



¿Vida familiar fácil? No, pero merece la pena

Por: Salvatore Di Stefano

Hay datos que empiezan a preocupar o por lo menos nos tienen que hacer reflexionar. En España, cada día hay más divorcios que matrimonios. En Europa, cada 30 segundos se rompe una familia. Y detrás de estas frías cifras no se puede ocultar el dolor y el sufrimiento que hay para un marido, una mujer, unos padres y unos hijos, todas víctimas de una situación que no se ha sabido o podido controlar.

No existe la familia perfecta. Los conflictos y los cambios forman parte de la vida familiar. Cada familia se transforma con el correr del tiempo y debe adaptarse y reestructurarse para seguir desarrollándose. En toda relación de pareja sobrevienen crisis o momentos difíciles que son completamente normales y que se inscriben dentro del proceso ordinario de maduración conyugal.

No hay que tener miedo, al fin y al cabo, un conflicto conyugal y familiar no es otra cosa que la aparición de un problema, de un obstáculo en las relaciones interpersonales, gracias a lo cual las personas pueden crecer y madurar en la medida que lo afrontan y lo resuelven. Sin la aparición de los conflictos habría que poner en duda en algunos casos la autenticidad de las relaciones interpersonales en el contexto familiar.

Los conflictos no son situaciones patológicas, sino momentos evolutivos, de crecimiento de la familia que atraviesan todos los seres humanos. No obstante, hay crisis que se acarrean durante toda la vida y pueden convertirse en disfuncionales si no se logra una solución o un cambio favorable.

Se pueden considerar tres fases en las que un matrimonio tiene que enfrentarse a un problema: prevención, gestión y resolución del conflicto. Todo esto sin olvidar que muchas veces el primer bloqueo está en la definición del problema. El no saber cuál es la raíz del conflicto impide conocer el modo de resolverlo.

La comunicación

Todos sabemos que existen los modales de la buena comunicación: sinceridad, respeto, sin ira, momento oportuno, saber escuchar, con cariño, etc. Surge espontánea la pregunta: si esto es extremadamente simple, ¿por qué la comunicación sigue siendo el máximo responsable de los conflictos interpersonales? ¿Por qué en el ámbito matrimonial un problema de comunicación se traduce en tensiones mantenidas que son precursores de las roturas?

Actitud positiva

Cuando nuestro consorte nos propone algo, ¿lo queremos ver como nuestro peor enemigo que está aplicando la última estrategia para fastidiarnos la vida, o lo queremos ver como aquella persona que nos enamoró con locura, con la que que quiere seguir compartiendo el día a día con nosotros? Nuestra actitud frente a la vida en general, y en nuestro

matrimonio en concreto, puede ser la clave para decidir si los pequeños acontecimientos diarios van a tomar forma de problemas o de fuente de unión.

Saber amar

Amar es hacer. El marido le dijo: Cariño pienso en ti todo el día. La mujer contestó: Deja de pensar, recoge el lavaplatos, tiende la ropa y escucha a tu hijo que tiene un problema en el cole. No hay amor más grande que una madre que se levanta por la noche para atender al niño que llora.

¿Iguales o diferentes?

Lo que más me gusta de mi mujer es ... que es mujer. A los hombres, ellas nos atraen intelectual y sexualmente por su femineidad, muy distinta de nuestra masculinidad. A veces los hombres llevamos horas buscando una solución y ellas, con esa capacidad intuitiva que las caracteriza, en un segundo la encuentran. Somos diferentes, dentro de la fantástica igualdad de dignidad como personas, como trabajadores, como padres, como hijos etc. Y en esto, podemos ver la maravillosa complementariedad que nos aportan las diferencias que la naturaleza ha establecido.

Alma y cuerpo

Los que buscan la realización de la propia vocación humana y cristiana en el matrimonio, ante todo están llamados buscar una unión espiritual en el matrimonio, sin olvidarse de las realidades carnales, pues esto llevaría a una anomalía de la entrega.

Por esto la sexualidad dentro del matrimonio es un componente fundamental para el enriquecimiento y acercamiento recíproco, un excelente medidor del bienestar de la relación y una de las más delicadas fuentes de comunicación, ya que, alcanzando la máxima intimidad de la entrega, nos permite alcanzar la completa unidad de los esposos. Es responsabilidad de cada uno de los cónyuges poner los medios para conciliar la diferencia de sensibilidad entre el hombre y la mujer respecto al modo de vivir la intimidad sexual.

Fidelidad

Se ha llegado a decir y escribir que una relación extramatrimonial puede enriquecer el matrimonio. Por favor, ¡seamos serios! ¿Quién, con uso de razón, puede decir que se siente más feliz si su marido se ha ido con otra? Una relación sexual, por ser tan íntima, crea unos vínculos indisolubles que no se pueden cancelar. El adulterio, rompiendo el compromiso adquirido entre los dos, abre unos lazos que condicionarán de manera inequívocamente negativa la relación y comunicación. Será imposible mantener aquella mirada limpia y sincera que nos caracterizaba antes. Fidelidad no solo del cuerpo, sino

también del corazón. El compromiso adquirido con el cónyuge, es total. Por esto habrá que ser cuidadosos y prudentes en la calidad del trato diario con personas del otro sexo. Por ello tengamos muy en cuenta lo siguiente:” Demasiadas intimidades pueden constituir una infidelidad del corazón, previo a una infidelidad del cuerpo”.

En resumen, la aparición de un conflicto tiene que fomentar la ilusión de mejorar nuestro matrimonio. Si aprendemos a gestionarlo, tendremos la clave para superarlo. Con una actitud positiva podemos estimular la necesidad de una formación continua para la solución del problema en concreto (saber pedir ayuda, no hay que olvidar que un centro de terapia familiar puede ser un buen instrumento de lucha). Todo esto metido en un clima de alegría, imprescindible para hacer del hogar un lugar atractivo. ¿Quién ha dicho que es fácil? Pero hay que tener la seguridad que lo mejor que nos puede pasar es mantener nuestro camino con nuestro cónyuge.