

LOS PROBLEMAS DE LA PAREJA

Luis Fernando Velásquez Gallego

Conociéndonos mejor
podremos ser felices y hacer a otros felices
también

Hace ya un tiempo fui invitado por las directivas del colegio de mis hijos a dirigir el programa de escuela de Padres. Este programa incluye una revisión de la vida de la pareja como parte del programa de formación. Se busca proponer un espacio para que la pareja — como individuos y como dupla — revisen (ellos), con sinceridad sus vidas y lleguen a tener una renovación matrimonial. Las reuniones son una ayuda que les sirva de guía solamente. Los resultados de este proceso, no depende tanto del tiempo que se le invierta ni del mucho dialogo sino en primer lugar de esa firme decisión de pagar el precio que esto pida. Es decir de hacer los esfuerzos para hacer esos pequeños o grandes cambios, de dejar unas pocas o muchas cosas que, como fruto de este proceso se detecten. Es un proceso de evolución, es decir de cambio lento y continuo, no es una revolución fruto de una explosión pues esto no es realista. Los cambios como la maduración toman tiempo y en el matrimonio más pues es maduración en equipo. Este trabajo, que hoy está en sus manos, es un resumen de estas reuniones con parejas y mucho de lo dicho recoge comentarios del grupo. Es decir: es vida real, no es novela ni ficción.

Evolución, no revolución

En estos talleres sobre familia, un fin muy importante, es lograr una mejora en la educación de los hijos y cuando el esfuerzo que se hace esta orientado a mejorar la pareja hay que tener conciencia que esto es el mayor servicio, que es el mayor bien que pueden hacer unos padres por sus hijos: mejorar su matrimonio, aunque sea un poquito, no pidamos milagros, recordemos que es una evolución. Ese poquito es el mayor beneficio que pueden hacer para sus hijos. Es muy posible que usted no haya participado de estos talleres pero el hecho que este leyendo esto es muy positivo y ojala al terminar este folleto usted tenga el interés de muchas parejas que quieren crecer y ofrecer a sus hijos ese don, ese regalo que es el mayor en estos días. Si nos fijamos en los comportamientos de muchos nos damos cuenta que muchas parejas se dedican a comprar cosas para sus hijos, ese no es el mayor bien, sino unos mejores padres que los quieran mucho, les exijan mucho y los hagan gente de bien. Los padres lo que más queremos es la felicidad de nuestros hijos. Muchos se quitan la comida de la boca para dársela al hijo. Muchos equivocadamente llenan de regalos a sus hijos creyendo que la felicidad esta en las cosas. No, nosotros como pareja somos el mejor regalo que podemos hacerles. Los niños saben que sus padres los aman pero necesitan saber que su papá quiere a su

mamá y al revés. Sus hijitos resplandecen se alegría cuando ven que su papá quiere a la mamita y viceversa. Cuando hay problemas también son los primeros “detectores”, no se les pasa una.

Un regalo para sus hijos

Este regalo a sus hijos no dependerá tanto de lo que aquí se escriba, sino de lo que usted esté dispuesto a hacer de ahora en adelante. El propósito es ser felices y como dice el lema de un Colegio hacer felices a los demás. Ser inmensamente felices pero buscando la verdadera felicidad que es una felicidad que no deja guayabo, que no tiene efectos directos o colaterales negativos, que no trae remordimientos. Siguiendo la forma como en las empresas se analizan las diversas situaciones quisiera también trabajar usando una metodología similar a la usada para tener una matriz DOFA (Debilidades, Oportunidades, Fortalezas, Amenazas) que nos permita no solo conocer mejor las amenazas para convertirlas en oportunidades sino también analizar las debilidades con el fin de convertirlas en fortalezas. El conocernos débiles es el comienzo de nuestra fortaleza, es vivir eso que se llama la virtud de la humildad, saber como somos. Es bueno recordar que los grandes edificios empiezan con unas bases profundas, viven la humildad y sobre ella construyen. Con esto en mente, con seguridad podremos mejorar nuestra vida de pareja, además, como una consecuencia lógica, mejoraremos nuestra vida de familia y creceremos todos humanamente todos juntos los que formamos nuestras familias.

