¿CASARSE HOY?

INTRODUCCIÓN

En el transcurso de un fin de semana de reflexión sobre el amor, chicos y chicas de varios centros, han mantenido un debate con los mayores.

El problema del matrimonio y de la unión libre ha sido el motivo del encuentro. Cada uno se ha expresado abiertamente, aunque no todos tenían la misma visión sobre el tema. Hubo momentos en los que el debate era vivo. Las razones y las situaciones parecían diversas.

Intentar conjuntamente ver lo que ocurre, comprender las reacciones de alguien que vibra y siente las cosas de modo

diferentes, descubrir otros puntos de vista, buscar las razones de tal o cual comportamiento, los valores y los riesgos de elección personales, ¿no es un esfuerzo que merece la pena?

No veo por qué el matrimonio con alguien a quien se ama puede ser embarazoso, una represión. Es más bien una liberación y la fidelidad que se promete ayude a liberarse de todo lo que impediría amar al otro/a siempre mejor y más intensamente.

El problema es que no se quiere renunciar siempre a pequeñas infidelidades, concesiones en los gustos personales, etc; se detiene en el hecho de que se renuncia, y por tanto se aliena- como se dice ordinariamente- pero la

verdad es que se trata como un corredor que deja aparte muchas cosas que le proporcionarían placer, pero le impedirían tener éxito en su carrera, consagrándose plenamente a ella.

Me doy cuenta de que la aventura del matrimonio merece la pena entregarse a él en todo tiempo y por completo.

Creo que la unión libre es la peor de las dificultades. Tengo pocos años, puedo cambiar de opinión, pero me parece que si es para muchos un medio para rebelarse contra la sociedad, contra las presiones, también puede suceder con el rechazo de responsabilidades que comprometen verdaderamente a uno con relación a la otra o viceversa. Solamente se quiere la libertad de elegir.

Contrariamente a ciertas amigas, no estoy de acuerdo con ellas en lo de la unión libre. Aunque parezca retrógrado, mi opinión es firme. Es lo que pienso cuando veo lo que ocurre a mi derredor. En la unión libre no hay ningún lazo que una realmente al hombre y a la mujer. Desde el momento y hora en que no están motivados para vivir juntos, apenas la rutina hace presa en sus vidas, se dicen adiós.

Una de las grandes razones que dan muchos para vivir juntos sin estar casados, es para conocerse mejor.

Pero,¿qué impide- antes de tomar la opción por el matrimonio-, buscar conocerse un poco mejor y sobre todo comprenderse? Es difícil llegar a conocer perfectamente a alguien a quien se ama. No es una verdadera razón para no casarse.

Para otros, la opinión es de que el ciclo del matrimonio perpetuo, duradero e intocable se ha terminado ya. Vivir juntos de mutuo acuerdo es mucho mejor que vivir casados, protegidos y con papeles.

No, no y no- dicen muchos jóvenes-, la unión libre no es ausencia de sentimientos como se juzga a veces. A nuestra edad, necesitamos afecto y ternura, de compartir lo mejor que poseemos.

El futuro no sabemos cómo se presentará. Lo que nos importa es vivir el amor. Lo que nos interesa es que

seamos los dos sinceros en el papel que representamos. Viviremos el instante. Y si llega el día en que nos cansamos, nos diremos adiós y quedaremos como amigos. ¡Y basta!

No queremos papeles, ni disposiciones. Nos gusta la aventura. Y mientras dure, no nos haremos problemas ninguno de los dos.

Esta es la opinión que se respira en ciertos ambientes y que, desgraciadamente, su incidencia en la sociedad no está siendo una buena garantía de convivencia para las parejas sentimentales. Al menos por lo que se, se escucha y se oye.

Con afecto, Felipe Santos, SDB

¿Para qué sirve el matrimonio? Si se ama, ¿no es suficiente para vivir en pareja? ¿Por qué "pasar" por una institución? ¿Cuál sería su sentido?

