

Meditación para matrimonios
Catedral de San Isidro - Cuaresma 2019
P. Carlos Avellaneda

“Permanezcan en mi amor” (Juan 15,9)

Vida matrimonial: cambiar para permanecer

Introducción

¿Ustedes podrían decir que son los mismos hoy que hace 10, 15, 20 o más años que fue cuando se casaron? Seguramente que no. Todos han cambiado. La mayoría de los cambios será muy favorable, pero a lo mejor también hayan cambiado cualidades que tenían cuando eran jóvenes como el entusiasmo y la alegría. En fin, cada uno lo sabrá. Estos cambios se fueron dando más o menos naturalmente con los años y, a veces, también con algunos sobresaltos, atravesando una cierta crisis con sus típicos síntomas de malestar e incomodidad personal. Ya lo veremos más adelante. Lo cierto es que el arte de viajar juntos como matrimonio durante 20, 30, 40 años o más tiene que ver con aprender a gestionar los propios cambios y la consecuente transformación de la relación entre los dos. Esto pide una actitud flexible, inteligente y proactiva, no cómoda ni rígida ni temerosa. También lo veremos.

Dos vidas en una sola

Sabemos que la vida matrimonial es una síntesis de dos vidas y una historia común formada por dos historias personales: la de él y la de ella. La historia matrimonial se ampliará en la historia familiar cuando lleguen los hijos. Poniendo por ahora el foco en la vida del matrimonio podríamos comparar a la pareja con una película, no con una fotografía. Es algo que fluye, que avanza y se modifica “externamente”, lo cual se refleja en tantos cambios externos de la vida común: mudanzas, cambios de trabajo, la gestación y crianza de los hijos, etc. Pero también se transforma “por dentro” debido a tantos cambios interiores de cada cónyuge, a los ciclos vitales por los que atraviesan cada uno, a sus crisis y transformaciones personales que provocan cambios en la relación de los dos. Tus procesos personales, tus cambios o tus no cambios, afectan a tu cónyuge y a tu relación de pareja.

A lo largo de los años las personas somos las mismas pero diferentes. El sujeto que cambia y evoluciona es el mismo, pero se va transformando. A esto le llamamos crecer. En el mundo de las personas el crecimiento no es un hecho natural como ocurre en el mundo vegetal y animal, es más bien un proceso personal donde interviene nuestra libertad que está condicionada por muchos factores: psicológicos, espirituales, fisiológicos, familiares, económicos, ambientales, etc. Si queremos crecer lo haremos, pero siempre en la medida de nuestras posibilidades y ayudados por la gracia de Dios. Pero si por diversos motivos no queremos crecer, nos estancaremos y esto nos afectará como individuos y también como pareja. Y así como en el mundo biológico el crecimiento es signo de salud, en el mundo de las personas ocurre lo mismo. Somos personas saludables cuando crecemos y maduramos. Cuando experimentamos un bloqueo o un estancamiento en nuestra evolución como personas, algo no anda bien.

Si los hombres y las mujeres somos seres vivos y libres, con toda la dramaticidad y ambigüedad propias de la libertad y de los cambios que experimentamos, lo mismo ocurre con un matrimonio. Se trata de un vínculo vivo y libre que se mueve, que cambia, que avanza y a veces retrocede y que está afectado por factores externos que lo modifican. Por eso la relación no siempre será la misma a lo largo de los años y no hay que idealizar ninguna de las etapas del matrimonio, pensando: “qué felices éramos cuando vivíamos de tal manera”, porque ahora no están pudiendo encontrar el modo saludable de vivir el presente. Cada etapa tiene sus desafíos y sus posibilidades. Protagonizar el tiempo que les toca vivir es clave.