Amenazas y soluciones

La plata

La plata y los bienes materiales han acabado muchas familias. Pues con ellos aparece siempre la ambición y a veces desmedida. Cuando hay bienes es fundamental acuerdos sobre el manejo de ellos. Las estrellas de cine, normalmente antes de casarse firman documentos acerca del manejo de los dineros y bienes aportados por las partes a la nueva sociedad conyugal. Los acuerdos sobre bienes económicos facilitan las relaciones. Si estos existen antes del matrimonio es bueno conversar sobre ello antes de casarse y llegar a acuerdos. Precisamente el noviazgo es el tiempo especial para conocerse y conversar sobre lo divino y lo humano y no solo ir a cine, pasarlo rico en rumbas y decirse que se quieren mucho. Los que somos padres de familia debemos hablarle a los hijos sobre el tema pues cada vez gana más en importancia. Hoy normalmente ambos trabajan y ambos aportan. Es muy triste pero muchos no-

vios tienen unos noviazgos deliciosos llenos de besos y caricias, mucho cine, muchas fiestas, pero no se conocen. El dinero bien manejado hace mucho bien pero mal manejado es un destructor de todo. Es como el agua que se mete por las grietas de la gran roca y rápidamente la destroza.

Es importante recordar en este punto aunque sea por encima las siguientes virtudes que hay que vivir: la sobriedad, la templanza, la virtud de la pobreza bien entendida, la virtud de la generosidad, el vivir esas virtudes es la solución a las dificultades generadas por el manejo del dinero y los otros bienes económicos.

Presupuesto

El manejo de los dineros de la familia debe hacerse con un presupuesto bien hecho y revisado periódicamente. Toda la ciencia económica ayuda a hacer que rinda la platica cada vez más escasa. No se puede tener un presupuesto sin tener unos menús para la semana o para el mes, saber cuantos van a comer y comprar lo que se necesite, con generosidad pero también con sobriedad. Es muy triste ver basureros llenos de comida dañada. Los gastos y las inversiones son fruto de algo racional y no de un capricho. Hay gente que bota la plata por: lujo, capricho, comodidad, vanidad... Etc. Los peores son los etcéteras y los ya "quees". Ya que pusimos una matica porque no cambiamos el jardín. Ya que lavamos el carro porque no lo cambiamos.

Como somos

Cuando una señora pelea con el marido tiende a irse a la peluquería y luego al centro comercial a pesar de que esté divina y no necesite nada. Quiere que alguien la contemple. Cuando un hombre pelea con la señora uno se encueva dentro de un libro, se va para donde los amigos a hablar de fútbol y de viejas, a tomar cerveza...

Gerencia doméstica

La gerencia del hogar, por naturaleza es de las mujeres pero ellas también deben oír los comentarios de los maridos. Hoy existen herramientas para programar los gastos, para hacer presupuestos y hacer las compras del mercado más rápido. Y no es sólo el manejo del mercado, que tal los servicios, que tal los teléfonos. Cuanta plata se nos va de las manos por no saber medir el tiempo. El adecuado manejo de la energía eléctrica.... En fin tantos pequeños detalles que hacen que pueda o no quedar un resto para ahorrar. Recuerde

el refrán del turco: **ahorra o nunca!**...

Una gran ayuda a esta sociedad es programar y dictar cursos de economía doméstica. Cursos la ambos en donde se aprenda como se debe manejar una casa, como hacer los menús y como cocinar. Hoy ambos deben saberlo. Al matrimonio no se puede llegar con solo sentimientos, emociones, ilusiones sino además conocimiento, preparación.

Es muy importante saber pedir rebajas; cuanto vale y por que tan caro. Ser analíticos y no actuar por impulsos. Conozco a una eficiente señora ejecutiva que invita al esposo y a los hijos a hacer el mercado y les entrega en una hoja impresa lo que deben comprar, la cantidad, el último precio y la góndola en donde están los productos. Usa para eso su computador y las herramientas que sabe usar para gerenciar su negocio.

Familia tormento

Muchas veces las señoras se hacen ver como Doña Tremebunda, la suegra de Condorito. Otras veces los señores somos como Olafo y las señoras unas pobres Helgas. Cuantas veces somos los hombres como el pobre Pancho y las señoras como Ramona... De los personajes de las tiras cómicas. Podemos aprender muchas cosas. Ellos nos dan material para pensar, para reflexionar sobre muchas cosas. Aprender de las virtudes que ellos no tienen o de las que tienen. Por ejemplo: me gusta la paciencia de Helga, la forma casi maternal como trata al bárbaro de Olafo. Pero también ve uno cómo se rechazan a las suegras. Las suegras son muy buenas, pero es mejor que las familias se desarrollen en terrenos neutrales, es decir sin suegras ni suegros. La pareja debe aprender a decidir su vida, a usar lo que aprendió en sus hogares. Un hogar con suegros entrometidos se convierte en un tormento.