En el seno de una cultura en la que todo parece ir a los efímero, el voto de la duración continúa rondando el amor. Una encuesta muestra que, entre los jóvenes que viven en pareja, 8/10 piensan que lo preferible es que su unión dure toda la vida (IPSOS, Eso me interesa, Agosto 1998). Signo sin duda de una intuición, según la cual hace falta tiempo para aprender a amar

Un gran número considera que el solo amor basta para que dure. A tal punto que mantenemos una de las razones de la relativa desafección respecto al matrimonio : «¿Por qué casarse si se ama?» se oye decir hoy. Un índice debería sin embargo dar que pensar: dos encuestas diferentes indican que las parejas concubinas , a los diez años, son seis veces más precarias que las parejas casadas. Con la llegada de uno o varios niños, lo son dos veces más. Indicio sin duda de una diferencia…

La cuestión es: según vuestra opinión, un lazo fundado en un acto público de compromiso, con una palabra solemne ante testigos, ¿no tiene incidencias, hasta el punto que se pueda dejar? Están en juego aquí el sentido de la palabra, el de la entrada en una forma de vida y el de la apertura a terceros.

La palabra, forma de la libertad

La fidelidad es un valor reconocido. Pero lo que se entiende por este término puede variar. Hay una diferencia en particular que llamaré la fidelidad-*resultado* y la fidelidad-*resuelta*. La primera resulta del buen funcionamiento de la pareja, de las gratificaciones que cada uno puede sacar de la relación: se es fiel porque va bien. La segunda es el objeto de un querer. No es sólo el efecto de causas, sino orientada

como fin. Está en el horizonte de una palabra, de un compromiso; se realiza como una construcción. Ahora bien, de una forma general, la promesa es fundadora no solamente de humanidad sino de coherencia. La palabra dada ofrece un punto de apoyo, tiene referencia « Si mantenemos la palabra, la palabra nos mantendrá », decía gentilmente France Quéré.

Tomar conciencia del precio de la promesa, es estar ya en el camino de la superación afectiva e inmediata. La promesas es afirmación de la libertad a través del tiempo, es decir de una libertad que no se limita al instante presente, sino que es capaz de desbordar o desembocar en el futuro.

Eso es particularmente verdadero en la palabra alianza, que podemos definir, con Jean-Claude Sagne como « la *elección... de construir un espacio de vida por y para el intercambio de los dones*». El intercambio de los dones apela a un marco, a un lugar, a un polo de estabilidad. No es solamente el motor del lazo, la visión dirigida siempre al futuro. Se casa para darse tiempo. Al dar al otro o a la otra, se da a sí mismo: el tiempo de aprender a amar.

El matrimonio es un acto de palabra solemne. Eso es esencialmente. Nada podrá reemplazar la memoria de esta promesa por la cual cada uno consiente en estar ligado al otro. *¿Quieres ser mi esposo/a? – Sí.* Cada uno presenta que eso va más lejos de « te amo » o incluso de «te amaré para siempre ». Se trata de cambiar el "status" y consentir mutuamente en hacerlo el uno respecto a la otra. Por muy reales que sean las semejanzas entre el concubinato y el matrimonio, hay y habrá siempre una diferencia entre tener o no haber pronunciado, en alta voz y ante testigos, tal palabra.

De lo secreto a lo público

La promesa es más que el voto. Desborda la intimidad; requiere testigos. La promesa sólo adquiere toda su dimensión grabando en el oído y en la memoria otros temas de los que vengan a pronunciarla, testigos que quedarán en la memoria viva de este acto de palabra. Al ser fieles mutuamente, también seremos fieles en el testimonio de los

que estaban presentes alrededor nuestro aquel día, y han creído en nuestro compromiso. Ser testigo, no es sólo se espectador. Así el lazo adquiere una cierta objetividad, y en este sentido supera la sola intimidad de los contrayentes. La palabra inscrita en la memoria de una comunidad adquiere una aportación específica. Esta palabra se atreve también a tomar la forma de escrito, confiando a las firmas de unos y otros la memoria social de los registros.

