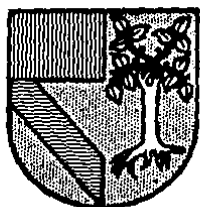


308923

18
rej.



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

INCORPORADA A LA U. N. A. M.
ESCUELA DE PEDAGOGIA

**PEDAGOGIA FAMILIAR AFECTIVA: EL AMOR Y
LA COMUNICACION CONYUGALES**

TESIS PROFESIONAL
QUE PRESENTA
GABRIELA YEPEZ REYNA
PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN PEDAGOGIA

MEXICO, D. F.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

1988



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE.

INDICE

	<u>Pág.</u>
INTRODUCCION	1
CAPITULO I: SENTIDO DEL AMOR Y LA COMUNICACION EN LA NATURALEZA HUMANA	6
I.1. La persona: Unidad sustancial	7
I.2. Necesidad de amar	9
I.3. Necesidad de comunicarse	13
CAPITULO II: AMOR Y COMUNICACION EN EL MATRIMONIO	20
II.1. El matrimonio, unión de dos voluntades	21
II.2. Amor conyugal	27
II.3. Comunicación conyugal	35
CAPITULO III: EVOLUCION DEL AMOR CONYUGAL	44
III.1. Etapas del amor conyugal en su proceso de maduración ..	45
III.2. Papel de la comunicación en las diversas etapas del amor conyugal	52
III.3. Desarrollo personal y comunicación	54
CAPITULO IV: LA COMUNICACION EN LOS PRIMEROS TIEMPOS DEL MATRIMONIO	58
IV.1. Necesidad de establecer bases sólidas en el ejercicio de la comunicación conyugal	59
IV.2. La consecuencia de la verdadera comunicación en los primeros tiempos del matrimonio	65
IV.3. Buscar la orientación, ¿por qué no?	67
CAPITULO V: PROPUESTA DE UN MANUAL DE ORIENTACION	72
V.1. ¿Por qué un manual de orientación?	73
V.2. Metodología utilizada para la elaboración del manual	75
V.3. Características del manual	82
V.4. Manual de orientación para la comunicación conyugal	85
CONCLUSIONES	109
BIBLIOGRAFIA	113
GLOSARIO	119
ANEXO	122

INTRODUCCION

INTRODUCCION

¿Qué sucedería si la persona no fuese capaz de comunicarse? ¿Cómo establecer entonces un enlace o 'contacto' consigo mismo y con sus semejantes?

He aquí un punto de reflexión que nos lleva a reconocer el valor de la comunicación.

Es la comunicación lo que permite la 'puesta en común' entre las personas, gracias a la cual se han logrado hechos trascendentes y grandes proyectos a lo largo de la historia de la humanidad; es más, es gracias a estos últimos como se ha construido la historia.

Y sin embargo, ha sido también muy claro y determinante el problema de la inco-municación al que siempre se ha enfrentado el ser humano en los diversos niveles y áreas en que interactúa y se desarrolla.

Específicamente en el campo de las relaciones conyugales, cobra una gran importancia debido a que de ellas depende no solamente el desarrollo personal, sino también el del cónyuge y los hijos, es decir, de la familia, y por ende el de la sociedad.

Ante la evidencia de la importancia de la comunicación en la pareja, parece en ocasiones redundante el hablar de la misma o intentar siquiera incentivar a los cónyuges para que la practiquen con más empeño, pero en la realidad la experiencia muestra lo contrario, ya que son muy pocos los matrimonios que 'viven' la comunicación. Es ésta la problemática que suscitó la presente investigación. Hay muchos síntomas patentes en la realidad de los matrimonios de hoy, de la po-

breza de la comunicación a nivel conyugal.

Algunos de ellos son: el frecuente sentimiento de soledad en que viven o sienten vivir uno o ambos, la incomprensión ante los pensamientos y acciones del otro, el estado de resignación en que se encuentran muchos otros, el envejecimiento y la falta de ilusión en la relación, el desconocimiento parcial y en algunos casos casi total de la intimidad del cónyuge, en fin, la desintegración de las familias llevada en no pocos casos a su más dramático extremo, el divorcio.

Y se pregunta uno, ¿cuáles son las causas de esta falta de comunicación en los matrimonios? Probablemente una de ellas sea el devaluado concepto de matrimonio que se maneja en la época actual, el falso y manipulado concepto de 'persona' que encierra una maravillosa riqueza poco conocida; el concepto erróneo que se tiene de la comunicación, esa falsa idea de que es 'algo' que nos sirve para conseguir mejor lo que apetece o conviene en el momento, desligándola del amor; y por otro lado también, la innegable dificultad para aprender a comunicarse, ese obstáculo de la 'incomunicación', cuya raíz por lo general se encuentra en la comunicación con uno mismo.

Así, el tema que interesa estudiar en la presente tesis, es la comunicación conyugal, planteándola como un elemento fundamental para el desarrollo armónico de la relación matrimonial, y al mismo tiempo como un instrumento para el fortalecimiento de la misma.

El objetivo de tratar este tema, es concientizar a los cónyuges de la trascendencia de este problema, e incentivarlos a la práctica seria de la comunicación en su relación, desde los primeros años del matrimonio. De hecho, es por esto mismo que el estudio se dirige primordialmente a los cónyuges en la primera etapa de vida matrimonial, sosteniendo que el establecer bases sólidas para el ejercicio de la comunicación conyugal en los primeros tiempos del matrimonio, facilitará a los esposos mantenerla a lo largo de su vida matrimonial.

El problema tratado se identifica en el seno de la relación matrimonial, es decir, directamente en los cónyuges, por lo que corresponde al área de la Orientación Familiar, cuya finalidad es la educación de los diferentes miembros de la sociedad doméstica. Por ello, en su ámbito de estudio se incluyen diversas situaciones personales que se presentan en la vida de las personas en sus múltiples etapas y relaciones dentro del ámbito familiar. Entre otras áreas de la pedagogía familiar pueden citarse las siguientes: las relaciones en la familia (conyugales, padres-hijos (as), con la familia extensa, etc.), el conocimiento de los hijos (carácter, etapas de la educación), la autoridad y la participación en la familia, la educación de las virtudes humanas en la familia, los diversos medios de la educación familiar...

De la misma manera, los destinatarios de la orientación familiar son muchos, puesto que las personas y las familias ofrecen un espectro muy amplio de situaciones, de problemas y de posibilidades.

Entre la diversidad de destinatarios pueden citarse padres, hijos, esposos, madres y padres solteros, personas divorciadas, novios (en su preparación para el matrimonio), viudos, cónyuges separados...

Entre otras, algunas situaciones a tratar en este mismo campo son: las crisis, la ruptura en cualquiera de las relaciones mencionadas con anterioridad (y muy especialmente en la relación matrimonial: separación y divorcio), el descubrimiento y desarrollo de la vocación de las personas (humana y profesional), la realización de los proyectos de vida, problemas en la educación de los hijos (especialmente con hijos e hijas adolescentes), problemas de comunicación en la familia (especialmente de tipo conyugal) etc.

Así pues, dentro de este marco de la Pedagogía familiar se desarrolló el problema, bajo un enfoque filosófico-psicológico-didáctico.

Filosófico, de manera que tenga una sólida sustentación o fundamentación, principalmente en cuanto al concepto de persona que se maneja, ya que es ésta misma el sujeto de la comunicación y por tanto la causa indirecta de esta investigación. Psicológico, porque se trata de una forma de comportamiento humano que ha sido

estudiada, analizada y descrita por la Psicología, ciencia que a su vez aporta datos de interés acerca de la persona, sus facultades y operaciones, que van íntimamente relacionados con el tema a tratar.

Y finalmente, didáctico, ya que la derivación práctica de la investigación, es la propuesta para un Manual de Orientación, que constituya finalmente un instrumento que facilite a las parejas establecer una comunicación profunda en su relación, y así llevar a la práctica lo propuesto a lo largo de este trabajo.

Las principales fuentes de consulta utilizadas en la elaboración de esta tesis son, entre otras: 'Amor y libertad' y 'Curso de preparación para el matrimonio', de Paul Eugene Charbonneau, 'Diálogo Conyugal' de Javier Ortiz, 'Las posibilidades del amor conyugal' de Rodrigo Sancho, 'El proceso de la comunicación' de David Berlo, y 'Dinámica de la comunicación en el matrimonio' de David Isaacs. Es importante mencionar que la fundamentación teórica de la tesis se apoya en el Modelo de Comunicación de David Berlo.

La metodología que se siguió en el trabajo fue básicamente documental, con la finalidad de exponer las diversas cuestiones relacionadas con el tema, con una sólida base científica, es por ello que se presenta la información de forma descriptiva, claro está, enfaticando los aspectos educativos de la misma.

El orden que se eligió para la exposición del tema tiene como finalidad establecer en principio una base o fundamento que facilite la comprensión del trabajo a lo largo de su desarrollo.

Por ello en primer lugar, se expone al concepto de persona, concibiéndola como una unidad indisoluble de alma y cuerpo y se justifican las necesidades de amar y de comunicarse (basándose en el modelo de comunicación citado) que tiene la persona, para encontrar así el sentido del amor y la comunicación en la naturaleza humana. En virtud del tema tratado, se derivó de aquí la necesidad de explicar en segundo término el sentido del amor y la comunicación en el matrimonio, para lo cual se expone el concepto de matrimonio, los elementos y características del amor conyugal. Ahora bien, por el dinamismo característico del amor y la comunicación conyu-

gales, se observan en su proceso de maduración 'etapas', las cuales se exponen brevemente en el tercer capítulo, resaltándose el papel que va jugando la comunicación en las mismas, y haciendo énfasis en la necesidad de un continuo desarrollo personal que la favorezca y enriquezca continuamente.

Con esta base, el capítulo cuarto se centra en el estudio de la primera etapa del matrimonio, justificándose la necesidad de establecer una comunicación efectiva desde el comienzo de la vida matrimonial, así como de favorecerla y acrecentarla continuamente alimentándola y ejercitándola diariamente en la vida cotidiana.

Ahora bien, considerando que siempre hay en la vida de la persona posibilidades de perfeccionamiento, se justifica la importancia de buscar la orientación de profesionales en el tema, para mantener esa comunicación efectiva tan necesaria entre los cónyuges.

El trabajo culmina con un manual de orientación, que se propone como instrumento que facilite a las parejas en la primera etapa de vida matrimonial, establecer una rica y profunda comunicación en su relación desde el comienzo de su matrimonio, de manera que logren establecer sólidas bases no sólo para mantenerla, sino para perfeccionarla cada día. Para su elaboración, con la finalidad de ofrecer un material adecuado a las necesidades de sus destinatarios, se aplicó en un Centro de Orientación familiar, un cuestionario de detección de necesidades a una muestra constituida por un grupo de matrimonios, y con base en los resultados obtenidos se hizo la selección de temas, que se presentan en el manual con una secuencia lógica y con determinadas estructura y organización didáctica.

Es importante resaltar que la intencionalidad y finalidad del manual son eminentemente educativas.

Solamente resta decir, que no se pretendió con este estudio agotar el tema tratado, sino por el contrario, proporcionar una amplia visión del mismo, destacando su trascendencia y ofrecer al mismo tiempo una alternativa de solución (el manual de orientación), dejando abierto el campo para posteriores investigaciones relacionadas con el tema.

CAPITULO I

SENTIDO DEL AMOR Y LA COMUNICACION EN LA
NATURALEZA HUMANA.

CAPITULO I: SENTIDO DEL AMOR Y LA COMUNICACION EN LA NATURALEZA HUMANA.

Al pretenderse alcanzar el sentido de la comunicación conyugal, se hace necesario un estudio previo de los elementos involucrados a fin de establecer los fundamentos que permitan el análisis posterior del problema a tratar. Es así que cobran especial importancia, tres conceptos básicos: el hombre, el amor y la comunicación.

I.1. La persona: Unidad sustancial.

Hablar del humano, su esencia y las implicaciones de la misma, es tema para no sólo uno, sino varios estudios específicos, sin embargo no es lo que en éste se pretende; en realidad se busca establecer aquí un punto de partida que fundamente el estudio a realizar sobre comunicación conyugal. Por ello hemos de concretarnos en la afirmación de que la persona no es pura materia, no es tan solo un cuerpo con determinadas características, sino algo más: es una 'unidad sustancial' de alma y cuerpo.

Es evidente que no todos los cuerpos tienen vida, y por tanto no es por tener cuerpo el que ciertos seres tengan vida. "Si lo que hace que algo tenga vida no es el cuerpo en que ésta se realiza, será preciso afirmar que lo que anima al viviente es 'otra cosa' que el cuerpo que éste tiene. A esta otra cosa se conviene en llamarla, por su efecto, alma, del latín anima: lo que anima o vivifica al ente en que se encuentra". (1)

De aquí se deduce que hay en el ser vivo un 'principio unificador' de las partes que hace posible que tenga vida. Indudablemente el hombre es un ser vivo y

(1) MILLAN PUELLES Antonio, Fundamentos de Filosofía, p. 304

por lo tanto hay algo en él que lo 'anima'. Aristóteles ha definido el alma humana como "aquello por lo que primariamente vivimos, sentimos, cambiamos de lugar y entendemos" (2), expresando así los efectos que ésta tiene en la persona.

Resulta pues que el humano tiene un cuerpo, pero también tiene un alma que lo une, lo estructura de manera que sea un organismo apto para la automoción. De manera que la persona no es ni pura materia ni pura alma sino que es una 'unidad sustancial', entendiendo por unidad sustancial aquella en la que los elementos que la forman no están solamente aglomerados y extraños entre sí, sino por el contrario aquella en la cual la unión de elementos resultante se presenta como una sola sustancia.

Ahora bien, lo específico del alma humana es la espiritualidad; el alma humana es espiritual, y esto se expresa en la racionalidad. El ser material es un mero individuo; el ser racional es una persona. Bien dijo Boecio que persona es "una sustancia individual de naturaleza racional" (3), expresando con su definición que la persona no es solamente una parte del universo cerrada en sí misma y en constante oposición a los demás individuos; sino que es un ser, un hombre que trasciende por su libertad al universo, abriéndose a todo ser y con la capacidad de entrar en comunión con las demás personas.

"Si el hombre no estuviera dotado de razón, sería un simple individuo, sin nada más, como todo animal, vegetal o mineral. Pero como es racional, se eleva a la dignidad de persona. En cuanto corporal, y por tanto individual, se halla sometido a todos los determinismos del mundo material; en cuanto espiritual, por

(2) ibidem., p. 304

(3) VERNAX R., Filosofía del hombre, p. 232

consiguiente como persona, se encuentra en el plano del conocimiento universal y de la voluntad libre" (4). Esto se explica porque el hombre en cuanto ser corpóreo, está sometido a ciertos ritmos necesarios, pero en cuanto espiritual el hombre escapa por su superioridad al determinismo de la materia. La expresión máxima de ello es la libertad (5).

Es así que el hombre está dotado de una inteligencia capaz de conocer, una voluntad que tiende al bien, una libertad para regir sus actos y a la vez una responsabilidad sobre los mismos ante sí mismo y los demás. Ahora bien, todo esto nos lleva a reconocer en la persona un alto valor por contar con la capacidad de dirigir su vida eligiendo libremente el camino a seguir, y por tanto una dignidad única. Una vez reconocido esto, podemos situarnos ya en el siguiente plano, sumamente importante para nuestro estudio: el amor humano, y por tanto el amor conyugal, se apoyan en una relación de persona a persona, lo cual supone una elección voluntaria y libre así como el respeto a la dignidad humana, que abarca al hombre en su totalidad: alma y cuerpo, que como se dijo anteriormente, constituyen una unidad inseparable.

Basándonos en este concepto de persona pasemos a un breve pero necesario análisis sobre el amor y su valor para el ser humano.

I. 2. Necesidad de amar.

Como anteriormente vimos, la naturaleza humana es racional; y esta naturaleza "comprende la facultad de autodeterminación basada en la reflexión, y que se manifiesta en el hecho de que la persona al actuar, elige lo que quiere hacer."

(4) CHARBONNEAU P.E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 20

(5) opud., ipidem., p. 21

Se llama a esta facultad el libre arbitrio" (6), y se refiere a una capacidad de autodeterminarse. Se percibe en el humano una elemental necesidad de lo bueno, un impulso natural a alcanzar el bien.

Lo que 'determina' esa capacidad de autodeterminación, es el hecho de que está dispuesto conscientemente a buscar ese bien. Es así que la persona rige sus actos y guía su propia vida buscando ese bien que le proporcione felicidad. El ser humano no es feliz aislado, tiene una necesidad de relacionarse con los demás.

Claro es, que según la experiencia lo demuestra, el humano por propia naturaleza es social, y es una exigencia natural el no estar solo, ni permanecer aislado; por ello se relaciona con sus semejantes estableciendo lazos de unión distintos que se hacen posibles únicamente por una capacidad de 'dar' que hay en el hombre y que lo impulsa también en el campo de la afectividad. Ciertamente no todas las relaciones humanas están cargadas de afectividad, pero es real el hecho de que las personas establecen libremente lazos afectivos en los que 'dan' a los demás.

"¿Qué le da una persona a otra? Da de sí mismo, de lo más precioso que tiene, de su propia vida. Ello no significa necesariamente que sacrifica su vida por la otra, sino que da de lo que está vivo en él -da de su alegría, de su interés, de su comprensión, de su conocimiento, de su humor, de su tristeza-, de todas las expresiones y manifestaciones de lo que está vivo en él". (7)

Partiendo de esto diremos entonces que en primer término, el amor es una relación de personas y por lo mismo, tiene un carácter 'personal'; y que por otro lado, toda clase de amor encierra atracción y afecto.

(6) WOJTYLA Karol, Amor y Responsabilidad, p. 16

(7) FROMM Erich, El arte de amar, p. 33

La atracción se da porque una persona aparece a otra como un 'bien' y entonces se produce en el otro una reacción de tipo afectivo por la cual se ponen en contacto; un contacto que no se reduce únicamente al aspecto sentimental dado por los sentimientos y emociones provocados, sino que se extiende más allá a cubrir el valor de la persona. Es decir que surge el amor por ver en el otro un bien, un valor que se quiere alcanzar y se establece entonces una relación afectiva.

Pero entonces, ¿qué es el amor?, ¿cuál es el objeto del amor?, Es evidente que no todo es amado, sólo lo amable se ama. Y esto es lo 'bueno'; al parecer cada quien ama lo que para él es bueno, y como el bien en sí es amable, para cada quien será amable aquello que para él represente un bien. Sin embargo resulta que no siempre lo que uno ama como bien lo es en realidad sino que parece serlo; y de aquí se deriva el que el objeto del amor sea el bien, reconociendo que en ocasiones el hombre equivoca la elección de aquello que lo representa en verdad. Diremos pues, que el amor es "una relación mutua de personas, que se funda a su vez en la actitud de ellas individual y común respecto del bien" (8). La actitud a la que se refiere tiene su origen en el atractivo, que no es tan solo pensar en otro como un bien, sino que implica además una vinculación de pensamiento respecto de esa persona en cuanto es un bien (esta vinculación sólo se da por la voluntad, de manera que el 'agradar' comprende así un elemento de 'querer').

Ahora bien, pued. decirse que hay tres motivos por los cuales se ama (9):

1. Por utilidad: No se ama a la persona en sí misma sino en cuanto deriva algún bien para el otro.
2. Por placer: Lo que se ama en el otro es el resultar agradable para uno; la

(8) WOJTYLA Karol, op. cit., p. 76

(9) opud., ARISTOTELES, Ética Nicomaquea, p. 103

relación con el otro es placentera.

3. Por benevolencia: Se ama a la persona en su ser completo como algo bueno en sí mismo. Es la forma de amar más completa, pues además de ser la más perfecta en sí, reporta a quienes se aman el provecho y placer que proporcionan las anteriores.

Lo cierto es que cualquiera que sea el motivo, el amor es siempre el resultado de un acto volitivo producido o basado en esa capacidad de autodeterminación de que hablamos anteriormente, porque el amor "no se limita a la simpatía como la vida interior de la persona no se reduce a la emoción ni al sentimiento, que no son más que sus elementos. Un elemento más profundo y con mucho el más esencial es la voluntad, llamada a modelar el amor en el hombre y entre los hombres". (10) En todo amor es la voluntad misma la que se compromete, libremente, ante aquello que considera un bien.

Ahora bien, es importante recordar que el amor no es un ideal a alcanzar; es una realidad que se 'vive' en diversos planos, y por ello no todos los amores son iguales; si bien se ha hablado ya de el aspecto común o esencial del amor, ha de decirse también que hay distintas clases de amor que se especifican por alguna nota determinante según su carácter. Por ello es que se habla de amor entre amigos, entre padres e hijos, entre hermanos, entre cónyuges... en fin, casi todos de una u otra manera amamos.

Lo cierto es que amar es, como la experiencia lo demuestra, no sólo una capacidad sino una necesidad en el hombre por lo cual enriquece su persona; porque si el amor es verdadero, es decir cuando realiza su esencia de dirigirse a un auténtico bien, el ser de la persona se perfecciona y encuentra la mayor plenitud de su existencia.

Es ésta la razón de haber planteado aquí el amor como una 'necesidad' del hombre

(10) WOJTYLA Karol, op. cit., p. 95

en el sentido de que naturalmente vive en una constante búsqueda de felicidad, que sin duda alguna halla en buena parte en el amor.

IJ. Necesidad de comunicarse.

¿Por qué hablar ahora de una 'necesidad' de comunicarse en el hombre? Se ha dicho con anterioridad que el hombre es un ser social; no puede vivir solo, por naturaleza tiende a asociarse y a vivir en comunidad, necesita de los demás. "La persona necesita integrarse en una comunidad, esto es, en una sociedad... la persona humana, para realizarse perfectamente conforme a su naturaleza, nunca deberá aislarse, dado que los valores esenciales que la definen exigen la comunicación. En efecto, estos valores son: el pensamiento y el amor. Ahora bien, tanto uno como otro no son posibles sino en un régimen de comunión (de ahí el término comunidad) con otras personas". (11)

Desde los tiempos más remotos, la comunicación ha sido para el hombre una necesidad vital aún para su supervivencia; el hombre primitivo se asociaba para la caza, para su protección, en fin para el cumplimiento de sus necesidades básicas. Desde entonces ya establecía normas o pautas de conducta que definían lo que se consideraba adecuado o legítimo. Es así que a lo largo de la historia han surgido diversas culturas, es decir, formas de vida, de pensamiento, de actuar y de sentir que han pasado por generaciones sufriendo modificaciones... y todo ello por esa capacidad que tiene el hombre de comunicarse con los demás. Por ella ha sido capaz de organizarse, de crear sociedades e instituciones, de hacer ciencias, de desarrollar tecnología y progresar... hasta llegar a nuestros tiempos. Con esto llegamos a que la persona como ser social, vive y se desarrolla en sociedades, entendiendo a la sociedad como un todo conformado por partes que se in-

(11) CHARBONNEAU P.E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 27

terrelacionan y que además "desde cierto punto de vista, es una estructura compleja de grupos e individuos que se mantiene unida por una maraña de relaciones sociales. Desde otro, es un sistema de instituciones relacionadas entre sí y que reaccionan recíprocamente. Desde cualquier perspectiva la sociedad puede considerarse como un todo que funciona, o como un sistema que opera". (12)

Pero todo esto, ¿sería posible sin la comunicación? Definitivamente no, porque las personas no podrían ponerse en contacto, interactuar y relacionarse.

Desde que el ser humano nace, vive experiencias una tras otra, que exigen comunicación: solicita y accede a aquello que le solicitan, reclama y recibe órdenes, etc. El sinnúmero de actividades que realiza derivadas de su desarrollo natural, implican forzosamente una 'puesta en común' con los que le rodean.

Y así es a lo largo de toda su existencia, pues interviene activamente en su sociedad e instituciones que la componen: familia, estado, comunidad, etc.; difícilmente podríamos dejar de comunicarnos.

