

Buenas Noches, estoy pasando por un problema matrimonial, mi esposo y yo discutimos y él se fue de la casa, y eso me tiene muy mal estoy deprimida y muy triste necesito q mi esposo regrese a la casa ya que este problema también ha afectado a nuestro hijo de 8 años llora mucho y quiere que el padre regrese, yo he conversado con el para que regrese y darnos una oportunidad ya que tenemos 19 años de casados y en todo matrimonio hay problemas, pero lo que le pasa a mi esposo es que conoció una mujer y dice que le gusta pero no se puede cambiar una matrimonio de 19 años por una relación de 2 meses necesito que por favor me ayuden para salvar mi matrimonio y volver a ser una familia feliz. Se despide muy atentamente. Gracias

Buenas tardes, necesito ayuda sincera, hace un mes mi esposa me dejó tenemos 2 años de casados y teníamos 4 años de novios, yo siempre fui un hombre celoso, posesivo, inseguro, nunca he sido detallista, nunca fui expresivo, ni romántico, pero siempre la he amado, nunca la golpee físicamente solo con palabras, ella se cansó de todo esto y hace un mes se fue de la casa yo la he buscado y ella me dice que ya se acabó y que ya no quiere nada conmigo que la deje en paz que no la busque, que no le hable, que no le mande cartas ni mensajes, desde que ella se fue yo he buscado ayuda espiritual y profesional por que quiero cambiar, yo reconozco mis errores, he aprendido mucho de ellos, y se que puedo hacerla feliz, hace una semana deje de buscarla por que ella así me lo pidió no le he hablado ni mandado mensajes, solo le he pedido a dios que la bendiga mucho, en días pasados ella me estuvo hablando pero o no le conteste, y el día de hoy le mande un mensaje, deseándole un excelente día, no sé que hacer solo veo que mi matrimonio se rompe mas cada día. Aconséjenme por favor, a mi me da miedo contestarle o buscarla por que ella solo saca el tema del divorcio. Sinceramente Luis.

Hola Luis, he dado seguimiento a tus cartas. Voy a cumplir 13 años de casado con una mujer extraordinaria y tengo 3 hermosos e inteligentes hijos. Quiero compartirte con humildad lo siguiente: Que bueno que reconozcas tus fallas con tu esposa y reflejas preocupación y miedo de quedarte solo. Además de reconocer tus fallas, es importante que reconozcas que tienes un problema serio de autoestima (celos y miedo al abandono). Con todo respeto te digo que, además de orar, necesitas ayuda psicológica para trabajar contigo para poder ser feliz contigo y con las personas que conviven contigo. Tu esposa te ama pero no puede vivir con alguien que tiene tantos temores y la hostiga. Tienes que cambiar por favor. Eres un hombre bueno, confía en tí, en lo que tu esposa vió en tí cuando se enamoró. No importa si tu esposa habla con otros hombres... tú eres mejor que todos ellos, por eso ella te eligió a tí. Si no recibes terapia, no podrás ser feliz con nadie, porque el problema no está en tu esposa o en las mujeres con quien te pudieras volver a casar. Está en tí hermano. De verdad, ámate. Vales mucho. Deja de rogarle a tu esposa en una actitud de víctima. Habla con ella como el gran hombre que de verdad eres y dile que te vas a preparar para ser el hombre y el hijo de Dios que ella se merece.

