



Los problemas más comunes en el Matrimonio y cómo resolverlos - I Parte

Las diferencias y los malos entendidos

Las diferencias y malos entendidos en los matrimonios y las relaciones humanas son comunes. Una persona comentó alguna vez: *“Yo no he tenido problemas con nadie en la vida, soy una persona muy pacífica, que me llevo bien con todos”*, y cuando le preguntaron si tenía problemas con su pareja, con su esposa, él dijo: *“No, nunca he tenido un problema con mis esposa”*.

Esa persona, quizás, estuviera disimulando, esa persona, probablemente no era de este planeta. Como seres humanos, somos seres de comunicación y no siempre podemos ponernos de acuerdo, no siempre van bien las cosas, es por eso la importancia de esta edición, de tener las herramientas para poder entender cuándo estamos teniendo un problema y cómo resolverlo en nuestro matrimonio.

Además, si estos problemas no son atendidos, podemos compararlo con un vehículo que empieza a sonarle algún botón en el tablero y le indica que hay una falla mecánica.

Si usted dice, no tengo tiempo de arreglarlo, no creo que pase algo, bueno, al mes, dos meses, ese problema se va a agravar y si usted deja que pasen otros seis meses, se va a dar cuenta que ese problema empezará a afectar a otros sistemas del vehículo, por lo cual no será una sorpresa para usted que el vehículo lo deje en carretera, en un viaje importante o en traslado urgente.

Es decir, debemos poner atención a las dificultades que estamos enfrentando en nuestro matrimonio, y eso va a derivar en otros conflictos en nuestro matrimonio.

Varias personas nos han comentado que los temas de las familias son muy importantes, pero han comentado que la base de la familia, de los hijos, de los planes, de los proyectos, es solo una sombra de lo más importante, que es el esposo y la esposa, es decir, la pareja.

Algunas preguntas que nos han estado comentando, dicen:

- ¿Por qué ya no se siente lo mismo que cuando

comenzamos nuestra relación matrimonial?

- “Es que ya no eres la misma, ya no eres el mismo...”
- ¿Por qué se acabó el amor entre nosotros?
- Antes era tan especial, ¿en qué punto cambiaron las cosas?

Son algunas preguntas que nos hacemos, pensamos y yo creo, que nos ha ocurrido a varios.



Cuando estas ideas están de continuo en nuestra mente, empiezan a meternos en una problemática aún más grave, porque lo empezamos a creer, y se empieza a convertir en el pan diario en nuestra relación matrimonial, en nuestra casa.

Por eso, estos problemas debemos enfrentarlos. Algunos pueden pensar que esto no es importante, que no puede afectar a su matrimonio, pensar que todo está mal y que no se puede hacer nada.

Esto impide que haya una relación correcta y que, como una máquina con engranes y sistemas, creer que pueda funcionar todo en armonía y permita seguir funcionando cualquier sistema.

Cuando una de las partes de ese sistema, de ese engranaje, no está funcionando, entonces nos va a provocar muchos problemas y situaciones. Por ejemplo, en el matrimonio, debemos ponernos de acuerdo para tomar los compromisos adecuados para sacar adelante a la familia.

Debemos tener un método adecuado para enfrentar las situaciones difíciles, de escasez económica, situaciones con los hijos, situaciones con la pareja, situaciones con el medio ambiente, que en ocasiones es muy hostil y que es en la familia, en el matrimonio, donde debemos resolver estos problemas.

Hay que tomar decisiones aunque tengamos situaciones difíciles, aunque la dinámica de la familia se esté presentando muy hostil entre nosotros mismos y que, por algunos comentarios, han dicho que los propios enemigos son los de dentro, son los de la familia, somos nosotros mismos.

Y, entonces, es muy difícil tomar decisiones, porque no le hablo a mi esposo, porque no le hablo a mi esposa, porque no llevamos una buena relación, porque siempre que empezamos a hablar, a platicar, se presentan problemas, dificultades y prefiero no hablar, no intervenir, porque siempre terminamos en pleito, siempre terminamos mal.