Es corriente oír hoy que nos faltan “ritos de paso” ».Ahora bien, los ritos de paso son necesarios al hombre. Lo estructuran. El matrimonio es el ejemplo más característico. Logra esta hazaña marcando a la vez una separación y una continuidad. Separación de las familias y grupos de origen, continuidad con la vida y la voluntad de éstos. Se puede subrayar desgraciadamente a menudo que los que cohabitan sin casarse abandonan tan progresivamente a su familia

que a veces esta salida es incierta, jamás acabada, jamás asegurada. La fiesta del matrimonio marca una salida, una discontinuidad, un cambio de “statu” y de posición social. Pero el rito marca también una continuidad: la comunidad familiar, amical, local, religiosa, al unirse y juntarse, manifiesta que aprueba o experimenta este acto y le aporta su apoyo. Se celebra tanto el acto social como el lazo íntimo. No solamente celebrado, sino reforzado. ¿Quién dirá el número de relaciones que se relanzan, restablecen, se anudan incluso en el curso de una fiesta de bodas?

El matrimonio es un acto eminentemente social, que no une solamente a los esposos entre sí, sino a la pareja en sociedad. A diferencia del contrato, que es solamente una convención entre los contrayentes, la institución se define por una cierto número de reglas, obligaciones preexistentes en las que los cónyuges aceptan entrar. « Los esposos se deben mutuamente *fidelidad, socorro y asistencia* » (art. 212 del código civil). Estas palabras tienen un sentido preciso en derecho. Son la institucionalización de los valores morales. No se mide bastante el precio de esto.

Casar el amor y el derecho

Entrar en la institución, es aceptar no ser los solos actores de nuestro lazo o unión. No es creer en todo el poder del amor, aceptar tener otras referencias que éste. Es querer ofrecer al mismo sentimiento un MARCO que lo protege, en caso de fracaso, contra sus propios errores. No es sólo dudar del amor sino de reconocer sus fragilidades.

Al contrario, es una ventaja creer en el que consiente en lo que es, es decir, vulnerable. La oposición romántica entre el amor-sentimiento por una parte y las frías reglas del derecho por otra es un signo de inmadurez. Es una señal de realismo aceptar casar el amor y el derecho.

La institución, ciertamente, no es una garantía de solidez. Pero ofrece los triunfos de la continencia y de la forma. Nuestra afectividad, por sí misma anárquica e « hija de Bohemio », necesita marcos y límites.

La forma ofrece más que eso: la objetividad de un patrimonio ético, donde se cristalicen valores y reflexiones que es a menudo muy difícil de transmitir por la vía de la explicación del argumento.

« La institución conyugal, escribía Roger Melh, no tiene delante la pasión de una fuerza invencible. Al menos permite días mejores; al menos deja tiempo para la reflexión, la vuelta sobre sí. *Retarda o retrasa lo irremediable, y ya es mucho.* Pues un irremediable retraso tiene algunas oportunidades de vencerse » .

A medio-camino entre el amor y la fuerza, el derecho evitará para algunos pasar directamente el uno de la otra. Habría mucho que decir sobre los inconvenientes a los que se oponen los que pretenden pasar de él. Se podría citar el ejemplo de tal compañera puesta en la puerta y encontrarse literalmente en la calle al día siguiente.¿Y qué decir de un “pacto” al que él puede ponerse fin por el envío unilateral de una carta recomendada, siendo preciso que los « los partenaires determinen ellos mismos las consecuencias que la ruptura lleva a este respecto» ? Según los términos de Lacordaire, en el siglo XIX,

« entre el fuerte y el débil, es la libertad la que oprime y es el derecho el que libera ».Ahora bien, en materia familiar, que es débil, ¿quién es el fuerte? Cada uno puede serlo a su vez. La mujer, pero también el padre y, por supuesto, el hijo.

Al descansar en una palabra puramente privada, el concubinato manifiesta, a los ojos del derecho, dos individuos yuxtapuestos. Ellos que querían protegerse del derecho deberán más a menudo que los esposos recurrir a éste en materia de filiación, atestación de vida común, adquisición de bienes y, de modo mucho más complicado pues menos enmarcado, en caso de separación.