En esta noche y a lo largo de todo el año me gustaría proponerles como reflexión para los grupos de matrimonios esta paradoja: la permanencia en el amor a lo largo de los años depende de la habilidad que ustedes tengan para gestionar los cambios personales y los de la relación. Lo repito: la permanencia en el amor a lo largo de los años depende de la habilidad que ustedes tengan para gestionar los cambios personales y los de la relación. Permanecer en el amor sólo es posible si éste crece y evoluciona adquiriendo rasgos nuevos. No es trata de que los esposos duren muchos años juntos aguantándose, sino de que permanezcan en el amor, lo cual es una experiencia evolutiva y cambiante. Aquí permanecer no tiene un sentido estático y pasivo, sino dinámico y creativo. El título de la meditación de esta noche es entonces: “Cambiar para permanecer”.

Como el amor de ustedes es cristiano ya que celebraron y viven su vínculo humano “en Cristo” y con la ayuda de su gracia, es necesario completar este título con las palabras de Jesús en el evangelio de san Juan: “Permanezcan en mi amor” (Jn 15,9). Permanecer es un verbo que se repite muchas veces en este evangelio y habla de la fidelidad a un vínculo. Por ejemplo, dice Jesús: “Si ustedes permanecen fieles a mi palabra, serán verdaderamente mis discípulos” (Jn 8,31). Todos nosotros venimos hoy como discípulos de Jesús a buscar luz sobre nuestros amores humanos, permaneciendo en su amor divino. Necesitamos ser fieles a nuestra amistad con Jesús para ser fieles a nuestros amores cotidianos. Permanecer en su amor para permanecer en el de la pareja y en el de la familia.

Crecimiento personal y de la pareja

Cuando nace una pareja los dos están más o menos parejos en su crecimiento y evolución como personas. Por eso se sienten pares, capaces de acompañarse uno al otro. Más allá de las diferencias que tengan, se sienten suficientemente cómodo y seguros acompañándose. Pero si a lo largo de los años uno crece mucho más que el otro, la pareja se despareja demasiado, el vínculo se pone tenso, cada uno de los dos se siente distante al otro. Entonces, sin un compañero de camino que vaya a la par, los esposos se sienten solos y así el vínculo se debilita y al final puede cortarse. Como la pareja no anula la individualidad y la vida común no fagocita la vida individual, el arte de permanecer juntos y unidos a lo largo de toda la vida está en poder atravesar los cambios personales y los de la pareja de manera suficientemente saludable.

Hace un rato les decía que la historia matrimonial de ustedes recoge la historia personal de cada uno que, una vez unidos, continúa como historia personal pero además como historia matrimonial. Ahora bien, la historia pasada de cada uno se acumula y decanta en el presente. Mi pasado remoto se aloja en mi presente profundo. Mi niño interior en mi adulto más íntimo. Las actitudes más básicas y primarias con las cuales reacciono o actúo hablan mucho de mis primeros años de vida que fueron fundantes de mi personalidad. Sobre esa base de los primeros años de crianza familiar, escolarización

y socialización, a lo largo de los años fuimos incorporando otras relaciones, vivencias y acontecimientos que nos afectaron positivamente o negativamente.

Todo eso nos permitió evolucionar hasta ser quienes somos hoy, con nuestros defectos y virtudes. Por lo tanto, en el origen de la historia matrimonial de ustedes hay una prehistoria personal de cada uno y este factor personal y subjetivo es muy importante para la marcha de la relación. ¿Por qué? Porque su relación como esposos depende fundamentalmente de la capacidad que cada uno tenga, con la ayuda de Dios, de amar al otro de manera saludable. Y como esta capacidad amorosa expresa su evolución como personas, cuando en su proceso de crecimiento atraviesan una crisis personal, eso afectará la vida de relación.

La mayoría de los conflictos serios en la pareja se producen a causa de una crisis de madurez de alguno de los dos o de los dos. Con el correr de los años la vida nos presenta situaciones cada vez más complejas que nos desafían a dar una respuesta adecuada y no siempre somos capaces de hacerlo.