Y ¿cuál es el objeto de toda esta gama de relaciones?, ¿por qué y para qué se comunica la persona? "Nuestro fin básico es alterar la relación original existente en nuestro organismo y el medio que nos rodea. Más exactamente, nuestro principal propósito es reducir las probabilidades de ser un sujeto a merced de fuerzas externas, y aumentar las probabilidades de dominarlas. Nuestro objetivo básico en la comunicación es convertirnos en agentes efectivos. Es decir, influir en los demás, en el mundo físico que nos rodea y en nosotros mismos, de tal modo que podamos convertirnos en agentes determinantes y sentirnos capaces de tomar decisiones, llegado el caso. En resumen, nos comunicamos para influir y para afectar intencionalmente". (13)

(12) CHINYOY Ely, La Sociedad, p. 85

(13) BERLO, El proceso de la comunicación, p. 10

Claro es entonces que siempre hay un propósito al comunicarse, aunque a menudo no seamos conscientes de él al actuar. Así, la conducta en la comunicación, se torna habitual.

Sin embargo, este hábito implica todo un proceso que finalmente posibilita la 'puesta en común' a que etimológicamente se refiere el término en cuestión.

Podemos entonces definir la comunicación como "la utilización de un medio para transmitir un estado mental y provocar la recepción análoga de este mensaje, es decir, su comprensión".(14) Esto evidentemente, implica un proceso es decir un conjunto de elementos que se suceden presentando modificaciones continuas. Al referirnos pues al proceso de la comunicación, hemos de considerar que los estudiosos del tema han desarrollado diversos 'modelos' para representarlo, y que difieren entre sí por ligeras variantes.

En el presente estudio, consideraremos los siguientes elementos, que son los que Aristóteles consideró en su Retórica (15):

1. El orador, la persona que habla.
2. El discurso, lo que dice.
3. El auditorio, la persona que escucha.

Así, al hablar de comunicación, necesariamente estamos haciendo mención implícita de estos. Ahora bien, basándose en este modelo de Aristóteles y armonizándolo con otros más, Berio desarrolló un nuevo modelo que es en el que esta tesis se apoya por ser muy completo y porque además proporciona una clara visión del proceso.

En su modelo, Berio considera como básicos, los siguientes elementos (15):

a. La fuente de la comunicación (es la procedencia del mensaje).

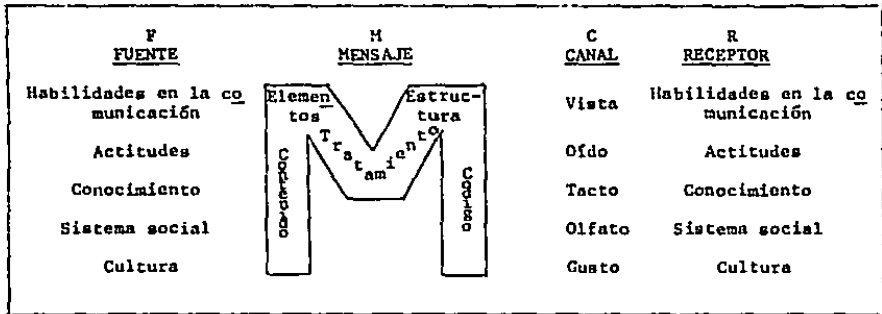
(14) ibidem, p. 23

(15) ibidem, p. 23

(16) vid., Ibidem., p. 25

- b. El codificador.
- c. El mensaje.
- d. El canal.
- a. El decodificador.
- f. El receptor de la comunicación.

Como aquí la comunicación a la que nos referimos es de persona a persona, se agruparán la fuente y el codificador, así como el receptor y el decodificador. De esta manera se estará hablando de que la fuente encodifica un mensaje y lo pone en el canal de manera que el receptor pueda decodificarlo. Se puede así comprender el modelo de los componentes de la comunicación que se presenta a continuación;(17)



La fuente es el elemento "persona", que una vez determinada la forma en que se desea afectar al receptor, elabora o 'encodifica' un mensaje determinado buscando producir determinada respuesta. Esta se va influenciada por varios factores que afectan la conducta en la comunicación, su propósito, mecanismos de encodificación y el mensaje en sí, y por lo tanto, la forma en que el receptor responda al mensaje. Entre otros, estos factores son: las habilidades comunicativas, (hablar, escribir, reflexionar...), las actitudes (hacia sí mismo, hacia el tema que se trata)

(17) ibidem., p. 55

ta y hacia el receptor), el nivel de conocimiento (sobre sus propias actitudes, las características de su receptor, las distintas formas en que puede transmitir los mensajes, la elección de los canales de comunicación, etc.), el sistema social en que se opera (roles que en él desempeña, el prestigio que tiene en él mismo, funciones que cubre, etc.) y finalmente la cultura (contexto cultural en que se comunica, creencias, valores que dominan, formas de conducta aceptadas, normas, expectativas, etc.).

Todas ellas son importantes porque ayudan a comprender la actuación de la fuente en cuanto a su forma de comunicación y la efectividad de la misma.

El mensaje es el producto elaborado por el emisor; así, al hablar, el discurso es el mensaje; al escribir, lo escrito; al gesticular, lo que expresan los movimientos de las manos y el rostro, etc.

Como factores del mensaje podemos nombrar esencialmente tres: el código, el contenido y el tratamiento que se le da al mensaje. Y a estos se puede hacer referencia con respecto a los elementos de cada uno y a la forma en que estos mismos están estructurados.

Ante la imposibilidad de separar los elementos y la estructura, se hablará de los elementos y estructura del código, los elementos y estructura del contenido y los elementos y estructura del tratamiento del mensaje.

Entendemos por código "todo grupo de símbolos que puede ser estructurado de manera que tenga algún significado para alguien... todo aquello que posee un grupo de elementos (un vocabulario) y es un conjunto de procedimientos para combinar esos elementos en forma significativa (una sintaxis) es un código". (18)

Finalmente, se define el tratamiento del mensaje como "las decisiones que

(18) ibidem., p. 45

toma la fuente de comunicación al seleccionar y estructurar los códigos y el contenido".(19) Es el 'tratar' el mensaje de determinada manera, con un estilo propio, eligiendo entre una gama de posibilidades para hacerlo. Este se determina principalmente por la personalidad de la fuente y otras características individuales.

Al hablar de canal, los distintos autores hacen referencia a aspectos diversos como la forma de encodificar y decodificar, el 'medio de transporte de la comunicación', etc. Nosotros nos referimos más bien a la forma en que el mensaje ha de 'canalizarse' para que el receptor pueda decodificarlo, es decir, a las habilidades sensoriales del decodificador. Se define entonces como canal de comunicación a "los sentidos a través de los cuales un decodificador-receptor puede percibir un mensaje que ha sido codificado y transmitido por una fuente encodificadora". (20)

Así, los mecanismos sensoriales del individuo, representan tanto canales como decodificadores.

Por último, el receptor tiene la función de recibir y decodificar al mensaje, produciendo determinada respuesta. Esto quiere decir que por la dinámica propia del proceso de la comunicación, el que en determinado momento es fuente, ha sido con anterioridad un receptor; y lo mismo va para el receptor, pues influido por las fuerzas recibidas en el mensaje, se convierte en fuente o emisor.

Por ello los factores que en él influyen son los mismos que en la fuente: sus habilidades comunicativas, sus actitudes, el nivel de conocimiento (sobre todo del contenido y del código), el sistema social al que pertenece y su cultura.

Todo esto influye en la forma en que recibe e interpreta los mensajes enviados

(19) ibidem., p. 47

(20) ibidem., p. 52

por la fuente.

Este es pues, el proceso que sigue la comunicación; tanto la comunicación verbal como la no-verbal. Lo que en esta última sucede, es que la manera de codificar el mensaje es por medio de señales no-verbales (gestos, risas, suspiros, etc.) que es a lo que se llama 'paralenguaje' y constituye una herramienta de auxilio para aumentar el impacto del mensaje verbal puesto que incluye también el tono de voz, énfasis, volumen, ritmo, etc.

Puede decirse en general, que "en la interacción humana, los dos niveles de comunicación, el verbal y el no-verbal, se usan simultáneamente, y buena parte de lo complejo de la comunicación humana cara a cara nace de esta realidad". (21)

Se presenta así la comunicación como un elemento muy valioso para el hombre, que le permite ponerse en contacto con sus semejantes para diversos logros; y sin embargo en la realidad se percibe una gran dificultad en el hombre para hacer uso correcto de la misma, cayendo frecuentemente en la incomunicación por diversas razones (sobrentendimiento, malentendidos, incapacidad de escuchar, falta de empatía, etc.).

Este análisis lleva a valorar la importancia de la comunicación en la vida del hombre. De esta manera, la comunicación constituye no solamente una capacidad a desarrollar en el hombre, sino también un instrumento valioso en el desarrollo de la humanidad.

Por la finalidad de este estudio, los conceptos que se han manejado en este capítulo han de trasladarse a la relación matrimonial, y es lo que se presenta en el siguiente capítulo.

(21) DANZINGER Kurt, Comunicación Interpersonal, p. 74

CAPITULO II

AMOR Y COMUNICACION EN EL MATRIMONIO.

CAPITULO II: AMOR Y COMUNICACION EN EL MATRIMONIO.

Lo que en el presente capítulo se pretende, es 'trasladar' los conceptos manejados en el capítulo anterior, relacionándolos de manera tal, que lo que éste refleje sea la unión de dos seres humanos, dos personas, hombre y mujer, con una profunda y natural capacidad de amar y comunicarse.

Esta relación puede explicarse más gráficamente de la siguiente manera:

La persona: Unidad sustancial --- El matrimonio, unión de dos voluntades

Necesidad de amar ----- Amor conyugal

Necesidad de comunicarse ----- Comunicación conyugal

II.1. El matrimonio, unión de dos voluntades.

El amor es una realidad ante la que se enfrenta la persona por la cual se 'abre' a otro para entrar en comunidad de pensamiento y voluntad. Es así, que dos personas deciden libremente unirse y recorrer juntos el camino de la vida, porque para ellos el amor ya no es sólo sollicitación sino compromiso.

Esta unión es lo que se llama 'matrimonio', y que Pedro Lombardo, inspirándose en el derecho romano definió de la siguiente manera: "El matrimonio es la unión marital del hombre y la mujer, entre personas legítimas, que mantiene entre ellas una comunidad individual de vida". (22)

Se entiende pues, que la unión de mujer y hombre es lo que constituye la esencia misma del matrimonio; se califica de 'marital', debido a que implica el ejercicio de la sexualidad al menos de derecho, distinguiéndose así de cualquier otra unión posible; decir 'entre personas legítimas' implica que la unión se rea-

(22) ADNES P., El matrimonio, p. 137

liza de acuerdo con la ley natural y/o positiva que en determinado momento pueden prohibirla a ciertas personas; y el mantener una 'comunidad individual de vida', se refiere a la estabilidad y exclusividad propias de esta unión, por las que es una 'sociedad de dos'.

La institución del matrimonio es natural, puesto que hay en el hombre y la mujer un atractivo innato que les lleva el uno al otro cada vez más cerca, hasta llegar a la unión. Básicamente esta inclinación se da por dos causas:

En primer lugar, la aspiración de perfección y acabamiento que la persona lleva en sí, se ve totalmente favorecida por la unión de los caracteres de la mujer y el hombre que además de compartir ciertos rasgos comunes, poseen otros diversos que son más bien complementarios que opuestos.

Por otro lado, es en el hombre tan vivo el instinto de conservación, que además de la propia defensa, busca perpetuar la especie por la reproducción de nuevos individuos destinados a ocupar el lugar de los que desaparecen. Esto sólo es posible mediante la unión de la mujer y el hombre.

La estabilidad de esta unión, descansa también en una doble exigencia de la propia naturaleza:

En primera, porque el perfeccionamiento humano del que se habló anteriormente, es una tendencia más o menos consciente que se ve sumamente favorecida por la estabilidad, condición necesaria para la ayuda mutua y verdadera comunión de las cualidades complementarias de ambos sexos.

En segunda porque el hijo—a fruto de la unión amorosa de la pareja, reclama una educación integral que sea obra no sólo de uno de los padres, sino de ambos, de manera que sus cualidades propias se compenentren para constituir un único principio de educación, más perfecto.

Así, por ser el matrimonio algo derivado de la propia naturaleza humana, es algo necesario para el bien de la misma, pero que sin embargo no puede ser obligatorio, porque para formar el matrimonio se requiere el libre consentimiento mutuo de las partes; "... y no podría ser de otra forma. Tanto es así, que el matrimonio se resume en un sencillo 'sí' mediante el cual ambos amantes comprometen su libertad y lo hacen en virtud del amor... El amor significa para los cónyuges que en los actos cotidianos será repetido el 'sí' inicial, que no era más que el primero de una cadena interminable de actos libres, expresión misma de la fidelidad al amor. Este se mueve a la sombra de la libertad". (23)

Este consentimiento es por tanto un acto de la voluntad por el que cada cual no sólo da, sino que acepta el derecho perpetuo y exclusivo para llevar vida común y para el cumplimiento de los fines de dicha unión: la procreación y la ayuda mutua, este último en razón de que los esposos se perfeccionan mutuamente con la íntima unión de sus vidas, ya que ninguno posee en su totalidad los dones de la naturaleza humana, la comunicación de estos diversos dones poseídos de manera desigual ayuda a ambos y perfecciona a cada uno en la línea de su propia humanidad. (24)

Queda comprendido hasta aquí el que el matrimonio es la unión de dos voluntades, y por lo tanto de dos personas concretas, mujer y hombre, que han de adaptarse el uno al otro. En este proceso de identificación, surgen dificultades por diversas causas como lo son el propio carácter, el temperamento, la educación y la "psicología" de cada persona, entre otras. Por ello es necesario que cada uno de los cónyuges conozca al otro, y en este conocimiento descubra la riqueza que hay en él para así comprenderle mejor y ayudarle a su perfección, puesto que el amor no admite una actitud pasiva por parte de los cónyuges; debe haber una constante lucha por mejorar y desarrollar íntegramente la propia personalidad para que

(23) CHARBONNEAU P. E., Amor y libertad, p. 73

(24) cfr. ADNES P., op. cit. p. 145

así enriquecido, cada uno de los cónyuges pueda dar más de sí al otro.

"Evidentemente nadie es perfecto ni puede convertirse en tal. Los límites inherentes a la naturaleza humana provocan que la perfección no pueda ser para nosotros más que una llamada. A ella tendemos como a un ideal que parece alejarse a medida que nos esforzamos por alcanzarlo. Decir que el amor es una exigencia de perfección no es, por tanto, reclamarla como algo adquirido. Sin embargo, significa imponer al espíritu una disciplina de crecimiento que multiplique los esfuerzos por desarrollar todo lo que pueda poseer de atractivo". (25)

Ahora bien, al considerar a este respecto que todo ser humano tiene por derecho y deber fundamentales su perfeccionamiento, es decir, educarse, 'realizarse', nos encontramos con que las diversas instituciones a las que una persona a lo largo de su vida se vincula, apoyan este crecimiento personal (o al menos deben apoyarlo), en orden a alcanzar una unidad de vida.

Es así que el matrimonio como institución natural y social, mediante sus fines específicos, promueve la realización personal de cada uno de los cónyuges. Claro está que el matrimonio no da esta realización ni la consecuente felicidad automáticamente, pero sí es susceptible de proporcionarlas si se va a él y se vive en él con determinadas disposiciones.

Entre otras, pueden considerarse las siguientes:

El conocimiento y aceptación propio y del cónyuge; el conocimiento no se agota nunca puesto que el ser humano es cambiante, no es estático, sino dinámico, y por ello siempre habrá algo nuevo que hay que descubrir.

Ahora bien, es mucho más educativo el confiar en las posibilidades de las personas (en el caso del matrimonio, del cónyuge), como seres abiertos a una mejora ante los retos que la propia vida y sus necesidades les plantean, que encasillarla y cerrarle toda posibilidad de superación. (26)

(25) CHARBONNEAU, P.E., Amor y Libertad, p. 81

(26) cfr., NAVARRO, ANA MA., Las relaciones conyugales, p. 4 (Doc. OF-89, ICE, Universidad de Navarra).

Además, la aceptación tiende a producir una adhesión entre los cónyuges, pues inspira una seguridad en cuanto a la incondicionalidad del amor.

* Por otro lado, la coordinación de los roles de los cónyuges.

Cada rol equivale a una función, la cual se concreta en actividades específicas. La persona es una, pero sus actividades son múltiples (y se acrecientan en la medida en que se acrecientan los roles que desempeña); por ello es importante que los esposos aprendan a coordinar la complejidad de roles que desempeñan, de manera que éstos no sean motivo de conflicto, sino que por el contrario, se entiendan siempre como fuentes de perfeccionamiento personal y enriquecimiento mutuo.(27)

* El cultivo del estilo personal.

Es necesario tomar en cuenta que el matrimonio nace en un determinado momento por una decisión libre y voluntaria de los cónyuges; pero la vida matrimonial, no nace, se hace. Se hace cada día, con cada actitud por ambas partes. Es por ello que si la mujer y el hombre que se han unido en matrimonio, desean que su vida matrimonial 'se haga' en una línea progresiva, necesitan esforzarse a cada momento; esfuerzo que según la situación específica será más o menos cos-
roso, pero siempre enriquecedor. De esta manera cada cónyuge tendrá oportunidad de imprimir a su lucha, a su modo de vida, ese estilo personal que lo caracteriza. De tal modo que "el sentimiento de atracción inicial que ha llevado a los cónyuges al matrimonio vaya cimentándose en aceptación racional (que incluye el sentimiento), y en un engarce inteligente de los estilos personales, siendo cada uno fiel también a sí mismo, no sólo al otro." (28)

Esto debe considerarse de suma importancia, porque no son pocos los matrimonios en los que se observa que la personalidad de uno o ambos cónyuges ha sido 'borrada' por diversos motivos como la influencia del otro, la debilidad personal, la falta de valoración y aceptación de uno mismo, etc.

(27) apud., ISAACS, DAVID, Unidad y Autonomía en el matrimonio; (Doc. OP-121, ICE, Universidad de Navarra).

(28) NAVARRO, ANA MA., Las relaciones conyugales, p. 5

De cualquier manera, ambos deben preocuparse por conservar siempre su estilo personal y el del otro.

* La confianza y el respeto entre los cónyuges.

La confianza entre los cónyuges surge de manera muy natural puesto que se deriva básicamente de la espontaneidad característica de su relación, así como de la intimidad que hay entre ambos. Sin embargo no en pocos casos, esta confianza degenera en abuso, lo que es faltar al respeto al cónyuge y/o a uno mismo.

Básicamente el respeto se abre en dos planos: el conductual y el interno.

En el plano conductual, hay normas o reglas más o menos codificadas de buenos modales (vocabulario correcto, corrección en la mesa, escucharla cuando habla, agradecer hechos y actitudes diversos, etc.); la educación cívica apoya también al fomentar actitudes en orden al bien común; y la proxémica conyugal, que se refiere básicamente al respeto al espacio personal, es decir, al espacio que rodea a cada uno de los cónyuges y que reservan de manera especial (por ejemplo: el escritorio donde trabaja, la mesa que dispone para sus libros, etc.).

En el plano interno, se concreta en la actitud de ayuda y aceptación del cónyuge (confiando siempre en sus posibilidades de mejora).

Pero esto, tomando siempre en cuenta que quien se impone, ya sea por el autoritarismo o por la coacción afectiva, ni tampoco quien se inhibe, están ayudando al otro, ya que por el contrario no le permiten 'crecer', porque no le permiten ser.

Sobre el respeto, puede decirse que en general, debe concretarse en aceptar zonas de personal autonomía, en ambos cónyuges, promoviendo siempre dentro de este marco la búsqueda de la unidad matrimonial por medio del esfuerzo mutuo y continuo por parte de los esposos, y tomando en cuenta que así como hay estilos personales, también hay estilos en la relación conyugal que son únicos y que corresponde a cada pareja el fomentarlos.

"Es necesario, por lo tanto, que el hombre y la mujer se reconozcan como ta

les, que se interpreten recíprocamente a la luz de su masculinidad y de su femineidad respectivas, y no permitan que se transforme en elemento de discordia lo que debería conducirlos al más sólido acuerdo, asegurando un efectivo complemento". (29) Ahora, con esta perspectiva, se hablará a continuación del amor conyugal.

II.2. Amor Conyugal.

Para hablar de amor conyugal, es necesario ante todo hacerse esta pregunta: ¿Qué es lo que hace al amor conyugal distinto de los demás amores? Ciertamente el hombre no ama por igual a todas las personas, "porque el amor nace en una preexistente relación entre la persona y el bien; a bienes de distinto valor y en distinta posición con respecto a la persona, corresponden relaciones distintas, y por lo tanto, amores de características diversas" (30). Por eso se habla de amor fraternal (entre hermanos), amor filial (hijo-padres), amor paterno (padre-hijos), amor materno (madre-hijos), amor de amistad (entre amigos), amor conyugal (entre cónyuges)...

Todo amor tiene un fondo común, pero se diferencia de los demás por algunos rasgos característicos. Por el tema tratado, el amor que interesa analizar aquí, es el amor conyugal.

Así, puede decirse que lo que especifica al amor conyugal y lo distingue de los demás, es por un lado la exclusividad y por otro, su carácter sexual. Hombre y mujer se unen en matrimonio como dos personas distintas y complementarias en sus características psíquico-corpóreas; la unión que entre ambos se da es a nivel espiritual-corporal y de allí el carácter sexual del amor conyugal.

Es también de suma importancia dejar claro el hecho de que "tan falso sería situar el amor conyugal sólo en lo que varón y mujer son diferentes, como situarlo única

(29) CHARBONNEAU, P.E., Curso de preparación para el matrimonio, p.43

(30) HERVADA JAVIER, Diálogos sobre el amor y el matrimonio, p.25

mente en el carácter común de personas humanas, En el primer caso, el amor conyugal se degradaría y se despersonalizaría; en el segundo, se trataría de otra clase de amor". (31)

Partiendo de esto, al hablar aquí de amor conyugal, nos estamos refiriendo a un amor comprometido por una promesa de amar que se realiza en el matrimonio y que entrelaza a dos personas por el resto de sus vidas; es mucho más que una tendencia puesto que es una unión de personas.

El amor conyugal "consiste en el don de la persona. Su esencia es el don de sí mismo, de su propio 'yo'." (32) Este don de sí como forma de amor surge por la disponibilidad de la voluntad para entregarse al otro; y esto es algo recíproco. Este 'darse' significa "limitar su libertad en provecho de otro" (33) en el sentido de que lo que se busca es el bien del otro ante todo.

Esta donación mutua se da porque cada uno de los cónyuges ha logrado captar al otro en su íntima esencia, en su modo de ser concreto, en su 'unicidad', en su realidad única... es decir que ha captado del otro ese valor que nadie más podría suplantar. (34)

Así, el amor conyugal involucra a la persona entera, pues para verdaderamente captar del otro su esencia, y decidirse por una 'donación de sí' total al otro, está de por medio necesariamente una personalización, es decir que se trata de dos personas unidas, en una lucha constante, una diaria conquista en la que ambos han de ir juntos para lograrlo. No es posible imaginar un amor verdadero que no de a los que se aman una felicidad y alegría inmensas, pero para ello es necesario el esfuerzo constante de una voluntad bien encauzada empeñada en desarrollar y perfeccionar al amor.

Es por ello que ante todo se quiere hacer aquí hincapié en que el amor tiene por

(31) ibidem., p. 26

(32) WOJTYLA KAROL, Amor y Responsabilidad, p. 102

(33) ibidem., p. 147

(34) cfr. SANCHO RODRIGO, Las posibilidades del amor conyugal, p. 39

exigencia natural un DEBER, si con él lo que se pretende es alcanzar la felicidad (de quienes se aman), puesto que después de nacer de la espontaneidad no se desentraña de la misma manera sino sólo gracias a muchos cuidados; es decir que no puede el amor vivir y sobrevivir si no es cultivado. El paso a la nada sería su aniquilamiento. En este caso el amor "es aniquilado por la negligencia de quienes no han sabido amar seriamente, es decir que no han querido someterse al deber del amor" (35).

Ahora bien, la felicidad sólo se encuentra cuando ésta es duradera, y para ello en el amor es indispensable la reflexión, es decir que quien ama debe cobrar conciencia de su amor y vivirlo reflexivamente.

