

A decorative border of small red hearts surrounds the text.

Las 8 precauciones para proteger tu matrimonio de la infidelidad

ForumLibertas.com

En un país como España, en que las rupturas aumentan un 10% cada año, más vale blindar nuestras relaciones con inteligencia y prevenir.

Cada vez es más evidente que nuestra sociedad es especialmente hostil contra el matrimonio. No basta con "quererse". La misma noción de fidelidad y compromiso es sacudida por las prácticas de nuestro entorno y por leyes en las que, como se ha señalado, estamos obligados a mantener nuestro móvil al menos 6 meses mientras que podemos divorciarnos a los 3 meses de casados.

En 2005 hubo en España casi 140.000 rupturas matrimoniales, entre divorcios y separaciones, un 10% más que en el año anterior. En 7 años, de seguir este ritmo, habrá el doble de rupturas.

Lo peor del divorcio es que, como el suicidio, es contagioso. Cuando se han divorciado ya un par de parientes, hermanos, primos cercanos, y nadie parece haberse muerto de ello, es fácil asumirlo como "otra opción". Una pareja joven en crisis cada vez tiene menos ejemplos a los que mirar, ejemplos de matrimonios jóvenes, firmes y alegres.

Peor aún, en nuestra sociedad apresurada hay pocos espacios y acsi ningún tiempo para compartir nuestra intimidad con nuestro cónyuge e incluso con algún amigo o pariente muy cercano. Por eso es especialmente peligroso cuando se presenta la ocasión con alguna persona que empieza a ocupar el espacio que debería ocupar nuestro cónyuge.

"Hay un papá de estar en casa en nuestro vecindario que se ha convertido en mi mejor amigo", le decía una joven madre a Jill Savage, fundadora de Hearts at Home, un servicio para animar a las madres que se quedan en casa a ser cada vez "más profesionales". Jill enseguida se preocupó mientras escuchaba a la entusiasmada madre.

"Vamos juntos con los niños al parque, a comprar, incluso cocinamos juntos una vez al mes; es un gran tipo", decía la mujer. "Es evidente que ella no tenía ni idea del peligro de esta situación aparentemente inofensiva", escribió luego Jill Savage en un artículo. "La historia es siempre la misma: el cónyuge infiel desarrolló una relación que empezó como una inocente amistad, con alguien al que poder hablar, alguien que le escuchaba, que se preocupaba".

En una sociedad especialmente hostil, es importante proteger el matrimonio con una atención especialmente fuerte. "Cada uno es tentado por sus propios deseos que le atraen y seducen; estos deseos, una vez concebidos,

engendran el pecado, y el pecado, una vez crecido, engendra la muerte", cita Jill la Carta de Santiago 1, 14-15.

"Necesitamos plantar un seto de protección alrededor de nuestro matrimonio, es decir, tomar decisiones ya, por adelantado, que mantengan la tentación lejos y hagan del matrimonio una prioridad", recomienda Jill como asesora familiar y matrimonial. En concreto, ella recomienda 8 precauciones para proteger la relación.

Precaución 1:

Elige sabiamente. Evita pasar tiempo innecesario con alguien del sexo opuesto. Por ejemplo, si buscas un entrenador personal en el gimnasio, elige mejor a alguien del mismo sexo que tú.

Precaución 2:

Comparte sabiamente. Si un día te das cuenta de que estás compartiendo con alguien secretos e intimidades sobre ti y tu matrimonio que no ha compartido con tu esposo o que no lo haría, eso es una señal de alerta. Un lío emocional con alguien, incluso si no llega a ser sexual, también puede hacer mucho daño a la relación.

Precaución 3:

Procura estar en sitios públicos. Haz el propósito de no citarte a solas con alguien del otro sexo. Si un compañero te invita a comer o a que le acompañes, haz que venga una tercera persona. No titubees en explicarle, si hace falta, que así lo has acordado con tu cónyuge. Puede servir para dar ejemplo.

Precaución 4:

No seas inocente. La mayor parte de la gente que termina teniendo un lío no quería tenerlo; la infidelidad empieza como una relación inocente que termina alcanzando una profundidad emocional que cruza la línea de la fidelidad.

Precaución 5:

Aumenta tu inversión en hogar. Los matrimonios fuertes se consiguen pa-

sando tiempo juntos, riendo juntos, jugando juntos. Si no tienes citas con tu pareja, planea ya citas para los meses que vienen y haz que pasar tiempo juntos sea una prioridad

Precaución 6:

Presta atención a lo que piensas. Si todo el día estás pensando en los fallos de tu cónyuge, si el tiempo que dedicas a pensar en él o ella se centra en defectos y reproches, es fácil que cualquier otra persona pueda parecerte mejor y te atraiga. Haz una lista por escrito de los puntos fuertes que inicialmente te atraieron de tu pareja. Aumenta el animar y apoyar y disminuye las críticas.

Precaución 7:

No juegues a comparar. Todos tenemos malas costumbres, manías y errores. Es muy tramposo comparar a tu esposa o esposo con un nuevo conocido, porque al recién llegado no lo estamos viendo en el mundo real, en el mundo de compartir techo, cuidar niños a las tres de la mañana, cuadrar cuentas, etc...

Precaución 8:

Busca ayuda. Buscar ayuda es un signo de fortaleza, no de debilidad. Busca ayuda quien está dispuesta a presentar batalla, es un primer paso de fuerza. Un terapeuta familiar cristiano, un buen consejero, etc... te darán una perspectiva serena, valiosa, para establecer nuevas estrategias para proteger o defender o reconstruir tu matrimonio.