Cuando ustedes responden individualmente y como matrimonio a un desafío que se les presenta (la comunicación, un tema económico, una situación con un hijo, un problema de salud, etc.) esa respuesta puede ayudarlos a crecer y estrenar pensamientos, actitudes y conductas nuevas, más maduras y consistentes.

Cambios exteriores y transformaciones interiores

Vista desde afuera, como si armásemos un álbum de fotos, la vida matrimonial de ustedes atraviesa por diferentes etapas. En general las principales etapas de la vida matrimonial y algunos de sus significados podrían ser sintetizados así: 1) *constitución del matrimonio*: etapa de la primera convivencia, de los sueños compartidos, de la recíproca adaptación, de la disponibilidad de tiempo libre y de salidas con amigos; época con un gran potencial de energías psicofísicas invertidas en la fundación del proyecto; prima la autosuficiencia para encarar la vida y el porvenir (esta etapa hoy está adelantada en varios aspectos por la convivencia previa de los novios); 2) *llegada de los hijos*: la pareja deja de estar sola y vive una cierta pérdida de intimidad; surge el desafío de integrar lo conyugal y lo parental, el trabajo de crianza y el trabajo profesional, tanto el hombre como la mujer; crecen los dones pero también las responsabilidades y aparece la experiencia del límite que dice que todo no se puede; 3) *crecimiento de los hijos*: la vida familiar ocupa mucho tiempo y espacio de la pareja; los padres crecen en la interacción con sus hijos que también crecen; es la época más larga donde seguramente hay distintas etapas intermedias; 4) *el nido vaciándose*: los hijos crecidos se van yendo de la casa a vivir solos o con su pareja o para casarse; la pareja conyugal recupera su intimidad y soledad, ahora con una larga historia compartida; el desgaste por los desencuentros vividos durante años se hace notar más dolorosamente; surge el desafío de un reencuentro más profundo de la pareja; 5) *época de cosecha*: el matrimonio goza agradecido los frutos de su amor y trabajo; los hijos vuelven a la casa paterna con los nietos y comparten (muchas veces delegan) su crianza con los abuelos; los cónyuges ya adultos experimentan los signos físicos del paso del tiempo, viven más serenamente por la experiencia acumulada, pero suman responsabilidades porque también deben ocuparse de sus padres ancianos; 6) *ancianidad*: es la última etapa matrimonial donde los esposos reciben (o no) la ayuda de sus hijos adultos, con mayor o menor sensación de contención o abandono; en esta etapa la viudez de alguno de los cónyuges es lo normal; surgen temores e inseguridades, es el tiempo de confiar y poner toda la esperanza en Dios.

Las *etapas de la vida* de un matrimonio nos remiten, por un lado, a acontecimientos exteriores que van marcando distintas épocas de la vida de la pareja y la familia, y por otro, a procesos interiores de las cónyuges y del vínculo como tal. Por supuesto que hay una interacción entre ambos aspectos ya que los acontecimientos afectan a las personas, sobre todo por la interpretación que ellas les dan en sus vidas.

A lo largo de esas etapas señaladas la pareja va viviendo distintos procesos a nivel personal, conyugal, familiar, laboral, de salud, etc. El amor conyugal va armando su propia biografía: de la pasión y el romanticismo pasando por la desilusión se llega al realismo y empieza la aceptación, la fidelidad, el perdón, la gratitud, etc. Podríamos hablar entonces de diferentes etapas del amor, cada una de las cuales no reemplaza a la otra, sino que la enriquece. El amor se va transformando, no necesariamente desapareciendo.