Para ello, es importante analizar el ámbito del amor y sus componentes. Ya se ha dicho ante todo que el amor conyugal involucra al hombre y la mujer en su totalidad, y de esta manera aparecen en el ser humano tres planos constituyentes:

- Espiritualidad
- Afectividad
- Corporalidad

De manera estructurada podemos presentarlo en el siguiente cuadro: (36)

ÁMBITO:	COMPONENTES:
Espiritualidad -----	Racionalidad * Voluntad * Intelecto
Afectividad -----	Sentimentalidad * Psiquismo * Sensibilidad
Corporalidad -----	Sexualidad * Genitalidad * Instinto sexual

(35) CHARBONNEAU P. E., Amor y Libertad, p. 61

(36) cfr. SANCHO RODRIGO, op. cit., p. 44

En el ámbito de la espiritualidad está la racionalidad como un componente fundamental del amor en el sentido de que el intelecto presenta a la voluntad la esencia del otro, su amabilidad; luego hay una personalización en la relación y ésta deriva en la entrega.

La afectividad es el enlazamiento de lo psíquico con lo somático, o visto de otra manera del alma y el cuerpo. Su componente principal es la sentimentalidad, y por medio de ella el hombre es capaz de experimentar en su persona sentimientos intensos de toda índole.

Finalmente, de la sexualidad ha de hacerse haciendo en el error de contemplarla como algo meramente biológico, esto es la genitalidad. Ciertamente la genitalidad es parte de la sexualidad pero no lo es todo, así como tampoco lo es todo el instinto sexual que también está contenido en ésta. El instinto sexual encuentra su cauce por el aparato genital resolviendo así la necesidad que hay en la especie humana de transmitir la vida para perpetuarse. Sin embargo la sexualidad va más allá de lo meramente corporal dada su incidencia en la psicología humana: hay un ser hombre y un ser mujer con peculiaridades y fisonomías específicas y que más que diferenciarles son claramente complementarias.

Una vez comprendido el terreno en que se desarrolla, pueden verse los resultados de la realización del amor conyugal:

En primer lugar, en el plano de la espiritualidad "el conocimiento suficiente de la realidad esencial de un yo y un tú es causa del amor que los ensambla, y ningún otro yo ni ningún otro tú lo podrán alcanzar por mucho que se esfuer - cen... Es por ello que el 'nosotros' queda definido por un sistema de coordenadas único e irreplicable de tal manera que no puede constituirse más que por un solo 'yo' y un solo 'tú' y, además precisamente siempre los mismos, porque únicamente un hombre y una mujer concretos, con coordenadas rigurosamente personales e intransferibles al amarse, pueden conocerse en su sola y entera realidad esencial,

diferente a la de los demás". (37)

En segundo lugar, en el plano de la afectividad, como el amor hace posible una comunicación profunda, el estado de ánimo en ambos logra experimentar en lo más hondo de su ser los más vivos sentimientos de gozo, alegría e ilusión como resultado de la íntima vivencia de su amor.

Finalmente, en el plano de la corporalidad se da una asociación sexo-amor que deriva en una mutua personalización del instinto sexual que se fija el uno en el del otro y viceversa. Esta relación sexual se convierte de esta manera en portadora de amor, en una "expresión sentida y consentida en la carne, del encuentro de los corazones"(38) por la cual se realiza ese íntimo diálogo en que marido y mujer van al encuentro el uno del otro.

Con todo esto, se puede ver que el amor trae consigo la exigencia. Cuando se unen dos seres en matrimonio por el amor que se profesan, han elegido decir un 'sí' al amado, y ello significa que se han comprometido por toda la vida a amarlo, respetarlo y también a ayudarlo a mejorar. Este es el carácter del amor: una exigencia tanto individual como en pareja para que tanto el amor como los amantes van creciendo y perfeccionándose.

Es así, que todo matrimonio debe preocuparse y ocuparse en cultivar cada componente de su amor. Hay múltiples imperativos del amor derivados de su carácter exigente, y que varían de un matrimonio a otro en virtud de las propias características de cada matrimonio y de sus propias necesidades también; sin embargo se pueden señalar algunos elementos básicos que cobran especial importancia porque de ellos se derivaran casi todos los demás, y en consecuencia favoreceran su sano desarrollo. Entre otros podemos señalar: la lucha, el dinamismo, la vigilancia, la adhesión, la esperanza, el crecimiento, el sacrificio, la alegría, la paz y la trascendencia (39).

(37) ibidem., p. 53

(38) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 117

(39) CHARBONNEAU P. E., Amor y Libertad, p. 94

Decimos que en el amor hay que luchar, porque el amor es una conquista: "El amor no se sueña, se vive como una realidad, con todas las limitaciones que ella le impone pero también con toda la riqueza que posee el ser real" (40). Justamente por ser una realidad es una lucha ya que en el mundo real todo debe ser conquistado, no hay nada dado; y al pertenecer el amor al universo de lo real, también hay que conquistarlo, y por medio de él, la felicidad.

El dinamismo se refiere a mantener vivo el estado de 'éxtasis' tan propio del amor, es decir, esa fascinación que provoca el amor y que impulsa a los amantes a entregarse el uno al otro. La carencia de este dinamismo explica en muchos casos la incapacidad de amar en algunas personas puesto que "viviendo en un narcisismo exacerbado, cultivando una constante egolatría, vueltas hacia sí mismas, incapaces de lanzarse fuera de sí para sumergirse en el otro, incapaces para el 'éxtasis' porque están prisioneros de su propia suficiencia, estos seres no logran alcanzar nunca el amor ni la felicidad".(41) Por esto es el dinamismo un aspecto o elemento importante del amor y supone como se ha dicho antes, una 'voluntad de éxtasis'.

La vigilancia se entiende como elemento que impida la corrupción de la libertad en el matrimonio, que está íntimamente ligada a la fragilidad humana. Es por ello que la vigilancia surge como un medio para salvaguardar la fragilidad del amor, pues "así como la semilla no puede vivir ni crecer sino es por el humus que ella fecunda, el amor sólo puede vivir y crecer gracias a las dos libertades que él compromete. Esencialmente consiste en el encuentro de dos personas o sea de dos libertades que se solicitan recíprocamente. Si fuese de otra forma, el amor ya no sería humano, porque lo que no es libre no es humano". (42)

Vigilar el bien del amor fundado en la libertad bien encauzada, es el elemento básico para salvaguardar la estabilidad del amor.

(40) ibidem., p. 67

(41) ibidem., p. 70

(42) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 72

Por adhesión se entiende que el amor no es una alianza temporal sino una unión definitiva y total. Obviamente nace de la libertad y reclama una vigilancia de manera que se eviten los 'resaquebrajamientos' del amor por los que se infiltra la desintegración de la unidad conyugal.

Esperanza porque es ésta, en efecto, el objetivo de todo amor y el objeto de la esperanza es la felicidad, que el amor perdure toda la existencia. La esperanza sella la unión conyugal y proporciona a los cónyuges las herramientas necesarias para superar las dificultades del matrimonio. "Amar verdaderamente es esperar, incluso contra toda esperanza, que el amor tenga como resultado la felicidad." (43)

El crecimiento, porque el amor es una exigencia de perfección. Y esta perfección compete tanto a cada uno de los cónyuges de manera individual como a nivel de la pareja.

El crecimiento debe abarcar todos los sectores para que sea integral, es decir que haya un crecimiento cultural e intelectual, psicológico y emocional, una madurez cada día más firme, una mayor y más enriquecedora integración social, un crecimiento profesional y un crecimiento espiritual.

Bien ha dicho Alexis Carrel sobre el amor, que éste "requiere no solamente el esfuerzo de amar a los otros sino también de volverse amable, porque el amor es imposible para un ser envidioso, egoísta, malévolo e insoportable". (44)

Sacrificio, porque el amor impone renuncia. La única manera eficiente para amar plenamente es por el camino de la renuncia y el sacrificio. Aquellos que prefieren la facilidad del amor y la comodidad, corren al fracaso de su relación, porque solo por el sacrificio cada uno de los cónyuges se mantendrá en un estado de apertura y disponibilidad ante el amado.

Para olvidarse un poco de sí y darse al otro, se requiere de continuo sacrificio

(43) ibidem, p. 80

(44) cfr. CHARBONNEAU P. E., Amor y Libertad, p. 82

en los pequeños detalles de cada día asegurando de esta manera una alegría continua por la seguridad y tranquilidad de saber que su amor permanecerá al acrisolarse la unión conyugal.

El amor no es completo sin la alegría, pues en la medida en que los conyuges se hayan dado uno al otro, sentirán el crecimiento y fortificación del amor que los une, y necesariamente esto provocará en ellos la alegría. Cuando una relación carece de ella, la angustia se presenta por una incertidumbre sobre su unión y la estabilidad de la misma.

Jean Paul Sartre ha dicho al respecto que el fundamento de la alegría del amor está en que nos hace "sentirnos justificados de existir". (45)

La paz conyugal es necesaria porque "la vida de dos en común, si se vive en la inquietud, será forzosamente turbulenta" (46).

Si "la paz es la tranquilidad en el orden" (47) y en el amor hay turbulencias, entonces no puede haber tranquilidad, ni orden, ni paz. Y si no hay paz no hay armonía; y no hay amor sin armonía, porque donde no hay armonía no puede haber una verdadera unión.

Sobre la trascendencia podemos mencionar lo que Gustave Thibon: "La verdadera unión entre los amantes consiste menos, quizás, en darse el uno al otro que en dar se uno y otro al mismo objeto". (48)

Es decir, ir más allá de lo meramente palpable buscando que el amor trascienda la debilidad humana. Salirse de la cotidianidad y de las metas próximas planteándose un objetivo, un fin común que enriquezca y sobre el que se cimiente su unión.

Como se decía con anterioridad, son estos algunos, los más importantes quizá, de los elementos o componentes del amor por los que todo matrimonio ha de esforzarse en cultivar para vivir en la felicidad su vida matrimonial.

(45) SARTRE JEAN PAUL, El ser y la nada., p. 439

(46) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 89

(47) DE AQUINO TOMAS, Summa Theológica, I-II, q. 70 n. 3.c.

(48) cfr. CHARBONNEAU P.E., Amor y Libertad., p. 93

Ciertamente no todo en el amor es ideal y fácil, se presentan también muchos obstáculos según la propia personalidad de cada matrimonio y cada cual habrá de encontrar el cauce para dar solución a sus problemas. Sin embargo la tarea es menos complicada si se cuenta con elementos que ayuden a equilibrar la balanza.

Pues bien, se ha dicho y escrito mucho sobre el amor conyugal, y seguramente nunca se agotará el tema. Aquí podría decirse mucho más, sin embargo, una vez establecidas estas bases, se proseguirá a analizar un elemento del amor conyugal que hasta ahora no ha sido tratado por reservarle una importancia primordial en este estudio: la comunicación conyugal.

II.3. Comunicación Conyugal.

En el primer capítulo se ha hablado ya sobre lo que sería la teoría de la comunicación, es decir lo que es en sí la comunicación humana. Pues bien, en el presente capítulo lo que se pretende es trasladar y aplicar esos conceptos en el amor conyugal y a eso es a lo que se hace aquí referencia al hablar de 'comunicación conyugal'.

Así, habrá primeramente que recordar que la comunicación se refiere a "la utilización de un medio para transmitir un estado mental y provocar la recepción análoga de este mensaje, es decir, su comprensión", (49) lo cual implica un proceso dinámico de intercambio. De la misma manera, la comunicación conyugal es "un proceso dinámico de intercambio de acciones, pensamientos y sentimientos entre los cónyuges que tienden a compartir, proteger y reforzar algo valioso en la relación, aumentando así la calidad y la unidad de la misma durante el transcurso de la vida". (50)

Con base en esta definición, y retomando el modelo de Berlo presentado con anterioridad (*), puede apreciarse que el proceso de comunicación en el matrimonio se especifica de la siguiente manera:

(49) BERLO, El proceso de la comunicación, p. 23

(50) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 15

(*) Revisar cap. I de esta tesis.

* La fuente de la comunicación es siempre alguno de los cónyuges, que en determinado momento al tener algo que comunicar al otro, 'encodifica' un mensaje determinado y lo envía al otro con la finalidad de recibir una respuesta.

Como en toda comunicación, siempre estará influida por varios factores como su propósito al comunicarse, sus habilidades comunicativas, actitudes diversas, su nivel de conocimiento, su sistema social y su cultura.

* El mensaje es aquello que la fuente (uno de los cónyuges) desea comunicar al otro: ideas, sentimientos, acciones, proyectos, etc.

Lo peculiar del mensaje en la comunicación conyugal, radica en que no puede reducirse a una transmisión recíproca de información, sino que debe tender siempre a la búsqueda de una mayor calidad en la unidad matrimonial y por lo tanto a su perfeccionamiento (51).

* El canal de comunicación son los sentidos por medio de los que el cónyuge receptor, percibe el mensaje para decodificarlo (vista, oído, tacto, olfato, gusto).

* Finalmente, el receptor es el otro cónyuge (influido por los mismos factores que el emisor), cuya función es 'decodificar' el mensaje (interpretarlo) y enviar la respuesta correspondiente.

En esto se refleja que la comunicación conyugal es un proceso dinámico, pues el cónyuge que una vez es receptor se convierte en emisor a la vez que el que ha sido emisor se convierte en receptor.

Es así como funciona el proceso de comunicación en cuanto a comunicación conyugal se refiere. Como puede apreciarse, su trascendencia es mucho mayor de lo que comúnmente se cree. Y es que en realidad, lo que la pareja busca en el matrimonio, ciertamente es la felicidad; quieren ser felices en su amor y se casan. Y esta felicidad es en realidad proporcional a la unidad; bien dijo Charbonneau: "no hay

(51) apud. ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 15

amor sin unidad; no hay felicidad sin amor; por lo tanto no hay felicidad sin unidad". (52) Si el amor supone un intercambio que sólo puede darse por medio de una comunicación (en cualquiera de sus formas), entonces la comunicación es el puente que permite y ayuda a que se de la 'osmosis' del alma de los cónyuges. Cuando esta comunicación no se da, se rompe o se obstaculiza, se hace imposible el intercambio y los cónyuges se van apartando cada vez más (porque no hay mensaje entre emisor y receptor).

La unidad es así el ideal a alcanzar y lo que mueve a la pareja a permanecer en continua y mutua aproximación, así como a buscar en todo momento estar en 'estado de convergencia'. Es así que aparece la comunicación como un medio, una herramienta que facilita y fortalece la unión conyugal.

Porque, ¿qué es lo que sucede entre los cónyuges que aún cuando aspiran a la unidad no logran conquistarla? Lo que sucede es que de una u otra forma todos nos encerramos en una 'incomunicabilidad' que nos impide abrirnos al otro y por tanto abrir al otro el camino hacia nosotros mismos. No permitimos que el otro llegue al interior de nosotros y poco a poco vamos bloqueando caminos y posibilidades de intercambiar ideas, sentimientos, pensamientos, planes, etc. Es entonces cuando el otro empieza a ser poco a poco un desconocido para su cónyuge, cada vez se ignora más de él y así se van alejando el uno del otro; en lugar de alcanzar el tan deseado estado de convergencia, se cae poco a poco en una 'divergencia' que va desintegrando gradualmente la unidad, (que debe presentarse siempre como ideal).

Esta incomunicabilidad se proyecta en el matrimonio de diversas maneras, podría decirse que se 'disfraza' bajo la apariencia de una vida tranquila que en el fondo está llevando a la pareja al apartamiento, a la incompreensión.

Puede afirmarse que la característica más común en problemas de comunicación conyugal es el 'silencio' (53).

(52) CHARBONNEAU, P.E. Curso de preparación para el matrimonio, p. 36

(53) crf., ibidem., p. 57-58.

Generalmente, la 'crisis de silencio' se presenta de dos maneras: bajo la apariencia de una 'locuacidad' o con carácter 'lacónico'. Los mecanismos que se siguen son los siguientes:

El silencio locuaz, por paradójico que parezca el término, es parecido a un diluvio de palabras que monopoliza la conversación e impide la verdadera comunicación, pues uno es el que habla mientras el otro escucha. Es una especie de 'amordazamiento' del cónyuge, pues se le atrinchera en el silencio, y le impide comunicarse.

El silencio lacónico, se caracteriza porque es un auténtico silencio en que la persona se encierra en su mundo evadiendo todo tipo de intercambio con su cónyuge. Apenas si se responde de manera casi indiferente ante las preguntas, propuestas o comentarios de su cónyuge. Esto conduce únicamente a un aislamiento personal y un alejamiento del otro, quien después de un repetido rechazo, termina por apartarse.

Es por ello que se dice que el silencio amenaza con 'matar' al amor (entendiéndose el silencio bajo esta perspectiva, y reconociéndose que hay un silencio positivo en toda comunicación y por ende también en la comunicación conyugal). El verdadero diálogo implica intercambio, es hablar y escuchar (ser emisor y receptor), no monopolizar la conversación ni aislarse de ella o evadirla, porque esa reciprocidad en la comunicación trae el acercamiento de las personas.

Es de suma importancia recordar siempre que "el matrimonio es una empresa de dos, un proyecto común que ha de ser llevado a cabo por ambos cónyuges, por lo que él y ella han de poseer la misma información, requisito que se logra cuando se comunican el uno al otro sus nuevos conocimientos y experiencias..." (54) y ante este planteamiento se hace en definitiva necesaria la práctica del diálogo conyugal. "Ningún amor puede sobrevivir sin la comprensión mutua de los que se aman, y no cabe la mutua comprensión sin la práctica del diálogo" (55), puesto que no se puede llegar así a una comunidad de pensamiento y de vida, (por esto se dice que la

(54) SANCHO RODRIGO, op. cit., p. 83

(55) CHARBONNEAU P.E., Amor y libertad, p. 122

comunicación se presenta como herramienta para facilitar y favorecer la unión conyugal).

Y pese a la importancia tan evidente de ese elemento en el amor conyugal, son en realidad muy pocos los matrimonios que viven la comunicación, sin darse cuenta de que por ello su relación se empobrece cada día. La comunicación definitivamente no es fácil, hay muchos obstáculos que dificultan su ejercicio, sin embargo es menester de la pareja empeñarse en desarrollarla, de lo contrario "el matrimonio no logrará vencer las fuerzas divergentes propias del estado matrimonial y, bajo la presión de estas fuerzas, cederá a la tensión" (56). Es por ello que se considera aquí importante tratar los obstáculos que más frecuentemente se presentan para el ejercicio de la comunicación conyugal:

En primer lugar, hay que decir que en todo humano hay una dificultad natural para comunicarse, cada cual tiene barreras personales que debe vencer.

En segundo lugar, la comodidad. Porque es más sencillo y más cómodo no tener que esforzarse en escuchar y abrirse al otro. Esto cuesta trabajo, exige interés y preocupación por el otro. Es más fácil 'conservar la paz' y la tranquilidad en el hogar que enfrentar estas dificultades.

En tercer término está un factor psicológico del ser humano: hay quien por lo general tiende a refugiarse en el silencio y hablar 'solo lo necesario'. Y bien, hay también quien lo dice todo, relata uno a uno los acontecimientos del día y espera del otro lo mismo. Frecuentemente se suscitan incomprensiones que acaban por obstaculizar la comunicación, y por tanto la unidad conyugal.

Como cuarto punto se tiene ese miedo tan natural y generalizado de abrirnos y darnos a conocer. Este intercambio nos atemoriza al grado de desear con frecuencia huír al intercambio porque al comunicarse con el otro necesariamente se da una apertura por la cual otorgamos al otro un cierto conocimiento sobre nosotros mismos y con ello 'un cierto dominio' al cual no estamos dispuestos. La reacción es en consecuencia 'protegerse'.

Finalmente, la falta de tiempo. La vida social, el trabajo y los diferentes acontecimientos que giran alrededor de la vida de la pareja, 'absorven' su atención al punto de que no les 'dejan tiempo' para sí mismos.

Si se les analiza un poco, es posible darse cuenta de que algunos de estos no son más que 'sofismas' que se manejan, pero que verdaderamente nos creemos al grado de justificar con ellos nuestros actos.

Es verdad que no es fácil, sin embargo vale la pena luchar y sobreponerse a estos obstáculos para establecer la verdadera comunidad en el matrimonio.

Llegados a este punto se puede deducir que el verdadero sentido del diálogo conyugal (entendiendo la comunicación como proceso dinámico), es llevar a los conyuges al encuentro. De hecho, puede decirse que favorece a la pareja en dos aspectos principalmente: es una 'aproximación y un 'inventario'.

"Una aproximación, porque corrige el estado de divergencia para transformar la vida matrimonial en una efectiva convergencia. Marido y mujer, no pueden encontrarse, convertir el uno en el otro, si no se expresan juntos, con objeto de sincronizar sus acciones y sus reacciones... el diálogo es también inventario. No es raro encontrar cónyuges que se ignoran totalmente o que se desconocen. No saben apreciar las riquezas del otro, sus cualidades, su afecto, sólo son conscientes de sus defectos que, a cada paso, saltan a los ojos... y pasan de largo ante su riqueza. Esta ignorancia del otro está en el origen de muchas relaciones fracasadas" (57). Por esto se dice que la comunicación es un valioso medio para fortalecer la unión conyugal, que es en el matrimonio, un ideal a alcanzar.

Hay muchas maneras de comunicarse. En el amor conyugal se habla también de diferentes tipos de comunicación; la terminología utilizada por estudiosos del tema, es variada. Aquí se distinguirán dos grandes bloques:

(57) CHARBONNEAU P.E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 222

En primer lugar se hablará de comunicación verbal, que se entiende como un diálogo en el que compartir además de planes, proyectos, acciones, etc., es sumamente importante compartir la intimidad.

Por otro lado se hablará también de comunicación no-verbal.

A manera de esquema, quedaría de la siguiente manera:

Comunicación conyugal	{	Com. verbal o diálogo (intimidad)
		Comunicación no-verbal.

Por comunicación verbal se entiende toda aquella que se da por medio de la palabra hablada, y por medio de la cual puede establecerse una conversación. Dialogar es compartir los pensamientos, los valores, las ideas. Es cuando se hacen planes juntos, se toman decisiones; en general, todas aquellas cosas de naturaleza predominantemente intelectual. Pero esto no es todo, es además un compartir las emociones y los sentimientos de ambos a nivel personal y de pareja.

Ahora bien, la comunicación verbal debe cubrir ciertas características de manera que sea lo más enriquecedora posible. Así, "el diálogo conyugal, para que sea eficaz, debe ser humilde, paciente, simpático, caluroso, oportuno y constante" (58).

Humilde, para prudentemente tener autocrítica y empatía; paciente tanto al hablar como al escuchar para hacerlo con serenidad y comprensión; simpático en el sentido de que para que éste fomente o lleve a la aproximación, es menester crear un ambiente de apertura, interés y participación en que la solidaridad sea manifiesta; caluroso, porque la frialdad de la incomprensión provoca incomunicación; oportuno para saber cuando hay que hablar y cuando hay que callar, es decir para saber elegir el mejor momento; y finalmente la constancia es necesaria porque no basta comunicarse de vez en cuando, se requiere un esfuerzo de renovación para

que haya un continuo enriquecimiento mutuo y se evite al mismo tiempo la acumulación de problemas e incomprensiones.

De esta manera, la comunicación verbal -diálogo e intimidad-, permite a los cónyuges abrirse el uno al otro, conocerse, comprenderse, enriquecerse y fortalecer su unión, porque "el bien conyugal está del lado de la convergencia que causa la aproximación siempre mayor de quienes se aman y les permite sellar su amor en una comprensión que representa su mejor garantía" (59).

Por otro lado, la comunicación no-verbal se refiere en el matrimonio al conjunto de gestos, actitudes, actos, etc. que frecuentemente reemplazan por sí solo las palabras.

Podría decirse que esta comunicación complementa la comunicación verbal en el sentido de que cubre todos aquellos aspectos que no puede abarcar la segunda. Así, todo aquello que 'expresa' algo entre los cónyuges, sea o no verbalmente, cobra una gran importancia, pues hasta el más mínimo detalle es fuente de unidad o de discordia.

