



DIÁLOGO MATRIMONIAL II

FORMACIÓN

FAMILIAR



1. INTRODUCCIÓN

OBJETIVOS:

a) Dialogar entre ambos y para ello necesitamos:

Escucharnos.

Respetarnos.

Y al final dialogaremos entre nosotros.

b) Dialogar entre matrimonios

Si dialogamos entre nosotros, seremos capaces de dialogar entre matrimonios.

2. ORACIÓN

Comenzamos nuestra reunión invocando al Espíritu Santo:

Ven, Espíritu Santo,
llena los corazones de tus fieles,
y enciende en ellos el fuego de tu amor.

Hacemos lectura del Evangelio del día.

Reflexionamos sobre el texto escuchado.

3. IDEARIO

Leer un párrafo, elegido por el matrimonio encargado de preparar el tema. O bien comenzar desde el principio del Ideario.

“No se ama lo que no se conoce”

4. DIÁLOGO MATRIMONIAL II

1. Si nos fijamos, llama la atención la tendencia de cualquier pareja de novios a estar solos y a hablar de sus cosas. Tienen muchas cosas de que hablar y todo el tiempo les parece poco. En cambio, muchas parejas después de casadas parece que ya no tiene nada que decirse:

- Largos silencios.
- Excusas para no estar frente a frente.
- Comentarios superficiales.
- Falta de comunicación.

Sin comunicación no hay posibilidad de vida en común.

Los matrimonios al no hablar comienzan una vida lánguida, que en muchos casos puede deberse a esa falta de comunicación.

Cada uno vive su vida, sus preocupaciones, sus deseos, por separado. Los contactos se deben a unas pocas cuestiones, para salir del paso, que a menudo

degeneran en discusiones.

2. Dialogar.

Dialogar es la primera forma de comunicarse y compartir la vida. Pero no cualquier forma de hablar es diálogo.

El diálogo no es discutir. El diálogo no es convencer al otro, ante todo, ni imponerle nuestras ideas, ni anularlo, ni prescindir de las ideas del otro. Dialogar no es tampoco hacerse oír.

Dialogares, ante todo, escuchar y preguntar: es la voluntad firme de compartir deseos, las preocupaciones, las alegrías, los estados del ánimo del otro. La aptitud dialogante consiste en abrirse, a lo que el otro nos quiera decir o contar y tratar de aceptarlo, asumirlo, comprenderlo.

3. ¿Por qué es necesario el diálogo?

En principio, porque cada uno tiene o conoce algo que el otro no posee o ignora. Pero además - y esto suele ser lo más difícil de captar - porque cada uno comprende la realidad de forma muy diferente.

Por esto, a través del diálogo, se debe de buscar la complementariedad entre las personas, pero no

solo al nivel de ideas, sino sobre todo a partir del respeto y la aceptación mutua, sin reservas ni condiciones.

4. Pero todo dialogo.

Como confrontación que es de maneras de entender y de pensar diferentes, comporta dificultades: las formas de expresión, la inoportunidad del momento, el afán de querer llevar la razón, etc., pueden llevar a obstaculizarlo y en ocasiones a hacerlo imposible.

No debemos olvidar que el dialogo tiende a transformarnos, a enfrentarnos con realidades que a veces evitamos o cuidadosamente ocultamos por eso es fácil que nos pongamos a la defensiva: preparando las respuestas mientras el otro se expresa impidiendo a nuestra mente recibir el mensaje del otro y su aceptación o rechazo razonado. Incluso adoptamos gestos enérgicos o expresiones duras, se levanta la voz, etc...; todo eso no son más que armas defensivas de nuestro orgullo y egoísmo.

5. La actitud dialogante

Cuando existe la actitud dialogante en la pareja, es un buen signo de que ambos desean vivamente compartir y comparten la vida del otro. Entonces el amor y la unión crecen a través de cada detalle, de cada situación de alegría o tristeza compartida.

Pero esta actitud no parte de la nada. Hace falta cultivarla continuamente, trabajando con constancia juntos, poco a poco. Tampoco suelen alcanzarla los dos al mismo tiempo. Pero, en cualquier caso, día a día sienten que su vida va cambiando y se enriquece, que el amor madura; experimentan una sensación de plenitud y felicidad que antes no podían sospechar.

El rencor, una carga para nosotros mismos.

Cuentan que hace mucho tiempo en un antiguo monasterio, el monje más sabio de la comunidad convocó a todos los aprendices a una reunión en la cocina. A medida que fueron llegando los jóvenes, el maestro les fue entregando a cada uno un saco de lona desteñida. Cuando todos se colocaron alrededor de la mesa central el monje les dijo:

- Todos guardamos en nuestro corazón diversos rencores contra familiares, amigos, vecinos, conocidos, desconocidos y a veces hasta contra nosotros mismos. Buscar en el fondo de vuestros corazones todas las ocasiones en las cuales habéis dejado de perdonar alguna ofensa, algún agravio o cualquier acción que os haya producido dolor. Entonces tomar una de estas patatas, escribir en ella el nombre de la persona involucrada y colocarla en el saco que os di. Repetir esta acción hasta que ya no encontréis más casos en vuestra memoria.