En su Exhortación *Amoris Laetitia*, dice el papa Francisco:

“La prolongación de la vida hace que se produzca algo que no era común en otros tiempos: la relación íntima y la pertenencia mutua deben conservarse por cuatro, cinco o seis décadas, y esto se convierte en una necesidad de volver a elegirse una y otra vez. Quizás el cónyuge ya no está apasionado por un deseo sexual intenso que le mueva hacia la otra persona, pero siente el placer de pertenecerle y que le pertenezca, de saber que no está solo, de tener un «cómplice», que conoce todo de su vida y de su historia y que comparte todo. Es el compañero en el camino de la vida con quien se pueden enfrentar las dificultades y disfrutar las cosas lindas. Eso también produce una satisfacción que acompaña al querer propio del amor conyugal. No podemos prometernos tener los mismos sentimientos durante toda la vida. En cambio, sí podemos tener un proyecto común estable, comprometernos a amarnos y a vivir unidos hasta que la muerte nos separe, y vivir siempre una rica intimidad. El amor que nos prometemos supera toda emoción, sentimiento o estado de ánimo, aunque pueda incluirlos. Es un querer más hondo, con una decisión del corazón que involucra toda la existencia. Así, en medio de un conflicto no resuelto, y aunque muchos sentimientos confusos den vueltas por el corazón, se mantiene viva cada día la decisión de amar, de pertenecerse, de compartir la vida entera y de permanecer amando y perdonando. Cada uno de los dos hace un camino de crecimiento y de cambio personal. En medio de ese camino, el amor celebra cada paso y cada nueva etapa” (*La transformación del amor*. AL, 163).

El papa describe la transformación del amor entre ustedes. Se trata de algo comprensible si reconocemos la transformación interior que van experimentando cada uno de los dos.

Por debajo de los cambios exteriores se van dando transformaciones interiores. Algunos cambios exteriores pueden ser: de vivir solos a vivir juntos, de vivir juntos y solos a ser padres y vivir como familia, de vivir alquilando a comprarse una casa, de tener una casa a venderla porque les queda grande o por aprietes económicos, de trabajar uno de los dos a trabajar los dos, de criar niños a acompañar adolescentes, de estar todos juntos como familia a despedir a los hijos que se van yendo de casa y quedar de nuevo solos, de trabajar largas horas durante muchos años a jubilarse y que les sobre el tiempo. De poder hacer deportes y viajar a ir más seguido al consultorio y a la farmacia. De disponer de dinero para muchas cosas a ajustar los gastos para que alcance la jubilación.

Las transformaciones interiores que subyacen a todos estos cambios exteriores son movilizaciones personales que provocan entusiasmo y a veces desgano, alegría y a veces angustia; que energizan y otras veces agotan, levantan nuestra autoestima o la devalúan. A veces estamos satisfechos con quiénes somos y otras veces en conflicto. Podemos estar seguros de lo que queremos y otras veces confundidos y en oscuridad sin saber para donde avanzar. Hay épocas donde la energía sexual fluye y se renueva, y otras donde disminuye y debilita. También percibimos cambios en nuestra fe en Dios: a veces se consolida y otras veces entra en crisis. Como seres espirituales, corporales y anímicos, como seres vivos, nuestra persona atraviesa muchas movilizaciones personales y la pareja también cambia.

Detrás de las transformaciones personales hay un desafío existencial de primer orden. Porque cuando hablamos de esas transformaciones, lo que ellas pueden promover es nada más y nada menos que *la transformación de cada uno de nosotros en nosotros mismos*. A lo largo de la vida tenemos la misión de transformarnos en nosotros mismos. Es una operación de riesgo por así decir porque podemos transformarnos en nosotros mismos o enajenarnos de nosotros mismos, es decir, traicionarnos y no ser fieles a quienes somos. No llegar a ser yo y entonces no poder estar con vos. El claro síntoma de que no estamos encontrándonos a nosotros mismos es que nos desencontramos de los demás. Lejos de mí no puedo estar cerca de vos y si no soy fiel a mí mismo no podré serte fiel a vos.

