

Etapas de Crecimiento en el Matrimonio

Por Dr. Paul R. Giblin

El crecimiento durante nuestro camino como matrimonio exige apertura y flexibilidad.

Los expertos en ciencias sociales han observado que los matrimonios suelen transitar a través de una serie de cuando menos cuatro etapas. Cada etapa presenta oportunidades únicas de aprendizaje y bendiciones, junto con desafíos y obstáculos. Se cree que la progresión a través de dichas etapas es cíclica. Esto significa que las parejas pueden pasar por las diversas etapas varias veces en su vida, cada vez con una mejor comprensión de lo que ha implicado haber estado ahí antes. A veces, esas etapas pueden parecer como un nuevo matrimonio. Las parejas recorren tales etapas a diferentes velocidades. No cumplir las tareas de alguna de las etapas puede inhibir el avance y el crecimiento a lo largo de las etapas posteriores.

Primera Etapa – Romance, Pasión, Expansión y Promesa

Al principio de la relación, los cónyuges a menudo se comunican sin esfuerzo y a profundidad. Parecen intuir las necesidades del otro y sus deseos, y buscan la manera de agradarlo y sorprenderlo. La pareja comienza a desarrollar un fuerte sentido del "nosotros". Las diferencias individuales se reducen al mínimo, si llegan a percibirse; ambos cónyuges muestran aceptación. Abundan la alegría, el entusiasmo y la esperanza. Los cónyuges están dispuestos a dar e inspirar lo mejor de sí mismos. La vida se ve ancha y prometedor. Es un tiempo de compartir sueños y romance. En esta etapa, la oración de la pareja a menudo está llena de acción de gracias y alabanza. A Dios lo sienten muy cercano y sensible a sus peticiones. Éste es un momento para ser recordado y apreciado.

Segunda Etapa – Estabilización y Realización

La enorme energía e intensidad de la primera fase, inevitablemente, va dando paso a lo ordinario y de rutina. Lo ideal sería que en la Segunda Etapa las parejas aprendieran a profundizar su habilidad para comunicarse. Están trabajando en comprender y expresar sus deseos, necesidades y sentimientos. Aprenden a ser honestos y vulnerables, y a escucharse activamente uno al otro. Cobran consciencia de las diferencias que no eran perceptibles anteriormente y desarrollan estrategias para lidiar con ellas. Las parejas aprenden a dar y recibir, a negociar y acomodarse. En la oración, los cónyuges buscan claridad sobre lo que ocurre en su corazón y en su mente así como en los del otro. Para algunas parejas, quizá Dios ya no les parezca tan cercano, mientras que otras lo experimentan más intensamente.

Tercera Etapa – Rebelión y Luchas de Poder

Los cónyuges no siempre son capaces de cumplir las expectativas del otro. Se sienten desilusionados y se hacen daño sin querer. Ahora se vuelven intensamente conscientes de sus diferencias y pueden servirse de estrategias de control para recuperar el equilibrio deseado. Las luchas de poder son algo común. La culpa, los juicios, las críticas y actitudes defensivas son probables. El miedo y la ansiedad entran a la relación, La manera de pensar de las parejas puede reducirse a esto o lo otro, correcto o equivocado, bueno o malo.

Lo ideal sería que cada pareja aprendiera sobre el perdón y la aceptación en esta etapa. Que aprendan a manejar la ira y el dolor de manera constructiva. Una comunidad de apoyo sería especialmente importante.

Este es también el momento en que la individualidad e independencia salen a la superficie. Si bien al principio de la relación destacaba un fuerte sentido del "nosotros", ahora los cónyuges necesitan encontrar la manera de honrar la autonomía y la separación — aprender a ser individuos dentro de una relación comprometida. La oración de las parejas a menudo es sólo de petición y lamento espontáneo. Dios puede parecer distante e insensible y/o absolutamente presente.

Cuarta etapa – Descubrimiento, Reconciliación y Comenzar de Nuevo

Las parejas pueden superar exitosamente la etapa anterior a través de una comunicación más profunda, la honestidad y confianza. Idealmente, descubren y crean un nuevo sentido de conexión. Aprenden más acerca de las fortalezas y vulnerabilidades del otro. Aprenden a identificar y a hablar de sus miedos en vez de reaccionar a ellos. Se niegan a juzgar o culpar a su pareja; traducen sus quejas en peticiones de cambio. Transitan de la estrategia ganar/ perder a la de ganar/ganar.

Los cónyuges se ven mutuamente bajo una nueva luz, con defectos pero con dones, tal como ellos mismos los poseen. Aumenta la empatía y la compasión. Aprenden a apreciarse y a respetarse mutuamente de formas nuevas; aprenden a no asumir al otro por descontado. Encuentran un nuevo equilibrio entre separación y unión, independencia e intimidad. Su manera de pensar se vuelve más amplia e inclusiva. Una nueva esperanza y energía regresan a la relación. La oración se centra en la acción de gracias; es una oración de gratitud y a menudo, las parejas ingresan a una relación más honesta y madura con Dios.

Desafíos y Etapas adicionales

Muchas parejas encontrarán etapas adicionales del ciclo de vida, cada una con sus propias bendiciones y desafíos. Al igual que el matrimonio, criar una familia despertará lo mejor y lo peor en cada uno, los dones y limitaciones de los padres. Ésta es una oportunidad más para aprender acerca de lo que significa cooperar y trabajar en equipo, sobre cómo manejar las diferencias y conflictos y sobre tomarse el tiempo para hacer una pausa y decidir. La paternidad es un recorrido espiritual que implica no sólo el crecimiento de los hijos, sino también de los padres. Como en el matrimonio, habrá muchas oportunidades para rendirse y morir a sí mismos, para dejar ir y llorar.

Otros desafíos del ciclo de vida incluyen el desempleo, la enfermedad y otras crisis financieras, la jubilación y la muerte del cónyuge. Muchas parejas deben hacerse cargo y cuidar de la generación anterior, mientras que al mismo tiempo tienen que dejar ir a los más jóvenes.

Conclusión

El crecimiento durante todo el camino matrimonial exige apertura y flexibilidad. Para las personas de fe, significa también estar alertas a la acción misteriosa del Espíritu Santo. La cultura contemporánea demanda respuestas y certeza, la fe requiere confianza y entrega. La invitación para emprender este recorrido marital y los recursos para llevarlo a cabo provienen de Dios. Dios nos da la claridad suficiente para seguir avanzando, aunque no seamos capaces del camino entero ni dónde terminará.

El Dr. R. Paul Giblin es profesor asociado de Consejería Pastoral y Estudios Pastorales de la Universidad de Loyola en Chicago, y terapeuta profesional de matrimonios y familias