La comunicación, por lo tanto, es algo indispensable. No solamente eso, cuando hay crisis en la familia, cuando hay una urgencia, una necesidad.

Imagínese cuando hay un problema grande en un barco, todos deben ponerse de acuerdo para un plan emergente, y en ese momento todos empiezan a irse de un lugar a otro y se empiezan a gritar, a jalonear, empiezan a pelear sobre cómo evacuar el barco y no hay comunicación.

Yo creo que sería una gran tragedia y la mayoría de la gente no podría salvarse por no tener ese plan, esa comunicación; es decir, que las dificultades en la familia, de acuerdo a este ejemplo, deben de resolverse porque el día que haya una crisis real en la familia, tiene que encontrarse a la familia unida, fuerte, firme, con valores y principios que le hagan sobresalir de esas dificultades, pueden ser enfermedades y problemas de muchas índoles.

No podemos hacerle como en el ejemplo del barco, abandonar y decir, pues allá que lo resuelvan otros, porque las cosas no se resuelven por sí solas.

Perodefinamosexactamentela palabra“malentendido”. Puede ser una mala interpretación o desacuerdo de entender alguna cosa.

En una ocasión, estaba en la calle observando a dos personas y una persona le dio a otra la indicación de cómo estacionarse adecuadamente, pero, por las malas interpretaciones, chocó con otro coche la persona que estaba acomodando el auto, y se empezaron a pelear, a decirse de palabras.

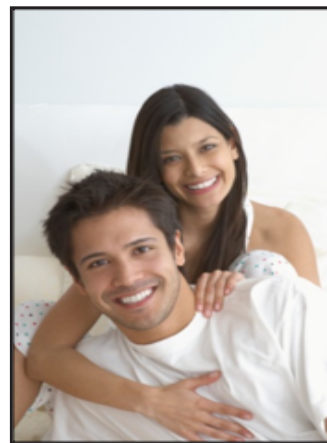
Esto es comparable a la cuestión matrimonial, a veces queremos decir una cosa y terminamos diciendo otra, otra situación muy diferente. Esos malentendidos,

esas dificultades., serán el propósito de esta edición.

El amor en el matrimonio

Muchos matrimonios empiezan diciendo que su matrimonio es como un cielo aquí en la tierra, que todo se ve de color de rosa, que no hay problemas, que no hay dificultades y si los hay, ese momento de enamoramiento que lo definiremos de esa manera, opaca las demás cosas, es decir, aunque haya conflictos, dificultades y problemas, esto mismo se opaca ante ese enamoramiento.

Al avanzar con los años, nos damos cuenta que ya no es lo mismo. ¿Por qué pasa esto?, es una pregunta que muchos matrimonios se hacen.



Hay que definir qué es el amor. Es un concepto que se toca en canciones, de él se habla en conferencias, en libros, películas, etc. Es un concepto muy amplio, filosófico, sociológico, en fin, se puede ver desde muchos puntos de vista.

Hoy vamos a hablar de tres tipos de amor, para entender más sobre este tema.

El amor a primera vista. Cuando al ver una persona nos es muy agradable, decimos ¡qué guapo!, me gusta. Este amor es superficial, un amor aparente, viene de una raíz llamada *eros*, que nos deja ver lo superficial, lo estético. En otras palabras, también se escucha como “el amor platónico”, el amor “a primera vista” y esto es algo común que se presenta en los seres humanos.

Es el amor de lo que nos gusta, esta pluma es bonita, la computadora es bonita y asimismo podemos decir de un hombre, de una mujer, me agrada, hay una cuestión de atracción.

El matrimonio empieza con esto y es importante en los primeros años, los primeros meses en que la pareja está conociéndose, pero no puede basarse sólo en eso, porque al pasar el tiempo, esa cuestión de sentimientos, esa cuestión de química, empieza a desaparecer, a bajar y entonces nos preguntamos ¿por qué ya no es igual?, ¿por qué no siento lo mismo? El amor *eros*.