Esto nos dice que llegar a ser nosotros mismos no es sencillo y que es una exploración constante donde podemos acertar o equivocarnos. Pero es una búsqueda irrenunciable y el modo de encontrarnos a nosotros será en el vínculo con los otros. Nuestros encuentros con los demás nos ayudan a encontrar quiénes somos, a descubrirnos con todas nuestras limitaciones y con todo nuestro potencial. Esos encuentros estimulan nuestra conversión. La conversión cristiana, que en esta cuaresma queremos vivir de modo más intenso, es *convertirnos en nosotros mismos*, en lo que Dios hace en nosotros y con nosotros por medio de su gracia. Eso es lo que debemos llegar a ser. Y se logra a través de nuestros encuentros con él y con los demás.

Muchas veces la dinámica de la conversión supone un regreso después de un alejamiento. Muchos conocerán la parábola del padre misericordioso en el evangelio de san Lucas. Su hijo se había alejado de él y su conversión es un regreso a la casa paterna como fruto de un proceso interior. Primero volvió a su interior y allí se vio a sí mismo enajenado, no hijo. No vivió de manera saludable su búsqueda de independencia. Se enajenó. Al alejarse del padre se alejó de sí mismo como hijo. Por eso piensa que en la casa paterna ocupará el lugar de un jornalero más. Sin embargo, decidió volver igual. Al hacerlo y gracias al recibimiento del padre pudo recuperar su condición de hijo. Se volvió a encontrar como hijo, pero de un modo nuevo.

A veces ustedes se alejan uno del otro en el intento de encontrarse a sí mismos de una manera nueva, siendo más libres, más ustedes mismos, viviendo menos en función de los demás con todas las obligaciones que eso conlleva. A algunos también les pasa algo parecido en su relación con Dios. Necesitan tomar cierta distancia. Nuestra conversión será un cambio en nuestro modo de acercarnos a los demás y a Dios. La distancia y el asilamiento no ayudan. Volver será la culminación de nuestro proceso de conversión.

Por eso para san Agustín volver a Dios significa también volver a uno mismo, ya que cuando nos alejamos de él también nos apartamos de nosotros: de nuestra verdad, de nuestro ser más genuino y auténtico. Decía Agustín: “¡Vuélvete, pues, al corazón! ¿Por

qué te escapabas de ti mismo y te pierdes lejos de ti mismo? ¿Por qué caminas por esas vías de soledad? ¿Por qué andas vagabundeando? ¡Vuélvete! ¿A dónde? ¡Al Señor! Él está listo: primero vuelve a tu corazón, tú que andas desterrado y errante fuera”.¹ Se trata de volver al interior donde habita nuestra verdad y nos espera el Señor. “Entra dentro de ti mismo –dice Agustín–, porque en el interior del hombre reside la verdad”.² Sólo entrando en nosotros mismos podremos descubrir nuestra verdad con sus aspectos sombríos y dolorosos, pero también dejar que la luz de esa verdad ilumine nuestra auténtica belleza, más profunda e intensa que nuestras deformidades.

Es cierto que muchos de nosotros sentimos temor de volver a nuestro interior. No nos gusta ver esos aspectos dolorosos y frágiles de nuestra vida, de nuestra historia, de nuestra propia persona. Somos un poco errantes y fugitivos de nosotros mismos. En el proceso de convertirnos para llegar a ser nosotros mismos, muchas veces huimos de nosotros. Decía el genial pintor catalán Salvador Dalí: “*Mi ambición no ha hecho más que crecer y ahora es la de llegar a ser Salvador Dalí y nada más. Por otra parte, esto es muy difícil, ya que a medida que me acerco a Salvador Dalí, él se aleja de mí*”. Todos solemos escarparnos un poco de nosotros mismos.