A continuación he tomado el resumen del post de un amigo español, especialista en el tema de matrimonios, que me pareció muy útil para mi vida. El menciona que en la antigua Grecia se entendía que lo que hacía más digno y feliz al hombre era la adquisición de virtudes. El camino de la madurez humana y de la felicidad pasaba por el ejercicio de las virtudes. Vivir las virtudes exigía y exige esfuerzo. Ser ordenado, generoso, sincero, vivir la laboriosidad, etc. exige, bien lo sabemos, un trabajo. Todos sabemos que el trabajo supone esfuerzo. Desde que suena el despertador hasta que se apaga la luz por la noche hay que vencerse en numerosas ocasiones y, en muchos casos, hacer lo contrario de lo que apetece, porque es realmente lo que mas nos conviene y los que nos hace mejores personas. Sin embargo, a pesar de lo dicho, esa lucha supone gozo y paz; sentirse contentos. Del trabajo se consiguen muchas cosas positivas. Proporciona satisfacciones cuando está bien hecho, eleva la autoestima cuando es reconocido por otros, facilita amistades y relaciones humanas, sirve para mantener a la familia. Trabajo y esfuerzo van unidos y, sin embargo, no por ello el trabajo es algo que, en general, se considere negativo. ¿Por qué es esto así? Pienso que, en parte, porque se sabe disfrutar de lo positivo que hay en él.

¿En qué consistirá “trabajar” el matrimonio? Básicamente en vivir las virtudes humanas que llevan a la madurez y a la felicidad. La adquisición de virtudes en el matrimonio lleva a encontrar la felicidad propia buscando la felicidad del otro. La felicidad no se consigue empeñándose en ser feliz, sino procurando que lo sean los demás. La felicidad no es un derecho, ni dentro ni fuera del matrimonio. La felicidad es el resultado de una vida de entrega a los demás; por eso se puede ser feliz aunque se sufra. Dedicar a lo largo del día parte del tiempo a pensar en cosas pequeñas que puedan mejorar la relación con el cónyuge supone estar “trabajando” el matrimonio. Buscar minutos para estar a solas con él/ella es “trabajar” el matrimonio. Impedir que otro/a ocupe en la cabeza el lugar que sólo le corresponde a él/ella, es un compromiso libremente adquirido al casarse, es “trabajar” el matrimonio; estar pendiente de detalles para hacer más feliz al otro es “trabajar” el matrimonio. Tener el convencimiento de que el matrimonio se hace día a día, que la ceremonia de la boda sólo fue el principio y que, como decía Machado “¡Caminante no hay camino; se hace camino al andar!” es “trabajar” el matrimonio. No solo basta con ser esposo, sino estar como esposo, es decir, portarse como tal, porque como escuché la semana pasada: El que “es” debe estar, porque sino, corre el riesgo de que “esté” el que no “es”.

Matrimonio: ¿Un trabajo en equipo?

La familia es la empresa más importante a tomar en consideración si se aspira a lograr el perfeccionamiento de la sociedad.

Los equipos exitosos son los que surgen para responder a un desafío que es considerado como un gran reto para aquellos que los integran. Es un error pretender formar un equipo sin esperar desafíos y problemas. Son estas cosas que nos unen más y que nos fortalecen, de adentro hacia fuera. Primero se tienen que establecer los retos y luego conformar a los equipos que estén dispuestos a comprometerse para afrontarlos. (1)

El matrimonio puede ser concebido como un trabajo en equipo en el que esposo y esposa asumen libre y voluntariamente el compromiso –que juraron preservar toda la vida– para ocuparse juntos de sacarlo adelante. La buena disposición y el amor con que se funda el

nuevo hogar deben ir transformándose gradualmente en bases sólidas, que contribuyan a aceptar y amar al cónyuge con sus virtudes y defectos, y a superar las dificultades y problemas que se van presentando a lo largo de la vida matrimonial. Para ello se necesita el aporte recíproco de algunas condiciones complementarias al amor como la comprensión, el respeto mutuo, la fidelidad, la unidad de criterios y objetivos, soporte y protección; así como una buena comunicación y la superación del egoísmo, el rencor, los prejuicios y las quejas.

Poco tiempo después de la boda, aparecen ciertos hábitos, costumbres u opiniones que pueden perturbar la armonía inicial de los esposos. Esta etapa normal por la que atraviesan todos los matrimonios, se convierte en el primer desafío que los cónyuges deben afrontar. El futuro de la relación dependerá de la manera como decidan manejar esta situación.