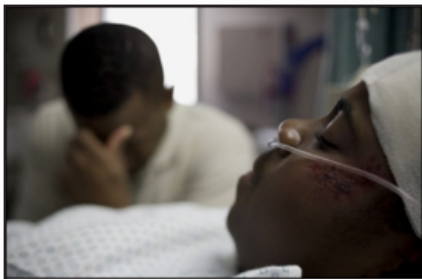
Hay otro amor, cuya raíz es diferentes, es el amor filios, es el amor filial, es muy sencillo definirlo. Se lo voy a explicar con un ejemplo a manera de pregunta: cuando tenemos un conflicto con nuestros hermanos, con papá, con mamá, después de un cierto tiempo, tenemos necesidad de platicar con ellos ¿verdad?, necesitamos de su compañía, de otras personas que llamamos amigos.

El amor filios, filial, tiene que ver con esto, tiene que ver con la necesidad del ser humano de interactuar con otras, es un amor muy sincero. Si usted es serio y puede reflexionar, este no tiene que ver con el amor eros, es un tipo diferente de amor. Es el amor que siente hacia un padre, un hermano, un hijo.

Hay un tercer tipo de amor, cuya raíz es muy diferente a los dos anteriores. Es el amor ágape, el amor más puro, aquel que va a perseverar a través de muchas situaciones, adversidades y que nos va a ayudar a enfrentar toda la problemática que pudiera presentarse a nuestra vida, a nuestro matrimonio y a nuestra familia.

Quiero darle algunas características de este amor:

Este amor es sufrido, puede soportar situaciones adversas, no solamente es cuando nos va BIEN, no solamente es cuando era más bonita, más guapo, o más joven, sino es en cualquier momento, en cualquier circunstancia, pacientemente sobrelleva la carga el uno del otro.



Esto es que el amor es sufrido y, claro, esto fortalece mucho la relación. En una ocasión, un hombre de edad avanzada, me dijo cuando yo estaba a punto de

casarme: ¿sabes?, yo amo mucho a mi esposa y ahorita voy a visitarla, ¿a dónde?, le dije.

Me contestó, “al Hospital”. Esto me hizo entender esta parte del amor que es sufrido, como dicen, en las buenas y en las malas, no solo en las palabras, sino en los hechos.

Otra característica de este amor es que es benigno, no busca devolver mal por mal, no está pensando en lo malo, en lo negativo, en lo destructivo. Como seres humanos, tendemos a pensar de esta manera. Cuando nos faltan recursos económicos, cuando las cosas no

van como planeamos, queremos buscar culpables y luego señalamos a los hijos, al esposo, a la esposa, y esto empieza a deformar la relación y esto genera más conflictos en lugar de resolver los que ya tenemos.

El amor benigno siempre nos llevará a ver la mejor cara en medio de las dificultades, nos va a llevar a encontrar las soluciones en medio de los conflictos, para mejorar, para crecer. Son retos para poder estar como familia y como matrimonio, para salir adelante.

Otra característica, es que el amor ágape no tiene envidia. Cuántas veces no surgen pensamientos en relación a mi pareja y pienso que le está yendo mejor que a mí, me está haciendo sentir que estoy mal, está progresando más que yo, etc.

No es una cuestión de competencia, o de ver quién puede hacer más, sino que es una cuestión de complementarse y, entonces, entender que si yo hago feliz a la otra persona, como consecuencia, va a estar contento y vamos a tener una relación estable.

Un ejemplo, en una ocasión, en una calle muy angosta, un tráiler entra y en el otro lado, otro tráiler entra. Al quedar de frente, empiezan a tocar su claxon en forma ruidosa, esperando que uno de los dos ceda, que uno se salga en reversa.

Si todo el rato están así y ninguno de los dos cede, nunca se va a arreglar el conflicto. Así es en el matrimonio, cuando las dos personas se enfrentan en un problema, en una diferencia, se faltan el respeto, se levantan la voz, se echan la culpa uno al otro, nunca se va a resolver nada. Por eso es importante entender que el verdadero amor no tiene envidia.

