

Goza con la mujer que amas

Eclesiastés 9:9

Una pregunta frecuente entre quienes tenemos la bendición de estar casados en el Señor, es: ¿Cómo lograr un matrimonio exitoso en el tiempo? Para la mayoría de personas en el mundo, es un entendido que los matrimonios sufren cierto desgaste al pasar el tiempo. Entonces, ¿Cómo revertir esto? ¿Qué dicen las escrituras? Veamos:

9 Goza de la vida con la mujer que amas, todos los días de la vida...
(Eclesiastés 9:9)

La palabra “todos” nos enseña algo que resulta claro para Dios. El gozo en la pareja debe de permanecer toda la vida y no solo un tiempo. Pero, sigue la pregunta ¿Cómo hacerlo?

Quizás en este punto podamos recurrir a la ciencia. A principios del siglo veinte, algunos psicólogos rusos hicieron experimentos con animales para explicar la conducta. Es así que colocaron a un perro en una habitación vacía con una bombilla de luz apagada, cada vez que la bombilla se encendía, se producía una descarga eléctrica al perro, a la que este reaccionaba con temblor, aullidos y en ocasiones desmayos. Estas descargas se repitieron muchas veces, de tal modo que el perro sabía que luego que la bombilla se encendiese, venía la descarga.

Luego de varias repeticiones, el perro reaccionaba con aullidos, temblor y hasta en ocasiones con los desmayos al solo estímulo de la bombilla, sin necesidad de la descarga eléctrica. ¿Cómo era posible esto? Por asociación el perro relacionaba la descarga eléctrica con la bombilla encendida. De modo que, con solo ver la bombilla encendida el perro se llenaba de espanto aunque no hubiera la descarga eléctrica.

¿Qué tiene que ver este experimento con perros con la conducta de la pareja? Muy simple, imagínese por un momento, que la esposa es el perro, el esposo la bombilla encendida. Cada vez que el esposo aparece como la

bombilla encendida, se produce una descarga de críticas, ofensas, regaños, descortesía, insultos, amenazas y en ocasiones agresión física y/o psicológica. Después de varias repeticiones, la esposa asociara al esposo con todas estas descargas agresivas. Entonces, aunque el esposo no diga nada, su sola presencia causara el mismo malestar en la esposa como si las agresiones se hubieran dado. ¿Cómo? Por asociación.

Entonces, ¿Por qué se llevan mal algunas parejas? Simple, porque han asociado su relación con cosas que los ofenden. Se han hecho tanto daño a lo largo del tiempo, que han asociado a la pareja con cosas negativas, tales como aburrimiento, agresión, maltrato, etc. Podría llegarse al nivel de crear malestar en uno o en ambos conyugues al solo escuchar el nombre o la voz del otro miembro de la pareja. Si esto es así ¿Qué hacer?

Siguiendo con los psicólogos rusos y con nuestro desdichado perro, el cual había asociado la bombilla encendida con la descarga eléctrica, se procedió a intentar revertir esta asociación, reemplazando la descarga eléctrica con un delicioso bocado de carne. Esto significaba que cada vez que la bombilla se encendía no se producía la descarga eléctrica, sino por el contrario se le facilitaba al perro un delicioso bocado de carne. Aunque la asociación era distinta, al principio el perro reaccionaba como si recibiera la descarga eléctrica. No fue sino después de un buen tiempo, que el perro cambio la asociación y aprendió que después de la bombilla encendida no se daba la descarga eléctrica sino un rico bocado de carne. Entonces en lugar de temblar el perro aprendió a mover la cola al ver la bombilla encendida.

¿Qué tiene que ver esto con la pareja? Mucho, porque aprendemos varias cosas, primero: Aprendemos que una mala asociación puede revertirse. Esto significa que aunque usted y su esposa hayan desarrollado una mala relación como producto de una mala asociación, esa dinámica puede cambiar si se cambian los factores negativos.

Para decirlo de otro modo, si cada vez que aparece el esposo (bombilla encendida) se producen elogios, actos corteses, cariños, gestos agradables, etc. La esposa asociara al esposo con estos y por lo tanto, la sola presencia del esposo le será agradable.

La segunda cosa que podemos aprender, es lo simple que puede ser la psicología del amor si sabemos usar ciertas herramientas.

El secreto puede ser muy sencillo. He conocido a parejas que han cambiado favorablemente su relación, cambiando aquello con lo que usted o su pareja es asociado o asociada.

Sin embargo, hay quienes me han preguntado, ¿Cómo puedo cambiar mi conducta, si mis sentimientos no están en la misma dirección? ¿Cómo puedo tener un gesto agradable a mi pareja si no siento hacerlo? La respuesta es simple, no solo los sentimientos afectan nuestra conducta, sino también nuestra conducta afecta los sentimientos. De modo que si usted en la mañana se levanta de la cama y le da un beso a su esposa, y le dice algo agradable y luego se arrodilla para orar con ella y al hacer la oración pide a Dios por ella. Y hace todo ello de un modo creíble a su pareja, ella inevitablemente se verá afectada, quizás al principio no obtenga buenos resultados, porque quizás ella aun no lo asocia con cosas agradables, pero después de muchas repeticiones, ella podrá decir que usted es un hombre agradable.

Esa conducta hará que su esposa cambie y luego esa dinámica lo hará cambiar también a usted, y así poco a poco su relación será cada día mejor.

Finalmente, debo recordarle que Dios creo el matrimonio para siempre y no tan solo para esta vida o por un tiempo. Las familias deben ser eternas, pero eso no se va a dar por el único hecho de haberse casado en una iglesia o en un templo. Sino por un sincero esfuerzo en dirección a ese fin. Que el Señor lo bendiga.