Acabamos de esbozar algunas significaciones profundas del matrimonio. Lejos de ser una simple tradición pasada o anticuada, es bello y un conjunto de valores y estructuras que garantizan un porvenir al amor. El acto sueña con apuestas de gran importancia. La percepción de estas apuestas es todavía más importante si se mira no solamente a la pareja como tal, sino la acogida de terceros...

II) ¿ESTÁ PASADO DE MODA EL MATRIMONIO O ES UN CAMINO DE FUTURO?

Una institución centrada en el futuro

Se habla demasiado a menudo, hoy, del matrimonio sólo en términos de pareja. El « parejismo » lleva a menudo a olvidar que hay otra apuesta fundamental en el matrimonio (el más antiguo y el más universal) es la fundación de una familia...

Hay que ver bien, en efecto, que el matrimonio ofrece a la filiación una chance de coherencia y solidez. Eso aparece particularmente para la definición de la paternidad, menos evidente que la de la maternidad. Fuera del matrimonio, el lazo paterno es mucho más frágil y su definición oscila entre dos criterios: el reconocimiento voluntario y la « prueba biológica ».

Se adivina la insuficiencia de cada uno de estos dos principios. Ni el biológico ni el voluntario solos permiten definir la paternidad. La voluntad es un intermediario obligado, pero hay que fijar los límites. No se puede hacer depender una realidad tan vital como la institución

de un lazo de filiación por el solo deseo de los adultos. Pero, por otra parte, no se puede definir la paternidad como la consecuencia de un simple hecho biológico. La dualidad de lo voluntario y de lo biológico deja aparecer una doble carencia. Esta insuficiencia reclama la oportunidad del tercer término que será la alianza conyugal.

El matrimonio ofrece un marco a la paternidad. Lo que se juega en la carne se integra en el orden de la palabra. En la alianza conyugal, lo que podría suscitar pretensiones de la voluntad soberana como lo que podría suscitar el objetivismo biológico están superados, y lo son el uno por la otra. En este sentido, según el decano Carbonnier, el matrimonio es la institución vuelta al futuro ».

El matrimonio es la superación de la lógica dual del contrato, que no implica nada más que a los dos contrayentes. Tal es el caso del « pacs », en el que no hay ninguna alusión al hijo, y no existe lugar para él. Desde el punto de vista ético, esta ausencia es finalmente preferible, en la medida donde, en un tal marco, los contrayentes no comprometen de ninguna manera en su duración. No sería muy coherente comprometerse en una responsabilidad parental hacia un hijo sin comprometerse en establecer una relación duradera con el otro progenitor. Es sin embargo lo que hacen muchos hoy. No es sin hipocresía que se finge creer que el compromiso parental puede mantenerse si no hay compromiso conyugal. En la ausencia de éste, la trayectoria de la historia de la pareja tiene fuertes chances de no coincidir con la del hijo.

Reconocer a un hijo, es comprometerse con él, ¿pero qué vale un tal compromiso si se deja abierta la hipótesis de la precariedad de la pareja, es decir, la posibilidad que a más o menos a largo plazo uno de los dos contrayentes se separe de él? En el nombre de una simple ética de la responsabilidad debe exigirse la coherencia entre el compromiso parental y el compromiso conyugal.

El secreto del matrimonio que se sostiene

Sea cual sea la pertenencia confesional, CASARSE, ES ACEPTAR ESTAR RELIGADO. Es consentir en un sentido « religioso » de la existencia, si se quiere recordar la etimología de este término, del latín re-ligar. Se abre entonces una alternativa: o bien el lazo no es nada más que el resultado, la resultante de la alquimia entre dos psiquismos, o bien es el lugar del florecimiento de una nueva vida, de la entrada en un dinamismo que venga de más lejos, más alto y más profundo que cada uno de los dos ego (“yo”).

Una vida de otro « orden », en el sentido de Pascal: del orden de la caridad. Esta vida surge de una fuente oculta, permanente, más constante que los vaivenes de la afectividad. Esta fuente original, algunos, que tienen el presentimiento, la dejarán innominada. El agnóstico, Jacques Lacan se atrevía a afirmar: « Para que la pareja se mantenga en el plano humano, hace falta que un dios está ahí ».