Otra característica de este amor es que no hace nada indebido, no va a buscar el mal para la otra persona, no va a buscar hacerle daño, siempre el sentido de protección, siempre el sentido del cuidado. Si en relación a las cosas, cuando deseamos fuertemente un celular, una computadora u otra cosa, y lo obtenemos, lo cuidamos, le damos mantenimiento, ¿no debería ser lo mismo en una cuestión matrimonial?

El no hacer algo indebido o lo contrario, darle todo lo mejor a nuestra pareja, darle todo lo mejor a nuestros seres queridos, es entender esta característica.

La última característica de este amor ágape es que este amor no se irrita. No quiere decir que me cause gracia las cosas adversas, quiere decir que evitará enojos, explosiones, corajes, tratará de controlarse

y evitar cosas que agraven la situación, heridas que persisten a lo largo de los años y se refieran las cosas de años atrás. De esto provienen los malestares, las cuestiones de injusticia pero aun así, no es imposible la reconciliación.

Estas son algunas características que debe haber en los matrimonios y en las familias.

Los fundamentos de un matrimonio sólido

Hay bases para tener un buen fundamento en un matrimonio. Como en una casa, debe haber cimientos firmes para soportar una buena construcción. Una de las bases es el amor, como lo hemos comentado.

Otros tres pilares del matrimonio. Uno es el respeto. En ocasiones no escuchamos a nuestra pareja o pensamos que lo que dice no es valioso, pensar que lo que yo digo es más importante, porque tengo más experiencia o conocimiento.

El respeto, es saber escuchar y entender que la otra persona tiene muchas cosas que darme, más experiencia. Eso enriquece mucho la relación de la pareja. Cuando yo respeto a la persona, veo lo que ella puede hacer para su felicidad y que eso va a repercutir en mi felicidad, empiezo a ser tolerante.

Otro pilar es la confianza. Imagínese una casa donde los mayores enemigos son el esposo y la esposa, ¿cómo podrá salir adelante el matrimonio?, ¿la familia?. Es como en una empresa, donde el Director le tiene desconfianza a todos sus subordinados, esto formaría un ambiente hostil de diferencias, de malicia, de complot, cuidándose uno del otro y el ambiente no sería nada agradable, sería muy difícil trabajar así.

Asimismo, en la familia, cuando no hay la confianza suficiente de acercarse hijos con los padres, el esposo con la esposa y viceversa, entonces empiezan a haber muchos conflictos.

Otro pilar importante en el matrimonio es la comunicación. Viene a mi mente una ocasión en que paseaba con mi esposa en el parque y nos llamó la atención una familia, los padres y sus hijos, pero cada uno estaba platicando con su tecnología, uno con el celular, otro con la computadora, otro leyendo el periódico, estaban interactuando con lo que tenían en las manos, no entre ellos.

Pensaba cómo la cuestión de la comunicación está tan escasa en estos tiempos, cómo el hecho de

llegar a casa no implica el ser una familia. Es como si entráramos a la academia de policía o bomberos y el hecho de estar allí nos diera la facultad de ser policía o bombero sin tener el conocimiento.

Es pues el conocimiento práctico, las vivencias, lo que nos va a llevar a conocer a nuestras familias y en el caso de la pareja, fortalecer el matrimonio. Piense, ¿cuánto tiempo dedica a platicar con su pareja? ¿Cuántas cosas importantes le ha contado últimamente?, ¿sus derrotas en el trabajo?, ¿sus problemas en las casa?, ¿sus emociones durante el día?

Este mundo ajetreado, el tener muchas responsabilidades nos hace perder la comunicación con nuestra familia. Estos pilares son importantes.

La palabra *sinfonía* es clave en el matrimonio. Cuando en una orquesta grande, los instrumentos de cuerda, de aire, todos los instrumentos deben estar en sintonía para que se escuche bien. Deben entrar en el justo momento y callar en el preciso tiempo, parar, hacer pausa, llevar los tiempos. Esto se le llama "armonía" en el ámbito musical. Esta armonía debe existir en nuestra familia.



