

## Las 5 cosas que hubiera agradecido que alguien me explicara antes de casarme

¿Qué tal está tu matrimonio?, 5 claves que te ayudarán en la convivencia matrimonial

Tim Parson/ traducido y adaptado por Miriam Aguirre | Fuente: <http://www.religionenlibertad.com>



Tim Parson ha escrito un interesante artículo sobre la convivencia matrimonial que ha sido traducido y adaptado por Miriam Aguirre para el portal Familias.com Por su interés lo reproducimos íntegramente:

### Nuestro matrimonio estaba en crisis

«Nos pasa muy seguido que mi esposa y yo recibimos comentarios sobre nuestro matrimonio que nos hacen sonreír. “Se ven tan felices”, “se portan como recién casados”, “no entenderían nuestros problemas porque su matrimonio es excelente”, “ustedes nunca discuten”.

»No sonreímos porque esto que nos dicen nos hace felices, sino porque muy pocas personas conocen nuestra verdadera historia. Y todas las parejas tienen una, incluso nosotros.

»Hace no mucho tiempo, Consuela y yo estuvimos a punto de divorciarnos. Las cosas no iban bien y nuestro matrimonio estaba en crisis. No digo esto a la ligera. Estábamos en el punto de no retorno – o por lo menos eso pensábamos.

### Restaurar el matrimonio

»Asistimos a terapia matrimonial con sacerdotes y consejeros matrimoniales que trataban de ayudarnos a restaurar lo que alguna vez fue nuestro matrimonio. Fue uno de los momentos más dolorosos por los que he pasado personalmente.

### Cosas que se hubieran podido evitar

»Al reflexionar de nuevo en ese momento de mi vida, hay algunas cosas que sé que si yo ya las hubiera entendido plenamente cuando me casé, la crisis en la que nos encontrábamos se hubiese podido haber evitado. Aquí están cinco de ellas:

#### 1. No existe un plan B

»Mi matrimonio es para toda la vida y sólo termina con la muerte. Suena un poco lúgubre, pero es verdad. Cuando hice la promesa de amar a mi esposa de por vida, me comprometí a hacer que nuestro matrimonio funcionara sin importar la situación en que nos encontráramos.

»Mi mentalidad era que iba a dejar mis opciones abiertas. Si estar casado no funcionaba o si estar con Consuela no duraba o si ella no me hacía feliz, yo quería estar seguro de que tenía una salida o, peor aún, otra opción. Pero, en el matrimonio no hay un plan B. El tener un plan B y mantener abierta la puerta para escapar u otras posibilidades me privaban de comprometerme y dedicarme totalmente a mi esposa y a nuestro matrimonio.

## **2. El matrimonio no se trata de mi felicidad**

»Muchas parejas cometen este error. Lo escucho todo el tiempo. Y yo mismo lo creía en el año 2000 cuando caminamos por el pasillo el día de nuestra boda. En mi mente pensaba: "Consuelo es mi esposa y su deber es hacerme feliz. Eso es lo que hacen las esposas. Y si ella no me hace feliz, entonces tendré que encontrar a alguien o algo que sí lo haga".

»La verdad es que el matrimonio se trata de mucho más que solo mi felicidad. Y ella no tiene toda la responsabilidad de mi felicidad. La felicidad es subjetiva y relativa y, como hombre, mi definición de la felicidad cambia tanto que no hay manera de que ella pudiera mantenerse al día con todas mis exigencias. El matrimonio es sobre el amor y el respeto mutuo y honrar a Dios por medio de nuestra fidelidad. No se trata de mi felicidad.

## **3. La comunicación es más eficaz que el silencio**

»Soy una persona introvertida. También soy un hombre. Por lo tanto, hablar de mis sentimientos es tan extraño e incómodo para mí como pilotear un avión.

»Automáticamente, cuando algo me molesta o me hace enojar me aíso y me quedo callado. Llega un punto en que reprimo tanto esos sentimientos, que empiezo a buscar formas perjudiciales de canalizar mi enojo, depresión o lo que sea que me está molestando.

»De lo que me he dado cuenta es que nadie me ama y cuida de mí y nadie puede atenderme como mi esposa lo hace. Puedo estar seguro de que ella va a tratar mis inseguridades y emociones con delicadeza. Y si estoy molesto con ella, ella es la única persona que puede arreglarlo —entonces ¿por qué no hablar con ella?

## **4. Ayudarla a ella me beneficia a mí**

»Siempre recomiendo el libro "Los 5 lenguajes del amor" a los que se van a casar o a los que ya están casados. Cambió la forma en que veía mi relación con mi esposa. Como es natural, tratamos de amar a los demás como queremos ser amados —pero si ese no es su lenguaje de amor, nuestros esfuerzos son en vano.

Lo que hago por ella me beneficia a mí

»Aunque ayudar a mi esposa es algo que debo y tengo que hacer para tener un matrimonio feliz y saludable —me di cuenta de un fenómeno interesante. Cuando yo hago algo por ella, realmente me beneficia a mí. No me malinterpreten, debemos servir no por lo que recibimos a cambio. Pero es muy bueno que nosotros recibamos algo a cambio cuando ayudamos a nuestros

cónyuges. Me parece que cuando yo la ayudo (a lavar los platos, por ejemplo) eso llena su "tanque de amor" hasta el punto en que quiere hacer lo mismo por mí. Suena bien, ¿no?

## **5. Las diferencias no son un signo de disfunción**

»En cualquier relación —de trabajo, familiar, de amistad, etc.— va a haber diferencias. Eso es normal y aceptable. Por alguna razón, muchos de nosotros ponemos al matrimonio en una categoría distinta.

Creemos que si nos peleamos o discutimos es porque debe haber algo mal en nuestro matrimonio.

Inmediatamente saltamos a la conclusión de que nuestro matrimonio es disfuncional o está dañado de alguna manera.

»Y cuando pensamos que nuestro matrimonio es disfuncional, comenzamos a pensar en el plan B, dejamos de comunicarnos, y dejamos de intentar. Pero, el conflicto en el matrimonio es normal.

»La forma en que elegimos enfrentar los malos ratos es lo que determina qué tan saludable o dañado está nuestro matrimonio. Me he dado cuenta que el ver las diferencias como algo normal me ha ayudado a no enfrascarme en alguna ofensa, me ha ayudado a pedir perdón mucho más rápido, y a trabajar duro para resolver las diferencias tan pronto como sucedan.

»Como puedes adivinar por lo que puse al principio y los comentarios que recibimos regularmente – Consuela y yo tenemos un matrimonio espectacular, ahora. Es mejor de lo que era. Incluso es mejor de lo que era el día que nos casamos. Especialmente ahora que sé estas cinco cosas sobre el matrimonio.

»¿Qué tal está tu matrimonio? ¿Has encontrado similitudes en tu experiencia? ¿Qué añadirías a esta lista?».