

## 7 secretos para conseguir un matrimonio feliz

Publicado: Viernes, 05 Enero 2018 01:45

Escrito por J. Lozano

---



*Valen por igual para los matrimonios jóvenes como para los que llevan décadas casados*

¿Por qué hay matrimonios que permanecen siempre como si fueran recién casados y otros, sin embargo, se oxidan? Esta es la pregunta que con frecuencia se ha hecho **George Leo Thomas**, durante sus cuarenta años como sacerdote y obispo.

Obispo de Helena, una pequeña diócesis en el estado de Montana donde los católicos superan por poco los 50.000, **conoce muy bien a su rebaño y ha encontrado una respuesta a esta pregunta.**

En este tiempo, asegura, ha tenido el privilegio de presidir cientos de bodas y de acompañar a numerosos matrimonios. Y desde hace mucho tiempo ha tenido la inquietud de saber «qué cualidades están presentes en estos matrimonios que prosperan tanto “en los buenos como en los malos”».

«He observado con actitud orante a las parejas casadas de mi familia, de mis feligreses y de mi círculo de amigos. **He llegado a la conclusión de que los matrimonios fuertes tienen una serie de cualidades** que ayudan a reflejar nuestra visión sacramental del matrimonio católico», asegura el obispo.

A través de su experiencia, este obispo estadounidense presente en el semanario [Our Sunday Visitor](#) siete cualidades que ha extraído de matrimonios mayores y jóvenes que **permanecen llenos de vida y que son signo de “una unión irrompible”** y de una “comunidad íntima de vida y amor”:

### 1. Imperfección

En este primer punto, el obispo George cita el libro de David Mills [The seven laws of love](#), que decía que **“un matrimonio perfecto es sólo dos personas imperfectas que se niegan a renunciar el uno al otro”**. De este modo, estas personas casadas dirán que el matrimonio es un trabajo constante, una relación defectuosa, imperfecta e incompleta pero que **“se sienten consolados por saber que el poder del amor llena las imperfecciones, complementa las deficiencias y saca lo mejor de cada uno”**.

Citando igualmente a **Ann Landers**, el obispo escribe que **“si tienes amor en tu vida puedes compensar muchas de las cosas que te hacen falta. Si no lo tienes, no importa lo que tengas, nunca será suficiente”**.

### 2. Tiempo y recursos

Uno de los riesgos a los que se enfrentan en la vida matrimonial, afirma monseñor George, es el hábito, la rutina, el ajetreo y la mediocridad. Pero **“las parejas casadas felices saben que el matrimonio necesita renovación, frescura y rejuvenecimiento todos los días del año**, especialmente con la llegada de los niños”.

**“Las parejas felices nunca dejan de conquistarse**. Mantienen la llama de la pasión con vida en el matrimonio”, afirma. Y para ello propone pasar tiempo juntos y solos alejado de los niños como algo necesario. Una cena tranquila en un restaurante, una película, un paseo.. En definitiva, un rato para los dos.

### 3. Pequeñas cosas

Los pequeños detalles hacen la diferencia y estos matrimonios que se mantienen siempre jóvenes cuidan estas pequeñas cosas. **Una mirada amorosa, un ramo de flores sin ninguna razón, una nota, una llamada o un simple “te quiero más que a nadie”**, son regalos preciosos que cuestan muy poco.

### 4. Perdón

El obispo de Helena afirma que **“los matrimonios felizmente casados han**

aprendido que cuando cometen un error, pueden pedir y recibir el perdón de su cónyuge. Aprenden el arte de avanzar en lugar de clavar sus ojos en el espejo retrovisor. Evitan deliberadamente albergar resentimiento y rencor”.

Estas parejas saben, añade monseñor George, que **“el perdón llena la vida matrimonial con paz”**. Además, han descubierto “la gracia sanadora que está presente en el Sacramento de la Reconciliación” e incluso son conscientes de que algunos problemas que pueda vivir el matrimonio necesitan orientación siendo “lo suficientemente humildes como para pedir ayuda cuando lo necesiten”.

### 5. Flexibilidad

Los matrimonios fuertes han aprendido a ser flexibles, a no decir *siempre* o *nunca*. Según el obispo, **practicar el arte de la negociación ha resuelto situaciones muy difíciles**, mientras que la falta de flexibilidad puede llevar a la rigidez, al resentimiento y por tanto a situaciones muy amargas.

### 6. Comunicación

Dominar las habilidades de la comunicación es un esfuerzo para toda la vida. Estos matrimonios a los que se refiere George Leo Thomas, **“comparten sus pensamientos más íntimos y evitan el veneno del secreto**. Han aprendido a luchar justamente y, cuando surgen desacuerdos, evitan caracterizaciones mezquinas e insultos”.

El silencio, agrega, no es el arma favorita de estos matrimonios **ni se acuestan sin haber hablado esa situación**.

Para favorecer la comunicación en la familia aboga por **apagar los teléfonos durante la comida o limitar el tiempo de televisión y de las nuevas tecnologías** tanto para los adultos como para los niños.

### 7. Espiritualidad

**“Cada pareja felizmente que conozco ha construido su matrimonio sobre una sólida base espiritual**. Han encontrado a Jesucristo profundamente, a diario y personalmente, y lo han acogido como el centro de su corazón y de su hogar. Ellos nutren su matrimonio con los sacramentos y viven su fe con obras de caridad”, explica el obispo.

Estos matrimonios consideran que **la fidelidad es “un reflejo vivo del amor de Dios por nosotros”** y son personas para las que la oración y la participación en la parroquia son una prioridad.

## 7 secretos para conseguir un matrimonio feliz

Publicado: Viernes, 05 Enero 2018 01:45

Escrito por J. Lozano

---

### **Una conclusión**

Como conclusión, monseñor George recuerda que “los matrimonios fuertes han sido reconocidos durante mucho tiempo como la piedra angular de la sociedad, un regalo precioso para la Iglesia, una fuente de gracia para los niños y una profunda bendición para los propios esposos. El matrimonio es tan importante que el Señor mismo elevó la vida matrimonial a la dignidad de sacramento”.

**J. Lozano, en [religionenlibertad.com](http://religionenlibertad.com).**