"Los cónyuges deberán conducirse de forma tal que su integración en la unidad -el matrimonio- sea lo más completa, lo más perfecta y lo más total posible, desde cualquier punto de vista". (60) Es aquí donde juega su papel la comunicación, porque auxilia a los cónyuges a lograr precisamente eso.

Ahora bien, si se ha dicho ya que lo que especifica al amor conyugal y lo distingue de los demás es su carácter sexual, entonces cuando se ama en el matrimonio, necesariamente se ama en la totalidad del ser: con el cuerpo y con el alma y por ende hay en el amor conyugal una actuación sexual que abarca a toda la persona: son dos personas, hombre y mujer, que se relacionan.

Es así que otra manera de comunicarse en el matrimonio es mediante la unión sexual, que no es sino "la expresión visible, exterior, perfectamente sensible de la adhe

(59) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 61

(60) CHARBONNEAU P. E., Amor y libertad, p. 141

sión interior" (61).

Claro es que la comunicación es aquí no-verbal, y es en definitiva una forma de comunicarse que transmite entre los cónyuges todo el amor y deseo de darse al otro, aunque desgraciadamente en ocasiones no se manifiesta más que el egoísmo, la preocupación de sí.

Es así que esta comunicación puede presentarse de dos maneras: como el 'encuentro' de dos personas o como la 'yuxtaposición' de dos objetos (62), porque puede ser una mutua donación de sí o un intercambio de egoísmos en busca de placer. Es to dependerá de si es un medio para fortalecer la unión o si se contempla como un fin en sí mismo.

En resumen, podemos afirmar que en sí misma la comunicación no tiene mucho sentido, pero como medio para "ponerse en común", para 'converger', es verdaderamente fundamental. Para el amor conyugal la comunicación se presenta como una necesidad urgente que impregne la vida de la pareja. Si no hay un constante intercambio en el amor, no hay enriquecimiento alguno, y por el contrario el amor se empobrece día con día hasta desaparecer; no hay intercambio si no hay comunicación, y por ende el amor muere si no es alimentado; la única manera de alimentar y enriquecer el amor es mediante la donación recíproca de los cónyuges que se hace posible sólo por la comunicación, haciendo con esto referencia a una comunicación profunda y total que facilite y fortalezca la unidad conyugal.

"El éxito del proyecto amoroso es, en buena parte, resultado de la actitud de comunicación de las dos espiritualidades conyugales: ideas, imaginaciones, sentimientos, recuerdos, estados de ánimo, etc. a la que habría de añadir el relato de los hechos de la ilustre historia vulgar de cada día" (63).

(61) ibidem., p. 147

(62) cfr., CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 119

(63) SANCHO RODRIGO, op. cit., p. 82

CAPITULO III

EVOLUCION DEL AMOR CONYUGAL.

CAPITULO III: EVOLUCION DEL AMOR CONYUGAL.

Es un hecho real que el humano a lo largo de su vida vive un continuo cambio; desde que nace hasta su muerte está cambiando: física, psicológica y espiritualmente. Porque todo él es una unidad que va desarrollándose y evolucionando, de ser una creatura pequeña e indefensa, luego un niño, un adolescente, llega a la juventud, alcanza la madurez y finalmente la senectud aparece como la última etapa de este desarrollo.

De igual manera, todas las cosas y fenómenos humanos están en continuo cambio; y así, el amor va evolucionando y desarrollándose también, subsistiendo únicamente por un continuo esfuerzo de renovación por parte de los cónyuges a lo largo de este proceso de maduración, cuyo fin es acrecentar y perpetuar ese amor. Es importante conocer esta evolución para entender así el papel de la comunicación a lo largo de la misma.

III.1. Etapas del amor conyugal en su proceso de maduración.

Considerando al amor humano en su conjunto, observamos la aparición de los primeros elementos en la adolescencia con la genitalidad, que poco a poco ha de integrarse a la afectividad y otros elementos de carácter superior, hasta fundirse generalmente en la última fase de la adolescencia.

Por propia naturaleza, el amor va tendiendo a buscar el concretarse en una sola persona, dando así un gran paso hacia su madurez, pero siendo esta búsqueda sin embargo en la realidad una lucha por encontrar la propia felicidad personal. Paulatinamente, el sentido de este amor va transformándose, enriqueciéndose con pequeños sacrificios y librando obstáculos, preparándose de esta manera para un compromiso más formal que se sella en el matrimonio.

Pero el matrimonio no es el fin-culminación de todo ese proceso, sino por

el contrario, comienzan con él una serie de fases de crecimiento que gradualmente lo llevarán a alcanzar su madurez. Claro está que este desarrollo dependerá en gran medida del desarrollo personal de cada cónyuge, las circunstancias peculiares de cada matrimonio, etc. Sin embargo, sí puede hablarse de etapas generalizables en la vida de un matrimonio, de la misma forma en que se ha tratado de explicar en numerosas ocasiones la adolescencia con sus rasgos generales, preacindiendo de las peculiaridades individuales que presenta cada adolescente. Y lo mismo se ha hecho en diversas áreas, como en el desarrollo humano por ejemplo. Esto es lo que aquí se pretende realizar con respecto al amor conyugal.

De la misma manera en que el hombre nace, crece, madura y envejece, el amor pasa con el tiempo por varias etapas en las que va sufriendo cambios, se va poco a poco transformando, se perfecciona.

El amor no es siempre igual, ni se manifiesta siempre de la misma manera. Estas etapas por las que pasa son muchas veces difíciles, y de hecho frecuentemente se corre el peligro de que se constituyan verdaderas raíces de dificultades para los cónyuges; pero al mismo tiempo son no sólo inevitables, sino necesarias en la vida conyugal, pues inútil sería desear amar a los cincuenta años igual que a los veinticinco, y mantener entonces la misma madurez que se tenía.

Es así que los cónyuges deberán saber acompañar con su amor al tiempo, es decir, ir avanzando con él... no luchar contra su edad y lo que la acompaña, sino ir en unión con ella, porque el amor humano se vive en el tiempo en virtud de la finitud humana.

Puede decirse que hay en el amor siempre un pasado evidente, un presente comprometido que se proyecta al futuro, y a la vez un futuro que sobre la duración se construye, porque sólo por ella seguirá siendo.

"El hombre, juntamente con lo que en él hay de más sublime, vive en el tiempo

po y evoluciona al compás del mismo. Amar es una experiencia temporal. El amor también se coloca precisamente en la duración y se enfrenta al tiempo. Que de searfa ser eterno, es algo evidente, pues está en la raíz de la felicidad, que sólo se puede querer interminable, o no existiría como tal. No hay nada más natural y saludable por lo tanto, que esta aspiración del amor, más allá del tiempo, hacia la eternidad. Pero que él se juzgue eterno, sería un error trágico, una ignorancia y un olvido de su carácter humano". (64)

Es por ello que a continuación se hará referencia de manera global a las diversas etapas o 'edades' por las que pasa el amor conyugal en este proceso de maduración del que se ha venido hablando: (65)

En un comienzo, el amor conyugal se presenta como algo ideal, porque los recién casados están cargados de planes, ilusiones, etc., que han esperado realizar desde el período del noviazgo. Es verdad que surgen algunas contrariedades generalmente causadas por malentendidos, sin embargo la disposición y la atención logran que se superen casi de inmediato.

Pero conforme pasan los meses, el estado de descubrimiento que viven los cónyuges va presentando una imagen del otro más realista quizá, porque la vida en común es la única manera en que se logra un conocimiento del otro en un sentido más completo.

Y esto es porque se comparten ya las cosas de cada día y todos los aspectos que giran alrededor de la persona, descubriéndose a la vez imperfecciones antes no imaginadas. Son dos personas, dos psicologías que han de adaptarse e integrarse mediante la aceptación y sacrificio mutuos.

Es aquí donde se consolidan las bases del matrimonio, o por otro lado se cae en

(64) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 94

(65) cfr. ibidem, p. 96

una crisis de 'desilusión' al caer en la cuenta de que no es la vida conyugal ni el mismo cónyuge lo que se pensaba.

De aquí la importancia de esta etapa en el matrimonio; en ella, o se sientan unas bases sólidas para la construcción del mismo, o se da un 'mal comienzo' que difícilmente podrá superarse después. Casi se podría representar esta etapa por las dificultades de adaptación e integración de la pareja.

De aquí nace una segunda etapa que se da generalmente a los cuatro o cinco años de haber iniciado el matrimonio. Es cuando el matrimonio ya se ha asentado en la realidad cotidiana, y de haber superado las dificultades presentadas por la necesidad de integración, habrán alcanzado ya una cierta solidez. Hay ya un mu tuo conocimiento que es mucho más amplio y profundo que el inicial y además se cuenta ya con experiencias y aprendizajes obtenidos a lo largo de estos años. La pareja se encuentra en una situación muy propicia para su crecimiento y fortalecimiento, aunque por otro lado está ese peligro de caer en la rutina, siempre lo mismo: las mismas pláticas, los mismos problemas, las mismas actividades... y en lugar de crecer y desarrollarse, el matrimonio se estanca, cae en el conformismo y la mediocridad. Hay un retroceso por la falta de dinamismo y la crisis que entonces sobreviene es profunda y difícil de superar. Se asienta pues en esta etapa la durabilidad de la unión matrimonial; si se vive en un sentido positivo, alcanzará una tercera etapa.

La tercera etapa es análoga a la época de la madurez en el hombre; podría de hecho decirse que es la etapa de la madurez del amor. Para entonces ya se cuenta con un pasado en el matrimonio que se forjó durante los años anteriores, se han presentado varias dificultades y/o crisis que han si do superadas para lograr alcanzar el momento actual. La misma madurez que ha ad quirido cada uno de los cónyuges por su parte, hace que el amor mismo sea mucho más maduro, más rico, más equilibrado.

La principal característica de esta etapa debe ser la estabilidad, sin embargo puede ser todo lo contrario, si no se ha vivido seriamente la relación o hay 'resquebrajamientos' y 'huellas' de las crisis por que han pasado.

Todo esto sucede alrededor de los quince años de vida en común y pueden surgir dos mundos opuestos: uno en el que haya serenidad, paz y equilibrio (perfeccionamiento y enriquecimiento de la pareja) u otro en el que reine la indiferencia en mayor o menor grado. Porque si se han encontrado con desilusiones insuperadas, rutina y conformismo, se cae en una 'crisis de indiferencia' para con el otro y ante la misma vida conyugal. De la rutina a la indiferencia hay solo un paso. Cuántas parejas se encuentran en las circunstancias aquí imaginadas; ciertamente viven juntos pero sin una convivencia real. Quizá los une la obligación, la necesidad, la conveniencia o la costumbre, pero ya no el amor y por tanto ya no hay unidad, son dos individuos 'ligados' únicamente por vínculos externos.

Se da, ante esta perspectiva, la posibilidad de que uno de los dos, o aún ambos, busquen en otra persona el amor que en su cónyuge ya no encuentran y se abren las puertas a la infidelidad.

Se hace por esto un imperativo dominar la rutina y la monotonía, esforzarse por mantener la dinámica conyugal. La exigencia personal y para con el amado debe ser cada vez mayor de manera que siempre haya crecimiento e innovación, porque para ser amado es indispensable crecer y hacerse amable. Todo esto implica una exigencia de crecimiento integral: culturalmente, espiritualmente, psicológicamente, etc. La tarea debería quizá concentrarse en 'renovar' el amor y la relación misma para así vencer el tiempo y sus dificultades.

Supongamos ahora que estas tres etapas que hemos analizado, se superan favorablemente y la relación matrimonial se ha enriquecido a través del paso de los años con experiencias y vivencias que lo han alimentado. Llegan pues a una cuarta etapa alrededor de los veinticinco años de matrimonio. Se habla de una nueva etapa

aquí, porque normalmente hombre y mujer habrán alcanzado en su vida personal un momento muy significativo. Ella atraviesa por la difícil edad de la menopausia, fenómeno que no es puramente biológico, sino que por el contrario tiene repercusiones psicológicas muy importantes también. No todas las mujeres la sufren de igual manera; quizá de hecho para algunas (las menos) pase desapercibida, pero para la gran mayoría se traduce en un cambio violento que repercute en toda su persona. Frecuentemente hay un desequilibrio en el temperamento, una extremada sensibilidad, volubilidad en el carácter, irritabilidad, cansancio, molestias, etc., situaciones que en conjunto crean una atmósfera un tanto compleja en torno a su persona, y difícil de manejar aún para ella misma.

Por su parte el hombre pasa también por una transformación importante al enfrentarse a la vejez y percibir ya un cierto declive -en unos más que en otros- en cuanto a su virilidad. A este fenómeno es lo que se ha llamado 'andropausia' y se caracteriza por la disminución del vigor de la potencia sexual masculina. Este fenómeno resulta también difícil de manejar sobre todo para aquellos que se niegan a aceptar esa realidad y lo que conlleva, pues no son pocos los que caen en una actitud de infantilismo, deseando 'revivir' o regresar algunos años y comienzan a actuar como adolescentes y a probar su 'capacidad de conquista'. Frecuentemente se dejan envolver en esta situación y el problema de la infidelidad empieza de nuevo a amenazar.

Todo ello, aunado a la situación actual de su pareja, constituye una época difícil en el matrimonio para la cual cobra una especial importancia la comunicación, pues casi puede asegurarse que se plantean dos alternativas: la consolidación matrimonial, para aquellos que la enfrenten en armonía y con una madurez conjunta; o un desgarramiento mayor en la relación para aquellos que la han vivido separadamente como dos individuos aislados.

Se plantea entonces una quinta etapa en la evolución del matrimonio, que se presenta como una transición para dar el paso a la vejez. Se ha pasado por una

época turbulenta y difícil, y ahora viene otra etapa de estabilidad si la anterior se ha superado adecuadamente. Al parecer se recobran la armonía y la paz y se disfrutan experiencias diferentes: los hijos han crecido y han tomado su camino, el matrimonio tiene ya un largo pasado cargado de vivencias que lo han enriquecido y es hora de prepararse en definitiva para la vejez. Son los últimos años de la vida anteriores a la etapa final. La unidad se hace necesaria para compartir lo anteriormente vivido; se hace un recuento de la vida, el 'balance' de la misma en que cada pareja en su particular situación encuentra un panorama de su vida conyugal, y con base en él se prepara para la etapa final.

Llegan entonces a la vejez, no solamente cada uno de los conyuges en particular sino que llega la vejez al matrimonio; también el amor ha envejecido y llega a su fase final.

Se percibe la muerte para unos más cercana que para otros y se percibe entonces también la riqueza y plenitud del matrimonio cuando este ha sido una relación armoniosa. En este caso la unidad alcanza su punto máximo para hacer frente a las últimas dificultades y gozar la recompensa del verdadero amor. "Haberse amado hasta la muerte no es un privilegio sino una victoria" (66), porque implica una lucha constante a través de la vida entera enfrentando dificultades, venciendo obstáculos, renunciando constantemente, dando de sí. Han vivido no solamente juntos, sino en una verdadera 'comunidad' (en común unión) y permanecerán así hasta la inevitable separación natural.

Se ve como el amor conyugal es esencialmente un crecimiento. Continuamente cambia, evoluciona y se transforma planteando en determinados momentos claves la alternativa de avanzar o retroceder, de unidad o separación.

¿Cuál es entonces el papel de la comunicación a lo largo de esta vida matrimonial? Es este el siguiente punto a tratar.

(66) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p.107

III.2. Papel de la comunicación en las diversas etapas del amor conyugal.

Con base en lo anterior, puede decirse que el amor no es algo estático, creado y entregado en el momento de casarse; es un proceso, y como tal, pueda crecer, languidecer o morir. Es por eso que ha de cultivarse en la convivencia diaria, en los detalles cotidianos.

Pero si el amor humano no se limita al plano sentimental sino que es racional y a través de la voluntad lleva a la persona a la madurez y plenitud, cabe pensar que no es espontáneamente como se logra este desarrollo armónico, sino que requiere de una serie de elementos o medios que lo permitan, fomenten y faciliten.

A lo largo de este estudio se han venido mencionando algunos elementos como lo son: el sacrificio, renuncia, comprensión, ayuda mutua, exigencia, donación, y entre otros, el que ocupa aquí la mayor atención: la comunicación.

Anteriormente, en el primer capítulo, se habló de la comunicación como un proceso; y ahora se habla también del amor conyugal como un proceso. Lo que ahora se propone es hacer de estos dos procesos una especie de 'mancuerna'; el binomio amor-comunicación, resulta inseparable, porque el hábito de la comunicación no sólo facilita sino que posibilita la 'puesta en común' de los cónyuges.

Claro es que en todas las etapas por las que pasa la relación matrimonial, los cónyuges van enfrentándose a dificultades de diversa índole, y es claro también que si estas dificultades no se superan, el necesario desarrollo de la relación se va haciendo cada vez más pesado, cuesta más y requiere de un esfuerzo mucho mayor. "En el matrimonio, al igual que en muchas otras relaciones, se requiere una mejora de las personas para que la relación en sí tenga sentido y asegure su continuidad. La calidad de la relación dependerá, por tanto, en gran

parte, de la misma comunicación..." (67)

De esta manera, la comunicación en estos momentos es un medio de ayuda a los cónyuges para ponerse en común, para establecer un contacto en el que se da el intercambio de ideas, pareceres, sentimientos, puntos de vista, etc. y hacer de todos ellos un motivo de convergencia y no de divergencia, es decir, que no sean motivos para aislarse o para encontrar diferencias sino que por el contrario, mediante este trabajo la pareja sea capaz de establecer puntos comunes, analizar sus actitudes, su relación, siempre con el objetivo concreto de unirse cada vez más; como ha dicho David Isaacs refiriéndose al matrimonio: "...para tal relación de 'dos en uno' es necesario comunicarse, iniciar un proceso de unidad que, sin embargo, respete la individualidad personal de cada uno" (68)

Lo que sucede es que aunque en efecto se dan ciertos momentos por así llamarlos 'privilegiados', épocas en las que la comunicación alcanza niveles máximos gracias a la disposición y receptividad de ambas partes en los que la pareja se 'abre' y se encuentra en lo más hondo de su ser, ciertamente estos momentos o épocas no son en la mayoría de las veces más que eso: 'momentos', que quizá no vuelvan hasta después de un largo período de tiempo. Y aunque son estos de gran utilidad para la pareja, no son todo lo que ésta necesita, porque no basta con seguir los impulsos del capricho y 'encontrarse' una vez cada cierto tiempo cuando los dos se sienten dispuestos; el matrimonio requiere un ritmo seguro en el diálogo. La actitud necesaria no es un 'cuando quiera' o 'cuando me sienta en el momento adecuado'. Todo momento es momento para comunicarse; de la misma manera que toda idea, plan, pensamiento... etc. es motivo de diálogo.

Es necesario asegurar al diálogo una periodicidad regular para evitar que las incomprendiones se almacenen y los problemas acumulados representen cada vez una carga mayor. "La experiencia de muchos años -dice Charbonneau- me ha enseñado que el matrimonio que pretenda evitar el peligro de una separación -sutil precisamen-

(67) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 87

(68) ibidem, p. 17

te por ser inconsciente- debe prever épocas determinadas de recogimiento, para imponerse un coloquio que sirva de base al diálogo".(69)

Y es que es necesario que los cónyuges cada uno por separado y juntos a la vez, cobren conciencia de su realidad, día con día medir las dimensiones de su amor, y al hallar una dificultad, volver a la verdadera unidad e intimidad, a la verdadera vida en común, a través de un diálogo que represente una especie de autoterapia.

De aquí la necesidad de estar siempre 'alerta'; el diálogo no asegura su constancia por sí mismo. Esta constancia exige siempre un esfuerzo voluntario de renovación. Cuando no hay ya puntos en común para compartir con el otro, encontramos siempre una señal de que algo ocurre entre los dos. Si por el contrario hallamos un diálogo renovado, éste será siempre una fuente de mutuo enriquecimiento. "En el matrimonio estamos buscando una comunicación compartida y educativa, que produce algo de más o de mejor en cada uno. Es un proceso de enriquecimiento mutuo en el que cada uno crece con estilo personal y, a la vez, como parte unida a otro, buscando una mejor plenitud humana..." (70)

En resumen, todo motivo es 'suficiente' para establecer un puente de comunicación entre los cónyuges; si la pareja se entrega al conformismo cotidiano, poco a poco caerá en el silencio y lo que éste conlleva. La única manera de evitarlo es comunicándose siempre, haciendo de la comunicación un hábito.

III.3. Desarrollo personal y comunicación.

Se ha hecho referencia constantemente a la necesidad de lograr una comunicación total que involucre lo más profundo de la persona y al mismo tiempo los hechos cotidianos.

De esta manera, la comunicación se hace necesaria tanto para superar las dificultades (porque permite regresar o alcanzar un estado de común acuerdo) y consolidar

(69) CHARBONNEAU P. E., Curso de preparación para el matrimonio, p. 230

(70) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 89

dar así la unidad de la pareja, como también para profundizar en el conocimiento del otro.

Es aquí donde cobra especial importancia un aspecto que en la mayoría de los casos no recibe el reconocimiento que en realidad tiene por su trascendencia. Esto se refiere al 'desarrollo personal'.

La mayoría de las veces las parejas se empeñan en fortalecer su relación sin saber en realidad (por falta de un análisis profundo), cómo hacerlo. Ahora bien, cuando se cae en la cuenta de la importancia de la comunicación en la relación matrimonial, generalmente se pierde de vista el punto del desarrollo personal de cada uno de los cónyuges, sin darse cuenta de que para hablar, para comunicarse (refiriéndose exclusivamente a la comunicación verbal), es necesario tener algo que decirse; "... por extraño que parezca, muy pocas personas encuentran algo interesante que decir. Esta es la razón por la cual triunfa el tedio y reina la monotonía". (71)

Bien se ha dicho que la palabra está en función del pensamiento, y si los cónyuges no consideran el desarrollo personal como una verdadera necesidad y se esfuerzan por enriquecer su pensamiento y su persona en general, el diálogo se limitará solamente a los actos cotidianos. Cuando uno u otro se dan cuenta de que no encuentran en las palabras del otro más que 'lo mismo de siempre', tenderán naturalmente a perder el interés en lo que dice y acabará por ser indiferente o carente de significado aquello que se está expresando... una vez más la comunicación puede fácilmente romperse.

El desarrollo personal es pues totalmente necesario en la relación matrimonial; se dijo ya anteriormente que para ser amado hay que hacerse amable, y la única manera de lograrlo es cultivando nuestra propia persona, completándola cada vez más de manera que cuando el otro penetra en su interior, encuentre siempre algo nuevo, algo más.

(71) CHARBONNEAU P. E., Amor y libertad, p. 137

Si el amor conyugal evoluciona no sólo a la par sino análogamente al desarrollo humano, entonces el desarrollo personal tiene que ser también algo que acompañe esta evolución.

Así, el desarrollo personal se entiende como un ir desarrollando la propia personalidad, enriqueciéndola cada vez más; por eso este 'crecer' debe referirse a un desarrollo integral, es decir que toda la persona vaya desarrollándose y formando. No se trata solamente de acumular conocimientos, o desarrollar virtudes... sino que se refiere a un crecimiento que abarque la totalidad de la persona, todos los aspectos: intelectualmente, afectivamente, físicamente, espiritualmente, socialmente, etc.

Intelectualmente, aumentar su área de conocimiento y actualizarse, pues esto da mucho más de qué hablar y compartir; este saber amplía el panorama y la visión de la persona frente al mundo que le rodea además de proporcionarle un criterio más objetivo y rico que le permita una actitud realista ante la vida.

Afectivamente, en el sentido de esforzarse por el dominio de sus pasiones para 'conducirse', en vez de 'ser conducido' y así ofrecer al otro un amor más maduro y responsable como reflejo de ese 'ser dueño de uno mismo'.

Físicamente, porque siempre es necesaria una buena salud en la persona para la 'salud' del matrimonio (aunque cabe aquí aclarar que aunque no es totalmente indispensable o determinante, si es siempre un factor que favorece la relación o por otro lado la hace más difícil de llevar).

