

**ETAPA III**

**FORMACIÓN GENERAL**

**EL MATRIMONIO**

**PARTE II**

**¿CUANTO TIEMPO DEDICAMOS  
A NUESTRA PAREJA?**

**TEMA 16**



**HOGARES DONBOSCO**



## ¿CUÁNTO TIEMPO DEDICAMOS A NUESTRA PAREJA?



### Problemas al vivir en pareja: El tiempo para compartir.

Otro tema vidrioso es el tiempo que acaso no se dedican para estar juntos, el tiempo que llevan sin conversar entre sí, quizás el tiempo que hace que ni apenas se ven.

Ello podrá ocurrir por la necesidad poco deseable de estar cada uno en una ciudad o país distintos por razón del trabajo. Podrá ser otra la circunstancia: que los dos

trabajan, pero que normalmente no coinciden en casa ni para comer, o quizás ni para dormir juntos.

## La importancia de dedicarle tiempo a tu pareja



En la actualidad escuchamos el dedicar tiempo al trabajo, a los hijos, a los padres, tiempo para ti y **¿qué hay del tiempo para tu pareja?**

Normalmente al inicio de una relación se busca el estar con esa persona de la que te estás enamorando, con la que deseas formar una familia y le dedicas tiempo para cortejar, para enamorarle, con el paso de los meses o de los años ese tiempo se va convirtiendo en rutina, en esperas eternas, en falta de tiempo.

Unas preguntas sencillas, ¿cuánto tiempo pasarás con tu pareja el día de hoy?, ¿una hora, 30 minutos, cinco minutos?, ¿cuánto tiempo de calidad, tiempo para vosotros, sin hablar de hijos, de trabajo o las obligaciones y rutinas diarias, o los problemas con los padres y hermanos?

Esto se está volviendo muy común, porque la vida de pareja está en crisis, el lenguaje corporal habla por ellos. Se sientan separados, llegan sin tomarse la mano, no hacen contacto visual entre ellos, se sienten ignorados y olvidados por su pareja, sienten que su relación está muerta y quieren luchar.

Normalmente **tienen una y mil excusas de por qué todo va mal entre ellos: Él o ella ha cambiado, no es lo que esperaban (como si fueran un objeto que se los cambiaron por error)**, no hay una supuesta comunicación: si no hay tiempo de mirarse, ¿habrá tiempo de escucharse?, el trabajo demanda mucho, la vida diaria es muy dura, etc.

Pero **nunca admiten que han dejado de pasar tiempo juntos, tiempo de calidad**, que han interpuesto todo antes que su relación, físicamente pueden pasar tiempo juntos, pero emocionalmente, espiritualmente y románticamente no se han visto en meses.

### ¿RECUERDAN CÓMO SE ENAMORARON?

Ninguna pareja se enamora si no pasan tiempo juntos, se necesita dedicación y tiempo para que dos personas puedan llegar a conocerse y enamorarse, **recuerda que no puedes amar lo que no se conoce**. Es por ello de las famosas citas, las salidas, los mensajes, los detalles, los buenos días, el deseo de escuchar su voz por la mañana o por la noche, etc.



Se debe pasar tiempo juntos y debe ser más a menudo de lo que muchas parejas optan por que suceda. La vida tiene demasiadas exigencias y contratiempos que sin querer nos hacen dejar de invertir tiempo en nuestros cónyuges, se cree que con tener la parte sexual activa, significa que todo está afectivamente bien y la realidad es que esto no es un todo.

- ✓ Durante la mañana mírense a los ojos y díganse algo positivo, si no viven juntos, marquen y escuchen sus voces.
- ✓ Tomen un tiempo en el día y manden mutuamente mensajes.

- ✓ Apaguen la tv y platiquen de que lo que sueñan y desean a nivel romántico con la pareja, viajes juntos, familia, matrimonio, lugar donde vivir, etc.
- ✓ Den un paseo, caminen juntos así esté haciendo calor, coman una nieve, vean una puesta de sol.
- ✓ Consigan una niñera y escápense, dense ese espacio y sorpresa mutua, sean cursis.
- ✓ Coman juntos o cenén juntos.
- ✓ Mímense y mírense mutuamente.

No se necesita una gran cantidad de dinero, ni siquiera se exige mucho tiempo de tu día. Pero sí la intención y convicción sincera de estar juntos y prestar de tu tiempo y atención para nutrir y enamorar siempre a tu pareja.

Ello podrá ocurrir por la necesidad poco deseable de estar cada uno en una ciudad o país distintos por razón del trabajo. Podrá ser otra la circunstancia: que los dos trabajan, pero que normalmente no coinciden en casa ni para comer, o quizás ni para dormir juntos. Podrá ser que, también por razón del trabajo, uno de los dos tiene una tarea normal exagerada, que le quita mucho o todo el tiempo para estar gozando de vivir acompañándose. Acaso ocurre que casi siempre se lleva a casa parte de la tarea de su lugar de trabajo; o sencillamente que el trabajo que tiene es tan abrumador que no puede tomarse tiempo ni para descansar y ello le hace estar siempre de mal humor. Puede sucederle eso al hombre, a la mujer, o a los dos más o menos por igual. No tienen tiempo para conversar juntos.

Otra de las causas por las que apenas se dedican tiempo para vivir en una verdadera relación de pareja, puede ser que caigan en la tentación de estar haciendo cada uno su propia vida, con sus diversiones y amigos personales, igual que cuando eran solteros, como ven que otros lo hacen por ahí. Son también, acaso, las obligaciones sociales que cada uno se está imponiendo al margen del otro, sin la intención siquiera de acompañarse por él.

Los sentimientos negativos y enfrentados que surgirán en el uno y el otro, son obvios, y es obvia también la tensión desagradable que se crea en la relación de pareja.

Podrá ocurrir que en un comienzo se disimule la tensión por no aparecer como excesivamente sensibles, pero poco a poco sucederá que esos sentimientos, acumulándose, irán creciendo: sintiendo la impotencia, la ira, el rechazo del otro, la soledad misma sentida, al verse dejado de lado así.

Una vez más, tenemos que decir que, para salir al paso del problema, no vale *la confrontación* que, si es *pelea*, será de efectos muy nefastos; aunque fuere para el simple poner las cosas en claro, será de efectos negativos. El ponerse a *conversar sobre el asunto* con valentía para ver cómo entenderse, y pedir o dar explicaciones, serviría también para poco.

Lo único eficaz será, siempre, el **dialogar** sobre los sentimientos que por esa situación se están teniendo, a fin de comprenderse y amarse más de veras, asumiendo el culpable lo que el otro está sintiendo inevitablemente y que de nada sirve discutirlo. Tratarán de ver cómo hacer para que, a pesar de todo, ambos se den más tiempo para vivirlo juntos. Y el tiempo que de hecho tengan disponible, prometerán vivirlo juntos con mayor intensidad.



## 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**

¿Dedicas tiempo a tu pareja? Confrontadlo, sin peleas, en un tiempo de diálogo tranquilo.

Si, por razones de trabajo, vivís en distinta casa, distinta localidad, distinto país, ¿habéis planeado los momentos de encuentro?

De estar separado, ¿utilizáis con frecuencia los medios para estar comunicados? Sinceramente, ¿es suficiente el tiempo que dedicas a tu pareja?

Del tiempo que se supone debes dedicar a tu pareja, ¿se mezclan otros sentimientos: hijos, trabajo, familiares, ...?

### 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.*