Es importante para una buena relación de pareja, en lo humano, el conocerse, el conocer como son las mujeres y como somos los hombres desde el punto de vista de nuestra psicología. Hay un libro que se llama: "Los hombres son de Marte y las mujeres de Venus" que ilustra, con buenos ejemplos, como somos. Por ejemplo: los hombres resolvemos problemas y cuando la señora nos cuenta algo le damos una solución. Ella lo que estaba esperando era sólo que la oyeran y le dieran un abrazo.

Decía "jeringa", el famoso cómico, que las mujeres tienen una hormona, la cantaletasa y que a veces el organismo no la maneja bien y les da por echar cantaleta y la casa se vuelve un infierno. Hay que quererse y ayudarse para no vivir una vida de tormentos.

Pero hay otros tormentos: cuando las personas son complicadas, cuando son cositeras (faltas de generosidad), cuando no escuchan, cuando explotan por cualquier detalle. Hay gente que no come la comida sino está en el grado exacto de temperatura, con la cantidad exacta de sal o de dulce... y esto hace que en muchos hogares se discuta o se dañen las relaciones de pareja. El sitio para estar tiene que estar a una determinada temperatura y si no hay problemas. Un niño definía la palabra suéter como algo que me pone mi mamá cuando mi abuelita tiene frío. Estos son los tormentos producidos por personas que sólo piensan en ellas y nunca piensan en los otros. La flexibilidad, el buen trato, la amabilidad, el cariño, la descomplicación son necesarios para que se pueda vivir en familia sin que vivir en ella quiera decir vivir en la casa de los tormentos. Los señores tenemos que aprender a ayudar en las cosas del hogar y las señoras tienen que saber que los botones no se pegan con Colbón o con Ega.

Las pequeñas mortificaciones

Una buena forma de evitar vivir en una "familia tormento" es por medio de las diarias pequeñas mortificaciones. No son cosas buscadas sino que aparecen en el diario vivir. Muchas veces la más grande mortificación es poner buena cara al final del día. Una sonrisa cuando alguien se nos acerca y busca en quién apoyarse. El oír al otro con atención, el dejar el televisor por un rato, el oírle el cuento completo a la pareja, el atender al niño que describe cómo metió el gol en el partido del recreo. Todo esto es un catálogo de mortificaciones que ayuda a la paz y alegría familiar.

El Poder

Muchas veces, los mismos problemas de dinero generan otro tipo de problema, el que tiene que ver con el poder. El que pone la plata pone las condiciones se dice en el mundo de los negocios. Hace 100 años el mundo del trabajo era territorio masculino. Hoy compiten en igualdad de condiciones hombres y mujeres y muchas veces tienen mejor puesto las mujeres que los hombres. Si esto no se maneja bien es una fuente grande generadora de problemas. Recordar que el matrimonio es una alianza de dos iguales en dignidad y complementarios en muchas cosas. Muchas veces el poder se convierte en chantaje y se destruyen el uno al otro. "Como no me da plata, le corto los servicios".

A veces el poder puede venir de los éxitos profesionales del uno o del otro. Hoy en día se busca cada vez más la autorrealización pro-

fesional, el éxito, el tener. El éxito, como la felicidad y como la alegría, se debe saber manejar de modo que no produzca borrachera, es decir que no deje guayabo ni resaca. Esto es que no produzca malestares y dificultades. Es más importante el ser que el tener, es más importante la felicidad que el éxito.

La vida social y laboral

Los celos, licor y los amigos, el exceso de trabajo, la sucursal, o la diagonal, las fufurufas o amiguitas o los tinieblas o amiguitos pueden provenir de este capítulo de la vida social o laboral y además la crisis de los 40. Hay que recordar que siempre el prado del vecino es más verde que el de uno y que existe la tentación de lo nuevo, de la curiosidad.

La crisis de los 40 en los hombres

Dicen que en los hombres hay una crisis en los 40. Época de éxitos profesionales, pero en donde el cuerpo va decayendo y no se quiere aceptar que los años pasan. Llega uno como hombre a la edad del carro deportivo: sin capota (sin pelo), con llantas anchas (sobre todo en el estómago) y con la palanca en el piso y a encontrar problemas.