El camino de la conversión es un largo proceso a través del cual, animados por la gracia de Dios y probados por tantas situaciones de la vida, nos vamos transformando en nosotros mismos. Sólo es posible convertirse, convirtiéndose en uno mismo. Llegar a ser nosotros mismos. La conversión no nos transforma en otras personas. ¡Cómo nos gustaría a veces ser como son los demás a quien admiramos o envidiamos! O convertir a tu cónyuge o a un hijo en otro más fácil de sobrellevar. Pero no tenemos otra posibilidad que la de ser nosotros mismos: obra de Dios y de nuestra libertad agraciada. Es imposible ser como otros, pero ser nosotros mismos es una posibilidad, una invitación y un don. Dios nos ha creado y nos ha dado toda y sola la energía para ser nosotros mismos. Esa energía está en nosotros: es su amor creador y salvador. Esa energía se “activa” cuando existe un vínculo de ida y vuelta con un otro significativo. La relación energiza y el aislamiento debilita. La gracia es un vínculo y no una fuerza anónima. Es amistad con Dios y con el prójimo.

Cambios, conversiones y crisis vitales

Este proceso de crecimiento sigue las condiciones y el ritmo propio de cada persona. Pero debemos saber que en el desarrollo espiritual no se crece sin pasar por crisis, porque toda maduración supone purificar nuestros valores, creencias y conductas, tomando conciencia de nuestras ambigüedades en la manera de vivir. Superar una crisis es madurar. Esto significa que la dinámica de la maduración cristiana es “pascual”: atraviesa sucesivos y crecientes pasos que van de la muerte al hombre viejo a la consolidación del hombre nuevo (cf. Rm 6,6; Ef 4,24; Col 3,10).

Una pareja crece espiritualmente atravesando crisis mediante las cuales se purifican las miradas y los comportamientos, y se toma conciencia de las fragilidades y de los errores cometidos. Una crisis es un cambio en la conciencia durante la transición de dos síntesis. Mientras más nos cueste construir la nueva síntesis vital, más se acentúa y prolonga la crisis.

¹ *Soliloquios* I, 1, 3.

² *Sobre la verdadera religión*, XXXIX, 72.

Las crisis de relación de una pareja poseen una *dimensión personal* ya que cada esposo atraviesa a lo largo de su vida momentos críticos de maduración que lo movilizan desestabilizando sus relaciones. Y entonces surge la *dimensión vincular*, la crisis de la pareja. Esta se va incubando durante un tiempo con sentimientos que aparecen: desorientación, frustración, amargura, desasosiego. Finalmente se desencadena el conflicto que se iba insinuando y que aflora a veces con violencia.

Recordemos que en una pareja no se vinculan dos personas sino dos relaciones. La relación de ella consigo misma se relaciona con la relación de él consigo mismo. Y viceversa.

Una crisis deja al descubierto cómo estamos viviendo realmente, no cómo pensamos que lo hacemos. Cuando ustedes se sienten mal como individuos quiere decir que su propia persona les dice que algo marcha mal en el modo cómo están viviendo y hay que modificarlo. Y si se sienten mal como pareja, la relación les anuncia que hay cosas para mejorar. La crisis durará tanto tiempo cómo ustedes tarden en descubrir qué hay que modificar y logren consolidar el cambio. En vez de pelearse, tienen que buscar juntos las causas del malestar y tener los dos la humildad de reconocer cuál es la parte de responsabilidad que puedan tener.

Si bien podemos crecer mientras nos protegemos de los cuestionamientos o planteos, nos desarrollamos especialmente cuando dejamos de hacerlo, porque el verdadero crecimiento ocurre cuando cada cual se enfrenta a aquello que teme o aquello de lo que siente carecer o adolecer.

Cambio de roles y de guion a lo largo de la vida

En la base de nuestra personalidad está nuestro niño. El niño tiene una serie de necesidades que giran alrededor de una necesidad básica: sentirse querido, con lo cual él obtiene seguridad, aceptación y autoestima. ¿Qué sucede cuando, por el contrario, no se siente querido? La reacción es la ansiedad, el temor de no poder ser.

A diferencia del miedo por una cuestión concreta, la ansiedad es una aprensión que un sujeto siente por la amenaza a algún valor que considera esencial para su vida. Se trata de una amenaza difusa, existencial y tiene como objeto algo que da sentido a su existencia. Por eso la persona no sabe cómo enfrentarse al peligro porque no hay un agresor real, y aunque lo hubiera, son las consecuencias fantaseadas por la persona y no las reales las que provocan la ansiedad.