Acatando las instrucciones, todos fueron llenando poco a poco sus respectivos sacos. Al terminar el monje agregó:

- Ahora debéis cargar el saco que llenasteis todo el día durante dos semanas, sin importar dónde vayáis o qué tengáis que hacer.

Después de quince días, el sabio volvió a reunir a los aprendices y les preguntó

- ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué os ha parecido la experiencia?

- Es una carga muy pesada, tal vez excesiva. - Respondió uno - Estoy cansado y me duele la espalda.

- No es tanto el peso, sino el olor nauseabundo que empiezan a emitir las patatas que ya están podridas - replicó otro.

- Cuanto más pensaba en las patatas, más me

pesaban y más sentía ese desagradable olor - dijo un tercero.

A lo que el maestro contestó:

- Pues bien, eso mismo es lo que pasa en nuestros corazones y en nuestro espíritu cuando en lugar de perdonar guardamos rencor. Al no perdonar a quién nos hirió, creemos que le estamos haciendo daño, pero en realidad nos perjudicamos a nosotros mismos. No sabemos si al otro le importa o no recibir nuestro perdón, pero lo que sí es cierto es que el rencor que vamos acumulando a través del tiempo afecta nuestra autoestima, nuestra capacidad de vivir en plenitud, de amar, de ser felices y de desarrollarnos emocional y espiritualmente. El rencor se convierte en una fuerte y desagradable carga que lamentablemente se va haciendo más pesada cada vez que pensamos en lo ocurrido. El rencor va secando nuestro corazón. Debemos aprender a perdonar al otro, aunque no se haya disculpado, ni aunque no se lo merezca. No sabemos si ese perdón será de utilidad para el otro, lo importante es que con toda seguridad nos fortalecerá a nosotros mismos

El poder del perdón

Mientras exista la voluntad de cambiar y la sensibilidad para aceptar que todos somos limitados, el perdón y la reconciliación serán casi siempre posibles.

Las ofensas de nuestros seres queridos suelen doler más porque al daño recibido se le suma el sentimiento de haber sido de alguna manera traicionados en nuestra confianza, nuestros afectos o nuestras expectativas. Por eso los errores entre esposos tienden a convertirse no sólo en "problemas por resolver" sino en "dolores del corazón" que amenazan la relación misma y que hacen hasta dudar del amor. Muchas parejas empiezan así por preguntarse: "¿Cómo pudo hacerme esto?", "¿Cómo a mí que tanto lo/a quiero?", "¿Por qué si yo tanto he hecho o dado por él/ella?

Lo primero es por tanto entender que toda persona se equivoca pues está siempre en proceso de aprender y desarrollarse. Y tu cónyuge no es la excepción. Además, muchos de las limitaciones de los adultos para expresar el amor, como se debiera, provienen de las heridas emocionales que esa persona recibió en su infancia. Por eso, lo más probable es que detrás de los errores de tu pareja hay un niño o una niña herida que todavía debe crecer.

Ahora bien, si has logrado entender esos dos

datos (que tu pareja no es perfecta y que posiblemente detrás de sus errores hay un niño o una niña herida que todavía debe crecer), estás entonces listo/a para cambiar tu odio y frustración y empezar a sanar tu corazón, y tu relación con el poder del perdón. Pero para que entiendas mejor de lo que se trata, es preciso entender bien qué es perdonar:

¿Qué es perdonar?

Muchas personas temen que al perdonar le van a dar a la otra persona el poder de seguir las ofendiendo, o que se van a rebajar o humillar. Sin embargo, es importante saber que:

- Perdonar no es aceptar lo inaceptable ni justificar males como maltratos, abusos, faltas de solidaridad o infidelidades. Tampoco es hacer cuenta que no ha pasado nada. Eso sería forzarnos o ignorar la realidad y a acumular resentimientos. Igualmente, perdonar no es tratar de olvidar lo que me han hecho, pues siempre es bueno aprender de lo vivido.

- Perdonar es sobre todo liberarse de los sentimientos negativos y destructivos, tales como el rencor, la rabia, la indignación, que un mal padecido nos despertó y optar por entender que está en mis manos agregarle sufrimiento al daño recibido o poner el problema donde está: en la limitación que tuvo mi cónyuge de amar mejor, en una determinada circunstancia.

- En síntesis, perdonar es: Otra manera, distinta de la rabia y el rencor, de ver a las personas y circunstancias que creemos nos han causado dolor y problemas. Es, poder mirar a mi cónyuge y sus acciones negativas, con el realismo y la misericordia propias de Dios que, sin desconocer nuestras faltas, no nos identifica con el pecado y nos da la ocasión de ser mejores.

¿Por qué perdonar?