Cuando uno quiere ser más que otro, cuando uno busca protagonismo o cuando uno se hace a un lado en los momentos más importantes, sería

como en el ejemplo de la orquesta, cada quien entraba en tiempos diferentes y sería un caos total, no habría armonía.

Así es como se debe valorar si hay armonía en el matrimonio. No confundamos que todos los problemas y conflictos no se pueden resolver, no se van a alejar de nosotros. Es importante entender, en un matrimonio, que el que está frente a mí tiene muchas cosas para darme.

No es cosa de hojear un libro y entender lo que dice el libro, es tomar las vivencias buenas y de las malas, porque de estas, aun, puedo mejorar, las puedo evitar, puedo dar un consejo a otras personas que están pasando por un problema similar al mío.

Entonces, esas dos personas, empiezan a construir una nueva relación. La pregunta que nos hicimos al principio, ¿por qué con el que me casé ya no es el

mismo?, es cierto, la vida va cambiando, porque hay nuevos retos y obstáculos, y es la madurez y el ir creciendo en la vida lo que nos va a ayudar a enfrentar estas situaciones.

Cuando yo quiera que los problemas sean los mismos que cuando nos casamos, estoy viviendo una irrealidad. Cuando yo quiera vivir con la misma mujer de hace diez años con la que me case, es algo imposible, cuando estoy buscando las mismas características de mi pareja como cuando me casé, es imposible.

Es entender esas diferencias y juntos construir esa nueva realidad, lo que nos va a ayudar a salir adelante de estos problemas y dificultades y retos de nuestra familia.

Es duro aprender, es difícil, a veces dolorosa pero no es imposible. Le invitamos a que estos pilares del matrimonio sean algo integral en nuestra vida, es una herramienta.

Es como si algún electrodoméstico que se echara a perder en su casa, usted buscaría la herramienta para arreglar lo que se descompuso, así es como en Esperanza para la Familia, usted puede consultar estos temas. Con herramientas, lecturas, consejería familiar que le pueden ayudar en su matrimonio ¡Hay una esperanza para su familia!

¿Cómo resolver los conflictos en el matrimonio?

¿Cómo resolver los conflictos en el matrimonio? Una persona con autoridad en la materia de comunicación y relaciones humanas, un sicoterapeuta francés llamado Patrick Estrade dice:

No debemos confundir “vivir un conflicto” con “vivir en él permanentemente”.

Quiere decir que los conflictos, en ocasiones, sirven para poder amalgamar, para poder construir esta realidad que comentábamos anteriormente. El problema, es cuando este conflicto es de continuo, y es un permanente, que todos los días es lo mismo.

No puedo salir de la misma dificultad y del mismo problema. Es como si estuviéramos manejando un automóvil en la noche y caemos en un hoyo, un bache. Nos bajamos y vemos el automóvil, la llanta que está dañada e imagínese que mi esposa, mi familia y yo, sólo nos quedamos viendo al automóvil y no pedimos ayuda. Esto es un problema, nos sirve de ejemplo

para lo anterior.



Cuando hay un problema y una dificultad, hay que resolverlo, quedarse en el bache provocará un mayor conflicto. Es, entonces, cuando viene la crisis, cuando ya no aguantamos más los problemas, las dificultades y, entonces, tendemos a estallar, a explotar y en esto vienen más dificultades, los

hijos son agredidos, la esposa es agredida y la familia se convierte en un campo de batalla en lugar de ser un campo de confianza, de esperanza, de amor, de todos los pilares que comentamos del matrimonio.

Es muy importante tomar un papel activo. No podemos esperar que las cosas vayan de mal en peor o que cambien mágicamente o sobrenaturalmente, es necesario poner manos a la obra.

También, algo importante, es el hecho de aprovechar las diferencias para aprender, porque algunos dicen que todas las diferencias son malas. No, hay diferencias que nos ayudan a resolver mejor los conflictos juntos.

