

“Un matrimonio sin amor no tiene sentido. Es como un concierto sin música.” — Charles R. Swindoll

sentimientos de los enamorados surgen de la entrega propia. Recordemos que dar no significa que debemos aprovecharnos de la generosidad de la otra persona. Los matrimonios más felices son aquellos en que ambos cónyuges otorgan 100% y reciben 100%. El aspecto más importante del amor es aprender a



perdonar y no guardar rencor por las heridas y chascos del pasado.⁴

Compromiso de toda la Vida

Para que un matrimonio sobreviva, el compromiso debe ser la prioridad número uno.

El antiguo profeta Oseas, nos da ejemplo vivo de lealtad, misericordia y compromiso poco comunes. Fue víctima de infidelidad matrimonial y por ley no debía permanecer casado; sin embargo, eligió reconstruir su

matrimonio, no solo una vez sino tres veces. ¡Eso realmente es compromiso inquebrantable! Oseas comprendió que el matrimonio, como la vida, están formados de personas pecaminosas, de modo

que se necesita mucha sanidad, perdón y misericordia. Al Primer Ministro Inglés, Winston Churchill cierta vez le preguntaron: “Señor, si usted volviera a vivir otra vez, ¿qué le hubiera gustado ser?” Aunque era bien conocido por su humor punzante y la dureza de su rostro, dio una respuesta que verdaderamente expresó sus sentimientos por su esposa, Clementina. Con destello en sus ojos, respondió: “Ser el segundo esposo de la Sra. Churchill”.⁷ El comprendía, como nosotros debiéramos comprender, que ese pacto es un mandato bíblico para que un matrimonio dure.

Recursos:

1. The Week, October 28 de octubre, 2016
2. Id, 23 de septiembre, 2016, pág. 12
3. David y Claudia Arp. 60 One-minute Marriage Builders” (Constructores Matrimoniales de 60 minutos y de un minuto), Wolgemuth & Hyatt Publishers, 1989, págs. 39, 13.
4. Connell Cowan / Melvyn Kinder, 10 Secrets Happy Couples Share (10 Secretos que las parejas felices comparten), Readers Digest (Selecciones), págs. 197 y 202.
5. Dianne Hales, Ten Tips for a Happier Marriage (Diez sugerencias para mayor felicidad conyugal), Id. Págs. 161-167
6. Rebecca Webber, Are You With The Right Mate? (¿Está usted casado con la persona ideal?), Psychology Today, Enero-Febrero 2012, págs. 58-63
7. Charles Swindoll, Marriage from Surviving to Thriving (El matrimonio de sobrevivir a prosperar), W. Publishing Groups, 2006.

Distribuido por: Departamento de Mayordomía de la Asociación de Ontario **Director:** David Schwinghammer **Publicadores:** Departamento de Mayordomía de la Unión del Pacífico **Director:** Gordon Botting **Traducción:** Publicaciones El Camino



Menú del
MAYORDOMO
COLECCIÓN DE IDEAS PRÁCTICAS
para ser mejores mayordomos

Febrero 2017 | Volumen 22, #2

MATRIMONIO PARA TODA LA VIDA

Por Gordon Botting, DrPH, CHES, CFC

El año pasado encontré un par de historias entre las noticias humorísticas sobre las relaciones matrimoniales. La primera tiene que ver con un hombre de Texas, que planeó su propio secuestro para poder pasar tiempo con sus amigos, sin el permiso de su esposa. Dos de ellos, disfrazados de asaltantes enmascarados, lo sacaron de su hogar. Lo llevaron a punta de pistola frente a su petrificada esposa.¹ El segundo relato es acerca de un caballero de Kansas, de 70 años de edad, que asaltó a mano armada, una sucursal de su banco y robó \$3.000. Después se sentó en la sala del banco y dijo al guardia de seguridad: “Soy el asaltante que buscan”. Cuando lo entrevistaron en la estación de policía, confesó que ese día había discutido con su esposa y que prefería estar en la cárcel y no en su hogar. Lo hallaron culpable de asalto de banco y lo dejaron ir. Sin embargo, el relato no dice si regresó al hogar o no.²

Estos son ejemplos de lo que ya todos sabemos, que las relaciones matrimoniales no son perfectas y que todos tenemos de vez en cuando nuestros altos y bajos. Es bueno recordar ciertos principios que harán nuestros matrimonios y todas nuestras relaciones, un poco más llevaderos.