Espiritualmente, para que internamente también se de este perfeccionamiento y la persona sea cada vez más rica en su interior y más congruente en la acción.

Aquí es de especial importancia el cultivo de las virtudes humanas, que como ha dicho David Isaacs, "sirven a todo el mundo, indiferentemente de los fines que se haya marcado en su vida". (72)

Socialmente, porque el hombre no es un individuo aislado, sino como se dijo

en el primer capítulo, el hombre es un ser social que ha de relacionarse con los demás, y que además mediante esta relación con los demás va enriqueciendo su persona. "Nadie es autosuficiente. Tampoco lo es la relación matrimonial. En este sentido, cada cónyuge necesita encontrar fuera del matrimonio, algunas situaciones de trabajo o de relación humana que le enriquezcan y le permitan ofrecer a su matrimonio algo nuevo que lo pueda enriquecer". (73)

Aquí podría hablarse aún más de todos esos aspectos que abarcan la totalidad de la persona y que los cónyuges han de esforzarse por desarrollar, pero el verdadero objetivo es hacer énfasis en que el desarrollo personal integral es un factor absolutamente necesario para que haya armonía en la comunicación.

CAPITULO IV

LA COMUNICACION EN LOS PRIMEROS TIEMPOS
DEL MATRIMONIO.

CAPITULO IV: LA COMUNICACION EN LOS PRIMEROS TIEMPOS DEL MATRIMONIO.

Uno de los problemas en la actualidad a los que el hombre se enfrenta al vivir en sociedad y que es de los más importantes, es el problema de la 'incomunicación'; cada uno a solas con su egoísmo, preocupándose únicamente por su persona, sus cosas, sus problemas, sus proyectos...

Esto es una realidad que se da en la vida ordinaria, en todos los ámbitos en que el hombre se desarrolla, y por ende también en el matrimonio.

Ahora bien, en el capítulo anterior se ha visto cómo la comunicación juega un papel de primordial importancia a lo largo de la vida conyugal, de lo cual se deduce que es necesario para que ésta sea rica y profunda, establecer bases sólidas para su ejercitación. De aquí nace el interés por dedicar un capítulo completo de la presente tesis, a la comunicación en los primeros tiempos del matrimonio, y es lo que se expone a continuación.

IV.1. Necesidad de establecer bases sólidas en el ejercicio de la comunicación conyugal.

El hablar aquí de una 'necesidad' de establecer bases sólidas para ejercer la comunicación en el matrimonio, se refiere a que el problema de la incomunicación trae consecuencias tan graves, que vale la pena poner todos los medios necesarios para asegurar una comunicación constante, lo cual sólo es posible lograr cuando ésta está bien fundamentada, de igual manera que para asegurar la solidez de la construcción de una torre o edificio se impone la necesidad de cavar y poner cimientos sólidos que mantengan firme la estructura..."el éxito del proyecto amoroso es, en buena parte, el resultado de la actitud de comunicación de las dos espiritualidades conyugales: ideas, imaginaciones, sentimientos, recuerdos, estados de ánimo, etc. a la que habría de añadir el relato de los hechos de la ilustre historia vulgar de cada día". (74)

Por ello, lo que aquí se propone es el hecho de que el establecer bases sólidas en la comunicación en la primera etapa del matrimonio, será facilitar a los esposos mantenerla a lo largo de toda su vida matrimonial, lo cual casi puede asegurarse que promete un desarrollo armónico de la relación matrimonial.

Al reflexionar un poco sobre el comienzo de toda relación conyugal, se encuentra uno con que son dos personas que a raíz de una decisión tomada libremente, se encuentran compartiendo sus vidas con miras en un proyecto común, que es su futuro. Ahora bien, esta decisión que han tomado, implica un cambio sumamente importante en la vida de cada uno de ellos, entre otras causas porque se unen todas las interrogantes individuales sobre lo que se quiere ser y hacer en el futuro, deseos, proyectos, etc. de ambos y se conjuntan en un querer y hacer mutuo, porque "el planteamiento individual y unilateral se convierte en un planteamiento conjunto de aquella unidad propia del 'nosotros' ". (75)

Para que esta transformación en el plan de vida de ambos se de en la armonía, es necesaria la comunicación, una comunicación que permita a la pareja fortalecerse en ese proceso de unidad.

Así, la comunicación considerada siempre como un proceso dinámico, es en el matrimonio un instrumento para el intercambio de pensamientos, sentimientos, etc. entre los cónyuges con la finalidad de aumentar cada vez más la calidad y la unidad de su relación a lo largo de la vida matrimonial. (76)

De aquí se deduce que es de suma importancia el que los cónyuges se empeñen en que la comunicación entre ambos sea siempre profunda, y por ende, cuanto antes comiencen a hacerlo, tanto más fácil les resultará mantenerla en el transcurso del tiempo. A esto se refiere el 'establecer bases sólidas' en la comunicación.

Ahora bien, ¿cómo lograr establecer estas 'bases sólidas'? Si la finalidad es lograr la comunicación profunda, es de gran ayuda tomar por modelo aquel principio que dice: "para darse es menester poseerse", pues de igual manera para comunicarse es necesario antes lograr una primera comunicación: consigo mismo.

(75) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 17

(76) cfr., ibidem., p. 15

Si se ha planteado la comunicación en una dimensión exclusivamente humana, que se da entre el propio ser y el ser de otro, es entonces imprescindible conquistar antes la profundidad de cada uno para poder comunicarse. A esto se refiere la 'comunicación consigo mismo', "buscarse dentro de uno mismo, hasta encontrar el propio yo, con todo su misterio pero también con toda su riqueza... si no encontramos nada precioso, por lo menos nos habremos encontrado a nosotros mismos en nuestra pobreza, que no es poco descubrimiento. Lo peor podría ser no encontrar ninguna respuesta y sí una total vaciedad; pero aún así habríamos encontrado tal vez lo que somos, aunque no nos gustase el hallazgo". (77)

Una vez lograda esta primera comunicación (*), hay que pasar a un segundo plano: el saber escuchar.

No es fácil aprender a escuchar. Empezando por uno mismo, cuesta trabajo escuchar se para encontrar en sí la respuesta a los problemas o inquietudes personales; y de igual manera sucede con los demás, porque "no es fácil pensar que otras personas tienen algo que decirnos. Que a nosotros nos interesa lo que esta persona nos va a decir. Todos preferimos creer que lo sabemos todo o que las otras personas no tienen nada que enseñarnos". (78)

Si toda comunicación implica una respuesta, ¿cómo saber qué es lo que el otro pregunta o responde a mi pregunta, si no escucho lo que me dice? Y aquí se ha de aclarar un punto: generalmente se piensa que hablar es lo más importante de la comunicación, y en realidad no es así, porque muchas veces la gente no habla simplemente se mira, gesticula o tiene alguna actitud particular por la cual se acerca, se aleja o se identifica... se comunica. Hablar bien no es por tanto saber comunicarse.

Es por esto que el escuchar implica no solamente callarse mientras el otro habla,

(77) BERTRAN QUERA MIGUEL, Educar la familia, hoy, p. 150

(78) ibidem, p. 147

(*) Y cabe aquí aclarar que nunca llega a su fin, porque por cambios que se dan en la persona a lo largo de su vida en forma natural y necesaria, debe haber un constante descubrimiento.

sino que se refiere a algo más, a una actitud de apertura y atención hacia las manifestaciones e intentos del otro por 'decirnos' o comunicarnos algo.

Ante esta actitud de escucha, surge como un tercer punto la necesidad de reconocer las debilidades propias y las del otro también. Una verdadera comunicación no es posible si no hay una profunda sinceridad para visualizar la propia persona y la del otro, y a la vez una verdadera aceptación ante esta realidad. La actitud de creerse perfecto o incorregible y buscar a la vez en los demás un alto grado de perfección, es sin duda alguna un grave obstáculo para comunicarse.

Este es el punto de partida que impulsa a interesarse por el otro y a mantener el contacto para alcanzar cada vez un nivel más profundo de comunicación, es por ello que hay que recalcar el hecho de que debe darse desde el principio del matrimonio la comunicación, pues sería el verdadero punto de partida para establecer una sólida comunicación a lo largo de la vida conyugal, porque lleva a buscar el fondo de la otra persona desde la propia interioridad para alcanzar la esencia del otro y luchar por permanecer en contacto con ella... definitivamente esto sólo se logra comunicándose. "La comunicación requiere, entonces, un estado de apertura en las personas y un tema a tratar suficientemente común como para permitir un mínimo de transferencia de ideas, sentimientos, experiencias o conocimientos". (79) Pero esto requiere ciertas condiciones; y es en esta transformación al 'nosotros' a la que se hizo referencia anteriormente, y que enfrentan necesariamente los matrimonios, en donde han de empezar a establecerse estas condiciones necesarias para comunicarse.

Tomando en cuenta la natural apertura y generosidad que se da entre los cónyuges de manera muy especial en la primera etapa de vida matrimonial, habrán que aprovechar el hecho de que en una relación, y especialmente en la relación conyugal, se da una tendencia a buscar el mayor grado de comunicación posible, por tratarse de la entrega mutua de la intimidad de dos personas, ya que esto favorecerá el que los cónyuges se empeñen en conseguir las condiciones adecuadas para una buena (79) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación conyugal, p. 88

comunicación (80), que determinarán hasta cierto punto el que ésta sea profunda o superficial.

David Isaacs, basándose en un trabajo de Carl Rogers, hace referencia a tres condiciones fundamentales para el desarrollo de toda relación, adaptándolas él mismo a la relación conyugal (81). Estas son: la comprensión empática, el nivel de aprecio y la congruencia.

La comprensión empática en el matrimonio se refiere a la preocupación de cada cónyuge por ver las cosas desde el punto de vista del otro, aprovechando la objetividad que puede tener desde su perspectiva (por no estar involucrado directamente en el asunto) sobre las causas de los sentimientos o pensamientos que el otro manifiesta. Esto ayudará a actuar de un modo adecuado para ayudar al otro a superar su situación, además de que favorecerá que la comunicación entre los cónyuges mantenga su dinámica y acreciente su grado de profundidad, al percibir cada uno de ellos que el otro desea y se interesa por comprenderlo (y, en el mejor de los casos, de hecho lo comprende).

Si la comprensión empática no se desarrolla en la primera etapa del matrimonio, muy probablemente se dará una especie de 'bloqueo' en uno o ambos cónyuges al surgir sentimientos de incompreensión por parte del otro, lo cual siempre aparecerá como obstáculo para comunicarse y por ende, para el desarrollo armónico de su relación.

Por otro lado, en la relación conyugal, el 'nivel de aprecio' se refiere no solamente a reconocer el valor del otro, sino también a mostrarle al otro el aprecio que se le tiene, ya que si no se le comunica, se abre la posibilidad de que el otro capte una cierta indiferencia y en ocasiones hasta desprecio.

La actitud básica que ha de buscar cada cónyuge es la de reconocer en el otro un valor ilimitado, es decir, darse cuenta de que no puede agotar su conocimiento sobre él, porque siempre habrá una cierta riqueza desconocida que por el proceso

(80) cfr. ibidem., p. 88

(81) cfr. ibidem., p. 90-99

de descubrimiento que viven diariamente, se irá revelando poco a poco. Así, el nivel de aprecio dependerá de la amplitud de los valores apreciados en el otro, de la profundidad con que se reconozca esta misma amplitud y de la capacidad de comunicar al otro el aprecio que se le tiene, (haciéndose patente una vez más la necesidad de la comunicación en el matrimonio). De esta manera, resulta obvia la importancia de que el nivel de aprecio entre los cónyuges, se manifieste claramente desde el comienzo de la vida matrimonial si se busca la armonía en la misma.

Finalmente, la 'congruencia' en la relación matrimonial, hace referencia a una actitud conjunta de los cónyuges por la cual, bajo determinados criterios, se ordenan los comportamientos de ambos, buscándose así que ambos actúen de acuerdo con lo que piensan en todo momento, y teniendo en cuenta la naturaleza de su relación. Si la congruencia se fomenta desde el comienzo del matrimonio, los cónyuges aprenderán a vivir su relación con autenticidad y sinceridad, además de que estarán estableciendo bases sólidas en su comunicación, porque esto mismo los llevará a la apertura y consecuentemente a una comunicación profunda.

En resumen, la comunicación incluye fundamentalmente conocerse, comprenderse, aceptarse y ayudarse ; si cada uno de los cónyuges logra captar en su totalidad esto y lo une a los conceptos manejados anteriormente, encontrará una guía que ha de transportar a la práctica traduciéndolos estos conceptos en actitudes concretas para la vida cotidiana.

Por todo esto se afirma que es definitivamente indispensable fincar las bases para una profunda comunicación y asegurar la continuidad en la misma a lo largo de la vida conyugal, pues es una muy buena forma de asegurar en gran parte la permanencia y la armonía de la relación matrimonial.

Tener esta actitud desde el principio, cuando la relación comienza llena de generosidad, apertura y esperanza, cuando se está iniciando una nueva forma de

vida juntos y hay una total disposición sin resquebrajamientos o resentimientos en la cual todo se centra en asegurar un futuro a la relación, significa establecer bases sólidas en el ejercicio de la comunicación conyugal y facilitar así el mantenerla a lo largo de su vida matrimonial.

IV.2. La 'consecuencia de la verdadera comunicación en los primeros tiempos del matrimonio.

Hablar de 'la consecuencia' de una buena comunicación a nivel conyugal, es referirse a un desarrollo armónico de la relación matrimonial, porque la fusión amorosa de los cónyuges que es propia del matrimonio, no puede concebirse sin el intercambio de ideas, recuerdos, etc.

Al estudiar las etapas en la evolución del amor conyugal, se ha podido palpar claramente que una buena comunicación favorece un desarrollo armónico y una sana evolución del matrimonio, y que por el contrario cuando hay una deficiente comunicación entre los cónyuges, las crisis que se presentan son obstáculos mucho más difíciles de vencer, que además, por lo general dejan secuelas o 'cicatrices' en los cónyuges que permanecen a lo largo de la vida conyugal y constituyen una especie de 'fractura' en la relación, que la debilita.

La armonía conyugal por ello ha de considerarse como un factor indispensable para la felicidad del matrimonio. Y ésta consiste básicamente en "llegar a vivir un acuerdo profundo, lo cual sólo se logra a base de que uno sepa decir lo que piensa y oír lo que piensa el otro y que el otro también sepa hablar y oír". (82)

Es por esto que se dice que la comunicación plena en el matrimonio trae como 'consecuencia' el que los cónyuges encuentren con mayor facilidad armonía en su relación. Y esta armonía se refiere a una unidad total de los distintos aspectos que conforman la vida conyugal, es decir, un gozo pleno de las situaciones positivas y una asimilación y superación madura de las crisis que inevitablemente se presentan a lo largo de la vida matrimonial, y que frecuentemente amenazan con rom

(82) CHRISTLIEB CARMEN, Hacia la integración familiar, p.21

per la armonía de la relación.

En cuanto a esto de lograr una superación madura de las crisis, la comunicación permite aceptar la realidad, aprovechar las lecciones de la crisis, y luchar por realizar aquello que se habrían propuesto alcanzar.

La crisis tiende a poner de manifiesto tres realidades: que yo no soy lo que creía, que mi cónyuge no es lo que yo creía, y que la comunicación de los dos en todos los planos -sexual, de gustos, de intereses, de actividades, de ideas, de ternura, de humor, de vida espiritual, etc. - es infinitamente más difícil de lo que ambos creíamos". (83)

La convivencia diaria e íntima con el cónyuge revela poco a poco muchas cosas sobre uno mismo y el otro que uno no se esperaba, y así, la vida conyugal enfrenta a la persona a una realidad de sí y del otro que no se tenía antes del matrimonio, porque nunca antes se había tenido la experiencia de un estado de vida humanamente tan exigente como lo es la vida conyugal. El 'reconciliarse' ambos cónyuges con esa realidad un tanto distinta a la esperada, implica no una simple resignación disfrazada en alguna de sus formas, sino que significa tener paciencia hacia sí mismo y el otro (ningún cambio se logrará en un día), comprender y perdonar los propios errores y los del otro, tratar de ayudar al otro y que el otro le ayude en cuanto a autoconocimiento y mutuamente, sin orgullos y falsedades, conocer al otro... en fin, significa renuncia y condescendencia, esforzándose por hacer cada vez mayor el terreno común a partir de ese que ya se ha conquistado. Y esto se logra únicamente en tanto que se aprende a conocerse, expresarse, comunicarse.

Este es el primer aspecto en que la comunicación favorece la armonía en la pareja, pues una vez superada la crisis, la pareja continúa su camino en armonía haciendo a la vez fortalecido su unidad.

El segundo aspecto de la 'consecuencia' de una verdadera comunicación es el gozo pleno de la vida conyugal que se da a raíz de la armonía en la misma.

"Las circunstancias concretas en las que se encuentra cada pareja se modifican día con día, de suerte que no hay manera de dar por terminado el trabajo de adaptación mutua con miras a un diálogo conyugal cada vez más intenso y más total". (84)

La armonía supone un acuerdo entre los cónyuges que no puede confundirse con imposición, resignación, 'uniformidad' (ser 'iguales' en todo) de pensamiento, actitudes, etc.

La verdadera armonía consiste en "un acuerdo profundo, que es el resultado de una comunicación de igual a igual entre dos cónyuges capaces de aceptarse diferentes", (85) y no se alcanza así nadamás como algo automático, ni por la imposición de uno y la sumisión del otro, ni tampoco por una 'separación de terrenos' en que cada uno decide solo; la comunicación conyugal es el único medio para encontrar el acuerdo profundo, a través de la armonía en los detalles y vivencias cotidianas: en el plano de la sexualidad, en el empleo del dinero, en las actividades de los cónyuges, en las relaciones con los otros, en la educación de los hijos, etc. "El matrimonio es una empresa de dos, un proyecto común que ha de ser llevado a cabo por ambos cónyuges, por lo que él y ella han de poseer la misma información, requisito que se logra cuando se comunican uno al otro..." (86)

La comunicación conyugal trae pues, como consecuencia, la armonía en las relaciones conyugales, y si se da desde los primeros tiempos del matrimonio puede casi asegurar un desarrollo armónico de la relación matrimonial.

IV.3. Buscar la orientación, ¿por qué no?

Se ha visto que el problema de la incomunicación se presenta con gran frecuencia en las relaciones humanas y especialmente en el matrimonio, amenaza con ser un enemigo contra el que constantemente hay que luchar.

También se ha visto que esto no es tarea fácil, aunque en muchos casos lo parezca, puesto que exige mucho por parte de los cónyuges en cuanto a disposición, re

(84) ORTIZ JAVIER, Diálogo conyugal, p. 151

(85) ibidem., p. 126

(86) SANCHEZ RODRIGO, Las posibilidades del amor conyugal, p. 83

nuncia y esfuerzo por mantener siempre el espíritu de lucha, a lo cual no siempre se está abierto. "Según demuestra la experiencia, la mayor parte de las veces ocurre lo siguiente: si apenas se hacen conscientes esfuerzos para entender mejor, con más exactitud al otro, empiezan ya entonces a iniciarse los malentendidos". (87)

Ante esta perspectiva se abre la posibilidad de buscar la orientación, es decir, buscar que alguna persona con la adecuada preparación ayude a la pareja a lograr su máxima ordenación interna.

Un gran número de personas considera que el acudir a un orientador es ya un último recurso, y esta es una idea falsa, porque llegada esa situación será mucho más difícil hacer algo para solucionar el problema.

Con esto no se quiere decir que la pareja sea dependiente de un tercero necesariamente para sobrellevar una crisis o guiar por sí mismos su relación, pero sí que considere y deje abierta siempre la posibilidad de acudir de vez en cuando a recibir orientación y mantener el espíritu de perfeccionamiento en su relación.

Se ha dicho con anterioridad que en el matrimonio es indispensable un constante desarrollo personal, es decir un constante perfeccionamiento que lleva a un mutuo enriquecimiento. "Para que exista una relación entre dos personas, ambas deben aportar algo más de sí mismas al otro. Únicamente así, es posible que la relación se desarrolle. Cuando un hombre y una mujer establecen una relación en que progresivamente el sentimiento y la voluntad de cada uno se complacen en el bien reflejado por el otro, se establece un proceso que conduce a un enriquecimiento mutuo. Existe una unidad formal desde el compromiso inicial, pero está en potencia el desarrollo vital de esa unidad." (88)

Ahora bien, este perfeccionamiento que lleva al mutuo enriquecimiento debe ser integral, y esto hace referencia precisamente a una educación, porque al ser educado el hombre se modifica; es una modificación tendiente a 'desenvolver' todas las posibilidades de su ser de manera que vaya acercándose cada vez más a lo que

(87) MANDEL KARL et al., Psicología de la pareja, p. 45

(88) ISAACS DAVID, Dinámica de la comunicación en el matrimonio, p. 39

constituye su finalidad.

Cabe aclarar aquí, que pese a que toda educación es perfección, no toda perfección es educación, porque en todo hombre hay un perfeccionamiento natural que surge espontáneamente de la evolución natural del hombre, y a esta perfección no es a la que se refiere la educación, sino a aquella que "arranca de la voluntad del hombre: la educación es el perfeccionamiento voluntario, intencional"(89), pues si no se reduciría a un mero proceso evolutivo.

De esta manera, la educación es el "perfeccionamiento intencional de las potencialidades específicamente humanas" (90), entendiendo por potencias las facultades, funciones, aptitudes o capacidades del hombre. Así, la educación nunca termina, porque la mejora en el hombre siempre existe, siempre hay posibilidad de perfección en el hombre (en el hombre "la mejora no se agota").

Pues bien, puede decirse que la orientación es una forma de educación; la orientación personal (que es a la que se ha estado haciendo referencia) es "el proceso de ayuda a un sujeto para que llegue al suficiente conocimiento de sí mismo y del mundo en torno, que le haga capaz de resolver los problemas de su vida"(91). Si "ayudar significa respetar el protagonismo de su propia vida a los ayudados, es decir, considerarles personas: sujetos de derechos y deberes; seres suyos" (92), entonces se puede asegurar que no es el orientador quien determina el camino a seguir, sino que el 'protagonismo' corresponde a la persona, al orientado (en este caso a los cónyuges). En la orientación a matrimonios, el orientador es solamente una ayuda para que los cónyuges encuentren referencias conforme a las cuales ellos mismos han de guiar su relación. Así, la orientación constituye una herramienta para los cónyuges de ayuda eficaz para aprender a guiarse por sí mismos a lo largo de su vida matrimonial y perfeccionar su matrimonio cada día.

En la orientación no se trata de encontrar 'recetas' que sirvan para aplicarse

(89) GARCIA HOZ VICTOR, Principios de pedagogía sistemática, p. 21

(90) ibidem., p. 23

(91) ibidem., p. 194

(92) Nota técnica del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España. Documento DOF-385, p. 1

como fórmulas matemáticas que nunca fallan; se trata por el contrario de aprender qué actitudes se han de tomar para encontrar por sí mismos qué es lo que hay que hacer y cómo tiene que hacerse en cada situación de la vida.

Buscar la orientación en este sentido, es por consiguiente, una actitud que tiene como finalidad el que cada uno intente conocer su propia situación analizando en ella la mejor postura que conviene adoptar y en muchos casos empujar a 'ensayar' otra manera distinta de actuar, puesto que al ser la educación necesariamente integral, afecta al ser humano en su totalidad y por lo tanto siempre habrá algo que mejorar. Además, considerando el amor como "la primera reacción de su sentimiento y de su voluntad, que se complacen en el bien"(93), es una tendencia al bien y a su posesión, y esto implica que en el amor se busca siempre lo mejor de y para ese bien. Por eso los cónyuges deben buscar lo mejor para su amor, y un instrumento para buscar estos 'óptimos' en su relación, es la orientación.

Así, lo que aquí se sugiere es el no desechar la posibilidad de buscar la orientación en profesionales que se dedican específicamente a ésta o que al menos por su preparación son personas capaces, competentes y aptas para guiar a la pareja según sus inquietudes, es decir, para darles una verdadera orientación. Hay en concreto psicólogos, pedagogos y orientadores familiares (entre otros), que se dedican específicamente a realizar esta labor.

