse a vivir felices su enamoramiento.**

Mucho más todavía cuando sucede que uno de los dos, o los dos por su parte, sienten indiferencia hacia el otro en lo referente a sus intereses personales, o bien a sus problemas, o a lo que le ocurre en su trabajo. Cuando, ante el interés que el otro pueda manifestar al respecto, el que escucha reacciona con fastidio o con irritación abierta u oculta, con el conocido "¿me puedes dejar en paz?". Cuando diciéndolo así o sin decirlo, uno se siente mejor comprendido por otros, por sus amigos, por sus padres, por sus familiares, más que por su propio cónyuge. Y cuando uno, egoístamente, se aprovecha de que el otro es bueno o de que desconoce algo, cuando uno manifiesta superioridades, o cuando se lleva siempre para él la parte mejor aun en la comida.

Puede ser también cuando se está teniendo falta de ilusión en la relación mutua, y más si se hace notorio. Cuando cada uno está usando de su dinero como propio y no de los dos, o cada uno hace sus gastos porque quiere y sólo para él. Cuando uno de los dos se queda al margen y se irresponsabiliza de cosas que son de ambos: los pagos de la casa, el mantenimiento diario, los arreglos que hay que hacer, las deudas que se estén contrayendo, y aun la educación de los hijos, que debe ser asunto de los dos en buena armonía.



También cuando uno toma al otro como algo que se tiene seguro. Cuando, en consecuencia, uno ve que el otro pone mayor interés que en su pareja en su estatus o posición humana, y en lo que gana o puede ganar con lo que él/ella vale. Cuando para él o ella lo que cuenta es "mi chequera", "mis hijos", "mis amigos", "mi puesto en el trabajo", "mi

tiempo que es mío e intocable”, y hasta “mi cuerpo”, “mi gimnasio”, “mis masajes”, o “mis perfumes”.

En todos esos casos u otros parecidos, no andemos divagando, ni dando largas; ni tomando caminos de solución aparentemente razonables y eficaces, pero que resultan inútiles o destructivos. Quedémonos siempre con lo único que nunca nos ha defraudado ni puede defraudar: abrirse al otro con una confianza total en el amor, y buscando amarse cada vez más; convirtiendo las situaciones de peligro en la oportunidad para crecer en el amor mutuo. Dialogar desde los sentimientos. Lo venimos repitiendo casi obsesivamente.

Sin estar esperando que sea el otro quien tome la iniciativa para dialogar; y siempre superando todas esas barreras que se cruzan en el camino para el diálogo, o las dudas para hacerlo. Siempre hay que mantenerse firmes en la decisión de amar.

Si en la pareja se tienen impuesta la obligación de “dialogar” todos los días, nunca parecerá poco oportuno el hacerlo, y siempre será bienvenido el diálogo que de hecho se está necesitando.

Muchas situaciones se arreglan si cada día se dedican a su vida en pareja algún rato aunque no sea largo. Dedicados al simple gozar su vida de intimidad en el amor y de confianza mutua en el diálogo. Habrá situaciones que necesitarán un tratamiento más intencionado, y emplearán para al asunto un tiempo más largo, quizás un día entero en una casa de vacaciones o en la playa mientras los hijos tienen dónde divertirse y los papás pueden quedarse a solas. Puede bastar, acaso, la tarde de un sábado o de un domingo. Pero dedicándolo a eso: a dialogar con mucho amor acerca de los sentimientos que el uno o los dos están teniendo en esa concreta situación. Para afianzarse de ese modo en el amor de enamoramiento y de verdadera intimidad gozándolo.

¿LAS COSAS MARCHAN MAL?



Hay que tomar la decisión firme de amarse.

Lo que de todas las maneras se necesita siempre es la decisión firme de amarse, estando siempre atentos a las situaciones que manifiesten una vida de relación muy pobre o un verdadero peligro de terminar en distanciamiento y acaso en una ruptura.

Acudiendo siempre al diálogo sobre los sentimientos que el uno o los dos están teniendo al verse afectados por esa situación.

Hay que hacer de este tipo de diálogo la panacea para todos los problemas que surjan en la vida diaria del matrimonio, sea por las propias tendencias egoístas, o también muy comúnmente porque el mundo en el que se vive induce a ponerse a “ser dos” en lugar de mantenerse siendo de veras “una sola carne”. Si el amor no se cultiva con el diálogo, lo más probable es que insensiblemente irá cayendo en temible deterioro.