“La mística ojalatera”

Conocidos maestros de la vida espiritual preocupados por la atención a las almas, como es el caso de San Josemaría Escrivá, hablan de este momento crítico de la madurez: «Aparece entonces en algunas almas – no en todas, y ni siquiera en la mayoría - lo que he llamado la mística ojalatera: ojalá hubiese sido médico, en lugar de abogado; ojalá no me hubiese casado, ojalá... cualquier cosa distinta a la que de hecho se tiene. Junto a eso, un cambio de carácter, tal vez una excesiva preocupación por la salud, la aparición de enfermedades imaginarias, una cierta pérdida de interés por el trabajo profesional». En el fondo de todo, y acaso como lo más característico de ese momento, se encuentra una actitud interior de balance: hasta entonces, y humanamente hablando, la vida intelectual y física ha ido creciendo hacia la madurez. De entonces en adelante se iniciará el declive humano, y se tiene la impresión de que ese balance, al que la prudencia de la carne invita, tiene un cierto carácter de definitivo o de irreparable».

San Josemaría consideraba que la crisis podía llevar a situaciones angustiosas y que sería necesario ayudar a la persona que le llegaba la crisis: rejuveneciendo y vigorizando su piedad, tratándole

con especial cariño, dándole un quehacer agradable, lo que exigiría, incluso en algunos casos, una temporada de especial distensión.... Sobre la crisis trataremos más adelante

Volvamos a donde íbamos...

Esto coincide con una etapa en que muchas veces las mujeres se descuidan físicamente y pierden esa delicia que es el permanente coqueteo que lo mantiene a uno enamorado. Hay que recordar que las casa viejas necesitan más pintura y más yeso.

A eso agreguémosle a lo anterior los regaños por bobadas, la cantaleta, el cuento que por que fulanita si puede comprar esto y lo otro y nosotros no.

Para muestra veamos la siguiente escena:

Usted señor se levanta medio dormido pues el pensar en el sobre-giro bancario no lo ha dejado de atormentar toda la noche. No descansó mucho realmente. Abre los ojos y lo primero que ve es “una cosa” con un montón de tubos en la cabeza, con una cara con distintos colores regados irregularmente, verdes con tendencia al morado en los ojos, un rojo regado cerca de la boca y que sin preguntarle como durmió le cuenta que el niño quebró un vidrio del vecino, que la empleada le daño con blanqueador la corbata italiana que usted dejo en su camisa, que le hicieron un rasguñito al carro y que la nevera finalmente saco la mano.

Bueno así es muchas veces. Veamos otra escena y comparemos:

Usted llega a la oficina y encuentra no “una cosa” sino un bombón, todo un monumento, muy bien perfumada, bien maquillada, amable pues le pregunta que si durmió bien y si descansó y que ante su respuesta le trae una pastilla para el dolor de cabeza. Pero además le cuenta que después de usted irse a la casa llegó la noticia que ese cliente que le debía una gruesa suma que usted ya la daba por perdida le consignó la mitad y le prometió el saldo en unos días y que por lo tanto el sobre giro bancario se cubriría sin problema. Además le tiene una deliciosa taza de café...Usted que diría. No es cierto que el prado del vecino es más verde. Y uno en la crisis de los 40. Pues señoras así empieza el proceso de pérdida de su marido y obviamente se le disparan los celos que no hacen más que agravar las cosas.

Muchas veces hay reuniones sociales y laborales y uno como esposo se siente muy bien cuando su esposa lo acompaña y se ha

arreglado para quedar como una reina. Pero a eso debe agregársele una participación adecuada en la reunión en cuanto a los temas tratados y las respuestas a ellos.

A nadie le gusta salir con una boba y menos llevarla a presentársela a los amigos. Cuando digo una boba me acuerdo del caso de una señora que después del primer trago le daba por quemarles la corbata con un cigarrillo a los señores. Se les tiraba además de las corbatas la fiesta.

Como hoy en día ambos trabajan en la pareja, esto es válido para ambos. Las mujeres se sienten muy bien cuando uno va bien vestido y es amable y hacer sentir bien a los demás.

Un Cuento

Un empresario joven llegó a su casa después del trabajo diario y mientras revisaba los periódicos su esposa se le acerca y le pregunta con suavidad:

-No me has contado cómo es tu nueva secretaria. ¿Es bonita? ¿Tiene lindas piernas?

-Amor, yo no me fijo ni me preocupo por esos detalles. Lo que importa es su trabajo y eficiencia.

-Comprendo, gordo, pero cuéntame: ¿es rubia, es morena, es delgada o gordita?

-Mija, la única mujer que importa en mi vida eres tú.

-Está bien, gordo, no te interrumpo más, pero dime ¿Cómo se viste?

El ejecutivo sin pensar lo que decía y sin quitar los ojos del periódico respondió:

-Muy rápido, mija. Se viste muy rápido.