Otros, al recibir la herencia de una Escritura y Tradición, se atreverán a nombrarla. No la nombrarán solamente « Dios », término finalmente demasiado general, hasta abstracto, pero « Padre », «Hijo », « Espíritu ». El Padre como fuente del don, su principio, su origen. El Hijo como forma del don, su cuerpo, su rostro; el Espíritu como soplo del don, su inspiración, su energía.

Esta nominación-reconocimiento, la gran chance de los creyentes es poder efectuarla con otros, en comunidad. La apertura más alta o más profunda es al mismo tiempo una apertura más grande. Al participar en la vida de un cuerpo más grande que el suyo, los esposos hallarán un principio de solidez suplementaria para su pareja. En efecto, lo que une a los esposos, lo que teje la sustancia de su lazo, no es solamente lo psico-afectivo, ni solamente lo social y cívico, sino la esencia espiritual. Su lazo es, en el fondo, comunión. Y esta comunión será alimentada, avanzará hacia su verdad cuando participe en una comunión más grande y más profunda.

Muy especialmente cuando, con otros creyentes, los esposos vengan a saciarse en la fuente de su amor, en el misterio de la vida dada, del cuerpo entregado, de la sangre derramada.

CASARSE, es no contar con sus propias fuerzas. Es finalmente un acto de humildad, con vistas a transmitir el don de la vida.

AÑADIDO

Los siete secretos de un amor para toda la vida

(Mujer Nueva, 2001-11-20)

Por Carlota de Barcino*

Cuando Bartolomé habla de Maria Luisa, la más tierna de sus sonrisas ilumina su rostro. No hay mujer más elegante, atractiva, buena y hermosa que su esposa. Y no puede imaginar un viaje de negocios sin su compañía: ella es su mejor "relaciones públicas", animada conversadora en cualquier idioma, sensible y delicada con los compañeros de trabajo de su marido, y con sus esposas. De hecho, no recuerda un solo viaje en que no hayan sido generosamente agasajados por sus anfitriones con una entrañable cena familiar.

Es un matrimonio que claramente funciona y gratifica

Bartolomé refleja en su mirada que el matrimonio ha llenado su vida con todo lo que una persona podría desear. Se siente seguro, realizado, y es siempre un placer programar sus viajes y momentos a solas con su mujer.

Ella lo sabe todo sobre él; y él conoce hasta los más íntimos sentimientos de ella. De vez en cuando discuten, pero saben cómo reconciliarse. Es un ejercicio que sale casi de manera natural. En realidad, Maria Luisa y Bartolomé no están en su fase de "luna de miel". Cuarenta años de matrimonio, cuatro hijos y cinco nietos no han hecho más que consolidar su amor. Se conocieron siendo muy jóvenes, y desde entonces están profundamente enamorados.

Está claro que Maria Luisa y Bartolomé, al igual

que muchas parejas que conocemos, han logrado la felicidad en el matrimonio: su amor es para toda la vida. Han comprendido que una relación satisfactoria y duradera no sucede al azar, sino que la vida matrimonial está llena de momentos para construirla con mayor solidez, a través de una amplia variedad de detalles y manifestaciones de amor.

LOS SECRETOS DE UN AMOR PROFUNDO, TIERNO Y DURADERO

1. Busca siempre el segundo lugar

Pensar que el otro es el importante

"Poner al otro por encima de uno mismo". Muchos de los matrimonios que se rompen lo hacen por no vivir esta sencilla máxima. El egoísmo no funciona en un matrimonio. A menudo las parejas son más egoístas entre sí que con sus amigos. Se preocupan por estar al tanto de los éxitos y acontecimientos en la vida de sus amigos, por buscar áreas de interés común, y ceder para evitar romper una amistad. Y sin embargo, no ponen la misma energía cuando se trata de la relación con su esposo/a.

Los mejores matrimonios son aquellos en los que rige el principio de dar en lugar de recibir, donde los esposos colocan las necesidades, aspiraciones, esperanzas y sueños de su pareja por delante de los propios.