Los problemas y dificultades nos van a ayudar en la vida y en un futuro, les ayudará a nuestros hijos enseñarles esto, las futuras generaciones van a aprender de nuestros problemas, pero tenemos que tener una actitud de escuchar, de ser ayudados, una actitud de humildad.

Como si fuera a comprar cosas que faltan en mi casa y, cargado con mis bolsas de mandado, se rompen y, entonces, la gente se me queda viendo, unos se burlan, otros hablan al oído y otras personas, de forma amable, se acercan a ayudarme a levantar las cosas del mandado y les digo que no me ayuden, que no los necesito, pero no tengo otra manera de llevar el mandado a la casa.

Y, como en el matrimonio, no queremos aprender de esos errores, no permitimos que esa ayuda sea real a nuestras vidas. Los problemas de las parejas se van agravando, agravando, la mayoría de los conflictos pueden resolverse en el día de hoy, los conflictos y diferencias pudieran platicarse entre la pareja, la mayoría de las situaciones no tendrían que complicarse más.

Aun cuando haya un problema más grande en el

matrimonio, en la familia, le queremos recordar: hay esperanza para su familia y hay la oportunidad que dialogando, platicando y desenrollando, como si fuera una madeja de estambre, con paciencia, con amor, con el interés de mejorar en nuestra familia, del matrimonio, pudieran resolverse todos esos conflictos.

Cuando nos toca manejar esos conflictos con humildad, cuando recapacitamos en decir por qué dije esta palabra, por qué actué de esa manera, le fallé a mi pareja, a mi familia, ¿sabe?, el quedarnos en ese punto y no actuar, no nos va a ayudar en nada, más bien, el tomar estas bases y poder salir adelante es lo que nos va a beneficiar y también pudiésemos ser sinceros y decir que la persona de enfrente es la que empezó ese problema, esa dificultad.



Pero, como el ejemplo antes mencionado, de los camiones que se encuentran en una calle angosta, uno va a tener que ceder y alguno aun pudiera decir:

yo no voy a ser pisoteado por la otra persona, pero no entendemos que no es ser pisoteado, sino es empezar a construir en lugar de destruir.

Alguien diría: ¿estás tratando de decir que debo dejar que hagan lo que quieran, de mí?, no, lo que estamos tratando de decir es cómo debes entender a la otra persona, antes de vernos a nosotros mismos, debemos fijarnos en las necesidades de la otra persona de enfrente.

Cuando yo hago esto, empiezo a ver que esa esperanza la voy a empezar a construir también, no es algo caído del suelo, sino una esperanza que debemos construir juntos, dos personas. Para que empiece a dar resultados, debe empezar el entendimiento en una sola persona.

Con respeto le preguntaría, ¿quiere ser esa persona, que tome esa responsabilidad, que reconozca que los conflictos que ha provocado va a empezar a resolverlos, o los conflictos que está provocando mi pareja, voy a entenderlos para empezar a resolverlos..?

Para terminar, esto pudiera compararse con un ejemplo que escuché hace tiempo. En un bosque había varios animales, estaba la ardilla, el oso, el gato

montés y también estaba un pequeño pajarito. El bosque empezó a incendiarse, los arboles empezaron a quemarse, las plantas y todos empezaron a huir, a escapar. De repente, el pequeño pajarito mojó sus alas en un pequeño charco y se acercó donde los árboles estaban ardiendo y empezó a sacudirse y echar unas pequeñas gotitas.

Un animal de los fuertes le dijo, ¿qué haces? Vas a morir quemado ahí, como los demás, y dijo: yo no puedo huir, porque este es mi hogar, aquí crecí y tengo que dar mi vida por ellos. Esta reflexión nos ayuda a entender que nuestras dificultades podemos resolverlas nosotros.

¡Hay esperanza para la familia!

Por: Lic. Adolfo Rosales

Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.org>

Correo Electrónico: contacto@esperanzaparalafamilia.com