Por ejemplo, supongamos que una mujer construye su sentimiento de seguridad y autoestima en la relación amorosa con sus hijos. Toda su vida se dedicó a ellos con gran entrega y siente gran satisfacción de ser una madre al servicio de ellos. Cuando los hijos se van yendo de la casa a construir su propio proyecto, la mujer empezará a sentirse sola, abandonada por los hijos que ya no la necesitan tanto y que ve con mucha menos frecuencia. Entonces surgen en ella dudas y ansiedad: ¿Quién soy yo si ya no soy una madre imprescindible para mis hijos? Quitado el punto de apoyo de su seguridad, se siente amenazada por el sin sentido y la desvalorización. Siempre se identificó tanto y únicamente con su rol de madre que, al no ser tan necesario seguir cumpliéndolo, experimenta ansiedad. Se sentirá amenazada o agredida por los hijos por el simple hecho de que ya no la necesitan.

En los adultos aparece la ansiedad cuando el cumplimiento de nuestro rol o nuestro guion está en peligro. El guion principal de una persona siempre estará armado en función

de no perder el amor, la aceptación y la compañía de los otros. Se actúa el guion para satisfacer a los demás, pero intentando calmar la ansiedad de uno mismo. Por lo tanto, uno actúa de una determinada manera no tanto en función de los otros sino en función de nosotros y de lo que nos da seguridad.

Cuando se forma una pareja la atracción mutua se origina por una serie de factores como la belleza física, la inteligencia, el sentido del humor, la posición social y las virtudes del otro. Pero esa atracción es espontánea y está al servicio de cubrir una propia necesidad. Él o ella es lo que necesito para poder ser yo. Si yo soy de una determinada manera cumpliendo un rol que me da seguridad entonces la persona que me atraerá será aquella que me permita cumplir ese papel.

Por ejemplo, si uno de los dos necesita someterse y ser dócil porque así es cómo aprendió a asegurarse el cariño de sus padres y luego de sus compañeros de colegio y amigos, seguramente se sentirá atraído por una pareja que sea dominante. Por su parte, el dominante que se siente seguro si mantiene el control de las relaciones, se sentirá atraído por alguien sumiso que se someterá a ese control. Como ven son roles que se complementan y sirven para iniciar la relación.

Esta hipotética pareja que describo podría estar formada por un hombre de más edad que su pareja a la que puede darle toda la protección que ella espera ya que necesita ser muy querida y admirar a su marido para sentirse segura, sintiéndolo casi más como un padre que como un compañero. A su vez, ese hombre disfruta de la relación con esta mujer jovencita a la que puede influir fácilmente y que lo hace sentirse más joven y potente. ¿Pero qué pasa si con el tiempo la mujer es influida positivamente por las experiencias de la vida o por una terapia, un curso o taller, un retiro espiritual o la lectura de un libro y entonces descubre todo su potencial y ya no sólo no necesita un esposo/papá/proveedor/protector, sino que se siente ahogada por ese tipo de vínculo? El cambio de ella obligará a él a cambiar su guion, pero esto no le será nada fácil. El hombre se desestabilizará, se sentirá inseguro y rechazado y le echará la culpa del malestar de todo o que siente a su pareja culpándola.

Los años de la vida matrimonial son largos y seguramente hay cambios personales en cada uno de ustedes que desconciertan o incomodan o provocan ansiedad a su cónyuge. Necesitan discernir estas situaciones para no tomar decisiones equivocadas. Pelear o separarse puede no ser la solución a un conflicto de este tipo. Hará falta una nueva conciencia acerca de sí mismo y de lo que hace falta cambiar.

