

Elementos para un matrimonio feliz

Podemos decir que entre muchos factores, hay algunos que definitivamente pueden ser claves para un matrimonio feliz

500 parejas, felizmente casadas, fueron entrevistadas recientemente acerca de lo que **más les ha ayudado a sostener su matrimonio**, y sus respuestas, en orden de importancia fueron las siguientes: la **confianza mutua**(52%); La **fe y la espiritualidad** (27%); Una buena **comunicación** (18%). Y muy cerca de estos porcentajes, ellos destacaron el aporte de: El **compromiso**, amar y luchar por **los hijos**, trabajar juntos en **la solución de conflictos**, la **paciencia y el perdón**, así como **pasar tiempo juntos**. (Fuente: CARA, *Marriage in the Catholic Church: A Survey of U.S. Catholics*, 2007, p. 90)

Por su parte, al interrogar a un gran número de **personas separadas o divorciadas** las encuestas revelaron que para la gran mayoría de ellos (el 58%), lo que más afectó su relación fueron **problemas en la comunicación**, seguido por la **falta de compromiso o confianza** (51%). Y especialmente entre los hispanos, los **problemas económicos** (48%), problemas por **la crianza de los hijos** (47%) y la relación con **la familia del cónyuge** (38%). Le seguían en dificultad, el no poder pasar tiempo juntos y dificultades en la vida íntima o sexual (CARA, *Marriage in the Catholic Church: A Survey of U.S. Catholics*, 2007, p. 100-101)

Si tratamos de resumir, podemos decir que entre muchos factores, hay algunos que definitivamente pueden ser **claves para un matrimonio feliz**. Por eso, teniendo en cuenta estos datos y otros provenientes de especialistas en la relación de pareja, esta sección abordará los siguientes temas:

El compromiso

Como lo muestran las encuestas y lo repite la doctrina de la Iglesia, **el amor matrimonial** se basa en la **fe y compromiso** que un cónyuge profesa por el otro. Muchos problemas de comunicación, de intimidad, y de convivencia se evitan si ese **voto de confianza** y la **decisión de amar** al otro, pronunciado el día del matrimonio, se sigue usando y **fortaleciendo cada día**, y ante cada situación. Por eso vale la pena explorar el sentido y el valor práctico de este elemento tan importante para su matrimonio.

Valores en común

Uno de los elementos que más contribuyen a **la armonía y estabilidad** de una pareja son los **valores que tienen en común**. Ellos son como **el tesoro** del cual se nutren las decisiones diarias, tanto para la vida de pareja como para el manejo del dinero, la crianza de los hijos, las relaciones con las familias respectivas, etc. En fin, el poder de este tesoro es enorme y es algo que puede aprenderse a usar y a enriquecer, como se verá aquí.

La comunicación

Aprendemos a hablar en los primeros años de nuestra vida, pero **aprendemos a comunicarnos** a lo largo de ella y en la medida que descubrimos que no todas las personas entienden las cosas de la forma que cada cual lo hace, ni se expresan a través de los mismos medios. Unos son más espontáneos, otros reservados. Unos usan palabras, otros gestos o acciones para dar a conocer sus sentimientos. Muchas dificultades que hacen que las parejas se disgusten o digan “es que no me entiende”, etc., probablemente tienen su origen en estas **diferencias de comunicación**. **Descubrir la forma de comunicación** de su pareja y la mejor **forma para expresarle los sentimientos** les será por eso de gran ayuda.

Herramientas para la solución de conflictos

Discrepar en opiniones o puntos de vista es normal. Pero para que estas diferencias no sean la ocasión de un **conflicto** y mucho menos de una crisis matrimonial, se requiere **aprender las técnicas de comunicación y solución de conflictos**. Este aprendizaje es **conveniente para todos** pues, aunque a veces tendemos a imaginar que el problema es del otro, es claro que comunicarse es un arte con técnicas muy variadas, y cada persona es un mundo que vale la pena aprender a **descifrar y conquistar** desde su particularidad.

Espiritualidad y Fe

Hablando de recursos para un matrimonio feliz debemos considerar de manera muy especial lo que **Dios aporta a nuestros matrimonios** y relaciones afectivas. **El es el Amor y su fuente**. Por eso, aprender a amar no es otra cosa que aprender a **escuchar la voluntad de Dios** y seguirla, en nuestra **vida personal y de pareja**. Y cuando este camino de búsqueda del amor verdadero o espiritualidad es un empeño que los dos cónyuges quieren experimentar juntos, grandes bendiciones se hacen presente en la vida de pareja. Por eso, ya sea que estén pasando por un momento difícil de su relación, o que deseen conservar la felicidad que ahora experimentan, aprender a desarrollar la espiritualidad **fortalecerá sin duda su amor**.