Con el transcurso de los años se presentan algunos obstáculos que se deben ir superando como:

- La rutina que lleva al empobrecimiento y debilitamiento del vínculo matrimonial. Para superarla se recomienda que los esposos salgan juntos –a pasear, comer, de luna de miel cada cierto tiempo– para renovar la ilusión inicial y actualizar sus propósitos.
- Las responsabilidades también causan frustraciones y fricciones porque ponen a prueba la razón y el cariño, por ejemplo: las económicas. El dinero, es importante, pero no debe ser una causa que agote el amor o condicione al cónyuge. Más bien se debe adoptar una actitud más práctica en la que se exprese la situación que preocupa. Entonces juntos deben hallar una solución que puede ser la elaboración de un presupuesto y un acuerdo de gastos y pagos más necesarios.
- La mala comunicación conyugal puede llevar a los esposos a plantearse la separación matrimonial. En este punto conviene recordar que una de las propiedades del matrimonio es la unidad de uno con una, para siempre. Los diálogos, los planes e incluso las discusiones deben ser planteados de manera que la unión se fortalezca. Tal como en un equipo en el que todos trabajan por un mismo objetivo, aunque a diferentes ritmos, pero con la misma pasión y decisión, ayudándose unos a otros para salir vencedores. Cuando un cónyuge pierde el paso y hasta la pasión que los unió, hay que recuperarlo lo más pronto posible con mucha comprensión y generosidad. La presencia de Dios en la relación matrimonial es un gran aliado que procura bendiciones y protección a la familia.

Los equipos exitosos planifican estrategias para alcanzar la victoria. Así también los esposos deben planificar su futuro con unos objetivos, propósitos y metas, tomando en consideración aspectos importantes entre los cuales se pueden mencionar:

El punto de partida: Un proyecto común.

Los esposos, al iniciar la vida matrimonial, deben partir de un proyecto común – amarse para siempre, procrear hijos, educarlos, ofrecerse protección y estabilidad–

para sumar esfuerzos y llevarlo a cabo. Para lograrlo se requiere mucha comprensión, el desarrollo intelectual y madurez emocional de ambos cónyuges.

Cabe anotar que cuando se hace una elección, el resto de posibilidades quedan fuera del juego. Por lo tanto, una persona casada ya no puede decidir por sí sola y hacer lo que quiera. Ahora son dos que juraron estar juntos en la riqueza y la pobreza, en la salud y la enfermedad y mantenerse fieles hasta el fin de sus días. Uno de los problemas más difíciles de superar en el matrimonio es la infidelidad.

Ajuste en la convivencia

El ajuste en la convivencia de dos personas diferentes puede resultar difícil, pero la buena disposición de los esposos permite un equilibrio de ambas personalidades. Cada uno debe ser aceptado, comprendido y amado con sus cualidades y defectos. Cabe mencionar que uno de los fines del matrimonio es la ayuda mutua, que plantea el crecimiento personal de ambos cónyuges, sin embargo, las maneras de ser que no afecten gravemente a la relación conyugal pueden ser llevaderas.

En el matrimonio los dos ganan o ambos pierden. Por tanto, para el esposo y la esposa su primera prioridad debe ser su cónyuge –si ellos están sólidamente unidos, brindarán seguridad y protección a su familia–. Para fomentar la unidad, el diálogo abierto y sincero y evitar que las diferencias terminen en una batalla campal, debe prevalecer aquello que beneficie a la relación matrimonial.

Invertir tiempo

“Hoy no tengo tiempo,” “hablamos mañana” o “no puedo” no deben volverse el pan de cada día. Los esposos requieren tiempo, atención, dedicación y disponibilidad por parte de su cónyuge. Se trata del proyecto o empresa más importante de sus vidas, por ello es recomendable, de tiempo en tiempo, desconectarse del trabajo y sus preocupaciones para promover una comunicación eficaz que les permita compenetrarse más y expresar sus inquietudes o propósitos. De esta manera, juntos se acostumbrarán a planificar, o hallar alternativas de solución oportunas.

[...]