Si uno de los dos pone en práctica este principio con constancia, es altamente probable que el otro responda de manera recíproca y espontánea con el mismo amor, cariño, entrega y consideración.

2. Sé generoso en tus halagos

Al menos una vez al día, busca algo positivo que decir a tu esposo/a. Siempre puedes encontrar en la otra persona algo que sea noble, correcto, puro, amable, admirable, excelente o digno de ser alabado. Piensa en estas cosas, pon atención a lo largo del día. Para asegurar un amor para toda la vida, debes ser el "fan número uno" de tu esposo/a.

Buscar la felicidad del cónyuge en los comentarios

Samuel Johnson escribió en el s. XVIII: "El aplauso de un solo ser humano tiene grandes consecuencias en la vida de una persona". El famoso psicólogo John Gottman, que estudió a 2.000 matrimonios, afirma que por cada comentario o acción negativa se precisan al menos cinco positivas que las puedan contrarrestar, para que el amor de la pareja se mantenga fresco. Gottman recomienda todos los piropos, sonrisas y manifestaciones de ternura posibles, al tiempo que advierte contra la crítica, el rencor y las actitudes defensivas.

Así pues, halaga a tu esposo/a por todo aquello que es admirable en él/ella. Si es

honrado/a, dile cuánto te agrada que lo sea; si es fiel, explícale lo maravilloso que es poder contar siempre con él/ella; si es dependiente o inseguro/a, dile lo bien que te sientes pudiendo apoyarle y sintiendo cuánto cuenta tu opinión; y si está muy seguro/a de sí mismo/a, puedes expresar la seguridad que esa virtud te aporta también a ti.

3. En tiempos de crisis, sed uno solo

La unión hace la fuerza

Nada une más a unos esposos que permanecer unidos en tiempos de crisis. El psicólogo Paul Pearsall, autor de *"Laws of Lasting Love"* describe cómo la fortaleza de su esposa, siempre a su lado durante el tiempo en que se enfrentó a un terrible cáncer, le ayudó a superar los fatalistas pronósticos de sus doctores. Pearsall relata cómo su mujer le agarró con fuerza y le llevó de un médico a otro hasta que dieron con uno que pudo salvar su vida: "éramos uno solo; nos movíamos a un tiempo, con la esperanza de encontrar un doctor que no confundiera el diagnóstico con un veredicto. Nunca habría podido caminar a mi curación por mí mismo".

Otro caso muy conocido es el del actor Christopher Reeves. Una caída mientras cabalgaba produjo al protagonista de "Superman" una paraplejia irreversible. El libro escrito por su esposa, *"Still Me"*, ha batido records de ventas narrando cómo su

matrimonio alcanzó plenitud a partir de ese momento. La fortaleza de esta mujer y su apoyo incondicional sostienen la voluntad de su marido por seguir viviendo. Y ambos han sido capaces de encontrar la felicidad permaneciendo unidos ante las dificultades más terribles.

4. Pasar mucho tiempo juntos

Es un mito que las parejas felices tienen vidas, intereses y actividades independientes. Para escribir su libro *"Lucky in Love: The Secrets of Happy Couples and How Their Marriages Thrive"*, la psicóloga Catherine Johnson entrevistó matrimonios de todos los Estados Unidos que llevan casados entre 7 y 55 años. Más de la mitad describieron su matrimonio como "muy feliz".

Compartir materialmente el tiempo

Johnson se dio cuenta de que una característica común a todas las parejas felices era que pasaban bastante tiempo juntos, a pesar de no compartir los mismos intereses. En su opinión, la idea de que "es esencial mantener identidades separadas" es errónea. Estas parejas supieron encontrar una "identidad compartida". A lo largo del tiempo, habían dejado de sentirse "individuos" y se sentían "casados" en lo más profundo de su corazón. Si este proceso no se da, el matrimonio tendrá problemas.

Siempre hay un aspecto positivo

5. Cree siempre lo mejor, y no lo peor, de tu esposo/a

Seguramente habrán oído en alguna celebración religiosa del matrimonio, la famosa lectura que termina con la frase: *"El amor todo lo excusa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta"*.