Cambios, confusiones y conversiones

Los procesos de conversión narrados sobre todo en el nuevo testamento dan testimonio de lo doloroso y confuso de estas experiencias críticas. Nicodemo, Simón Pedro, Saulo de Tarso, los discípulos de Emaús, el apóstol Tomás: todos ellos nos muestran de modo diverso el recorrido que va desde un equivocado modo de vivir, pasando por el encuentro con Jesús, la confusión interior por la confrontación con la propia verdad, y la revelación de una novedad que en primer lugar es la verdad acerca de uno mismo que desde dentro es dada a luz. No es casual que Jesús proponga a Nicodemo “nacer de nuevo”, no de la carne sino del Espíritu (cf. Jn 3,6). La dinámica del nuevo nacimiento personal y conyugal es necesariamente pascual, y manifiesta la fuerza interior de la gracia bautismal y del sacramento del matrimonio que es una participación incesante en el morir y resucitar de Cristo para estrenar una vida nueva (cf. Rm 6,4). La gracia hace

posible el parto de vos mismo como hombre nuevo o mujer nueva y el parto de la pareja a una vida más plena.

La crisis vital por excelencia para los adultos es aquella que se vive al transitar la mitad de la vida y aquella otra posterior cuando se llega a la tercera edad. Quienes atraviesan la mitad de la vida o transitan su tercera edad están sometidos a una profunda transformación interior. En ambas etapas y por motivos diferentes lo nuevo puede presentarse desconcertante y a veces amenazador. Tenemos que saber que lo que se pone en juego con los cambios es el sentimiento de la propia identidad. La capacidad de ser el mismo a través de la sucesión de cambios forma la base de la experiencia emocional de la identidad. Por eso las personas que atraviesan estas crisis vitales sienten angustia frente al cambio, las agobian las fantasías de perder su propia identidad, es decir, de dejar de ser. “¿Quién soy ahora que me jubilé o enviudé o me separé, o no puedo realizar las tareas que antes hacía, o me mudé a una vivienda más modesta o que mi potencia sexual declinó?” Puede que la persona adulta o mayor no se haga estas preguntas de manera consciente, pero están allí en el fondo de su corazón y la movilizan.

“Ahora que soy mayor ¿cómo tengo que asumir mi edad para encontrar la novedad que la vida me ofrece?” “Ahora que nuestro matrimonio ya cumplió su misión de formar una familia, tener hijo y nietos, ¿cómo vamos a encarar nuestra relación?” Cualquiera que haya pasado la barrera de los sesenta o setenta años se tendrá que hacer estas preguntas y encontrar una respuesta vitalmente enriquecedora.

San Juan de la Cruz decía que “para venir a donde no sabes has de ir por donde no sabes y para venir a lo que no eres has de ir por donde no eres”.³ Esto quiere decir que si quiero ir hacia lo que todavía no soy (y en esto consiste crecer y madurar) debo ir por un camino desconocido. Por eso al comienzo el crecimiento provoca temor y desconcierto. Si nos resistimos a avanzar nos estancamos y empobrecemos. Si avanzamos guiados por la fe y por alguien que nos acompañe podremos crecer espiritual y emocionalmente.

¿Qué papel puede jugar la comunidad eclesial en nuestro crecimiento como esposos cristianos? Cuando ustedes pueden compartir su vida en una comunidad cristiana los caminos del crecimiento seguramente se verán ayudados por la experiencia y la compañía de quienes han atravesado positivamente sus crisis. La apertura a una comunidad de matrimonios y también a una persona sabia y prudente ayuda a encontrar luz, alivio y esperanza. Encerrarse en sí mismo –tanto a nivel individual como de pareja– es una tentación contraproducente.

Ojalá que este año de reflexión en los grupos les ayude a reconocerse seres vivos, en crecimiento, con cambios de afuera y de adentro, flexibles y sabios para replantearse la vida personal y la conyugal y abiertos a la ayuda de Dios que ilumina nuestros caminos y nos toma de su mano para marchar hacia adelante.

³ Avisos, *Monte de perfección*: 2-9.