Cae más fácil un mentiroso que un cojo

El machismo o feminismo

Muchos problemas han aparecido por el machismo o feminismo, por la liberación femenina en donde se han roto diques que antes protegían el matrimonio. Esto con el egoísmo de uno o del otro o de ambos destruyen un hogar. Veamos algunos datos para pensar en el porque de la realidad que vivimos: En el año 1968, Hace 39 años, Pablo VI dijo en su encíclica «*Humanae Vitae*»: «Esta doctrina, muchas veces expuesta por el Magisterio, está fundada sobre la inseparable conexión que Dios ha querido, y que el hombre no puede romper por propia iniciativa, entre los dos significados del acto conyugal: el significado unitivo y el significado procreador» [«*Humanae Vitae*», No. 12.]. El Papa Pablo VI condenó toda

forma de anticoncepción como impropia de la dignidad de la persona humana. Surgió contra su enseñanza una oleada de disenti-miento enfadado. Católicos y no católicos regañaron a la par «al viejo célibe del Vaticano» por haberse equivocado al leer los signos de los tiempos y obstaculizar así la entrada plena de la Iglesia en la era moderna. Pero el Santo Padre estaba simplemente exponiendo la enseñanza de la Iglesia que no ha tenido cambios desde sus comienzos, mantenida por todas las denominaciones cristianas hasta que la Iglesia anglicana hizo la primera ruptura en la Conferencia de Lambeth en 1930. John F. Noonan, en su señalado estudio, «Contraception» (Harvard University Press,1965), detallaba la historia de la práctica anticonceptiva desde los tiempos antiguos hasta el presente. Aporta documentación de que, desde la «Dídaje» (año 80 de nuestra era) hasta la Conferencia de Lambeth en 1930, todas las denominaciones cristianas, sin excepción, consideraron la anti-concepción intrínsecamente inmoral.

El Papa en esencia – aunque no lo expresara con estas palabras exactas- estaba declarando: «No es un derecho del hombre el separar lo que Dios ha unido. Intentar hacerlo podría al hombre en el lugar de Dios, y atraería una serie de males indecibles sobre la sociedad».

Muchos se mofaron de las consecuencias calamitosas que el Papa Pablo predijo si se extendía la anticoncepción. Entre sus predicciones estaban:

- 1)Aumento de la infidelidad conyugal;
- 2)Descenso general de la moralidad, especialmente entre los jóvenes;
- 3)Maridos que ven a sus esposas como meros objetos sexuales y
- 4)Gobiernos forzando a su gente a programas masivos de control de nacimientos.

Treinta y nueve años más tarde el paisaje moral se presenta con la rígida realidad siguiente:

- 1)El porcentaje de divorcio se ha triplicado.
- 2)Muchos maridos ven a las mujeres como cosas y ellas se han dejado cosificar. Es más, es mucha la plata que se genera en el negocio del culto al cuerpo y a la belleza. La moda también a ayudado en el proceso de cosificación de la mujer, olvidando su dignidad
- 3)El número de enfermedades de transmisión sexual ha aumentado en una relación de 6 a más de 50.
- 4)La pornografía gana más que todas las entradas de deportes pro-

fesionales y entretenimientos legítimos en conjunto.

5) En el tercer mundo se fuerza a la esterilización a mujeres sin que lo sospeche.

6) Hay políticas de un niño por pareja y China esta en la vanguardia.

7) Hoy, incluso los críticos de la «*Humanae Vitae*» admiten que su enseñanza fue profética. En un artículo que apareció en U. S. News & World Report (1 de julio de 1996, pág. 57), el prominente antropólogo Lionel Tiger culpa al uso extensivo de la píldora de muchos de los problemas de hoy, que empezaron en los sesenta: «Como ocurre con frecuencia, la tecnología (en este caso la anticoncepción) ha generado un resultado inesperado: más abortos, más familias de un solo padre, más hombres que abandonan su papel de buenos proveedores y una mayor tasa de divorcios».

Manejo de tiempo

Con la vida social también va ligado el manejo del tiempo. La falta de puntualidad, el no tener los colchones de tiempo para cumplir. Cuantas veces no hemos ido y hemos dejado al otro plantado o planteada, cuantas veces nuestro desorden hace que no seamos eficientes en nuestro trabajo y por lo tanto no damos el tiempo debido a cada quien y luego nos escudamos en el cuento de la calidad de tiempo. Hay que dar tiempo en cantidad y en calidad al cónyuge y a los hijos. Si hay verdadero compromiso eso se puede lograr.