Es importante reflexionar que el "elemento integrador de la orientación familiar es la persona humana. Es decir, el individuo de naturaleza racional. Que es un ser familiar y un ser social. Que tiene necesidad de la familia por razón de su propia dignidad personal. Que tiene raíces y responsabilidades familiares. Que al menos, ha nacido en una familia, aunque no haya tenido un hogar para nacer. En una familia completa o incompleta. Por tanto, cuantos seres humanos se sepan y se sientan personas deberían conceder que la orientación familiar, en alguno o algunos de sus múltiples cometidos y aplicaciones, los afecta directamente" (94).

(93) HERVADA JAVIER, Diálogos sobre el amor y el matrimonio, p. 23

(94) Nota técnica de el Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España, Documento DOP-384, p. 7

El hecho de que una pareja en determinada situación (no necesariamente ante un problema) busque la orientación, facilitará el 'aprender a dialogar' en pareja y encontrar la mejor manera de guiar su relación para lograr en ella la armonía y la unidad; por ello se sugiere que la orientación se dé desde el principio de la vida matrimonial, de manera que sea más sencillo lograr que el diálogo sea fructífero desde el comienzo y que la pareja por sí misma guíe de la mejor manera su relación en toda situación de la vida conyugal, manteniendo la dinámica de la misma, complementándose cada día más y haciendo de esta complementariedad un constante perfeccionamiento y un mutuo enriquecimiento, "una labor de equipo: a donde no llego yo, llegas tú, que es precisamente la actitud profunda de enriquecer al otro, recíproca y participativamente"(95), fortaleciendo la unidad conyugal y favoreciendo así el desarrollo armónico de su matrimonio.

Por ello, en el siguiente capítulo se propone un manual para cónyuges (especialmente para aquellos en la primera etapa de su matrimonio) como una forma de orientación que les ayude a mejorar su relación y a vivirla lo más plenamente posible desde el comienzo de su vida en común.

(95) Nota técnica del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España, Documento DOF-530, p. 7

CAPITULO V

PROPUESTA PARA UN MANUAL DE ORIENTACION.

CAPITULO V: PROPUESTA DE UN MANUAL DE ORIENTACION.

En el capítulo anterior se ha hablado de la Orientación como una forma de educación, refiriéndose así a "el proceso de ayuda a un sujeto para que llegue al suficiente conocimiento de sí mismo y del mundo en torno, que le haga capaz de resolver los problemas de su vida". (96)

En el presente capítulo lo que se propone es precisamente una forma de orientación: la orientación conyugal en torno al tema de la comunicación, utilizando como herramienta para llevarla a cabo, un manual.

V.1.)Porqué un Manual de Orientación?

Es necesario tomar como punto de partida, el que la orientación es una ayuda que se presta a las personas para el logro de una mejora personal.

Ahora bien, esta ayuda orientadora puede llegar a sus destinatarios por diversos caminos como lo son: cursos, libros, consulta clínica, etc.

Un manual es "un texto de estudio en el cual se expone sistemáticamente, con miras a hacerlos asimilar por el alumno, un cierto número de elementos sobre una materia dada bajo una forma escrita correspondiente a una situación pedagógica determinada". (97)

Así, un manual de orientación, se caracteriza por ser una herramienta de ayuda para la mejora personal de aquellos a quienes se dirige, con respecto a un aspecto específico.

A propósito del tema tratado, un manual constituye un instrumento de gran utilidad, puesto que recoge ideas y aspectos de especial importancia, que los cónyuges deben tomar en cuenta como base para perfeccionar este aspecto de su relación. Presenta además, ciertas posibilidades muy peculiares que acrecientan su valor.

(96) GARCIA HOZ VICTOR, Principios de pedagogía sistemática, p. 21

(97) LOVERIDGE, La preparación de manuales escolares en los países de desarrollo, p. 9

como lo son: el permitir la libre consulta, permanencia de la información, incluye algunos elementos para la ejercitación del asunto tratado, proporciona información seleccionada y concreta referente al tema y no requiere equipo o instrumentos adicionales para su uso, entre otras.

El manual que se propone está enfocado a ayudar a los cónyuges a establecer bases sólidas en el ejercicio de su comunicación, desde la primera etapa de vida matrimonial.

Con base en esto, dicho manual se justifica porque a lo largo de esta investigación, se ha hecho patente la necesidad de la comunicación en el matrimonio, y al mismo tiempo, el tan frecuente problema de la incomunicación o la deficiente comunicación al que se enfrentan los esposos y sus graves consecuencias.

"Comunicarse es ponerse en contacto íntimo el fondo del propio ser con el fondo del ser de otra persona. Poner lo que está dentro de uno cerca de lo que está dentro de la otra persona. Saber estar uno al lado de otro desde esta dimensión profunda. Por esto, comunicarse es algo anterior y mucho más que un intercambio de palabras". (98)

Pero para lograrlo, para darle una dimensión verdaderamente humana a la comunicación (en este caso hablando específicamente de comunicación conyugal), es necesario aprender a ejercitarla.

El manual de orientación es una opción, una alternativa que se presenta como herramienta útil en la realización de este continuo aprendizaje.

(98) BERTRAN QUERA, Miguel, Educar la familia, hoy, p. 145

V.2. Metodología utilizada para la elaboración del manual

Hasta ahora ya se ha justificado la necesidad de un manual de orientación para la comunicación conyugal; ahora ha de explicarse la metodología utilizada para la elaboración del mismo.

En primer lugar, se eligieron algunos temas considerados como básicos y que constituyen la estructura del manual. Son los siguientes:

- Comunicación conyugal.
- Persona e intimidad.
- Repercusiones de la comunicación deficiente.
- La diversión en el matrimonio.
- La primera etapa del matrimonio.
- Mantener la juventud del amor.
- Principales virtudes para el matrimonio.
- Educación de la voluntad y la sensibilidad en el matrimonio.
- ¿Qué comunicarse?

Posteriormente, con la finalidad de ofrecer un material más completo y adecuado, se complementaron estos temas con otros de especial interés para los destinatarios del manual, para lo cual se aplicó a una muestra representativa, el cuestionario que se presenta a continuación, y con base en los resultados obtenidos se llevó a cabo una segunda selección, completándose así el temario del manual.

Dicho cuestionario se presenta en la siguiente página.

CUESTIONARIO PARA DETECCION DE NECESIDADES.

Se agradece de antemano su colaboración en esta investigación.

Para ofrecerle un Manual que cubra de la mejor forma posible sus necesidades, le suplicamos marcar con una cruz (X) su interés por cada uno de los temas que se mencionan a continuación.

- Considero que se necesita orientación en los siguientes aspectos:

	<u>SI</u>	<u>NO</u>
1. ¿Qué es el matrimonio?	()	()
2. La armonía en las relaciones.	()	()
3. Necesidad de la comunicación en el matrimonio.	()	()
4. Errores más frecuentes en la comunicación.	()	()
5. Las diferencias individuales entre las partes.	()	()
6. Comunicación sexual.	()	()
7. Las relaciones con la familia política.	()	()
8. Sentido de la amistad en el matrimonio.	()	()
9. Síntomas de la 'incomunicación'.	()	()
10. Los 'celos', una fuente de infelicidad.	()	()
11. Superación de las dificultades de adaptación.	()	()
12. La complementariedad hombre-mujer.	()	()
13. Crisis de valores en el matrimonio.	()	()
14. La familia en nuestra sociedad.	()	()
15. La superación de las crisis.	()	()
16. Influencia del medio ambiente en el matrimonio.	()	()
17. Factores de integración para combatir la rutina.	()	()
18. ¿Porqué se dan las deficiencias en la comunicación?	()	()
19. ¿Cómo encauzar los sentimientos y emociones?	()	()
20. Sentido del dolor en el matrimonio.	()	()

Anote a continuación, si así lo desea, aquellos temas de su interés que se hayan omitido y que considere de importancia:

Como se mencionó anteriormente, el cuestionario de la página anterior, se aplicó con la finalidad de detectar las necesidades de los destinatarios del manual, de manera que se les pudiera ofrecer un material más completo y adecuado.

Su aplicación se llevó a cabo de la siguiente manera:

Fue aplicado en una institución de orientación familiar llamada Centro de Integración Familiar, A.C., organismo que forma parte de la Asociación FAME, A.C., dedicada a la promoción de valores en la familia mexicana.

El Centro de Integración Familiar (CIF), está constituido por un grupo de profesionistas (médicos, enfermeras, psicólogos y pedagogos, entre otros) que proporcionan Orientación Familiar a través de consultas, conferencias y cursos de formación.

El CIF está ubicado en la sede de FAME A.C., sucursal LOMAS, en Acueducto Río Hondo # 218, esquina con Juan de O'Donojú, en Lomas Virreyes, México, D.F.

Se eligió esta institución por varias razones: por la naturaleza de la misma, por que a las actividades que el centro ofrece asisten novios próximos a casarse y matrimonios de nivel socio-cultural medio y alto (población a la que se dirige este estudio), y de manera especial por la estrecha relación entre la autora y el centro como colaboradora en el mismo.

Para la aplicación del cuestionario, la metodología de muestreo fue la siguiente:

De un universo de doscientos matrimonios (totalidad que asisten simultáneamente a las actividades del centro por un período aproximado de tres meses), se tomó una muestra aleatoria sistemática por conglomerados. Para ello, como la muestra se realizó al 25%, con la previa numeración de la población estudiada (los doscientos matrimonios del CIF), se eligió a uno de cada cuatro, comenzando por elegir al azar uno de los cuatro primeros, que fue el correspondiente al número tres. Así, posteriormente se incorporaron a la muestra los correspondientes a los números 7, 11, 15... etc. hasta reunir el total de cincuenta casos.

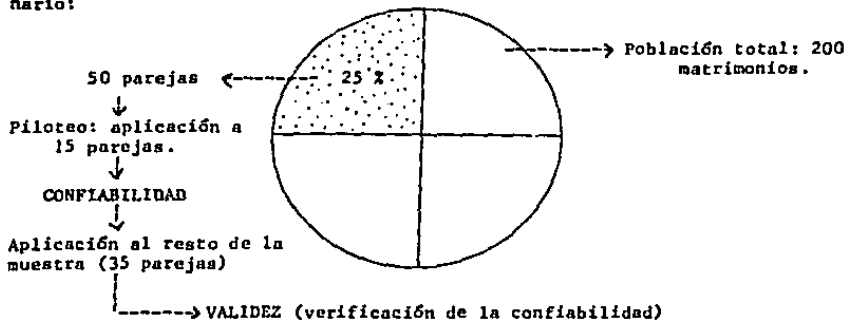
Por tratarse en este caso de matrimonios, se denomina 'por conglomerados', ya que cada unidad muestral (cada matrimonio) está formado por dos personas con ciertas condiciones o características comunes (dentro de cierto grado de heterogeneidad, claro está). Es importante aclarar que los conglomerados tenían un alto grado de homogeneidad, tratándose de parejas en su primera etapa de vida matrimonial, y de nivel socio-cultural medio y alto.

Así, la muestra representativa quedó constituida por un grupo de cincuenta matrimonios con las características mencionadas anteriormente.

En primer lugar, para asegurar la confiabilidad del mismo, se 'piloteó' aplicándolo a un grupo de quince matrimonios de la muestra. Durante este 'piloteo' no se dieron en realidad acontecimientos significativos que alteraran de alguna manera el procedimiento. Puede afirmarse que las respuestas obtenidas eran las esperadas y no hubo necesidad de alteración alguna.

Así, con la finalidad de dar validez al mismo, se llevó a cabo el proceso de verificación de la confiabilidad, aplicándolo al resto de la muestra representativa, es decir a los treinta y cinco matrimonios restantes. Los resultados de esta segunda aplicación fueron satisfactorios, coincidiendo así con los del 'piloteo'.

El diagrama que a continuación se presenta, muestra con mayor claridad el procedimiento de validez y confiabilidad llevado a cabo en la aplicación del cuestionario:



Una vez realizado el procedimiento de validez y confiabilidad del cuestionario, con base en los datos arrojados por el mismo, se eligieron los rubros con un porcentaje superior al 50%, que eran consecuentemente los de mayor interés, para complementar de esta manera la serie de temas previamente establecidos para la elaboración del manual, y obteniendo así el temario final.

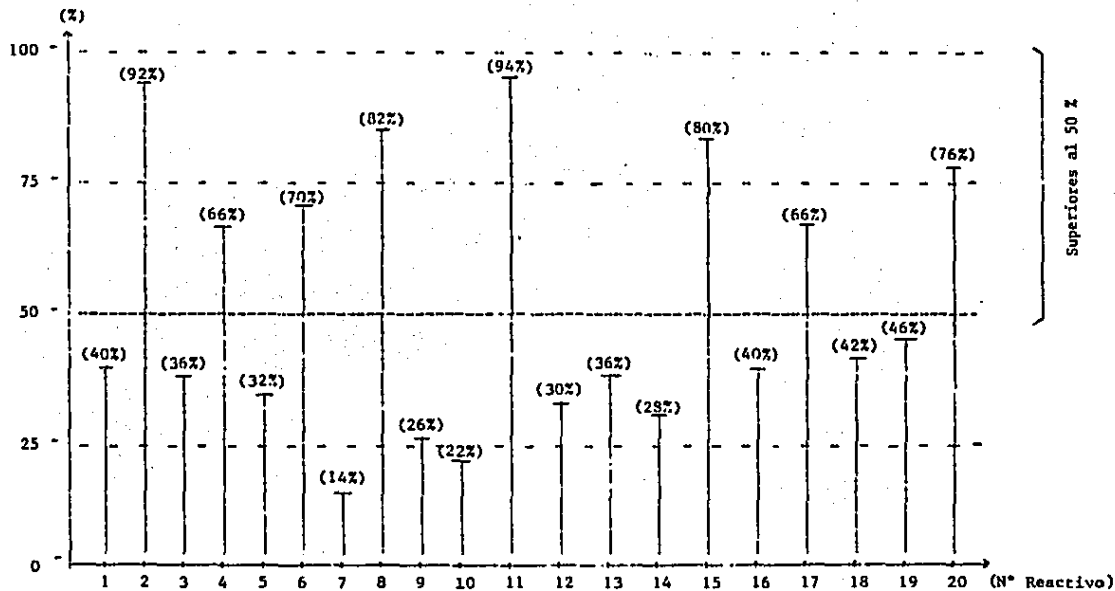
Los resultados obtenidos se encuentran ordenados en la siguiente tabla:

Tabla de resultados en orden decreciente:

<u>N° reactivo</u>	<u>N° respuestas afirmativas</u>	<u>% que representa</u>	
11	47	94	
2	46	92	
8	41	82	
15	40	80	
20	38	76	
6	35	70	
4	33	66	
17	33	66	+ de 50 %
<hr/>			
19	23	46	- de 50 %
18	21	42	
1	20	40	
16	20	40	
3	18	36	
13	18	36	
5	16	32	
12	15	30	
14	14	28	
9	13	26	
10	11	22	
7	7	14	

A continuación se presenta una gráfica en la que se representan los resultados de una manera más clara: ver página siguiente.

GRAFICA DE RESULTADOS. (*)



(*) Elaborado por la autora.

Es así que los rubros elegidos para complementar el temario, son los siguientes:

- Errores más frecuentes en la comunicación.
- Superación de las dificultades de adaptación.
- Factores de integración para combatir la rutina.
- La armonía en las relaciones.
- Sentido de la amistad en el matrimonio.
- Sentido del dolor en el matrimonio.
- La superación de las crisis.
- Comunicación sexual.

Todos estos temas se han ordenado en unión con los previamente establecidos, para lograr una secuencia lógica en el manual. De esta manera, el temario final es el siguiente:

1. Persona e intimidad.
2. La comunicación conyugal.
3. Errores más frecuentes en la comunicación.
4. ¿Qué comunicarse?
5. La primera etapa del matrimonio.
6. Superación de las dificultades de adaptación.
7. Principales virtudes para el matrimonio.
8. Mantener la juventud del amor.
9. La armonía en las relaciones.
10. La superación de las crisis.
11. La diversión en el matrimonio.
12. Factores de integración para combatir la rutina.
13. La educación de la voluntad y la sensibilidad en el matrimonio.
14. Comunicación sexual.
15. Sentido de la amistad en el matrimonio.

16. Sentido del dolor en el matrimonio.

17. Repercusiones de las deficiencias en la comunicación.

Es importante también resaltar que únicamente en cuatro casos se hicieron sugerencias de otros temas no indicados en el cuestionario, ante lo cual se optó por incluir de una u otra forma en el manual estas proposiciones, respondiendo así a estas inquietudes de forma indirecta.

Las sugerencias a que se hace referencia, son las siguientes:

- Dificultades más frecuentes al principio del matrimonio.
- Cómo renovar el amor para que no muera.
- Cómo aprender a expresar los sentimientos al esposo (a)?
- 'Tips' para romper la rutina.

Una vez justificada la necesidad de un manual de orientación para la comunicación conyugal y explicada la metodología utilizada para la elaboración del mismo, resta solamente, antes de presentar dicho manual, especificar las características del mismo.

V.3. Características del Manual.

Se ha planteado con anterioridad el manual como una guía; no es un "receptor" ni un "formulario". Su principal característica es por tanto la de orientar, ayudar a encontrar el cauce adecuado, estableciendo ciertas referencias o parámetros en cuanto a la comunicación conyugal.

Está por tanto dirigido a novios próximos a casarse, para que desde el noviazgo empiecen a ejercitarse en la comunicación como parte de su preparación para el matrimonio, y especialmente a cónyuges en la primera etapa de vida matrimonial, para que la valoren rectamente desde un principio, y empiecen a vivirla y cultivarla, estableciendo así bases sólidas al respecto que les permitan un

constante perfeccionamiento y se les facilite así el desarrollo armónico y el fortalecimiento de la unidad de su relación.

Puede ser también útil a cónyuges en cualquier etapa de vida matrimonial, porque las posibilidades de mejora (y por tanto de orientación) siempre se dan, nunca es tarde para comenzar.

Por otro lado, puede servir como material de consulta en la preparación de cursos prematrimoniales, a orientadores y a todas aquellas personas que mantienen alguna relación de tipo educativo con matrimonios.

Es de suma importancia hacer énfasis en que tanto la intencionalidad como la finalidad del manual que se presenta son eminentemente educativas; es decir, que con él se pretende lograr de alguna manera un perfeccionamiento no sólo en la comunicación conyugal o en la relación matrimonial, sino en los mismos cónyuges como personas, como sujetos de educación.

En cuanto a su contenido, se pretende que en él se expongan las nociones fundamentales para la valoración y el aprendizaje de la comunicación en el matrimonio, y al mismo tiempo algunos aspectos 'prácticos' que derivan de su ejercicio.

Con la finalidad de ofrecer un manual que cubra de la mejor manera posible las necesidades de sus destinatarios, ha sido elaborado con base en un breve cuestionario de detección de necesidades (presentado y explicado con anterioridad), cuyos resultados permitieron una mejor elaboración del mismo, ya que de esta manera su contenido es más completo y adecuado. Es también importante mencionar que una vez terminado el manual, a manera de evaluación de campo, se pidió a algunos matrimonios que una vez habiendo leído el manual, anotaran sus observaciones, comentarios y sugerencias al respecto, algunos de los cuales se presentan en el anexo al final de este documento.

Por último, es importante resaltar que por la naturaleza misma de este manual, está enfocado primordialmente a personas de nivel socio-cultural medio y alto, ya que se requiere, para su mejor comprensión y aprovechamiento, de un cierto nivel de conocimientos y experiencias previos que les permitan asimilar el contenido y llevarlo a la práctica.

Una vez esclarecidas sus características, se presenta a continuación el manual de orientación para la comunicación conyugal que se propone en esta tesis.

V.4. Manual.

MANUAL DE ORIENTACION PARA LA COMUNICACION CONYUGAL.

- INDICE -

- Introducción.
1. Persona e Intimidad.
 2. Comunicación Conyugal.
 3. Errores más frecuentes en la comunicación.
 4. ¿Qué comunicarse?
 5. La primera etapa del matrimonio.
 6. Superación de las dificultades de adaptación.
 7. Principales virtudes para el matrimonio.
 8. Mantener la juventud del amor.
 9. La armonía en las relaciones.
 10. La superación de las crisis.
 11. La diversión en el matrimonio.
 12. Factores de integración para combatir la rutina.
 13. La educación de la voluntad y la sensibilidad en el matrimonio.
 14. Comunicación sexual.
 15. Sentido de la amistad en el matrimonio.
 16. Sentido del dolor en el matrimonio.
 17. Repercusiones de las deficiencias en la comunicación.

Referencias Bibliográficas.

Sugerencias Bibliográficas.

Bibliografía.

INTRODUCCION.

No es poco frecuente encontrar personas para quienes el contraer matrimonio constituye un fin; y sin embargo, analizando un poco la realidad, puede uno darse cuenta fácilmente de que es todo lo contrario: el matrimonio, como ceremonia de enlace, no es más que el comienzo de una larga vida 'de dos' que sufre constantemente transformaciones en su evolución natural, por diversos factores como lo son la maduración de cada uno de los que lo forman, la calidad de su relación desde el período del noviazgo y todo aquello que conlleva el progreso del amor conyugal, entre otros.

Y en cuanto a este último aspecto, llama la atención un factor que cumple un papel de vital importancia: la comunicación conyugal. Si este progreso al que se hace referencia se resume en el "paso del yo al tú, del tú al nosotros y del nosotros al ellos, en un proceso que coincide con la maduración psicológica del ser, pero que es también proceso de maduración afectiva", (1) no es difícil imaginar el valor de la comunicación como un elemento para el desarrollo armónico de la relación matrimonial.

Por ello, el presente manual de orientación se dirige a todos aquellos novios próximos a casarse, y especialmente a los cónyuges en la primera etapa de vida matrimonial, con el objetivo de que constituya una herramienta eficaz de ayuda para el establecimiento de bases sólidas en el ejercicio de su comunicación y de esta manera encuentren cada vez una mayor riqueza en su matrimonio, en esa realidad que han acogido por mutuo consentimiento.

Persona e Intimidad.

Los conceptos que en la mayoría de los matrimonios no han sido reflexionados, y que sin embargo son básicos para una recta concepción del amor y la comunicación conyugal.

El matrimonio está formado por dos personas que conviven, luego es necesario poner en claro lo que es la persona: se puede decir que es esencialmente "un individuo en el que la razón forma parte de su naturaleza" (2). De lo cual se deduce que tiene capacidad de reflexión, que es un ser con intimidad, es decir, con una vida interior.

Si el matrimonio es la convivencia entre personas, debe vivirse el amor conyugal afirmando el valor de la persona en cuanto a su estructura y su perfección. Asimismo, no debe perderse de vista que la comunicación conyugal, como cualquier otro tipo de comunicación, es una relación entre personas.

De la ignorancia de estos aspectos surgen innumerables problemas conyugales, porque frecuentemente las personas, en este caso los cónyuges, se cosifican devaluando de diversas formas al otro y a sí mismo.

Es necesario que los cónyuges se concienticen por ello del valor que encierra la intimidad de aquel a quien aman y la propia, para que una vez reconocido su valor, le ayuden y 'se ayuden' a crecer, cultivando los bienes y valores naturales a su alcance para que sean cada vez mejores personas, porque la intimidad no crece sin esfuerzo; el vivir una vida íntima requiere una constante lucha contra la frivolidad, que se concreta en la 'adaptación' de la conducta a las aspiraciones de lo más íntimo de su ser.

El amor conyugal supone valorar al amado como persona, respetando su intimidad y actuando uno mismo como persona valorando la propia intimidad, y haciéndola crecer para que cada uno logre un continuo perfeccionamiento en el propio ser y consecuentemente en la misma relación.

Comunicación conyugal.

Para hablar de comunicación conyugal es necesario antes hablar sobre el concepto de 'comunicación'.

Quizá la manera más sencilla de explicar el significado del término, sea recurrir a su sentido etimológico. La palabra comunicar, viene del latín "comunicare", que significa 'puesta en común'. Con base en esto puede decirse que la comunicación es un proceso por medio del cual los hombres se ponen en común o llegan al común acuerdo.