Resuelva la Dificultad

En todas las relaciones, incluyendo el matrimonio, son inevitables las dificultades. Algunos creen que la falta de amor es señal de conflicto; sin embargo, esto significa que el amor está realmente vivo, es por eso que el objetivo para resolver los problemas matrimoniales es doble: Ventilar el punto de vista y escuchar lo que su cónyuge quiere expresar. Es bueno seguir los siguientes cuatro pasos:

1. Comenzar con la definición del problema. Algunos se

La mayordomía es un estilo de vida total. Abarca la salud, el tiempo, los talentos, el ambiente, las relaciones, la espiritualidad y las finanzas.

“¿Cuál es la fórmula para un buen matrimonio?” – “la misma que para un buen automóvil – quedarse con un solo mod” — Henry Ford

benefician al escribir un resumen de la situación.

2. Identificar quién necesita una solución y en qué puede contribuir el otro a la situación.
3. Expresar tantas soluciones como sea posible y para aliviar la tensión, de las ideas absurdas que se les ocurran.
4. Elegir un plan que ambos aprueben y que estén dispuestos a seguir.³

Enfocar lo Bueno

Por lo regular, la mayoría de las parejas que discuten constantemente enfocan solo las cosas negativas de su relación. Un terapeuta tiene una respuesta sencilla para esto: Sugiere que las parejas permanezcan sentadas en torno a la mesa unos



momentos después de la cena, para intercambiar halagos entre sí. La mayoría de los cónyuges se sorprenderán de cuántas cosas bonitas y agradables pueden mencionar acerca de su pareja.⁴

Recordemos el consejo bíblico: “Todo lo bueno...”

Dejar de Reciclar

Para muchas parejas, una pelea llega a ser un ritual donde las mismas situaciones se repiten vez tras vez. Es como una grabadora que repite los mismos reclamos y argumentos sobre el dinero, los niños, el sexo, los suegros, etc. A veces uno de los cónyuges insiste en ser la víctima. Hay que dejar de multar al cónyuge, simplemente diga cuán ofendido se siente por algo, pero perdone y adquiera una actitud que no haga sentir a su pareja contrariada y descontenta de nuevo. Por ejemplo, si el motivo de la pelea es porque uno de los cónyuges siempre se retrasa, en vez de reclamar, ¿por qué no mantener un libro o revista en el vehículo para leer mientras espera a su cónyuge, ¿o tener una aspiradora pequeña en el baúl, para limpiar su auto y que sea el mejor mantenido de su vecindario?⁵

¿Es Usted el Cónyuge Ideal?

En algún punto de cualquier relación es normal hacerse esta pregunta: “¿Es mi cónyuge la persona ideal para mí?” Si usted se hace esta pregunta, sin duda que está

perdiendo la oportunidad de su vida. Terrace Real dice que es común que esta desilusión exista. La llama: “El primer día real del matrimonio”. Es la época de crecer y dejar de anhelar el cónyuge perfecto. Aquí debemos darnos cuenta que nuestra pareja es un ser humano imperfecto. Esos primeros meses de infatuación concluyen en forma aplastante: Las parejas exageran sus similitudes. Ella tal vez ama a su esposo porque a ambos les gusta la comida china, los cruceros y observar a las aves; sin embargo, pasa por alto que a su esposo le gusta leer tarde en la noche y trabajar en el jardín. El amor maduro enfoca lo bueno y se hace responsable de manejar las reacciones y emociones negativas.⁶

Esperar un Cambio

La mayoría de las personas casadas creen que las relaciones sólidas no cambian con el correr de los años. La verdad es que las relaciones maritales sí cambian. Afortunadamente los cambios que van ocurriendo son positivos. Las parejas a veces rechazan el cambio porque temen que pueda terminar con su matrimonio. Hay que recibir las situaciones diferentes con actitud positiva. Nos sorprenderemos al ver

la transformación que ocurrirá en nuestro matrimonio.

¿Necesita Renovación?

Si usted ha estado casado por varios años, y considera que su relación es aburrida, monótona e insípida, ésta puede estar en peligro. Trate de renovar sus lazos matrimoniales. El mejor método es usar la primera persona en las declaraciones, si queremos que ocurra un cambio; por ejemplo: “Estoy cansado de visitar el mismo restaurante cada vez que comemos afuera, ¿te parece bien que visitemos otros lugares?” Decir “creo”, “pienso”, “me parece”, ayuda a evitar que el cónyuge se sienta atacado y al mismo tiempo usted consigue que sus deseos se cumplan. Estemos dispuestos a arriesgarnos un poquito. Seamos creativos y nos sorprenderemos de hallarnos en un “Nuevo” matrimonio.³

Otorgar y Recibir

El centro de un amor maduro es el altruismo espontáneo. Cada día el verdadero amor nos recuerda dejar de lado nuestras propias necesidades y preferencias y atender los anhelos y deseos de nuestro cónyuge. Los