Éstas son las pautas para creer siempre lo mejor del otro.

Lamentablemente, muchas parejas despojan a su relación de toda alegría, esperanza y amor, simplemente porque olvidan los aspectos positivos de su pareja y ven sólo lo negativo. Y esto tiene terribles consecuencias en el matrimonio.

El escritor John Powell indica acertadamente: "Son las actitudes las que hacen que una misma experiencia sea agradable o dolorosa". En el matrimonio también sucede así: es necesario mantener una actitud positiva hacia la pareja, educando los ojos y la mente para encontrar lo positivo que tiene incluso el rasgo que menos agradable nos resulta:

- Si crees que tu esposa es "chismosa", dale a ese rasgo la característica de una cualidad: es sociable, abierta y expresiva, y sus comentarios nunca son hirientes.

- Si sientes que tu esposo habla demasiado, trata de ver que podría ser introvertido, huraño y difícil de trato. Y de esta manera, siempre sabes cómo piensa y se siente.
- Si crees que tu pareja es demasiado "seria y aburrida", trata de agradecer que siempre dará a las cosas el peso y la importancia que merecen, que ponderará lo que dice y hace, evitando malos entendidos y discusiones impulsivas.
- Si te parece que el otro es "demasiado débil y no sabe decir que no", valora su buen carácter, su amabilidad, su capacidad de comprender y ayudar a los demás.
- En lugar de calificar a tu esposo como "demasiado estricto", seguro que puedes describirlo también como disciplinado, maduro, reflexivo y fiel a sus principios.
- Además de "excesivamente extrovertida", es muy probable que tu mujer sea a la vez vitalista, positiva, entusiasta y alegre.

6. Expresa tu amor frecuentemente y con creatividad

No perder ocasión de expresar el amor

"Hola, cariño. Sólo te escribo esta notita para que sepas cuánto te quiero y te echo de menos. ¡Date prisa en volver junto a mí!".

Jennifer sonríe cada vez que lee ese

papelito doblado que ha guardado durante meses en su bolso. Durante sus siete años de matrimonio, se ha visto obligada a viajar mucho por su trabajo en una empresa consultora. Cuando llega a un hotel, se siente sola y desanimada. Pero William lo sabe y ha logrado suavizar esos sentimientos mostrándole su amor de mil maneras distintas. Ella sonríe y se ilumina su expresión cuando recuerda los divertidos detalles de su marido: cartas escondidas en su maleta, postales, poesías, regalitos, fotos y hasta galletas, su chocolate favorito o unos caramelos... "Me siento como en casa cuando descubro sus detalles: todo me recuerda cuánto me ama, y me ayuda a seguir adelante a pesar de echarle tanto de menos".

Piensa tú también en qué forma especial e inesperada puedes sorprender a tu esposo/a, recordándole que es lo más importante de tu vida.

7. Haz de vuestro matrimonio tu prioridad

Decidir que es lo prioritario

La psicóloga Judith Wallerstein, en un estudio sobre 50 matrimonios felices, destaca que todos ellos declararon que construir un matrimonio sólido y duradero había sido el compromiso más importante de toda su vida de adultos. Es un gran consejo para asegurar un amor para toda la vida.

DECÁLOGO DEL MATRIMONIO FELIZ

1. Nunca estéis enfadados los dos a la vez.
2. No os gritéis jamás, a no ser que la casa se incendie.
3. Si uno de los dos debe ganar una discusión, deja que sea el otro.
4. Si tienes que criticar, hazlo con amor y delicadeza.
5. Nunca menciones errores del pasado.
6. Olvídate del mundo entero antes que de tu pareja.
7. Nunca os vayáis a dormir sin haber hecho las paces por una discusión.
8. Al menos una vez al día, hazle un comentario amable o ten un gesto de amor.
9. Cuando te hayas equivocado, admítelo y pide perdón. Si se equivoca, perdónale.
10. Se necesitan dos para una pelea, y quien no tiene la razón es normalmente el que más habla

.....