Desde este punto de vista, la comunicación conyugal se refiere al proceso por medio del cual los cónyuges establecen 'lazos comunes' en todas las áreas de su relación.

Hablar sobre comunicación conyugal no es fácil, pues entran en juego innumerables aspectos que de una u otra forma se interrelacionan, y que requieren cada uno de un estudio especial. Sin embargo, sí es posible y además necesario, decir que la comunicación conyugal tiene un valor fundamental en el matrimonio.

A lo largo de la vida matrimonial se presentan obstáculos que constituyen fuerzas divergentes entre los cónyuges que hay que vencer si se desea conservar la unidad. Así, el diálogo conyugal se impone como una necesidad urgente, no solamente para la supervivencia del matrimonio sino también para salvaguardar el amor.

La práctica del diálogo conyugal no es frecuente en los matrimonios de hoy, y sin embargo sí son cada vez más frecuentes los que se separan o 'viven juntos' sin convivir. Este es un hecho de la vida, y aquellos matrimonios que deseen perpetuar su amor, tendrán que aceptar la necesidad de la comunicación profunda en su relación, que les permita el perfeccionamiento personal y de pareja.

Errores más frecuentes en la comunicación.

Son muchos los errores que se presentan en el ejercicio de la comunicación

conyugal. Sin embargo, hay algunos que definitivamente se presentan con mayor frecuencia que otros, y que generalmente no conducen sino a una incomunicación, que es el principal problema en la comunicación.

No es poco común encontrar personas encerradas en sí mismas, incomunicadas con el mundo que les rodea pese a que llavan en el fondo de su ser una viva necesidad de amor; lo que sucede es que están incapacitadas, por diversas razones, para comunicarse. La manifestación más evidente de esta incapacidad en el matrimonio, se manifiesta en el silencio conyugal, y constituye en sus diversas facetas, los errores más frecuentes en la comunicación.

Es por ello que se observan tantas parejas que pese a llevar ya varios años de vida en común, son incapaces de comunicarse.

El silencio conyugal se presenta generalmente bajo dos facetas: el silencio 'locuaz', más común en las mujeres, y el silencio 'lacónico', más frecuente en el hombre.

En el primer caso se trata de una especie de diluvio de palabras que impide el diálogo, porque no deja oportunidad alguna de intercambio, al mismo tiempo que el monopolio de la conversación impide escuchar y dejar hablar. La consecuencia es al 'amordazamiento del cónyuge' que poco a poco va atrincherándolo en el silencio.

En el segundo caso es algo muy distinto. La persona se refugia en un silencio total evadiendo todo intento de comunicación por parte del cónyuge, lo cual conduce a un mutismo que aísla a los esposos y los separa cada vez más.

En cualquiera de sus formas, el silencio conyugal debe evitarse a toda costa, porque éste se introduce ligeramente cuando menos se lo espera uno, y de pronto se percibe su presencia a través de sus consecuencias, como la indiferencia en que se vive o la falta de unidad en el matrimonio, que amenaza con 'matar' el amor. Conocer y evitar los errores más frecuentes en la comunicación, ayuda a la pareja al crecimiento y perfeccionamiento de su relación matrimonial.

¿Qué comunicarse?

Los planos de la comunicación conyugal abarcan todos los aspectos de la relación. En pocas palabras puede decirse que en el matrimonio debe comunicarse todo lo necesario para lograr la armonía en los sentimientos, en la vida cotidiana, en el empleo del dinero, en las actividades ordinarias y extraordinarias de los cónyuges, en las relaciones sociales, en la educación de los hijos, en las prácticas religiosas, en los planes y proyectos, en fin, en todas y cada una de las áreas de la relación.

La comunicación de los sentimientos evita que las necesidades y los deseos de uno de ellos o ambos sean total o parcialmente desconocidos por el otro, que la comunicación conyugal 'se paralice' a causa de que han vivido frecuentemente la sensación de no poder expresar los pensamientos, etc.

En la misma manera, cada pareja debe encontrar en la vida cotidiana el camino para descubrir y adaptar a las circunstancias el diálogo. Las ocasiones para comunicarse no se presentan en ocasiones 'especiales' o bajo determinadas condiciones, sino que todo momento debe ser motivo para la comunicación entre los esposos. De igual manera en las relaciones con los familiares y amigos.

En cuanto al acuerdo mutuo en el empleo del dinero, es importante señalar que no es responsabilidad de uno solo de los cónyuges, por medio del diálogo, la pareja debe acordar lo que para ellos es indispensable y lo que no lo es, comprometiéndose al mismo tiempo a ser responsables en cuanto a su uso, basándose en lo que mutuamente han acordado.

Así, sobre cada uno de los aspectos antes mencionados y en los que no se han mencionado también, la pareja debe encontrar la forma de dialogar y comunicarse, pues sólo así podrán lograr una armonía real, que será reflejo del constante perfeccionamiento de su relación y de su persona.

La primera etapa del matrimonio.

En la vida matrimonial, al igual que en la vida de las personas, se da una evolución natural en la cual pueden identificarse varias etapas.

La primera de ellas, que es la que interesa tratar, suele durar hasta alrededor de los cinco primeros años de vida matrimonial.

El rasgo dominante, es la 'relación entre dos', es decir, el concepto de pareja. Se da el descubrimiento personal y del otro en la vida cotidiana.

Se vive un amor juvenil, romántico e idealista, en el que se destaca claramente la interdependencia de los cónyuges. Las novedades acumuladas como consecuencia del rápido cambio de vida y la fundación del hogar, traen consigo un dinamismo en que la pareja experimenta un gran número de intensas transformaciones en su vida.

Frecuentes dificultades de adaptación y conflictos, pueden plantearse tanto a nivel personal como de pareja, dependiendo de los temperamentos y caracteres de ambos, proyectos personales y comunes, educación, exigencias personales o del ambiente, etc.

Es importante también tener presente que se corre el riesgo de encerrarse en sí mismos o perderse en el encanto de la realidad que se vive, olvidando el cultivo de su intimidad y frenando de esta manera el desarrollo y enriquecimiento a nivel personal y de pareja, por lo que hay que empeñarse en lograr la armonía entre el cultivo del 'intimismo' y la actividad exterior.

Así, entre las tareas más importantes a realizar, está el aprendizaje de la comunicación que será siempre la base para la materialización de sueños, el progreso y continuo perfeccionamiento del amor, para dar el paso del idealismo al realismo, de la captación a la obediencia, del egocentrismo a la apertura, en fin, para lograr la integración de la pareja, superando las dificultades de adaptación, aprendiendo de cada una de ellas y manteniendo una fuerte disposición de

avanzar siempre, sabiendo que aún queda mucho camino por recorrer, y que es además el tiempo para trabajar en el establecimiento de unas sólidas bases para las posteriores etapas de su vida matrimonial, fomentando su perfeccionamiento personal y conjunto.

Superación de las dificultades de adaptación.

Por las características propias del amor conyugal en su primera etapa, las dificultades de adaptación e integración de la pareja, constituyen para muchos un problema fundamental. El estado de descubrimiento en que viven los cónyuges, presenta situaciones ante las cuales la pareja ha de llegar a un común acuerdo. Es entonces cuando se dan cuenta de que son dos personas, dos psicologías que han de adaptarse e integrarse para llevar una vida común.

Pero esto no es fácil, supone la superación de muchos obstáculos, para lo cual es necesario desarrollar actitudes y virtudes que requieren un gran esfuerzo para su consecución.

No se nace sabiendo convivir, hay que aprender a hacerlo, y con mayor razón cuando se trata de convivir con el propio cónyuge. No se trata simplemente de 'vivir juntos', esto sería coexistir físicamente, estar próximos. La convivencia es algo más profundo, es "vivir con el otro", lo cual supone la confluencia de dos vidas personales, por lo cual se unen en un vínculo personal y permanente, no por lo que hacen sino por lo que son, que los lleva a un continuo perfeccionamiento. Desgraciadamente, no son muchos los que se dan cuenta de esto y se entregan a lo que llaman el 'proceso natural del matrimonio' con el cual justifican 'sus altas y sus bajas' cuando definitivamente, el aprendizaje de la convivencia que comúnmente se identifica como "superación de las dificultades de adaptación", debe constituir un objetivo fundamental para los cónyuges, y muy especialmente para aquellos que se encuentran en la primera etapa de su vida matrimonial.

Así, el aprendizaje de la convivencia debe comenzar con la mejora personal y

del propio servicio en función del amor, porque es el egoísmo el principal obstáculo para la libertad humana y por ende para la conquista de la felicidad.

No es posible anotar una serie de pasos a seguir para superar las llamadas dificultades de adaptación, pero sí es posible afirmar que la vivencia de virtudes, la capacidad de renuncia y la comunicación, son factores que ofrecen grandes posibilidades en el aprendizaje de la convivencia y del perfeccionamiento personal.

Principales virtudes para el matrimonio. (*)

Las virtudes son las raíces de la integración personal y por tanto de la pareja. Habrá pues que distinguir entre las virtudes, aquellas cuyo cultivo requiere atención prioritaria en el matrimonio, que son las que más interesa tratar aquí.

Las virtudes son hábitos adquiridos que dan como resultado una mejora personal, ya que ayudan a la persona a ser cada vez más dueña de sí y por tanto a servir mejor a los demás. Son medios para el perfeccionamiento humano.

Puede decirse que la unidad conyugal no es posible sin la práctica o el ejercicio de virtudes, porque su ausencia deteriora la vida conyugal, en el sentido de que no permite a los cónyuges el desarrollo necesario para alcanzar la plenitud humana. por ello son también medios para el perfeccionamiento conyugal. Entre las virtudes más importantes a vivir en el matrimonio pueden considerarse las siguientes: la sinceridad, la generosidad, la perseverancia, la fortaleza y la vindicación.

Una persona sincera "manifiesta, si es conveniente, a la persona idónea y en el momento adecuado lo que ha hecho, lo que ha visto, lo que piensa, lo que siente, etc., con claridad, respecto a su situación personal o a la de los demás". (3)

La sinceridad en el matrimonio, ayuda a los cónyuges a actuar con prudencia al hablar, a evitar el problema del 'exceso' de sinceridad, y a atacar todas esas

(*) Se hace aquí referencia a las virtudes morales naturales, no a las llamadas teologales ni a las sobrenaturales.

desviaciones basadas en una apreciación falsa de la realidad como lo son la mentira, la hipocresía, la adulación, la murmuración, etc. Ser sincero con uno mismo y con el cónyuge, ayudará a tener una visión realista de su relación, lo cual facilitará una correcta actuación en beneficio mutuo, además de ser éste el único camino para lograr la autenticidad y un ambiente de confianza en los cónyuges que permita la apertura de la intimidad y el diálogo profundo.

La persona generosa es aquella que "actúa en favor de otras personas desinteresadamente, y con alegría, teniendo en cuenta la utilidad y la necesidad de la aportación para esas personas, aunque le cueste un esfuerzo". (4) Cultivar la generosidad en el matrimonio, permite a los cónyuges esforzarse por hacer agradable la vida al otro, vivir con espíritu de sacrificio, aumentar su capacidad de renuncia, contagiar al otro su alegría, y ante todo, apreciar el valor de lo que poseen y las posibilidades de su amor, para mantenerse en continua disposición de luchar por él.

Se dice que alguien es perseverante cuando "una vez tomada una decisión, lleva a cabo las actividades necesarias para alcanzar lo decidido, aunque surjan dificultades internas o externas, o pese a que disminuya la motivación personal a través del tiempo transcurrido". (5) Esta es una virtud que hay que atender de modo especial en la vida matrimonial, pues es la que permitirá lograr las metas planteadas, realizar los sueños y buscar alternativas de solución a todo tipo de problemas que surjan, sean grandes o pequeños. Principalmente ayudará a tener un amor siempre joven pese a las dificultades que naturalmente presenta la vida en pareja.

Una persona actúa con fortaleza cuando "en situaciones ambientales perjudiciales a una mejora personal, resiste las influencias nocivas, soporta las molestias y se entrega con valentía en caso de poder influir positivamente para vencer las dificultades y para acometer empresas grandes". (6) Es la virtud que en el matrimonio ayuda a resistir los problemas, las molestias y las malas influencias, así

como a luchar contra todo en aras del amor y emprender cualquier acción necesaria para salvaguardar su relación.

Finalmente la vindicación. Hay acciones que atentan contra la integración conyugal, como un acto injusto o arbitrario del cónyuge, y que requieren por tanto del ejercicio de esta virtud, que consiste básicamente en "la tendencia a restituir el orden debido que ha sido vulnerado" (7), es decir, reparar la injusticia cometida. Puede afirmarse que la vivencia de estas virtudes conduce a los cónyuges a un perfeccionamiento personal y por ende, de su relación.

Mantener la juventud del amor.

El amor conyugal es una realidad que sufre profundas metamorfosis en su proceso de maduración, está en constante cambio; sin embargo, pese a estas transformaciones puede permanecer joven, porque no es la edad lo que hace que éste envejezca o conserve su juventud. Los cambios que se presentan deben referirse a una maduración y una disposición siempre viva para progresar. Porque el amor es esencialmente un acto de la voluntad por el cual la persona 'decide' amar; no es una fuerza potente que nos arrastra ciegamente. Es por ello que el amor se puede matar, o encauzar y fomentar y esto dependerá en cada caso exclusivamente de la actuación de cada uno de los cónyuges.

Claro está que se requiere de un esfuerzo constante, sacrificio, renuncia y la negación de uno mismo, así como la vivencia de virtudes personalmente y en pareja, de manera que la unidad conyugal se fortalezca cada vez más.

Definitivamente, la solución siempre previsoramente consiste en estar atentos, en mantenerse alerta en cuanto a posibles desviaciones de una excesiva atención a lo circunstancial y evitarlas para así, 'salvar' y enriquecer lo esencial. Ahora bien, el amor maduro se encontrará únicamente en la aceptación, el respeto y la ayuda mutua, en hacerse mejores cada día con la convivencia. Para ello, es necesario que los cónyuges se concienticen del peligro constante de caer en un eg

tado de divergencia, que no lleva más que a la destrucción del amor y buscar en todo momento un diálogo amoroso que se imponga ante cualquier diferencia y les permita retornar el uno al otro superando cualquier alejamiento y salva guardando ante todo la unidad matrimonial.

Mantener la juventud del amor sólo es posible cuando se logra la convergencia en la pareja, la aproximación cada vez mayor de los cónyuges que lleva al fortalecimiento de la unión, la maduración del amor y el goce de la felicidad,

La armonía en las relaciones.

Frecuentemente se cree que los problemas en el matrimonio deben solucionarse logrando el equilibrio entre las partes, es decir, anulando las diferencias. Pero por qué anular las desigualdades y no convertir estas desigualdades en factores de armonía? ¿por qué buscar el equilibrio cuando se puede encontrar la armonía?

Se da el equilibrio cuando se anulan las diferencias; se da la armonía cuando se logra la convergencia de las mismas, es decir, cuando se visualizan como cualidades que se complementan. La desigualdad así puede ser un factor de armonía. Paradójicamente, la búsqueda del equilibrio puede conducir a los cónyuges a un desequilibrio, porque no se trata solamente de 'contener' o negociar las 'fuerzas' que originaron el conflicto (la discordia en este caso permanece latente), sino que debe buscarse que estas fuerzas 'confluyan' en una misma combinación que asegure la concordia.

En los matrimonios puede o no haber armonía, lo cual pese a los diversos factores que la favorezcan o dificulten con el paso del tiempo, dependerá siempre primordialmente de los esposos, porque la armonía no se logra sin un esfuerzo mutuo de aproximación, de continuo perfeccionamiento personal y conjunto.

Ahora bien, para lograrla, la condición básica es buscarla ambos voluntariamente,

sinceramente y con optimismo, es decir, esperando siempre del otro algo positivo y aprendiendo juntos a conjugar sus diferencias en lugar de oponerlas. para ello es necesario en primer lugar, indagar lo que es común en ambas partes, en segunda, centrar la comunicación en eso que les une (no en lo que los separa) y finalmente aprovechar las posibilidades que la otra postura encierra para los propios fines.

Ciertamente, la ausencia de conflictos no garantiza la armonía, porque en ocasiones se da una cierta distancia aún sin llegar al conflicto y el rechazo, pero por esto mismo es una exigencia del matrimonio el 'no quedarse en la superficie de su relación', es decir, que hay que meterse en las profundidades de su amor y desde allí analizar la calidad de cada uno de los factores que integran su matrimonio, porque sólo así podrán encontrar si viven o no en la armonía.

La superación de las crisis.

La crisis es un mecanismo natural, aunque doloroso, que se presenta con el fin de obligar a los cónyuges a encontrar la manera de acabar con el desacuerdo y la tensión producidas por la distancia entre la realidad que se vive y lo que se desea.

La actitud necesaria ante estas situaciones es la aceptación de la realidad y el aprovechamiento de las crisis con fines positivos, buscando un perfeccionamiento. Los cónyuges deben aprender a analizar conjuntamente los conflictos a que se enfrentan sin pretender eliminarlos del todo, pues son normales no sólo en el matrimonio sino en toda relación humana.

A continuación se presentan en orden lógico algunos puntos de referencia para el análisis de conflictos y la superación de los mismos:

En primer lugar debe elegirse un momento favorable para disponerse e interesarse en la solución del conflicto; esto es muy importante, pues de no ser así,

el conflicto podría agravarse en vez de solucionarse. Después debe haber una reflexión común sobre la causa fundamental del conflicto y cómo se ha desarrollado éste, así como las actitudes que se han dado en ambas partes.

En tercer término se ha de llevar a cabo una valoración del conflicto en cuanto a su importancia real, las diferencias y acuerdos entre ambos con respecto al problema tratado, así como de la posibilidad de la influencia de conflictos anteriores en el actual.

Y finalmente, en este análisis minucioso, deben los esposos encontrar juntos cualquier indicio o síntoma negativo que en determinado momento posterior pueda convertirse en nuevo conflicto.

Lo más importante del análisis de las crisis, es aprender siempre algo bueno en ellas, sacar de ellas lo positivo para utilizar este aprendizaje posteriormente al encontrarse con otro problema y a mantener siempre la disposición para superarlas sea cual sea su naturaleza.

La diversión en el matrimonio.

Todos necesitamos de uno u otro modo diversión, ésta proporciona entretenimiento, recreo y descanso, además de ayudar a que el tiempo libre sea agradable. Etimológicamente, la palabra 'diversión' proviene del latín 'divertere' que significa alejar, separar o apartar. Así, divertirse es apartarse por un tiempo de la vida cotidiana. Sin embargo no siempre resulta beneficioso para la persona, porque cuando se deja que ésta 'tendencia natural' se desarrolle espontáneamente, ajena a normas y principios, se corre el riesgo de recrearse en algo nocivo o perderse en la torpeza de lo superficial.

Siendo pues necesaria para el hombre, se hace necesaria también para el matrimonio, pues constituye una manera de dar dinamismo a la relación, fomenta el conocimiento mutuo ante diversas situaciones, abre el panorama en que se desarro

llan los esposos, fomenta el cultivo de amistades, proporcionando así diversos beneficios para la pareja, es decir un continuo perfeccionamiento.

Es por ello necesario aprender a divertirse para no prescindir de ella por un lado, y por otro, para no entregarse a toda clase de diversiones neciamente o convertir la diversión en un fin en sí misma. Esto produciría un efecto contrario al natural, es decir, en lugar de constituir un medio para conseguir un mejor desarrollo, pasan a ser una simple evasión o huida de la realidad interior o exterior del hombre.

La diversión debe constituir para los cónyuges propia del tiempo de ocio, una opción para emplear su tiempo libre, pero no la única. Es importante elegir las diversiones con buen criterio, evitando todo aquello que pueda tener consecuencias negativas en su relación y además, fomentar otro tipo de actividades como las lecturas y la conversación entre otras, que les permitan seguir rigiendo su vida por motivos profundos, y seguir así perfeccionándose cada día.

Factores de integración para combatir la rutina.

Frecuentemente se encuentra uno, con que uno de los principales enemigos del amor es la rutina; desgraciadamente la persona se da cuenta de que ha caído en ésta una vez que se encuentra en ella y siente el vacío característico que ésta produce.

En el caso del matrimonio, poco a poco desaparece la armonía, se desvaneca la unidad y la pareja va desintegrándose, en vez de perfeccionarse, retrocede. Por ello ha surgido la idea de plantear algunos factores que sirvan a los cónyuges para integrarse cada vez más. Son muchas en realidad las posibilidades para conseguir este objetivo, pero entre los más importante están: las lecturas, los proyectos comunes, el deporte, los 'hobbies', el dinamismo en las actividades, y el dinamismo interior.

Una buena lectura deja siempre enseñanzas que enriquecen el pensamiento, además de propiciar ocasiones para el diálogo entre los cónyuges, ya que proporciona temas de conversación variados y profundos que de otra manera sería difícil obtener. Los proyectos comunes representan una meta para la acción conjunta de los cónyuges en la que cada uno aporte una parte importante; son ocasión de dialogar y hacer juntos, lo cual permitió un mutuo conocimiento y un estado de convergencia que favorece la integración.

En el deporte se manifiestan actitudes de las personas, que dicen mucho de su forma de ser, lo cual aporta oportunidades para conocer y profundizar en el ser del otro. Por otro lado, propicia la convivencia de la pareja entre sí y con otras personas, fomentando así el cultivo de las amistades.

Los hobbies son una forma sencilla de compartir y mantener intereses comunes; además de que son un medio de diversión para la pareja, son un medio para lograr el dinamismo en las actividades, que se refiere a la búsqueda de nuevas, distintas y enriquecedoras experiencias en que la pareja convive y encuentra ocasión para compartir.

Y finalmente, el dinamismo interior, para no caer en el anquilamiento y la 'estabilización' de conductas y actitudes. Para ello es importante buscar ocasiones para comunicarse y de esta manera identificarse.

Combatir la rutina a través del fomento de factores integradores, es una actitud previsoras a la que deben atender los cónyuges que no deseen ser sorprendidos por la rutina, y que requiere de un estado de alerta y una gran responsabilidad, de ser cada día mejor.

La educación de la voluntad y la sensibilidad en el matrimonio.

¿ Educar la voluntad y la sensibilidad? ¿Acaso tiene esto alguna relación con el matrimonio?

Educación de la voluntad es cultivarla para fortalecerla, para que sea sana y libre.

Es aprender a querer, a hacer y decidir. Educar la sensibilidad (no como facultad para percibir sensaciones, sino en un sentido menos estricto y más amplio), es aprender a captar los detalles significativos en la relación con los demás, es 'tener un corazón sensible'.

La educación de la voluntad y la sensibilidad en el matrimonio ayudará por una parte, a guiar y encauzar el amor en toda ocasión, a hacer lo necesario y lo adecuado para lograr lo que se quiere en función del amor y a decidir correctamente en función de lo que se quiere para que sea no solo un querer de voluntad sino un 'querer de amor'. Y por otra, permitirá captar no sólo los sentimientos del otro sino además lo más esencial de su persona, a través de sus experiencias, palabras, pensamientos y acciones.

Así pues, este aspecto cobra gran importancia en el matrimonio, por la innegable relación que se da entre felicidad y amor. Educar la voluntad y la sensibilidad, llevará a los cónyuges al desarrollo de su capacidad de dar y recibir, claro está, con sus matices personales, de manera que su amor sea siempre joven y por él se renueven ellos mismos cada día.

Mucho es lo que se puede decir sobre la educación de la voluntad y la sensibilidad y su realización dentro del matrimonio, y es necesario también aceptar cuanto importante y difícil resulta este proyecto, sin embargo, hay que admitir que está en manos del que se educa, impulsar esa fuerza interior que lleva en su persona para el logro de este objetivo, que contribuirá en gran parte a la conquista de la felicidad en su matrimonio.

Comunicación sexual.

Al hablar de comunicación sexual, se está haciendo referencia básicamente a lograr la armonía en la sexualidad, lo cual sólo es posible cuando los cónyuges tienen una idea recta del sexo, que en el amor conyugal, por la naturaleza del mismo, resulta fundamental.

