

# para saber más...

## DESENCANTO

Este mes vamos a seguir recorriendo etapas del amor que, aunque suele darse ya en el noviazgo, vuelve a cubrirnos “con su sombra” en el matrimonio, de diferente forma y nuevamente como una etapa por la que hay que pasar. Esta etapa es “el Desencanto”: lo que antes le gustaba a uno del otro y de la relación, ahora es como si se sintiera como una duda o que el otro no hace todo lo que creía que podría llegar a hacer.

Tras varios años de caminar juntos y comprometidos, se va creando una rutina que a veces puede ser perjudicial o al menos no todo lo beneficiosa que se espera. En esta rutina se entremezclan el haber escogido un estilo de vida que nos ayuda a permanecer unidos con estilos individualistas de vida que pueden parecer que no nos unen. Y puede ser que no nos demos cuenta, porque nuestro corazón está satisfecho, pero ¿cómo está viviéndolo el otro cónyuge?

Ejemplos de cómo podemos estar viviendo la “crisis del desencanto” puede haber cientos y son particulares para cada matrimonio, entre ellos pueden ser:

- **Desencanto por el aspecto físico.** Podemos estar descuidándonos físicamente o bien el paso de los años va dejando secuelas. El cuerpo de él que va creando curvas, donde antes había músculo, el cuerpo de ella que ha sufrido cambios tras un embarazo... Envejecer juntos es una de las complicidades que unen en el matrimonio.
- **Desencanto por el trabajo.** Bien uno de ellos no se siente bien, reconocido o valorado por los demás o por él mismo, en su trabajo. Bien porque dedicamos demasiado tiempo al trabajo y no contamos con dejar tiempo para la familia, poniendo nuestro corazón en el trabajo más que en el matrimonio. Es normal que en los primeros años de matrimonio se den mejoras en el trabajo, porque es la edad de seguir progresando y mejorando en el mismo.

- **Desencanto por plantearse una vida diferente.** Esto no es problema si el planteamiento es de mejorar en la apertura a la vida, a dedicarse tiempo..., es decir, a cuestiones comunes y que tengan que ver con mejorar el matrimonio. La crisis es cuando se cree que la vida sería mejor si no se hubiera casado, y hubiera tenido otra vocación, o con otra persona, o que uno de vosotros ha tenido que renunciar a un puesto laboral en el pasado que ahora se idealiza como que es mejor que lo actual... Esto ocurre, es normal. No creceríamos afectivamente si no nos preguntásemos sobre cuestiones tan importantes en nuestra vida, como lo es la vocación.
- **Desencanto por no sentirme el foco “principal” de atención de mi esposo/a.** Ocurre cuando nos distraemos con lo que creemos que es más importante, dejándonos de dedicarnos el uno al otro, descuidando los pequeños detalles del día a día. Un momento evolutivo en el que se suele dar es tras el primer hijo, en el que nos volcamos sobre él, porque necesita cuidados básicos y constantes, dejando de lado el cuidado de nuestro esposo/a. También ocurre en otras circunstancias, como ya se ha explicado en otro apartado, cuando hemos hablado del desencanto por el trabajo.

Una de las claves está en preguntarnos cada uno de los esposos: ¿Dónde pongo el afecto de mi corazón? No es una pregunta que tenga que hacerse exclusivamente en el matrimonio sino en toda vocación.

Remedios para estos momentos de crisis ya os tienen que ser familiares:

-**Buscar querer más al otro.** La clave de la entrega en el matrimonio es querer el bien del otro, siempre. Aquí hay que estar atentos a la actitud de “ser yo el primero en perdonar, pedir hacer esto o aquello, tomar la iniciativa sin esperar al otro...etc.”

- La virtud del orden, que desde pequeños nuestros padres nos enseñaron, hay que ponerla en un primer plano. Organizarse la vida en común, juntos, contando el uno con el otro. ¿De qué te vale tener una mejora o ascenso profesional en tu trabajo, si no es compartido y querido con tu esposo/a?.

¿De qué te vale tener tiempo para ir al gimnasio si se lo quitas a tu esposo/a o el otro demanda tu presencia? ¿De qué te vale tener fama, si no haces feliz a tu esposo/a?... Es necesario no olvidar compartir, hablar y decidir juntos la vida que queréis llevar.

**-Caminar hacia delante**, siempre. El desencanto o duda es una etapa del amor que va seguida de la etapa de “compromiso”. Esto quiere decir que hay que parar a preguntarse dónde tenemos puesto el afecto de nuestro corazón, buscar remedios, contar con el otro y juntos caminar hacia el compromiso.

Por último, **si es necesario, buscar ayuda de terceros**: sacerdote, orientador matrimonial, psicólogo de pareja, trabajar el matrimonio en un grupo de matrimonios....

Os proponemos una tarea para tener una visión diferente sobre esta crisis.

*“Imaginad que vuestro matrimonio mejora en los próximos meses, esto es, todo aquello que ahora puede ser un pequeño problemilla, desaparece en estos días. Cada uno de forma independiente primero y posteriormente en común id respondiendo a estas preguntas:*

*¿Qué cosas me vería hacer diferente mi esposo/a? –*

*¿Qué cosas le vería hacer diferente a mi esposo/a?*

*¿Qué cosas nos veríamos hacer juntos? ¿En qué cosas nos los notarían las personas más cercanas?*

*¿Qué nos verían hacer diferente estas personas cercanas: familiares, hijos, amigos, compañeros de trabajo?...*

*Finalmente os proponemos la siguiente tarea, a la que os tenéis que comprometer, cada uno personalmente:*

*“A partir de mañana, cuando os levantéis, empezad, cada uno independientemente de que el otro lo haga o no, a simular tu parte de todas estas cosas que os habéis proyectado en el futuro”*

**¡Ánimo!**