El Concilio Vaticano II decía a los esposos que no sólo la Palabra de Dios exhorta a los esposos a alimentar constantemente el matrimonio fomentando un amor verdadero y único entre ambos cónyuges; “los hombres de espíritu sano de nuestros tiempos exaltan también el amor auténtico entre marido y mujer con las mejores razones y enseñan las mejores

maneras de amarse para lograr los comportamientos sanos de los pueblos y las gentes de nuestra civilización y de nuestros tiempos”.

Hermosas palabras, como estas otras del Concilio: "El amor, propio del matrimonio, se expresa y se manifiesta con las obras. Todos los actos mediante los cuales se unen en el amor casto y en la intimidad los esposos, son actos dignos y honestos, pero han de darse de modo verdaderamente humano y han de significar y favorecer la donación mutua complementándose ambos con espíritu gozoso. Ese amor matrimonial supera totalmente la mera satisfacción erótica, la que, por ser cultivo del mutuo egoísmo, se puede desvanecer rápida y miserablemente... Lo que evidencia la unidad del matrimonio querida por Dios, es el modo de amarse basado de veras en el reconocimiento de la igualdad de personas que hay entre el varón y la mujer, y en el mutuo y pleno amor expresado siempre por ambos" (GS 49).

Pero difícilmente pueden hallarse otras maneras mejores de fomentar y expresar ese amor de la pareja sino este: el dedicarse algún tiempo de cada día al diálogo tal como aquí lo planteamos. Manteniendo una actitud permanente de apertura y donación total del uno al otro, sin reservarse como intocables las mejores intimidades, esos personales sentimientos que, por una razón o por otra, cualquiera de los dos están experimentando en la vida de cada día, y que casi siempre están fundados en algo que toca su vida de relación.

Estar siempre atentos a descubrir con lucidez esos síntomas de que algo está marchando mal en la vida de relación, es indispensable para que esa relación de pareja permanezca siempre feliz. Como es igualmente necesario el decidir tomarse cada día unos minutos siquiera para vivir la Intimidad del amor con el que se unieron al casarse. Los dos haciendo "una sola carne".

Eso que solamente se logra en el Diálogo que aquí estamos planteando: dialogando no sobre cosas, o sobre ideas, opiniones, puntos de vista, o razones que uno tiene; sino sobre los sentimientos que a uno le están afectando, los pensamientos que le invaden desde cualquiera de esos sentimientos, y los comportamientos que uno tiene por efecto de lo que siente. Evitando siempre las discusiones y mucho más las peleas, que desunen en lugar de unir más a los dos. Abriendo el uno al otro lo profundo de su corazón para darse con amor mutuamente. Haciendo que los dos sean de veras UNO; gozando de verdadera Intimidad al hacerlo.



de espaldas al amor

Reunión de grupo.

Oración inicial.

Señor Todopoderoso, Tú eres el principio y fin,
Eres el Señor de señores, tu Reino es eterno,
el dominio y la majestad son tuyos.
Derrama amor y paz sobre nosotros;
Me postro ante Ti,
Tú eres quien me da fuerza
Eres mi escudo ante la adversidad.
Padre, rico en misericordia,
Tú eres quien nunca me dejará ni me desampará,
Hoy necesito tu ayuda, por ello acuda a Ti.
Protege este amor que hay entre nosotros,
No permitas que ninguna persona pueda interferir en él.

PARA COMENTAR EN GRUPO

- ¿Nos podemos dar cuenta se que las cosas marchan mal en nuestro matrimonio?
- ¿Es fácil darse cuenta que nuestro amor se ha debilitado?
- ¿Cómo arreglar los problemas en la primera fase?
- ¿Acudimos a la Oración, siempre, pero principalmente cuando nuestro amor se debilita?
- ¿Ocultamos a la pareja que nuestro amor se ha va debilitando?
- ¿Cómo debemos cultivar la "confianza" en el diálogo?
- Es buena la "confrontación" (exponer cada uno su punto de vista) en el diálogo del matrimonio, cuando se encuentra debilitado?
- ¿Qué hacer cuando los celos entran en una pareja?
- ¿Cómo debemos expresar el amor: con las palabras o con los obras? ¿Por qué?

Oración final.

*Padre celestial
Quiero que esta oración sea hecha
conforme a tu palabra, tu corazón y tus pensamientos,
declaro que mi oración se une en el poder del nombre de Jesús
para que llegue al trono de tu gracia.
Padre eterno quiero parecerme cada día más a ti,
por eso hoy vengo a tus pies para pedirte
que me des de tu esencia pura, y perfecta.
Hoy pido señor, en el poderoso nombre de Jesús,
que proveas mi espíritu de tu sabiduría y entendimiento
para poder concebir el propósito de mis días en esta tierra.
Amén y amén.*