Una característica esencial del amor conyugal es sin duda alguna su carácter sexual, a raíz del cual los esposos pueden comunicarse por medio de un acto corporal. La idea recta del sexo consiste en no limitarlo a una mera función biológica, puesto que tiene también una función psicológica que lo dispone a la comunicación.

El hombre es un ser sexuado, lo cual supone que la sexualidad humana implica a la persona entera en todos sus aspectos; así, podría decirse que todos los actos de la persona son sexuales, en virtud de que hacen referencia a un comportamiento masculino o femenino.

Así, la sexualidad humana tiene un sentido profundo porque se eleva a lo espiritual superando lo meramente biológico, y se encauza al enriquecimiento de la persona. Por tanto, la comunicación sexual debe entenderse como el encuentro de dos personas, que es la expresión lícita de su amor, basada en el respeto mutuo y la donación de sí.

El acto sexual, concebido como un diálogo amoroso, es un medio de descubrimiento gracias al cual pueden los esposos aproximarse; cuando éste deja de ser diálogo, cuando ya no es entrega sino búsqueda de placer, se pierde la posibilidad de descubrir en él la intimidad del otro y se convierte en la manifestación de un profundo egoísmo. Por ello los cónyuges deben mantenerse siempre alerta para conservar la armonía sexual en su matrimonio, porque es parte integrante de la comunión conyugal que constituye la expresión sensible de la unión interior de la pareja.

Sentido de la amistad en el matrimonio.

Frecuentemente resulta difícil comprender que los esposos no sólo pueden sino que deben ser amigos. Pero si la amistad es una forma de amor, no hay por qué excluir del amor conyugal la posibilidad de la amistad, puesto que ésta es "la tendencia a dar lo que se es" (8), y una de las notas características del amor con-

yugal es la donación de sí,

Lo peculiar de la amistad radica en la reciprocidad de un amor desinteresado entre dos personas, distinguiéndose así de las demás formas de amor en las cuales se puede amar sin ser amado. Ahora bien, se dice que la amistad es necesaria en el matrimonio, porque sólo por un amor desinteresado se ama al otro por ser quien es y se desea su bien para su propia felicidad.

Por otro lado, por la amistad es posible abrir y dar al otro la propia intimidad, lo cual abre paso a una comunicación leal y abierta; no se busca sin embargo 'ser uno' los dos, como en el amor conyugal, sino que se busca el desarrollo total del otro en su propio ser siendo así no una pasión común, sino una acción recíproca para lograr el bien del otro, su perfección.

La amistad entre los cónyuges permite fundamentalmente esa ayuda mutua necesaria para el desarrollo personal de cada uno, que se ordena no al placer o la utilidad que reporta el otro, sino al mutuo bien de ambos como personas, dándose así la propia mejora no sólo en virtud de la ayuda que el otro ofrece, sino también en el empeño personal por ayudarlo, pues para lograr una mejora en el otro, debe también un ser mejor día a día. El cultivo de la amistad en el matrimonio es cuestión de gran importancia no sólo para la integración conyugal, sino también para el enriquecimiento y perfeccionamiento de su amor.

Este es el sentido de la amistad en el matrimonio, y para ello, es menester desarrollar las virtudes de la sinceridad, generosidad y paciencia, estimular la actitud de servicio al otro e incrementar al mismo tiempo la capacidad de renuncia de los esposos, que los llevará siempre a la mejora personal y de su matrimonio.

Sentido del dolor en el matrimonio.

Resulta difícil imaginar que se puede encontrar un sentido al dolor. Pero de la misma forma en que hay que aprender a sentir y a amar, también hay que apren

der a sufrir. Esto supone encontrar el sentido del dolor y su relación con el amor. No se puede amar sin sufrir, porque sólo cuando existe este binomio, se puede ser feliz aún en el dolor.

Víctor Frankl, psiquiatra y filósofo austriaco expone, en alguna de sus obras que "la vida del hombre no se colma solamente creando y gozando, sino también sufriendo", porque cuando el dolor se une al amor, es decir, cuando se sufre por amor, el padecer cobra un sentido vital, porque reclama una actitud personal precisa para enfrentar esa realidad.

A lo largo de la vida matrimonial se presentan situaciones críticas que en mayor o menor grado producen dolor. Ante ellas, cada uno de los cónyuges tiene la oportunidad de actuar de diversas maneras, pero si ama en verdad, por ese amor será capaz de trascender la individualidad e ir más allá del dolor.

La alegría y la felicidad del matrimonio, no deben constituir la meta de las aspiraciones de los cónyuges, sino una consecuencia de su realización, que supone la capacidad de sufrimiento de ambos a través de la vivencia de valores diversos ante situaciones adversas.

Es pues necesario que los cónyuges analicen su actuación personal y conjunta ante las contradicciones y el dolor, de manera que logren encontrar en ellas la ocasión de fortalecer y avivar el amor. No hay que esperar para ello que se presenten grandes crisis o sucesos, éste es un aprendizaje que comienza en la vida diaria, allí en los pequeños detalles de la diaria convivencia, mediante una actitud de servicio y una entrega generosa que se resume en darse más que en dar.

Repercusiones de las deficiencias en la comunicación.

Las repercusiones de las deficiencias en la comunicación, pueden concretarse en una sola: la pérdida de la unidad de la pareja. Y esto no es difícil de imaginar. ¿Qué puede esperarse cuando los cónyuges no establecen puentes de enlace, no

comparten su interioridad, no se 'ponen en común'? La consecuencia lógica es un resquebrajamiento quizá lento pero continuo de la unidad conyugal, que de no ser atendido a tiempo termina en la ruptura total.

La convergencia hacia la unidad, claro está, no es fácil de lograr, pero sin una comunicación profunda se hace casi imposible. Porque con el paso del tiempo, el entusiasmo y la euforia característicos del amor joven, va desapareciendo si no es alimentado, al enfrentarse con los naturales obstáculos que se van presentando.

Si en sí es difícil el aprendizaje de la convivencia, el ir 'armonizando' dos personalidades con su propio carácter, temperamento y educación, y a esto se le unen los conflictos inevitables que acompañan a la vida conyugal, se hace todavía más patente la necesidad de mantener una comunicación continua y profunda que les permita un conocimiento mutuo cada vez mayor y un perfeccionamiento de su amor, personal y conjunto.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- (1) Nota técnica de la profesora Ana María Navarro, del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España. Documento DOF-552, p.2.
- (2) Documento OC-3, del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España, p. 27
- (3) ISAACS, David. La educación de las virtudes humanas, Tomo I p. 205
- (4) ibidem., p. 95
- (5) ibidem., p. 141
- (6) ibidem., p. 109
- (7) Documento OF-B16 del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España, p. 7
- (8) CHOZA, Jacinto. La supresión del pudor y otros ensayos. p. 166

SUGERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Se sugiere la siguiente bibliografía referente al amor y matrimonio, para todos aquellos interesados en profundizar en estos temas:

- WOJTYLA Karol.
Amor y Responsabilidad.
Ed. RVP, S.A.
Madrid, 1969
- MANDEL et. al.
Psicología de la pareja.
Ed. Mensajero.
Bilbao, 1977.
- ISAACS David.
La educación de las virtudes humanas (Tomos I y II).
Ed MI-NOS.
Pamplona, 1980.
- ISAACS David.
Dinámica de la comunicación en el matrimonio.
Ed. EUNSA.
Pamplona, 1986.
- CHRISTLIEB DE FERNANDEZ, Carmen.
Hacia la integración familiar.
Ed. ONIR
México, 1987.
- CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Curso de preparación para el matrimonio.
Ed. Herder.
Barcelona, 1980.
- CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Amor y libertad.
Ed. Herder.
Barcelona, 1980.
- ORTIZ, Javier.
Diálogo Conyugal
O.N.B.F.
México, 1985.

BIBLIOGRAFIA

La bibliografía utilizada para la elaboración de este manual, es la siguiente:

- CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Curso de preparación para el matrimonio.
Ed. Herder.
Barcelona, 1980.
242 p.
- CHOZA, Jacinto.
La supresión del pudor y otros ensayos.
Ed. Nuestro Tiempo
192 p.
- ISAACS, David.
Dinámica de la comunicación en el matrimonio.
Ed. EUNSA
Pamplona, 1986.
- ISAACS, David.
La educación de las virtudes humanas, Tomo I.
Editora de revistas S.A. de C.V.
México, D.F., 1973.
288 p.
- ORTIZ, Javier.
Diálogo Conyugal.
O.N.B.P.
México, 1985.
- Notas técnicas del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Navarra, España.
Concretamente: Documento OC-3
Documento OF-552
Documento OF-816

CONCLUSIONES.

CONCLUSIONES

* La convivencia humana no sería posible sin la comunicación. Esta capacidad del ser humano para comunicarse, le permite entablar relaciones de diversa índole con sus semejantes, a través de las cuales va enriqueciendo su persona.

* El problema de la "incomunicación" a la que se enfrenta la persona en sus relaciones con los demás, limita la convivencia a meras relaciones superficiales ante las que en muchos casos se siente incapaz de profundizar, y esto trae consecuencias en su desarrollo personal porque deja de desarrollar muchas potencias que como hombre posee y que sólo es posible desarrollar a través de la convivencia.

* En el campo de las relaciones conyugales, es sumamente importante el cultivo de la comunicación, por lo que es necesario incentivar a los cónyuges a mejorar su comunicación; gran parte de los problemas conyugales que viven los matrimonios hoy, tienen su origen en la deficiente comunicación que hay entre los esposos. Una mejora en esta área de su relación, no sólo mejora la relación misma, sino a la persona de cada uno de los cónyuges, lo cual se hace extensivo a su familia e influye de esta manera también a la mejora social.

* Es en la primera etapa del matrimonio donde se sientan las bases para una vida matrimonial armoniosa, o por el contrario se da un mal comienzo. Por ello, es de importancia fundamental orientar a los novios próximos a casarse y a las parejas jóvenes para que desde el principio de su vida matrimonial se ejerciten en la comunicación y así lograr vivir en armonía su relación.

* Muchas son las causas de la falta de comunicación en los matrimonios, pero no basta con identificarlas. Lo realmente importante es formar a las parejas para que analicen su propia situación, pongan los medios para mejorarla y además estén concientes de que es necesario 'estar siempre alerta'; no estar satisfechos, es decir, permanecer siempre en espíritu de mejora para lograr una comunicación efectiva y cada vez más profunda.

* La persona, como ser inacabado e inacabable es sujeto de perfeccionamiento, de educación. Es de importancia fundamental en el matrimonio el cultivo de las virtudes humanas y reconociendo además su finitud, buscar el desarrollo máximo de sus potencias respetando siempre, claro está, la inviolabilidad de su persona, cuestión de importancia fundamental en la comunicación conyugal, porque la comunicación entre esposos debe ser siempre una comunicación 'entre personas'.

* La orientación es ayuda en el esclarecimiento de valores relacionados con la educación, en la propia situación del orientado. Respetar la intimidad y el protagonismo de cada hombre en su vida, son aspectos esenciales que todo educador debe tener presentes en la acción educativa ya que como seres precarios (sujetos de educación), todas las personas son susceptibles de mejorar, de perfeccionarse; y en este proceso de mejora es donde encuentra campo el educador, ayudándolas a esclarecer sus oportunidades, responsabilidades, conflictos, aspiraciones y en general sus posibilidades en los diversos ámbitos de su vida. Sin embargo, ante esta realidad, no puede olvidar o pasar por alto el hecho de que finalmente, cada ser humano es el primer responsable de su propia existencia y precisamente por ello la ayuda orientadora debe respetar ese protagonismo en su vida, es decir, reconocer siempre el hecho de que las personas son seres "suyos".

* La acción orientadora no debe esperar a 'atacar problemas' y 'encontrar soluciones'; las posibilidades de mejora en el hombre son muy amplias y están siempre presentes en la vida de las personas de una u otra forma. Reconocer el

valor de la orientación como medio eficaz para el perfeccionamiento humano, es aceptar una opción más, de las más importantes quizá, para que toda persona sea cada vez más plenamente un ser humano.

- - - - -

A lo largo de la realización de este estudio, se hizo manifiesta la estrecha relación entre los problemas que plantea la dificultad de comunicarse en el matrimonio, y el amplio campo de acción del pedagogo y el orientador familiar en este aspecto, (entre otros).

Por ello, se propone para futuras investigaciones relacionadas con el tema, el desarrollo de algún programa de formación para educadores, relacionado con la comunicación en la familia y especialmente en el matrimonio.

Esta proposición podría concretarse en un programa sobre la comunicación familiar y sus problemas en el que se consideren entre otros aspectos: las relaciones humanas (en sí mismas, respecto a la persona y a la familia), los principales problemas que en la actualidad condicionan la comunicación familiar y conyugal, los principales apoyos para una buena comunicación familiar y conyugal, y algunos 'óptimos de referencia' para lograrla.

De esta manera se ofrecería a los profesionistas en esta área de la educación una capacitación más completa sobre los supuestos de la comunicación familiar y conyugal que les permita realizar su labor de una manera más profesional, al mismo tiempo que se fomentaría la investigación en este campo de la pedagogía familiar.

BIBLIOGRAFIA.

1. ADNES, Pierre.
El matrimonio.
Tercera edición.
Editorial Herder.
Barcelona, 1973.
270 p.

2. ARISTOTELES.
Ética Nicomaquea.
Editorial Porrúa, S.A.
Colección "Sepan Cuantos...", Núm. 70
México, 1972.
152 p.

3. BERLO, David.
El proceso de la comunicación.
Editorial El Ateneo.
México, 1983.
230 p.

4. BERTRAN QUERA, Miguel.
Educar la familia, hoy.
Editorial Mensajero.
Colección "Bolsillo". Núm 94
Bilbao, 1982.
288 p.

5. CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Amor y Libertad.
Editorial Herder.
Barcelona, 1980 (4ª ed.)
308 p.

6. CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Curso de preparación para el matrimonio.
Editorial Herder.
Barcelona, 1984.
242 p.

7. CHARBONNEAU, Paul Eugenne.
Noviazgo y Felicidad.
Editorial Herder.
Barcelona, 1984.
264 p.
(Traducción de Julio Gómez de la Serna).

8. CHINOY, Ely.
La Sociedad, una introducción a la Sociología.
Editorial Fondo de Cultura Económica.
México, 1980.
423 p.

9. CHOZA, Jacinto.
La supresión del pudor y otros ensayos.
Editorial Nuestro Tiempo.
192 p.

10. CHRISTILES DE FERNANDEZ, Carmen.
Hacia la Integración Familiar.
Ediciones de la C.C.I.R.
México, 1987.
168 p.

11. DANZINGER, Kurt.
Comunicación Interpersonal.
Ed. El Manual Moderno.
México, 1982.
226 p.

12. DE AQUINO, Tomás.
Summa Theológica.
13. FROMM, Erich.
El arte de amar.
Ediciones Paidós.
España, 1980.
128 p.
14. GARCIA HOZ, Víctor.
Principios de pedagogía sistemática.
Séptima Edición.
Ediciones Rialp, S.A.
Madrid, 1974.
558 p.
15. HERVADA, Javier.
Diálogos sobre el amor y el matrimonio.
Editorial EUNSA.
Pamplona, 1974.
211 p.
16. ISAACS, David.
La Educación de las Virtudes Humanas.
Tomos I y II.
Editora de Revistas, S.A. de C.V.
México, D.F., 1973.
T.I. 288 p. ; T. II 265 p.
17. ISAACS, David.
Dinámica de la comunicación en el matrimonio.
Ed. EUNSA.
Pamplona, 1986.
164 p.

18. LOVERIDGE.
La preparación de manuales escolares en los países de desarrollo.
Centro Regional de Educación de Adultos.
Venezuela, 1972.

19. MANDEL, Herbert / Anita.
STADTER, Ernst.
Psicología de la Pareja.
Ediciones Mensajero.
Colección 'Bolsillo', Núm. 50.
Bilbao, España, 1977.
127 p.

20. MILLAN PUELLES.
Fundamentos de Filosofía.
Ed. Rialp, S.A.
Madrid, 1985.
670 p.

21. ORTIZ, Javier.
Diálogo Conyugal.
Novena Edición.
Ed. Elite, S.A. de C.V.
México, 1985.

22. SANCHO, Rodrigo.
Las posibilidades del amor conyugal.
Ed. EUNSA.
Pamplona, 1979.

23. SARTRE, Jean Paul.
El ser y la nada.
Ed. Losada.
Buenos Aires, 1948.

24. VERNAUX, Roger.
Filosofía del hombre.
Quinta Edición.
Editorial Herder.
Barcelona, 1977.
234 p.
25. WOJTYLA, Karol.
Amor y Responsabilidad.
Editorial R.Y.F., S.A.
Madrid, 1969.
347 p.

Resulta de importancia mencionar que, además de la bibliografía mencionada, también se consultaron documentos diversos del Instituto de Ciencias de la Educación (ICE) de la Universidad de Navarra, España.

GLOSARIO.

1. Acabamiento (necesidad de): Referente a la necesidad de todo hombre de perfeccionarse, debido a las posibilidades que su naturaleza presenta.
2. Aglomerados: Acumulados o agrupados. Amontonados.
3. Ambito: Espacio incluido dentro de límites determinados.
4. Análogo: Que tiene semejanza o relación con otra cosa.
5. Aniquilar: Reducir a la nada, destruir por completo.
6. Aproximación: Lograr la proximidad.
7. Autodeterminación: Libre decisión sobre la propia persona.
8. Automoción: Capacidad de movimiento por uno mismo.
9. Conformado: Distribución o disposición de las partes de un todo.
10. Convergencia: Dirigirse a un mismo punto. Concurrir hacia un mismo fin.
11. Cónyuges: Esposos. Cada uno de los que forman el matrimonio.
12. Determinismos: Negación de la influencia personal en las determinaciones o decisiones de la persona, atribuyéndola a fuerzas externas.
13. Dignidad: Respeto que exige la persona humana en virtud de su naturaleza.
14. Disposición: Preparación para algo.
15. Divergencia: Diversidad de pensamiento que lleva a la separación.
16. Donación: Liberalidad, desprendimiento.
17. Esencia: Aquello por lo que una cosa es lo que es y no otra.
18. Especificar: Lo que determina o diferencia de lo demás.
19. Finitud: Que tiene fin o término. Que se acaba.
20. Gama: Variedad.
21. Incomunicación: Retención, apartamiento, aislamiento, retiro.
22. Indicios: Signos aparentes por los que probablemente exista algo.
23. Indole: Condición o calidad de las cosas.
24. Innato: Que se posee desde que se nace; que se nace con ello.
25. Interrelación: Que tiene una profunda relación.
26. Inviolabilidad: Que no puede violarse.
27. Lícito: Que está permitido.
28. Mutuo: Recíproco.
29. Negligencia: Falta de cuidado.
30. Perpetuo: Que dura siempre; incesante.
31. Prioritario: Con carácter de anterioridad; lo primero.
32. Protagonismo: Personificación del papel principal.

33. Reflexión: Capacidad de introspección. Examen detenido de una cosa.
34. Ritmos: Leyes que rigen o marcan la pauta.
35. Susceden: Que se siguen unos de otros, o unos a otros.
36. Unificador: Que une o hace uno los diferentes elementos.
37. Vinculación: Acción de unir dos partes o una cosa con otra.
38. Volitivo: Que proviene o tiene su origen en la voluntad.

Las siguientes son algunas de las opiniones, observaciones y sugerencias hechas por algunos matrimonios, después de haber leído el manual propuesto en el presente documento.

- "En general nos pareció muy positivo este manual, pues abarca varios temas sobre cómo debe darse la comunicación entre los esposos. Podríamos sugerir que se nos haría muy útil que se expusieran también dentro de los apartados algunos 'tips' muy concretos para situaciones que frecuentemente se dan en el matrimonio."
- "Cuando me pidieron que leyera un manual de comunicación conyugal, no sabía que esperar, porque la verdad nunca pensé que pudiera escribirse un manual con un tema de este tipo. Después que lo leímos mi esposo y yo, hicimos algunos comentarios y consideramos que definitivamente sí puede servir de guía no sólo para los matrimonios que tienen problemas en esta área de su relación, sino para aquellos que siempre estamos en pro de mejorar nuestra relación continuamente".
- "Consideramos que es un buen escrito, aunque probablemente podrían darse más orientaciones de las que se ofrecen en algunos apartados. Probablemente podría hacerse más específico, aunque con esto no decimos que sea pobre en su contenido ni mucho menos."
- "Realmente nos hizo pensar que hay muchos aspectos en nuestra vida conyugal que pueden verse mucho más sencillos de lo que los vemos. Es decir, que en realidad podríamos dejar de complicarnos la vida siguiendo algunas pequeñas guías como especie de marco de referencia. Para eso es para lo que nos ha servido este manual y creemos que puede ayudar a muchas parejas más."
- "Nos pareció un artículo muy humano y a la vez nada frío como suelen ser los manuales. Lo que nos inquieta es saber si realmente se pueden hacer llegar

todo este tipo de auxiliares matrimoniales a las parejas que verdaderamente lo necesitan."

- "Consideramos que condensa bastante bien los aspectos que nunca hay que olvidar en cuanto a la comunicación conyugal, y especialmente en los momentos difíciles de la vida en pareja".
- "Nuestra opinión es que es bueno. Solo que nos preguntamos si en realidad los matrimonios van a estar recurriendo a cosas como un manual en cada momento de su vida. ¿No puede esto resultar poco espontáneo o irreal?".
- "Casi podríamos afirmar nosotros que lo más valioso que aporta este documento, porque eso es, un documento, es al promover que en todo matrimonio se desarrollen todo tipo de virtudes de tipo humano.
Si uno se pone a meditar en lo importante que estas resultan y realmente se empiezan cada uno en ir las logrando, desaparecerían muchos de los conflictos que se dan en los matrimonios de hoy.
Nos gustaría sugerir que circularan este manual en todo tipo de centros a los que acuden parejas para que se ponga más al alcance de la gente y no se quede solamente en un estudio de una tesis como aquí nos comentaron".
- "Si pensamos en lo corto que es la vida nos preguntamos qué estamos esperando para dar lo mejor de nosotros mismos en cada cosa y con cada persona con la que tratamos, y especialmente con nuestra esposa o nuestro esposo. Esta puede ser una buena guía y esto es lo que nos hace reflexionar".
- "Como opinión podemos decir que es bueno que se haga un manual, pero que en realidad es un tema tan amplio y tan conflictivo que se pueda decir mucho más por eso nos pareció bueno que sugieran bibliografía para los que queremos ampliarlo".
- "Es fácil decir muchas cosas, pero lo difícil es hacerlas en la vida real.

Por eso como orientaciones son buenas, pero si es importante que no se olvide que sigue siendo un manual".

- "Los mismos apartados constituyen sugerencias en sí mismas, por ejemplo el de mantener la juventud del amor; para nosotros dicho apartado ha sido como un lema que siempre nos ha servido y que a todo mundo puede servir".
- "Suponiendo que es algo que sirve a todo mundo, es bueno. Pero muy probablemente haya gente que no lo entienda en su totalidad porque por ejemplo si lo lee una persona de escasos recursos lo más seguro es que no esté familiarizado con los términos que se utilizan. ¿Habría alguna manera de adaptar algo parecido para toda esa gente a la que me estoy refiriendo?"
- "Es un manual que nos parece muy bien sobre todo porque en pocas palabras resume un contenido que invita a reflexionar sobre la propia experiencia".
- "Nos gustó que aunque se generaliza no se pierden las ideas. Y al mismo tiempo no se cae en dar recetas como en los típicos artículos de revista, ya que esto obliga al que lo lee a pensar en sí mismo y adaptarlo a su caso particular".
- "Cuando nos lo dieron a leer nos explicaron que era para un estudio para una tesis. En ese sentido parece ser un buen trabajo, pero entonces resulta algo a lo que en realidad los matrimonios no pueden tener acceso. ¿No han pensado en difundirlo de alguna manera? Pues por otro lado, cómo se puede esperar que la gente acuda al mismo si ni siquiera sabe que existe (porque por ejemplo nosotros no nos hubiéramos enterado de que existen estos manuales si no nos hubieran pedido que lo leyeramos)."