- Porque mientras con el odio y el rencor quedamos atados al mal que nos

han hecho y estancamos la relación matrimonial concentrándonos sólo en el error y el dolor que una determinada acción nos causó, el perdón nos da la oportunidad de ver la falta como un error real pero sin la carga emocional que nos daña. Entonces, además de recuperar la paz, recobramos la lucidez para evaluar el daño en su dimensión real y tomar las medidas necesarias frente a la relación.

- Porque soy yo mismo/a quien es responsable de producir la rabia o el odio y de aferrarme a ellos. *La rabia, es una forma de satisfacer mi ego igualmente*

herido.

- Porque mi cónyuge, es mucho más que su error. Sin querer justificar su falta, es claro que detrás de su acción hay un “niño o niña herido/a” por los condicionamientos de su pasado, pidiéndonos, a través de su rabia, violencia o agresión, que lo auxiliemos, lo amemos, lo respetemos”.

- Es claro igualmente que si mi cónyuge me entregó un día su vida en matrimonio es porque me ama y que, por tanto, lo más seguro es que su equivocación no fue deliberada sino el fruto de sus limitaciones como ser humano en proceso.

- Porque amar al cónyuge supone aceptar que es limitado y renunciar a mis expectativas a cambio de su realidad y buena voluntad de hacer lo mejor posible.

Diferencia entre perdón y reconciliación

Mientras el perdón es una decisión de cada persona, al interior de su propio corazón, la reconciliación supone la recuperación de la relación entre los dos. Lo ideal es por tanto que, una vez me libere de la rabia y renuncie a identificar a mi cónyuge con el error que cometió, nos dispongamos juntos a analizar el daño y buscar, en la medida de lo posible, una reparación.

Dicha reparación supone que el ofensor reconozca su error, valore el efecto de lo que causó y pida perdón. El ofendido debe entonces igualmente aceptar las disculpas y ofrecer su perdón como la base para iniciar de nuevo una relación, sin rabia ni rencores, pero sabiendo que hay algo por mejorar.

Mientras exista por tanto la voluntad de cambiar y la sensibilidad para aceptar las propias limitaciones y lo que ellas pueden causar, el perdón y la reconciliación serán casi siempre posibles. Así el matrimonio se convierte en la escuela de amor donde cada persona debe encontrar un espacio donde es amada y aceptada, aún en esas realidades que no fueron amadas y aceptadas en la propia familia. Y mientras es retada a cambiar puede, por amor, liberarse poco a poco de sus limitaciones de carácter y sentir que puede crecer en su capacidad de dar y recibir amor.

Esta oferta de perdón y reconciliación, no debe sin embargo ser forzada con manipulaciones como “si me amas realmente debes...”; tampoco con presiones como: “yo he hecho mucho por ti, por lo tanto tu...”. No. La oferta del perdón debe ser gratis, y la reconciliación un acto que los dos ofrecen y se

comprometen de manera igualmente gratuita a realizar, por que nace del deseo de seguir amando y del dolor de haber herido al otro, sin pretenderlo o sin saberlo.

Hay sin embargo realidades que, si bien podemos perdonar, rompieron totalmente la confianza o demostraron que definitivamente la otra persona no está en condiciones de vivir en pareja. En tales circunstancias la reconciliación no es aconsejable. Tal es el caso de personas con vicios, depravaciones o deformaciones serias de su personalidad o conducta que pueden seguir dañando a la pareja y los hijos, y frente a los cuales el cónyuge está en el derecho de protegerse mediante la separación

5. PUESTA EN COMÚN Y DIÁLOGO

a. ¿Qué tiempo dedicamos a estar a solas y dialogar como pareja? ¿Nos parece suficiente tiempo?, ¿por qué?

b. Cuando hablamos ¿nos limitamos a contarnos cosas externas?, ¿llegamos a comunicarnos nuestros sentimientos profundos?, ¿por qué?

c. ¿Cuál es nuestra actitud al dialogar?, ¿pretendemos imponer nuestras ideas?, ¿vamos dispuestos incluso, si es necesario, a cambiar nuestra forma de ver las cosas? ¿Somos capaces de ponernos en la situación del otro?

d. ¿Qué temas tememos abordar en nuestro en nuestro dialogo?, ¿por qué?

e. ¿Conocéis la diferencia entre perdón y reconciliación?

f. ¿Perdonáis fácilmente o guardas las ofensas de tu cónyuge?

g. ¿Habláis fácilmente, o os echáis en cara lo pasado?

h. ¿Os ponéis en la situación del otro a la hora de pedir perdón? ¿Merece la pena estar disgustados?

j. ¿Reconocemos lo importante de tener al otro y sus virtudes?

Notas:

6. TERMINAMOS LA REUNIÓN

1. Oración a María Auxiliadora

Rezamos un Ave María.

María Auxiliadora de los Cristianos

7. FECHA PROXÍMA REUNIÓN Y LUGAR DE CELEBRACIÓN

Notas: