

*Una pareja de buena calidad, sólo se puede formar con personas adecuadas.*

## sumario

*¿Qué hace posible no sólo la calidad, sino también el crecer como pareja?*

*El Autor analiza la realidad de la pareja como un proceso de educación para la vida de nunca acabarse, que necesita formación permanente para que crezca el amor de pareja. Son los dinamismos naturales de la vida de pareja que le ayudarán en su devenir histórico hacia la plenificación del amor conyugal.*

# La pareja: proceso de formación y crecimiento

**P. Gilberto Gómez Botero**

*Director del Centro de Pastoral Familiar  
para América Latina - CENPAFAL  
Santa Fe de Bogotá, Colombia*

medellín

**A**unque a lo largo de esta reflexión haremos frecuente mención del matrimonio, el tema de la misma no es el matrimonio sino la pareja. El tema del matrimonio exige que se le trate con la amplitud que merece. Pero ambos temas están tan estrechamente relacionados que es inevitable hablar del matrimonio cuando se habla de pareja. Por lo demás, el sujeto del matrimonio es una pareja y no dos individuos. Y la suerte de cada matrimonio en concreto estará irremediabilmente ligada con la calidad de la relación de pareja de sus miembros. Más aún, el sujeto del matrimonio no son dos individuos sino una pareja. Pretender realizar un matrimonio sin pareja - sólo con individuos - es reducirlo a una formalidad jurídica sin consecuencias vitales y condenarlo al fracaso. De ahí que la historia de muchos matrimonios que se celebran en estas condiciones no son otra cosa que la crónica de un divorcio anunciado.

El término "pareja" recibe muchos significados en el lenguaje popular. De por sí es un término muy ambigüo. Por eso mismo necesita definirse. Alguien se refiere al cónyuge como "mi pareja" (una persona). Otro dirá: "Allí viene una pareja" (dos personas). Dejemos en claro que aquí nos referiremos expresamente a esa realidad personal bipolar constituida por dos personas de diverso género, que establecen entre sí una relación durable y se empeñan en vivir un proyecto común de vida.

En este sentido toda pareja es protagonista de una historia, con sus antecedentes personales, familiares y sociales, con su desarrollo, con su final y sus resultados. Más aún, tal vez sin percatarse, por esta historia la pareja se trasciende, va más allá de sí misma, y de ordinario influye en la historia de otras personas, de otras familias y del entorno social en la que transcurre su existencia. La existencia de toda pareja tiene su importancia, no sólo para sus miembros sino también para otros. Toda pareja tiene una dimensión

social, pero en la cultura individualista de hoy esta realidad no siempre es percibida y por lo mismo no siempre es reconocida.

Es indudable que las ciencias humanas han hecho avanzar considerablemente el conocimiento sobre esa realidad humana llamada "pareja". Pero no tenemos respuestas para todo, queda mucho por aprender. Lo importante sería que esas certezas adquiridas pudieran contribuir a la formación de parejas más sanas, más equilibradas, que sean el punto de partida de familias de mejor calidad. Desafortunadamente la mayor parte de los estudios conciernen a la formación patológica de la pareja y a los efectos que ella ejerce en los miembros de la pareja y en sus hijos. Pero también, aunque en menor proporción, hay interés en el estudio del desarrollo sano de la pareja y de la familia.

Es mucho lo que se publica hoy sobre la pareja. Algunas de esas publicaciones se sustentan en investigaciones serias, con buen soporte científico. Lástima que los aportes de estas investigaciones no siempre lleguen a los ambientes educativos y a los profesionales de la conducta, que son quienes más podrán aprovecharlos.

## 1. Los antecedentes de la pareja

Lucas y Astrid se casaron hace siete años. Tienen dos hijas. Se conocieron en un paseo al cual fueron invitados por amigos comunes. Desde el noviazgo su relación fue tormentosa. Las frecuentes peleas culminaban en separaciones y reconciliaciones provisionales que luego se enlazaban con nuevas peleas y nuevas reconciliaciones que indicaban la presencia de conflictos no resueltos, incapacidad para adaptarse mutuamente, pero también de una mutua atracción que los llevó a tomar la decisión de casarse. El desarrollo de lo que sería su matrimonio ya había sido previsto por los allegados de ambas partes. Les advirtieron que su matrimonio sería un desastre, a menos que cambiaran sus actitudes y patrones de comportamiento. Todas las advertencias fueron inútiles. En estos siete años ha habido cuatro separaciones, la última duró once meses. Las agresiones verbales son frecuentes y ahora se acusan mutuamente de infidelidad. Han acudido a varios consejeros matrimoniales y psicólogos clínicos, pero no perseveran. Ya Lucas se fue de casa por quinta vez y se

encuentran en proceso de divorcio. ¿Por qué Lucas eligió a Astrid, siendo que tuvo la posibilidad de elegir a alguna de las otras amigas y novias anteriores, con las cuales su relación era más tranquila y armoniosa?

En cambio Eugenia, hermana de Astrid, lleva nueve años de casada con Carlos, primo de Lucas. No han faltado dificultades en su relación de pareja, pero ambos han sido conscientes de la responsabilidad que les corresponde y han introducido correctivos oportunamente. Han logrado establecer unos buenos patrones de comunicación y participan con frecuencia en actividades de formación. Ambos dicen estar felizmente casados.

Dos parejas, dos historias. Mil parejas, mil historias. Pero cada historia comenzó algún día, entre dos protagonistas que tenían sus propias características personales, sus antecedentes familiares y sociales, su propio proyecto de vida.

Todo comienza cuando dos se encuentran, establecen entre ellos una interacción más o menos larga e intensa, se "eligen" mutuamente e ingresan en la vida matrimonial.

¿Cómo se forman las parejas? Ante todo se forman a partir de un encuentro, que puede ocurrir en la Universidad, en una fiesta de barrio, en el lugar de trabajo. Pero también en un viaje de vacaciones, en el bus de regreso a casa, en un aeropuerto a la espera de un vuelo, al salir de Misa un Domingo. O en una clínica. Conozco el caso de una pareja felizmente casada cuyo primer encuentro no fue exactamente feliz: ambos fueron protagonistas de un leve accidente de tránsito. Mientras discutían la solución del asunto surgió la llamita del mutuo interés.

Pero uno encuentra muchas personas en la vida. No se interesa igualmente por todas, y ni siquiera con aquellas por quienes se interesa termina formando una pareja. Hay muchas relaciones que comienzan con cierta fuerza que luego se disuelve al paso de los días. Hay una selectividad. Se eligen porque se "gustan", porque se caen bien el uno al otro. Pero los mecanismos de selectividad no siempre conducen a elegir el mejor compañero posible. A veces se opta por la compañía más inadecuada, con la que es imposible

compartir la vida en forma armoniosa y enriquecedora. No es extraño que en el proceso de elegir el compañero de vida la racionalidad abandone hasta a los más razonables. En el plano del inconsciente se mueven oscuros dinamismos que impulsan a elegir en un determinado sentido y que condicionan la libertad. Pero la condicionan en tal forma que quien elige no se da cuenta de que se está sometiendo ciegamente a estos dinamismos oscuros que buscan una satisfacción presente pero comprometen definitiva y desastrosamente la pareja para el futuro.

Varias teorías tratan de explicar por qué se forman las parejas. Pero ninguna de ellas es suficiente para explicar el hecho, diríamos que se necesita combinarlas.

1. Teoría de la propinquidad o cercanía espacial. Las parejas tienden a formarse entre personas que comparten espacios comunes (barrio, universidad, trabajo, diversiones, etc.)

La cercanía espacial ofrece posibilidades de encuentros, pero no explica el por qué se eligen en concreto los miembros de cada pareja.

2. Teoría de la homogamia social. Las parejas tienden a formarse entre personas que comparten características sociales semejantes (raza, religión, educación, clase social, edad, etc.). Esta teoría es complementaria de la anterior: las personas que poseen características sociales semejantes tienden a reunirse en los mismos espacios, más o menos amplios. Esta teoría nos explica mejor cómo se reduce el ámbito de los elegibles y el por qué del aumento significativo de parejas de la misma carrera, o de las mismas afinidades.

3. Teoría de la homogamia cultural. Las personas tienden a elegir su compañero(a) de pareja entre aquellos con quienes comparten una visión semejante de la vida, poseen valores, normas y aspiraciones similares. Esta teoría concreta todavía más el campo de los elegibles y explica por qué no siempre se elige en el contexto de una homogamia social (hacia la cual empuja el grupo social). La heterogamia social puede coincidir con una homogamia cultural y viceversa. Y así se acerca más a la explicación de por qué una

persona concreta elige a otra persona concreta entre los elegibles disponibles.

4. Teoría de la proximidad. Se parece mucho a la anterior, pero precisa mucho mejor el "espacio de los elegibles": los elegibles están determinados por criterios normativos sociales (que definen cuáles son los elegibles entre los posibles, de acuerdo con los criterios del grupo social) sino que se tienen en cuenta también los criterios interaccionales (que señala aquellas características personales que permiten una mejor interacción).

5. Teoría de la complementariedad de necesidades personales (Winch). Según esta teoría una persona elige su compañero de pareja porque percibe, en forma consciente o - más frecuentemente - en forma inconsciente, que tal individuo está en condiciones de satisfacerle sus necesidades personales, aquella con la cual considere que recibirá mayor gratificación. Los estudios de Maslow sobre las necesidades básicas de la persona, su percepción por parte del individuo y de su entorno cultural, los dinamismos que intervienen y sus desviaciones patológicas, complementan este enfoque teórico de la complementariedad y dan cuenta del por qué de muchas elecciones desastrosas y permiten, en el contexto de la consejería prematrimonial, advertir oportunamente enlaces desaconsejables. Por ejemplo, en el caso del joven que tiene la tendencia a formar pareja eligiendo entre mujeres mucho mayores que él y que de hecho busca más una madre que lo mime que una esposa que sea su compañera.

Esta teoría ha sido enriquecida posteriormente con el concepto sociológico de "complementariedad de roles familiares esperados". Esta teoría explica bien el éxito de muchas parejas bien logradas, precisamente porque su proyecto de vida familiar era armónico, el diseño de sus roles respectivos como esposo y esposa les favoreció desarrollar una convivencia enriquecedora para ambos, en la cual cada uno pudo crecer y desarrollarse como persona y asumieron su misión conjunta con alegría, con esfuerzo compartido y con sentido de corresponsabilidad, consciente cada uno de sus propias necesidades pero abierto a percibir y comprender las necesidades del otro. Y todo esto asumiéndose como son, son sus fuerzas y



debilidades, sin pretender ser perfectos pero con el ánimo de ser mejores.

También explica el por qué de tantas elecciones no sólo inadecuadas sino también abiertamente patológicas, hechas bajo la apariencia de un gran "amor" que demostró ser incapaz para superar el narcisismo latente, el que en realidad motivó la elección. O aquellas parejas - cuyo número se multiplica en forma preocupante - en las cuales el hombre (aparentemente adulto y con logros profesionales) no logra desprenderse de la madre y pretende vivir en un triángulo afectivo y ambivalente, que se vuelve insostenible para la esposa y termina en la ruptura. También explica el por qué de esos matrimonios llamados de "contestación", en los cuales la elección del compañero no se realizó por la valoración que se haya hecho de las características individuales relacionadas con las aspiraciones de realización personal en pareja, sino más bien como el fruto de una actitud contestataria, y por rechazo a los prejuicios sociales de la familia o del grupo. En este caso es evidente la presencia de una fuerte necesidad de autoafirmación y, además, la persona elegida se ve reducida al papel de instrumento de contestación y en esas condiciones es supremamente difícil, si no imposible, que se den las condiciones necesarias para establecer entre los dos una relación sana y duradera.

La pareja de buena calidad sólo puede formarse entre personas adecuadas. Con cualquier persona no se puede convivir en forma sana y enriquecedora para los dos. Esto supone una juiciosa elección del compañero de pareja candidato a compañero de vida, con los ojos bien abiertos. El amor romántico juega un papel importante porque acerca a las personas, suaviza las dificultades de la interacción y entusiasmo al uno por el otro. Pero es ciego y precario. Las "corazonadas" no siempre nos guían por camino seguro. Los sentimientos, al igual que los vientos, son dinanismos formidables cuando favorecen al amor verdadero y hay que tenerlos en cuenta. Pero también, como los vientos, pueden soplar en dirección contraria. Y muchas veces en la vida soplarán en dirección contraria. Pero la pareja humana es algo tan serio y tan importante que no se puede dejar abandonada al vaivén incierto de los sentimientos.

77

En la elección de compañero de pareja el ser humano no es tan libre como muchos pretenden. Hay muchos condicionamientos



psicológicos y sociales que limitan esta libertad. Esto lo ha expresado Lawrence Peter con una frase que, aunque cínica, en muchos casos no deja de ser dolorosamente verdadera: "Nadie se casa con quien quiere sino con quien encuentra cuando está más vulnerable". Pero el ser humano no necesariamente tiene que someterse a estos condicionamientos. En la medida que desarrolle su capacidad autocrítica y logre conocerse a sí mismo en forma realista, en la medida que posea adecuados criterios y recto juicio sobre las personas, en la medida en que esté abierto a una prudente asesoría que le permita superar el deslumbramiento basado más en la fantasía que en la realidad, tendrá buenas posibilidades de acertar.

## **2. El desarrollo de la relación de pareja**

La pareja no consiste solamente en dos personas, sino que también incluye su relación. La calidad de su relación define la calidad de la pareja. Conviene considerar varios aspectos:

1. Los patrones de relación.
2. El vínculo relacional.
3. Los intercambios relacionales.
4. El papel de los conflictos.

### **1. Los patrones de la relación de pareja**

Es indudable que la cultura concreta de cada sociedad ejerce un enorme influjo en la formación de los patrones relacionales, en la forma como privilegia uno de los géneros sobre el otro, en el diseño de los roles familiares y sociales, en la manera como entiende los factores de prestigio, la autoridad, los valores que proclama. Y los cambios culturales impulsan la difusión de determinados patrones concordes con la mentalidad ambiente. Pero eso no quiere decir que todos los patrones sean igualmente favorables para el desarrollo de una sana relación de pareja, enriquecedora para ambos. El hecho de que un patrón determinado haya adquirido una honda raigambre en una cultura concreta, y este patrón dure largo tiempo y, más aún, las personas se hayan adaptado a él, no significa que sea beneficioso. Puede ser muy dañino y, en la medida que se tome conciencia de su nocividad, es necesario modificarlo. Tampoco el



cambio de un patrón significa por sí mismo un progreso humano. Se necesita siempre reflexionar a partir de los efectos que estos patrones producen en las personas y en sus relaciones para definir su utilidad o nocividad. Ni todo tiempo pasado fue mejor, ni todo cambio por ser cambio es conveniente.

Los esquemas tipológicos de la relación de pareja son numerosos y cada uno tiene su utilidad de acuerdo con las finalidades que se proponen sus autores. Para el propósito que nos ocupa podemos utilizar el siguiente cuadro, basado en los conceptos de igualdad (o simetría) y cooperatividad.

| Relación                             | Principio  | Efecto   |
|--------------------------------------|--|--|
| 1. Relación simétrica o igualitaria. | Varón y mujer son diferentes pero no por eso desiguales.   | Las diferencias interpersonales - incluidas las de género - no son obstáculo sino posibilidades de interacción. Reciprocidad - se valoriza el servicio mutuo.  |
| 2. Relación disimétrica              | Varón y mujer son diferentes y por eso mismo desiguales. La relación funciona bien cuando se establece en términos de desigualdad.   | Uno de los géneros - tradicionalmente el masculino - posee status privilegiado. La mujer siempre al servicio del varón, en condiciones de inferioridad. La autoridad es propia del varón, aunque no la ejerza o no sepa hacerlo. |
| 3. Relación cooperativa              | La relación de pareja se mueve en el espacio común de los dos. No se desconoce que cada uno puede tener una parte de espacio propio. | Los dos son corresponsables en la decisión y en la ejecución. Se da prioridad a lo comunitario sobre lo individual. La generosidad y la iniciativa son fundamentales.  |

| Relación                | Principio  | Efecto   |
|-------------------------|--|--|
| 4. Relación competitiva | Es importante definir mi espacio y tu espacio y respetar las fronteras. Lo "común" es funcional y no vital (lo indispensable para resolver problemas prácticos). | El equilibrio es inestable, porque cada uno quiere hacer valer sus fortalezas sobre el otro. El equilibrio se logra a base de acuerdos tácticos sobre lo mínimo. Nadie quiere dar más. |

1. El patrón simétrico o igualitario. Se basa en la igualdad fundamental de varón y mujer, como hecho de creación. Las diferencias de género no entrañan inferioridad o superioridad. Este patrón, como es obvio, exige la presencia de una serie de valores morales y una concepción elevada de la persona humana. El autor del Génesis polemiza contra la costumbre arraigada de Israel por la cual la mujer se veía obligada a dejar su propia familia para insertarse en la familia del varón, mientras éste permanecía en ella. Por eso afirma: "El varón dejará a su padre y a su madre para unirse a su esposa y los dos llegarán a ser como una sola persona" (Gen. 2:24). Dicho en otra forma, también el varón tiene que situarse en el mismo plano de la mujer si quiere establecer con ella una relación de pareja. La humanidad ha necesitado muchos siglos para descubrir estas formidables lecciones. No son invento de la psicología moderna.

2. El modelo disimétrico ha sido el privilegiado por las culturales patriarcales, pero no deja de tener vigencia en muchos ambientes aún hoy. No favorece el crecimiento de las personas y crea unas situaciones de injusticia, unas veces suavizadas por la cortesía social o por compensaciones, pero otras veces abiertamente intolerables. Desafortunadamente son las mismas mujeres las que se encargan de perpetuar este patrón en la educación diferencial que imparten a los niños, indulgente y privilegiadora para los varones y cargada de responsabilidades y exigencias para las niñas.

3. Patrón cooperativo. Este patrón va de la mano con el patrón igualitario. Diríamos que se implican recíprocamente. Es evidente que requiere un buen nivel de educación familiar. La pareja es una

comunidad y su espacio es lo común, no lo individual. Aunque cada uno reconozca al otro el derecho a su espacio propio. Pero a medida que madura y se fortalece la relación de pareja lo común va ampliando el espacio de interacción.

4. Patrón competitivo. En ciertas personas la tendencia a competir es tan evidente y la demuestran desde su infancia. Casi que podríamos calificarla de innata. Con el paso de los años, con la formación que se recibe y la experiencia personal, se afianza y se sofisticada hasta expresarse en las formas más sutiles. Pero también en la época actual la educación tiende a fortalecer el individualismo, impulsando la búsqueda de los logros individuales y la satisfacción personal por encima de compromisos asumidos y de deberes naturales.

La base individual de estos patrones relacionales se aprenden principalmente en el ambiente hogareño. Pero la educación puede modificarlos, temperarlos, refinarlos y luego en la interacción de pareja se manifestarán en formas diversas, según contribuyan a consolidarla o sean fuente permanente de tensiones y conflictos, cuando varón y mujer han adoptado patrones relacionales disímiles y no están dispuestos a generar las adaptaciones necesarias.

## 2. El vínculo

La pareja es pareja porque hay algo que ata, que une a sus miembros. No basta que se sientan mutuamente atraídos. Es necesario que se establezca entre los dos una comunicación, que dispongan de tiempo para compartir. El lazo o vínculo relacional se va formando en un proceso que requiere tiempo y condiciones favorables. Es algo dinámico que crece, decrece, se estanca, se fortalece nuevamente y pasa por vicisitudes y por crisis.

El efecto de la formación de este vínculo es la comunión interpersonal, que por naturaleza es y seguirá siendo bipolar, totalmente diferente de esas uniones simbióticas en las cuales uno desaparece engullido por el otro en una especie de canibalismo pseudoamoroso que por lo mismo no sólo mata el amor que pudiera estar naciendo, sino aún más: mata la posibilidad del amor. Porque el amor de verdad exige la bipolaridad. La pareja sana no aniquila a ninguno de los dos sino que les da vida y los fortalece para que

cada uno pueda desarrollar las dotes recibidas del Creador. Esas fantasías de fusión simbiótica, a menos que cedan ante el realismo que enseña la vida diaria, no pueden dar otro resultado que frustraciones dolorosas o situaciones de dependencia.

El dinamismo que impulsa a formar ese lazo interpersonal es el amor llamado oblativo, el que nos lleva a buscar el bien y la felicidad del otro. El término amor necesita calificativo porque de por sí es muy ambiguo. Se llama amor muchas cosas totalmente disímiles. El amor oblativo no se opone al verdadero amor que cada uno debe tener a sí mismo, punto de partida de todas las experiencias amorosas y referencia de todos los amores: "Amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a sí mismo". Este amor nos lleva a buscar nuestro propio bien y bienestar rectamente entendidos, a respetarnos, a no proceder en forma que desdiga de nuestra dignidad humana. El amor de sí mismo no desconoce la existencia del gran Otro - Dios - a quien se le debe el gran Amor, ni de los otros, nuestros semejantes.

El destinatario del amor oblativo son los otros. El amor oblativo supone la alteridad: el otro no es "yo", ni una parte de mí. Amarlo requiere aceptarlo en su alteridad y en su diferencia. Es un ser limitado como yo, imperfecto como yo, necesitado como yo. Amarlo es comprender sus necesidades y acudir a satisfacerlas en la medida de mis posibilidades. El mandamiento nuevo de Jesús va en esa dirección: responder a las carencias del prójimo, con el estilo de Jesús: "Amaos los unos a los otros como yo os he amado" (Juan 13:34).

Este amor oblativo tiene raíces naturales pero encuentra en Jesús, en su ejemplo y en su gracia, la total culminación. Jesús se vale de experiencias vividas y por todos conocidas para ayudarnos a comprender de qué amor nos habla: el padre que perdona al hijo, el amor de madre, el samaritano que se apiada del judío herido, el amigo que arriesga su vida por el amigo. Es que el amor oblativo nos mueve y nos desinstala, nos lleva a hacer algo por la persona amada, nos impulsa a estrecharnos en nuestro espacio para que el otro quepa. El amor de verdad no es cómodo, involucra una cierta - a veces alta - dosis de sacrificio.

El amor oblativo, desde las formas más tenues de amistad hasta el amor conyugal más profundo, surge siempre de un compromiso. Y un compromiso que plantea exigencias retos y exigencias. Hoy se privilegia mucho la espontaneidad, que no es otra cosa que el paso fácil del estímulo a la reacción. No siempre es posible amar con espontaneidad y cuando lo es eso sólo indica que amar es fácil porque las circunstancias - emocionales y operativas - lo facilitan. Pero eso no indica que sea más auténtico ni más meritorio. Simplemente es más fácil. Y si sólo amamos cuando es fácil estamos reduciendo considerablemente el espacio del amor.

Volviendo al tema del vínculo de la pareja, el amor es el dinamismo que impulsa su formación. El narcisismo bloquea el desarrollo de este vínculo porque impulsa a buscar sólo el bienestar del individuo a expensas del otro. El amor oblativo impulsa a la satisfacción mutua de las necesidades y desencadena de hecho un dinamismo de reciprocidad inagotable. Ambos dan y ambos se enriquecen. En cambio dos narcisistas se parecen a un par de mendigos que piden pero no quieren dar, o sólo dan algo con la esperanza de recibir mucho.

El hecho de que necesitemos de una persona para satisfacer nuestras necesidades no significa que necesariamente la amemos. Más aún, es posible que esclavicemos a la persona que nos sirve con generosidad. Y esclavizar no es amar, es todo lo contrario. Si amamos sólo porque necesitamos, cuando seamos autosuficientes o encontremos otra manera de suplir la necesidad dejaremos de amar.

El vínculo de pareja puede ser experimentado de varias formas:

\* como una cadena que limita y ahorca. Por eso son muchos y muchas los que rehúyen el compromiso y prefieren vivir dentro de una situación de precariedad que no favorece la formación de una relación sólida, sometidos al vaivén de la espontaneidad sentimental y sin garantía de futuro. Esto explica también el considerable aumento de las uniones libres e inestables y la preocupante desinstitucionalización del matrimonio en la cultura de occidente.

\* como el fruto un compromiso nacido de la confianza recíproca y del esfuerzo conjugado de los miembros de la pareja para prometerse fidelidad a pesar de la incertidumbre que pueden abrigar sobre la evolución de sus sentimientos y deseos, en los momentos agradables y difíciles.

El tiempo de noviazgo debería dedicarse a profundizar en el conocimiento de sí mismo y del otro, en la formación de patrones adecuados de comunicación interpersonal, de elaboración de acuerdos, de toma de decisiones mutuas, de solución de sus tensiones y conflictos. Esto requiere tiempo, pero el tiempo no lo hace todo. Es una preparación que también requiere esfuerzo y generosidad. Si después de madura reflexión consideran que están en condiciones de comprometerse a compartir sus vidas y están dispuestos a hacerlo, emitirán su compromiso conyugal que dará nacimiento a su matrimonio, con el juramento de mutua fidelidad, compromiso y juramento que necesitarán renovar muchas veces en la vida, particularmente en fechas significativas (aniversarios de matrimonio), pero también en circunstancias que los reclaman, v.g. para dar por cancelado un conflicto.

El compromiso de compartir sus vidas y el juramento de fidelidad mutua (de donde surge el vínculo jurídico), por más sagrados que sean, tienen el riesgo de convertirse en palabras de pasado si no se transforman en vínculo existencial o psicológico. Tienen que empeñarse en serio en lo que se prometieron. Y esto sólo se logra en la medida en que ambos establezcan un estilo de vida diario que favorezca la formación de la comunidad conyugal de vida y amor.

Con Jean Lemaire podemos definir el vínculo conyugal como la "organización de las relaciones recíprocas dentro del matrimonio". Con este mismo autor señalaremos aquellos componentes más importantes del vínculo, que no son otra cosa que los espacios concretos de interacción, en los cuales la pareja vive el amor oblativo. Estos componentes son: las afinidades recíprocas, los intercambios internos y los intercambios externos.



## Las afinidades recíprocas

En la formación de la pareja las afinidades recíprocas desempeñan un papel primordial. Esas actividades y cosas en las cuales sus gustos coinciden les permiten sentirse cercanos y compartir y ofrecen los primeros elementos de ese espacio común en el que comienzan a ser pareja. Ejemplos de estas actividades pueden ser los deportes, la música, el cine, las diversas ramas del arte, la política, el apostolado, las diversiones. Pero también otros campos en los cuales los dos tienen puntos de vista y criterios semejantes.

Las afinidades primeras los acercan y facilitan el encuentro. Pero es posible que con el paso del tiempo uno de los dos cambie de actitud y vaya perdiendo el interés. Esto ocurre mucho con ciertos deportes, preferencias artísticas y diversiones. Ambos tienen que ser conscientes de que los gustos y las preferencias no coincidirán en todo ni siempre y que tienen que permitirse un espacio propio en el cual se manifiesten sus diferencias. Y que nadie puede obligar al otro a que adopte sus gustos y preferencias. Durante el tiempo de noviazgo es posible que se desarrollen afinidades que si no son falsas si son provisionales y precarias. Como el caso de la joven a quien su novio "contagió" de su pasión por el fútbol y lo acompañaba cada vez al estadio y con el compartía las vicisitudes y las emociones de los partidos. Al poco tiempo de casados ella comenzó a desinteresarse por el fútbol y ya no sentía ánimos para volver con él al estadio. Lo cual fue causa de muchos conflictos entre los dos.

Así como con el paso del tiempo las primeras afinidades pueden afianzarse y también debilitarse y desaparecer, también pueden surgir otras y conviene que ambos se esmeren en desarrollar nuevas afinidades, eligiendo actividades en las cuales los dos puedan compartir y no dejen que el espacio común se vaya empobreciendo. Estas nuevas afinidades que se elaboran en una época de mayor madurez pueden surgir con ocasión de participación en actividades familiares o profesionales (v.g. vinculación con grupos educativos o artísticos, participación en actividades apostólicas, obras de ayuda social y de promoción comunitaria, etc.).



## Los intercambios internos

Los intercambios que se operan en la pareja y con los cuales se va construyendo la misma son en realidad recursos de comunicación, en el más amplio sentido de la palabra. Porque con cada uno de ellos ponen en común un sector de sus vidas. Mediante ellos se va realizando en concreto ese proceso de salir de su individualidad para abrirse a la comunidad inicial que es la pareja. De ahí que la calidad y la intensidad de estos intercambios van a influir directamente en la calidad y en la densidad del vínculo existencial. Así como su ausencia va a ser no sólo síntoma sino también causa de la debilidad del lazo. En el proceso de la formación de las personas para su vida de pareja es indispensable desarrollar no sólo procesos de adquisición de conocimientos sobre estos temas sino también habilidades para ponerlos en práctica. Por eso educarse para la vida de pareja no sólo es asunto de ciencia sino también de arte.

Llamamos intercambios internos aquellos que se realizan en el interior de la pareja, o sea que conciernen a las dos personas y sólo a ellas. Estos intercambios se realizan en todos los niveles, conscientes e inconscientes, biológicos y psicológicos, ideales y materiales, concretos y simbólicos. El espacio de este artículo no nos permite detenernos en cada uno de estos aspectos como se lo merece cada uno, sino que debemos limitarnos a una somera reflexión. Tampoco se trata aquí de hacer un listado exhaustivo de los mismos.

El primer lugar nos referiremos a los que Lemaire llama intercambios directos (modos de expresión directa, sin intermediario material), o sea la comunicación verbal y no verbal y el diálogo sexual.

*El diálogo verbal y no verbal.* Está comprobado no sólo a partir de la investigación de las ciencias humanas sino también por la práctica de los consultorios familiares y las parejas mismas lo perciben, que la calidad de los patrones de comunicación tanto verbal como no verbal está asociada con la calidad de la relación de pareja. De hecho un altísimo porcentaje de problemas de interacción en las parejas de novios o de esposos están asociados con deficiencias en la comunicación.





Nos referimos justamente a la comunicación dialogal, es decir, aquella en la que:

- ambos son protagonistas, intervienen revelándose y escuchando;
- el intercambio no se reduce a los aspectos cognoscitivos prácticos (ideas y percepciones); sino que incluye los aspectos afectivo y simbólico (sentimientos, deseos, proyectos, ilusiones, temores, frustraciones, etc.);
- aún el silencio tiene cabida, no como una incapacidad o un rechazo para comunicarse sino como una superación del lenguaje para decirse algo que no cabe en las palabras.

*El diálogo sexual.* Nos referimos aquí no a la simple actividad sexual, sino el encuentro de dos personas que se entregan mutuamente y comprometen todo su ser, aún en la dimensión del tiempo, es decir, no para aquí y ahora, sino en forma definitiva. "El acto realizado fuera de un clima afectivo muy caluroso no contribuye a unir a los esposos sino, al contrario, a separarlos, y a despertar su agresividad al mismo tiempo que su insatisfacción" (Lemaire). "La vida sexual no es solamente un conjunto o una sucesión de actos sexuales. Es ante todo una vida, con todo lo que ella implica de fantasía, de imaginación, de conquista y de renovada victoria sobre los factores que impulsan la disensión....." (F. Duyckaerdt).

Es bien conocido el papel que juega el diálogo sexual en la consolidación de la pareja. Y también se sabe cómo se proyectan sobre la sexualidad, como sobre un telón de fondo, las tensiones y los conflictos intrapersonales e interpersonales que existen en los miembros de la pareja. La sexualidad no logra madurar autónomamente con el paso de los años. Va al paso con la maduración de las personalidades de los dos y no está exenta de dificultades y de obstáculos. Pero sólo a medida que ambos vayan superando su narcisismo y inicial y se vaya consolidando el verdadero amor la sexualidad, como los otros sectores de la vida de pareja, contribuirá a formar el lazo que una firme y satisfactoriamente a los miembros de la pareja.



Este es un campo en el cual la pareja deberá esmerarse particularmente. No se trata sólo de adquirir los conocimientos indispensables de orden biológico y psicológico, sino que se deben tener en cuenta aspectos éticos y morales y las valoraciones personales y culturales que recaen sobre la sexualidad. Sólo así podrá la pareja escaparse de esas posturas extremas que van desde el desprecio y la banalización de la sexualidad al otro extremo opuesto de convertirla en finalidad única, con la fantasía de que ella sola puede dar cuenta de la totalidad de la relación de pareja.

Entre los intercambios indirectos podemos mencionar los intercambios materiales alimenticios, los regalos y el dinero. En estos intercambios el aspecto utilitario con frecuencia recubre y oculta lo que es más importante en ellos que es su significado y la manera como es percibida por los miembros de la pareja.

Los *intercambios alimentarios*. Los alimentos no sólo tienen una función biológica. Su adquisición, su preparación y la manera de consumirlos también tienen importancia en la pareja y en la familia. En las culturas tradicionales se asignaba a la mujer la tarea de preparar los alimentos y ésta tenía en sus manos un recurso formidable para cultivar el vínculo afectivo con el esposo, y por eso se valorizaban enormemente sus habilidades culinarias. Si es verdad que la evolución tecnológica ha modificado mucho las cosas, en el sentido de facilitar la preparación y la conservación de los alimentos ha facilitado la tarea femenina, sin embargo en lo esencial ésta no ha desaparecido. Por el contrario, en la complejidad de la vida moderna, cuando la mujer sale del hogar a trabajar y ya no dispone de tanto tiempo para consagrar a sus actividades culinarias, se abre un espacio a la participación de ambos en la preparación de los alimentos. Más aún, los momentos de compartir la mesa, por lo mismo que son más escasos, reclaman que se les aproveche más intensamente para fomentar los vínculos de pareja y de familia.

88

Los *regalos* de objetos con carácter simbólico (flores, tarjetas, pequeñas cosas a veces inútiles pero significativas), o lo que muchos llaman "detalles", aunque en su naturaleza misma no exigen la reciprocidad, sin embargo sí la estimulan y por eso poseen mucha fuerza expresiva, porque a través de esos pequeños regalos se dicen "pienso en ti", "eres importante para mí". La cultura ha favorecido el

desarrollo en la mujer de una especial sensibilidad para el cultivo de esta forma de expresión afectiva. Pero también el varón puede educarse en este aspecto y conviene que lo haga. De ordinario los varones enfatizan más el carácter utilitario y práctico de los regalos; en cambio las mujeres perciben más fácilmente su carácter simbólico.

*El dinero* - y las cosas materiales que se pueden conseguir con él - es también un campo e instrumento de intercambio en la pareja. En el dinero no cuenta solamente la cantidad sino también otros aspectos: la forma y la dificultad para conseguirlo, la importancia que se le concede, la forma como se le utiliza, el destino que se le da. En el dinero podemos distinguir varios significados, entre los cuales retengamos estos tres:

- Como instrumento de intercambio (significado utilitario), para obtener las cosas que se requieren para cubrir las necesidades básicas y de bienestar. Aquí interviene mucho la concepción de bienestar y de necesidad que tengan los miembros de la pareja, en qué forma se establecen las prioridades de inversión. Para que el manejo del dinero los una y no los separe se requiere que vayan creando criterios comunes de manejo y gestión.

- Como factor de seguridad para el futuro (previsión y ahorro). Si la pareja logra entendimientos en este plano, esto permitirá a sus miembros asumir juntos los sacrificios que supone limitarse en el presente para fundamentar el futuro. Si tienen visiones dispares frente a la necesidad de corresponsabilizarse del futuro en lo económico y uno de los dos piensa sólo en el bienestar presente, los conflictos por esta causa serán permanentes y prácticamente insolubles.

- Como fuente de poder y de prestigio: Así como en el nivel social el dinero se utiliza con frecuencia como signo de status, así también en la pareja. Cuando ambos miembros de la pareja utilizan el dinero para competir (quién gana más), o para hacer gastos suntuarios que les faciliten una mayor figuración social (casa o auto de lujo, deportes caros, fiestas, viajes, etc.) el dinero a la larga va alejarlos al uno del otro. Porque la competitividad los cansará o agotará sus posibilidades. Cuando

uno de los dos emplea el dinero para marcar la superioridad propia y la dependencia del otro, la pareja fácilmente se quiebra. Particularmente, por razón de esta función simbólica del dinero como signo de poder y de prestigio, para muchos hombres se hace intolerable que sus esposas ganen más que ellos. y más aún reaccionan en forma neurótica o se hunden en la depresión cuando, como es frecuente, están desempleados y dependen del salario de la esposa.

Lo importante es que los dos lleguen a establecer acuerdos prácticos que les permita manejar sus ingresos que pertenece a los dos, que tomen juntos las decisiones para distribuir equitativamente el dinero para cubrir los gastos comunes de acuerdo con las prioridades y tengan en cuenta las necesidades individuales de cada uno.

### **Los intercambios exteriores**

Denominamos intercambios exteriores los que mantiene la pareja con el exterior y que modifican su propia dinámica. Estos intercambios suponen la existencia de otras relaciones en las cuales la relación de pareja se integra dentro de una red más amplia, como lo es la familia nuclear, la familia extensa y el entorno social.

La pareja no es un mundo cerrado y completo en sí misma. Para su desarrollo normal necesita establecer relaciones con otras personas y grupos exteriores a ella. Suele ocurrir que durante el tiempo del noviazgo y primeros meses de matrimonio la pareja se repliega en sí misma como para proteger su intimidad, pero el realismo de la vida diaria le va exigiendo abrirse progresivamente e integrarse en un conjunto relacional más amplio. En adelante el esfuerzo de la pareja debería orientarse a establecer un sano equilibrio entre intimidad y socialidad. Este equilibrio no siempre se logra. Cuando la socialidad (volcamiento al exterior) se excede en forma habitual, se debilita la intimidad, se corre el riesgo de que el vínculo existencial también se debilite y se convierta en una de esas uniones que Goode llama "concha vacía", uniones de simple apariencia que duran por inercia y se rompen con cualquier pretexto. Cuando la intimidad se mantiene pero para mantenerla los miembros de la pareja se repliegan sobre sí mismos y no abren espacio a otras relaciones, la calidad de la relación sufre igualmente.



Entre los muchos intercambios exteriores destacaremos: el hijo, las actividades exteriores, las relaciones con los parientes y las amistades.

## El hijo

El hijo es tan importante para los padres que con llega a modificar la relación que los une. Ocurre con frecuencia que desde antes de iniciar la vida en común muchas parejas manifiestan el deseo de tener un hijo cuanto antes. La mayor parte posponen la llegada del hijo por algún tiempo con la intención de consolidar previamente su relación o de mejorar su situación económica, pero pensando siempre en el hijo o los hijos que quieren llamar a la vida. Cuando la esperada prole no llega, este evento es vivido con angustia y muchas veces los frustrados padres agotan los recursos que les ofrece la ciencia para lograr su propósito. O se abren a la solución de la adopción, que les permite realizar su paternidad en una forma diferente de la procreación. Esta es una experiencia que se vive en forma no menos intensa que la paternidad biológica y los vínculos que establecen con ese hijo «nacido no de las entrañas pero sí del corazón» no son menos densos y profundos que los que se establecen con el hijo biológico.

La pareja que se ama intensamente busca la paternidad. A la pareja que la rechaza algo le está ocurriendo.

Es indudable que el hijo contribuye a consolidar el amor de la pareja, cuando ambos cónyuges no viven la experiencia de la paternidad como la realización de un anhelo común, sino también, y principalmente, cuando comparten las preocupaciones de la crianza. Y contribuye a la maduración personal de los padres al polarizar la energía de la pareja más allá de sí mismos y les plantea el reto de una responsabilidad nueva a la cual deben responder como pareja.

Con la llegada del hijo la relación específica de pareja no pierde importancia. Por el contrario, esta relación es fundamental para el hijo y no la podrá reemplazar el amor que los padres le ofrezcan separadamente. Muchas veces los esposos mal avenidos buscan en el hijo una compensación de su relación insatisfactoria y lo instrumentalizan para excusar su desinterés y su desatención por el



cónyuge con el pretexto de que el niño los necesita más. Son relaciones diferentes y vínculos diferentes que no deben ser confundidos, so pena de plantear falsos dilemas que nunca tendrán respuestas satisfactorias. Para la mujer, su marido es importante y su hijo es importante. Lo mismo para el hombre: su mujer y sus hijos son importantes. Para el hijo lo más importante es asegurarse la presencia de unos padres que se aman tanto que el amor que los une desborda de ellos y lo involucra a él. Así desde el principio se dará cuenta de que el amor que cada uno le da no se lo ha quitado al otro ni tiene que quitarle nada para amarlo más. De esta manera se conjura de antemano también la situación absurda del padre o la madre que comienza a experimentar celos ante el hijo que viene a desplazar del afecto del otro cónyuge a quien había llegado primero.

Desafortunadamente también la presencia del hijo puede ser el catalizador que acelere el proceso disolutivo de una pareja mal avenida, con conflictos no resueltos, e incapaz de establecer nuevos lazos y de adaptarse a la nueva realidad. La causa de la ruptura que pueda producirse no está en el hijo, sino en los padres. La paternidad es siempre un reto formidable.

### **Las actividades exteriores**

Es indudable que las actividades comunes son muy útiles para consolidar el vínculo de pareja. Particularmente el manejo de los tiempos libres se presta para que la pareja y la familia los puedan utilizar en actividades recreativas y formativas en común, que acrecientan la cercanía entre todos. En cambio cuando los cónyuges se entregan cada uno por su lado a actividades diferentes que les absorben el tiempo y las energías, se puede llegar a crear situaciones intolerables. Es el caso de los hombres - y hoy también de muchas mujeres - absorbidos por el trabajo, la política, actividades sociales o culturales, en las cuales invierten la mayor parte de su afectividad y se les siente como los permanentes ausentes del hogar.

92

Pero las actividades comunes no agotan toda la potencialidad de los miembros de la pareja.

Muchas veces el compartir un mismo trabajo durante toda la jornada no facilita que aprovechen el tiempo de la tarde y de la



noche en un clima de armonía. Y haría mal el cónyuge que pretendiera que el otro permaneciera todo el tiempo su lado y no se interesara por nada más. Es una de las formas como se manifiesta más comúnmente la tendencia posesiva de los esposos. Conviene que ambos se permitan ese tiempo y espacio propios en el cual cada uno pueda libremente realizar actividades profesionales, culturales, deportivas, etc. que son de su elección o de su responsabilidad y en las cuales el otro no puede estar o no son de su agrado.

No es necesario que los dos estén siempre juntos haciendo las mismas cosas. Pero lo que sí contribuye a fortalecer el vínculo de pareja que cada uno por lo que el otro hace. Puede ser que los dos tengan profesiones muy distintas, que tengan gustos diferentes. Pero eso no impide que cada uno supere sus tendencias narcisista y demuestre interés por aquello que es importante para el otro. La persona es más importante que la actividad y es la persona del otro la que debe tener prioridad.

### **Relaciones con las familias de origen**

Las relaciones con los hijos se presentan simultáneamente con otras relaciones que hacen parte del entorno social inmediato de la pareja. En primer término están las relaciones de cada miembro de la pareja con los padres y parientes más próximos del otro. Estas relaciones a veces son armoniosas - pero no serán siempre y totalmente armoniosas - desde el principio. Sin embargo, es frecuente que desde el noviazgo hayan surgido fricciones y conflictos que, de no resolverse a tiempo y satisfactoriamente, van a pesar negativamente en la vida de la pareja. Esto deben tenerlo muy en cuenta especialmente los recién casados. A pesar de la persistente leyenda negra de las suegras entrometidas e insoportables, hay que aceptar que no son siempre ellas las que originan los conflictos. También las nueras, los yernos, los suegros y cuñados pueden ser presas de prejuicios, actitudes elaboradas y actitudes defensivas - y ofensivas - que hacen difíciles las relaciones y no facilitan una visión objetiva de las personas y las situaciones. Esto es particularmente difícil cuando median prejuicios sociales, raciales o étnicos.

93

Las buenas relaciones con ambas familias de origen, en cambio, favorecen mucho la consolidación del vínculo de pareja, porque



ésta se inserta en una red relacional más amplia y así se favorece un enriquecimiento permanente de todos. Y es particularmente importante para la crianza de los niños y en circunstancias en las que la pareja requiere especial ayuda. Es de anotar la ayuda importante que los abuelos siempre han tenido en la crianza de los niños y que las circunstancias económicas y laborales de hoy están poniendo de nuevo en relieve. Sin que los padres abduquen de una responsabilidad que a ellos les incumbe primero en la educación y crianza de los niños, las familias de origen pueden ofrecerles una preciosa contribución, siempre que logren establecer claros y equilibrados criterios del manejo de la autoridad por parte de unos y de otros.

Ambos miembros de la pareja necesitan tener en cuenta que es indispensable mantener la necesaria autonomía que requiere el nuevo hogar para su sano desarrollo. Es necesario aprender «dejar padre y madre» y que esto a veces requiere esfuerzos y sacrificios considerables. Las dependencias y servidumbres no ayudan a mantener buenas relaciones de pareja. Además hay que ser equitativos con ambas familias en el tiempo y atenciones que les dediquen. Y recordar siempre que, en virtud del compromiso mutuo de su matrimonio, la prioridad la ha de tener siempre el cónyuge frente a la propia familia.

### **Las amistades**

Los amigos influyen en la vida de la pareja. Ojalá que los dos eligieran y cultivaran amistades comunes que les permitan crear un espacio relacional más amplio que contribuya positivamente al buen desarrollo y crecimiento de la pareja y la familia y en especial para la socialización de los niños. Esto es particularmente importante cuando la interacción con las familias de origen es escasa o no es posible. Y al elegirlos, es fundamental tener en cuenta los valores éticos y morales que los animan, los hábitos de vida que practican y el clima familiar que ellos mismos han creado en sus propios hogares. Nadie puede elegir su propia familia de origen, pero las amistades sí. Y en esto no conviene equivocarse.

Pero no es necesario que todas las amistades sean comunes. Cada uno al ingresar en la relación de pareja ya había creado una red de relaciones de amistad que ha durado por años. Tales amistades





pueden provenir del ambiente educativo, de la vecindad, del trabajo, de relaciones sociales o de los parientes de la familia extensa. No todos los amigos de soltero convienen como amigos de casados. Es necesario establecer prioridades y dejar aquellas amistades que perjudiquen de alguna manera la relación de pareja.

#### **4. Las tensiones y los conflictos**

La relación de pareja, más que cualquiera otra relación, se verá siempre afectada por tensiones y conflictos de todo género. Y estas tensiones y conflictos no son extraños sino que están en la raíz misma de la convivencia, debido a las características personales de los miembros de la pareja, con su pasado, con sus semejanzas y diferencias, con sus expectativas y frustraciones, con su capacidad de autocontrol, sus tendencias a dominar y a competir, con sus repercusiones emocionales y sus patrones de reacción.

El tema, la intensidad, la frecuencia de los enfrentamientos y los patrones de resolución ofrecen a cada pareja una radiografía muy exacta de su estructura y de su dinámica interior. Y permite a cada uno de los cónyuges conocerse mejor y descubrir sus puntos débiles y los cambios urgentes que necesita introducir en su comportamiento y en la interacción conyugal si de veras está interesado en la calidad de su relación.

La armonía no es un punto de partida, sino un logro y una conquista. Y esa conquista tiene siempre un precio, a veces alto. Si bien es cierto que es posible y conveniente evitar algunos conflictos en concreto, no será posible ni conveniente evitarlos todos. Lo que sí es posible y vital para cada pareja es aprender a resolverlos en forma positiva. Este aprendizaje, que incluye no sólo aspectos cognoscitivos sino también el desarrollo de habilidades, debería ocupar un lugar importante desde el noviazgo y primeros tiempos del matrimonio.

En el manejo de los conflictos y las tensiones la pareja debe tener siempre en cuenta:

- a) Que deber estar dispuesta siempre para el perdón y la reconciliación y, por tanto, necesita aprender a perdonarse de



verdad, a reconciliarse de verdad, a sacar provecho de las lecciones aprendidas. Los perdones a medias y las reconciliaciones a medias prolongan indefinidamente los conflictos y llevan a situaciones insostenibles.

b) Cada uno sabe por experiencia que ninguno de los dos es perfecto y que en su mutua interacción va a cometer errores, a caer en exageraciones, va a herir al otro y a ser herido por él. Cada enfrentamiento constituye un reto para el conocimiento de sí mismo y del otro.

c) Los hábitos de comunicación interpersonal son determinantes importantes de cómo y por qué surgen los conflictos, de la forma como evolucionan y de los procesos de solución y resultados finales.

d) La pareja debe estar dispuesta para buscar oportunamente ayuda competente en aquellas situaciones cuyo manejo se sale de sus manos. Una cosa es buscar ayuda para los dos; otra cosa es procurarse aliados para optimizar su parte. En la solución de un conflicto de pareja no se trata de conseguir la victoria de una de las partes, sino la ganancia de la pareja como tal.

En el manejo de los conflictos conviene recordar que "más vale prevenir que curar", pero que también hay que curar cuando no hemos sabido prevenir.

*Hasta aquí hemos reflexionado sobre los dinamismos naturales de la relación de pareja, dinamismos poderosos, pero limitados. El varón y la mujer cristianos y creyentes saben que también tiene a su disposición el dinamismo formidable de la gracia de Dios, que le ayudará a ver mejor con mejor luz para descubrir el profundo significado del mandato del Creador de "ser una sola carne" y a superar sus naturales debilidades limitaciones con la fuerza de Otro Amor más grande, que no sólo los inspira sino que también los fortalece. Una verdadera espiritualidad de pareja, inspirada en el Evangelio, les abrirá rutas insospechadas para emprender y realizar juntos su camino por la vida.*

## Bibliografía de Referencia

DUYCKAERTS, FRANCOIS, *La formation du lien sexuel*, Dessart, Bruxelles, 1964.

LEMAIRE, JEAN G., *Los Conflictos Conyugales*, DDB, Bilbao, 1971.

MACE, DAVID & VERA - *We can have better marriages if we really want them*, Abingdon Press, Nashville TN USA 1978.

MACE, DAVID R., *Prevention in Family Crisis*, SAGE Publications, Beverly Hills CA USA 1983.

\_\_\_\_\_, *Close Companions*, CONTINUUM, New York NY USA 1984.

MACE, DAVID & VERA, *How to have a happy Marriage*, Abingdon Press, Nashville TN USA 1984.

VISCOTTI, DAVID, *Te amo, sigamos juntos*, EMECE, Buenos Aires 1990.

WRIGHT, H. Norman, *The Pillars of Marriage*, Regal Books, Ventura CA USA 1985.

Dirección del Autor:

Centro de Pastoral Familiar - CENPAFAL  
Avenida 28 No. 37-21  
Santa Fe de Bogotá,  
COLOMBIA