La Política y la diferencia de gustos

Muchas veces el no ser prudente en el manejo de sus gustos, de sus diferentes formas de pensar presenta dificultades. Hay que ser muy respetuoso de los gustos y preferencias del cónyuge. Uno no puede obligar al otro que piense como uno, que le gusten las mismas cosas, eso sí uno debe conocer bien que le gusta y que no y eso es fruto del trato, del dialogo. Con el tiempo si ha habido un buen trato, si realmente se quieren se llegan a gustar cosas que antes no se gustaban y que maravilla es poder compartir eso en pareja, ver como el otro disfruta, como goza con algo.

Hijos, Parientes...

Muchas veces los seres queridos son fuente de problemas, de discusiones, de disgustos.

Empecemos por los suegros.

Uno se casa con su pareja pero su pareja tiene familia y cada fa-

milia tiene sus costumbres, gustos, tradiciones, cultura etc. Que para bien o para mal son parte de lo que uno "gana" en el matrimonio.

El noviazgo es el tiempo adecuado para conocerse la pareja y también las familias de modo que cuando se casen ya sepan a que se atienen. Por prudencia los suegros deben entender que sus hijos han crecido y deben hacer su vida. Ya lo que se les dio se les dio y sobra cualquier intromisión adicional pues casi siempre pueden ser motivo de discusión y de disputas.

La crianza de los nietos, la educación de los mismos, la economía doméstica, los mismos paseos o vacaciones pueden dar motivos. Uno debe entender que se deben oír amablemente consejos y opiniones pero que en definitiva la pareja es la que tiene que vivir su vida y con diplomacia, cariño y mucha paciencia manejar las diversas situaciones. Hay muchos chistes y comentarios agrios sobre las suegras. Yo tuve la fortuna de conocer una que fue un verdadero tesoro: la suegra de mi esposa.

Hay abuelos que adoptan a sus nietos y prácticamente los crían. Esto puede generar problemas educativos pues los abuelos ya están en una etapa de amar y de exigir poco y a veces mal crían a sus nietos. Muchos abuelos son una salvación, un verdadero tesoro y una gran ayuda si están bien orientados y trabajan con unidad de criterio con la pareja.

Muchas veces las fuentes de problemas son los hermanos y hermanas de los cónyuges o sus familias. Los chismes, las diferentes culturas, la diferente educación, falta de buenos modales, simplemente: falta de tono humano, de calidad humana. En una misma familia hay diferencias muy grandes en formas de ver la vida, en la forma de actuar etc. Por eso la recomendación básica es lo mismo que antes hemos recomendado: serenidad, paciencia y una dosis extra de prudencia pues muchas veces la mejor palabra es la que no salió de la boca.

Como son las suegras

Dice Raúl E. Tamayo Gaviria que un joven moderno, de buena familia, como decíamos antes, habla con su mamá y le dice: - Madre, quiero que sepas que estoy a punto de casarme. Tengo una novia inteligente y bonita. La quiero y me quiere. Voy a presentártela, pero te invito a que juguemos una estrategia para que sepamos qué tanto me conoces.

-¿Y cómo es el jueguito que propones, hijo?

-Bueno, yo te traigo tres amigas mías. Una de ellas es mi futura esposa. Tú deberás decirme cuál de las tres es mi novia.

-Convenido. Dijo la comprensiva madre.

Al día siguiente el joven se aparece con tres damas a la casa de su madre. Las tres son bonitas conversadoras y despejadas. Hablan con la madre del novio durante dos horas y se despiden. Al quedar solos madre e hijo, éste le pregunta a su progenitora cuál cree que es su futura esposa.

-La que estaba sentada en el medio, de pelo corto y vestido verde. Dijo la madre con aplomo.

-No lo puedo creer. ¿Cómo hiciste para adivinar? ¿Qué poderes tienen las madres?

-Muy sencillo, hijo, fue la que no me gustó como nuera.

Exceso o falta de sexo

Resulta que un viejito fue a donde el médico y le dijo: Dr. Necesito que me baje mi potencia sexual. El médico le dice pero como me pide que le baje la potencia sexual si usted a sus años tiene la potencia sexual en el cerebro. El viejito le dice: por eso Dr., quiero que me la baje usted.

Las parejas tienen problemas en este campo, por exceso o por defecto y esto requiere tener muchas cosas claras y vale la pena hablar claro sobre este tema. Si es del caso consultar al médico, hablar muy claro entre los dos y quererse mucho y ayudarse mucho pues si bien es muy importante no debe ser lo central del matrimonio. Hoy en día el estrés, el cansancio, las enfermedades limitan este aspecto del matrimonio y esto no es causa para que se termine el amor. Todas estas amenazas vale la pena analizarlas entre los dos, marido y mujer, con cariño y con sinceridad y sacar conclusiones, sacar propósitos realizables que ayuden a crecer en pareja.

Más sobre la crisis de los 40

Antes hablamos sobre la famosa crisis de los 40. Esto sobre todo en los hombres. Trataremos de hacer un buen resumen y para poder cubrir nuestro interés debemos hacernos unas cuantas preguntas y buscar unas buenas respuestas.

¿Que es la crisis de los 40?. A la crisis de los 40 (dice José Luis Mota Garay) se le llama así porque se había observado que el momento más álgido de esta crisis se da entre los 35 y 45 años. Aunque puede considerarse natural, no es tan nítida y alborotada como la crisis de la adolescencia. Además se le llama la crisis de la media vida, porque se considera que a esa edad se ha recorrido la mitad de los años de expectativa de vida. Y también se le llama cri-

sis de madurez, ya que de ella puede salirse con un equilibrio y un sentido del deber que permiten suponer que, a partir de ese momento, se puede alcanzar una vida lograda y fructífera.

¿Cuáles son los síntomas? Los síntomas más claros de la crisis en hombres de 40 años suelen ser:

- ◆ **Querer volver a ser jóvenes** : El hombre en esta época va a experimentar una serie de sensaciones y emociones que van a ser las que le lleven por este camino de la crisis, una sensación de madurez o responsabilidad excesiva, unas ganas de cambiar esto y volver a la juventud cuando eran libres, sin cargas ni responsabilidades, una búsqueda de estimulación en nuevas experiencias de riesgo o atrevidas como cuando eran jóvenes, sensación de tiempo perdido o de aburrimiento.
- ◆ **Buscar mostrase a si mismo** que aun puede conquistar para tener nuevas emociones.
- ◆ **Buscar otras nuevas emociones** como pueden ser los deportes extremos.
- ◆ **Búsqueda de nuevas experiencias** que se han perdido con la edad, búsqueda de experiencias que en su día no pudieron experimentar. Y se pasa de vivir una vida sosegada y estructurada a comenzar a vivir unas experiencias parecidas a las de cuando tenían 20 años.
- ◆ **Otros intentan “beber en la fuente de la juventud”**, a través de la búsqueda de una apariencia que los ridiculiza. Vienen las cirugías plásticas, las dietas, los gimnasios.
- ◆ **Están los que desean “comprar”** con dinero y aparente status compañías, amistades y relaciones que minimicen su edad.

¿Porqué se produce?

Algunos sienten que han llegado al límite de sus posibilidades de avance profesional y económico. Que empieza el declive en muchos campos sobre todo en el físico. Se ve en lo profesional que otros más jóvenes y preparados empiezan a surgir. **Personalidades inseguras** son las más adecuadas para padecer este problema. También en parejas que han establecido **una rutina excesiva** y que carecen de estímulos gratificantes de ocio y tiempo libre. A veces **las excesivas responsabilidades también** juegan malas pasadas. Todo esto se vuelve una carga difícil de llevar, si además en otro entorno, por ejemplo, el laboral, aparece algo o alguien que nos alegra la vida, está claro que le dedicaremos más tiempo. En

muchos casos se pasa más tiempo en el trabajo con los compañeros de tragos, etc, que en casa. Se llega a casa a última hora, cuando los niños duermen y todo está resuelto, así es más llevadero.

¿Qué efectos produce la crisis?

Fruto de las nuevas experiencias se corre el riesgo de perder lo que tienen ahora para poder conseguir un estímulo que será pasajero, igual que la famosa crisis. se corre el riesgo de perder lo que tienen ahora para poder conseguir un estímulo que será pasajero, igual que la famosa crisis. Si no se contienen, en esta búsqueda loca, se pueden cometer muchos errores: Abandono del hogar, salidas con personas más jóvenes con las que no tienen cosas en común o con las que nunca estarán conectadas como ellos quieren, infidelidades con compañeros de trabajo más jóvenes, borracheras con amigos, separaciones, grandes inversiones en coches de lujo para aparentar y llamar la atención, etc.... Con fiestas y trago gratis se consiguen muchos amigos que desaparecen al desaparecer lo gratis. La vuelta a la adolescencia no es tan fantástica como estábamos imaginando.”

¿Y que pasa? ¿Qué ocurre con el hogar y con la pareja?

- ◆ Se producen muchas rupturas matrimoniales ante estas actitudes, ya que la mujer no puede aguantar el cambio al que se somete el marido.
- ◆ La pareja no se haya en la misma situación y se hace difícil aceptar los cambios.
- ◆ Es fácil para la pareja el sentirse poco valorada o querida cuando tu pareja te dice que quiere salir solo con los amigos, que no quiere responsabilizarse de los niños o que necesita salir de noche y emborracharse.
- ◆ Realmente se vienen abajo unos objetivos de vida en común ya que uno de los miembros vuelve hacia atrás mientras que el otro lucha por seguir adelante con los planes.

¿Cómo se debe tratar la crisis? ¿Cómo superarla ?.

Puede superarse: aplicando el sentido común, con una buena dosis de entrega y lealtad, que es fidelidad, al otro cónyuge y a los hijos. Aunque, en algunas ocasiones será oportuno recurrir a una persona ajena al matrimonio para que ayude. Si la crisis es muy seria es bueno buscar ayuda profesional idónea que de la mano y haga caer en la cuenta de que no somos un caso único, que las cosas tienen arreglo, cuáles son los medios que hay que poner para

arreglarlas. Contribuirá a erradicar el egoísmo y conseguir de los cónyuges unos niveles de humildad que les permitan perdonar – si es el caso - y resolver las diferencias que existan; igualmente, ayudará a esclarecer los conflictos pequeños que — muchas veces por su frecuencia - son la causa del enfriamiento del amor matrimonial; o los conflictos grandes que están abocados, antes o después, a terminar en ruptura.

Cuando se dan estas situaciones, si el consejero es aceptado por los dos, puede ayudar a que encuentren el sentido que Dios quiere para sus vidas personales y para la vida de su familia. No hay duda de que en el matrimonio se buscan salidas escapistas cuando se empieza a considerar que el amor al cónyuge o a la familia no es verdadero, sin aceptar que – aunque imperfecto- sí es real, o se piensa que el ideal de su noviazgo no se ha visto plasmado en la realidad de su actual matrimonio. No se dan cuenta de que están en el momento de demostrar que la promesa que se hizo el día de su boda, hace años, era auténtica. No deben engañarse creyendo que todavía tienen atractivo para ensayar "nuevas conquistas". También las cosas pueden llevarse hasta el extremo de concluir que todo lo conseguido en las etapas anteriores no tiene validez y, por tanto, los valores que servían de Norte, las virtudes adquiridas o las convicciones que daban seguridad a la hora de actuar, deben ser sustituidos por nuevos enfoques.

Cuando se está viviendo una crisis de este tipo, pueden aparecer determinados síntomas que van ayudar a que el problema se agudice y tendrás que ponerte en marcha utilizando todo lo que esté en tu mano para salir adelante. Es fácil pasar por momentos de depresión y de ansiedad, puesto que la lucha entre lo que me apetece hacer y entre lo que “debo” hacer es muy dura. “Me gustaría salir con los amigos pero debo quedarme en casa con los suegros”.

Es una lucha continua entre nuestras obligaciones adquiridas en los últimos años y nuestros gustos actuales. Ante esto debes tener en cuenta que los gustos pueden estar distorsionados debido a los pensamientos negativos y depresivos por los que estás pasando, así es que ten paciencia e intenta ver la parte positiva de esta situación. Cuando estamos deprimidos vemos todo en una “visión de túnel”, sólo vemos una parte de las situaciones filtrando la demás, solemos dejar de lado lo bueno y solo nos centramos en lo malo.

Fortalezas

Hemos visto una serie de dificultades en el matrimonio y algunos motivos de conflicto. En este análisis, hemos refrescado nuestras

debilidades y debemos aprendiendo de ellas, convertirlas en fortalezas. Por eso y para poder salir adelante y tener un verdadero crecimiento y mejora de la calidad de la vida de pareja y de la familia es necesario adquirir o potenciar nuestras fortalezas, ellas son las que nos permitirán ese crecimiento de nuestra felicidad y de la de los nuestros. ¿De qué depende ese crecimiento de la felicidad o esa capacidad de felicidad en el matrimonio? De que tanto se fortalezcan 3 aspectos de nuestra actuación depende el alcanzar la felicidad en la vida:

- ◆ Fortalecer la capacidad de amar,
- ◆ Fortalecer la capacidad de dialogar
- ◆ Fortalecer la capacidad de rezar

Estos tres temas dan material para otro día. De todas maneras vale la pena ir pensando en estos temas buscando hacer un examen de como estamos en ellos. Felicidades

