

información y comprensión de nuestra pareja, nos vamos formando un concepto y una imagen de ella y eso nos conduce a concederle o no nuestra confianza.



2. **El yo mental: La confianza mutua.** El nivel de confianza que depositamos en alguien aumentará con el tiempo a medida que observamos cómo alcanza la madurez y la estabilidad emocional. Basados en nuestro nivel de confianza, podremos sentirnos seguros que la persona llenará nuestras necesidades.
3. **El yo emocional: Sentirse comprendido.** A medida que usted invierte una parte de su propio ser en la relación, lo mismo hará su pareja. Con el tiempo aprenden a comprenderse el uno al otro. La confianza es el resultado natural de comprenderse mutuamente.
4. **El yo relacional: La dedicación.** El grado de dedicación se mide por cuánto de sus recursos personales uno entrega al otro. Su entrega a la relación aumenta mientras los aspectos 1-3 crecen.
5. **La sexualidad: Capacidad para formar un vínculo sexual, para desear y sentirse deseado.** Esto comienza con las miradas y progresa hasta llegar a la relación sexual. El desarrollo de los otros aspectos lleva al contacto físico. Es común que las relaciones de hoy estén desequilibradas en lo que a las relaciones sexuales se refiere. Pero la clave está en no permitir que un área crezca a un ritmo más rápido que las demás.

La elección de un cónyuge es una decisión que deseamos que dure toda la vida. Conocer los factores que contribuyen a un matrimonio feliz nos guiará en la elección de un compañero de vida. Ya sea que hayas crecido con tu futuro cónyuge, como los padres de Carla, o que hayas crecido lejos de tu familia y tus amigos, como Carla y Brian, podrás estar seguro que estás haciendo una decisión sabia y plena de potencial para la intimidad, tanto intelectual como del corazón.

Para obtener más información sobre este importante tema, lea *How to Avoid Falling in Love with a Jerk* [Cómo evitar enamorarse de un tipo despreciable] (Van Epp, John. New York: McGraw Hill. 2007.)

Sobre el autor: Alice Merrill es Directora Asociada de los Ministerios de Niños, de la Familia y de Aventureros de la Asociación del Norte de California.

**Distribuido por:** Departamento de Mayordomía de la Asociación de Alaska. **Director :** Sharon Staddon. **Publicadores:** Departamento de Mayordomía de la Unión del Pacífico.

**Director :** Gordon Botting. **Diseño/Asistente editorial:** Carol Lowe. **Traducción:** Publicaciones El Camino.

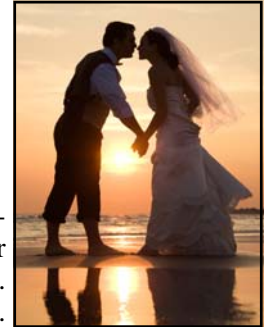
# Merrill del Mayordomo

Colección de ideas  
prácticas para ser mejores  
mayordomos

Febrero, 2010  
Volumen 15, #2

## COMO EVITAR CASARSE CON UN PERDEDOR

Por Alice Merrill



Carla se graduó de la universidad con una licenciatura en Negocios Internacionales y fue contratada por una empresa para trabajar en una sucursal de Francia. Allí conoció a Brian, que, como ella, era extranjero. Comenzaron a cortejar y después de año y medio decidieron casarse. Aunque Carla y Brian habían compartido con sus padres muchas cosas uno del otro, la primera vez que las dos familias se reunieron fue el fin de semana de la boda.

Los padres de Carla no podían dejar de comparar el noviazgo de su hija con su propia experiencia. Habían crecido juntos y asistido a las mismas escuelas e iglesias. Sus padres se conocían bien y se sintieron felices cuando sus hijos decidieron casarse.

Como esta historia no es real, no tuve que cambiar los nombres para proteger a los inocentes. Sin embargo, casos como éste son cada vez más comunes en el mundo de hoy.

## EL MATRIMONIO Y EL DIVORCIO EN EL MUNDO DE HOY

Hubo un tiempo cuando las familias participaban más en el proceso del cortejo; en algunos casos, hasta elegían los cónyuges para sus hijos. A la mayoría de la gente no le entristece que los matrimonios arreglados sean cosa del pasado. Pero ¿adónde ir para obtener ayuda en la elección de un cónyuge? Si tan cuidadosamente hacemos planes financieros para nuestra jubilación, ¿no debiéramos ser tan cuidadosos en la investigación de la persona con quien deseamos pasar toda la vida?

En nuestra sociedad de hoy, las tasas de divorcio son elevadas, aun dentro

La mayordomía es un estilo de vida total. Abarca la salud, el tiempo, los talentos, el ambiente, las relaciones, la espiritualidad y las finanzas.

de la Iglesia Adventista. Las dificultades emocionales y financieras del divorcio no pueden pasarse por alto.

Las discordias maritales y familiares son los principales contribuyentes en la mayoría de los casos de depresión, pérdida de la salud física y de la producción deficiente en el trabajo. Los niños de padres divorciados están más propensos a desarrollar problemas de salud, a repetir los grados o a ser suspendidos o expulsados de las escuelas, que los niños que viven en hogares estables. Las muchachas adolescentes tienen tres veces más probabilidades de tener hijos fuera del matrimonio que los niños cuyos padres permanecen juntos.

Sin embargo, a pesar de estas estadísticas, más del 75% de los adolescentes dicen que esperan casarse y disfrutar de un buen matrimonio, y que la vida familiar es extremadamente importante para ellos.

## COMO ELEGIR UN BUEN CONYUGE

Es fácil encontrar informes sobre los resultados de una mala elección de un cónyuge, pero ¿adónde puede acudir una persona soltera para obtener un buen consejo? La elección de un buen compañero o compañera de la vida requiere el uso de la mente y el corazón. He aquí algunas sugerencias que debemos tomar en cuenta para esta importante elección.

### Conocimiento Mental

- Los compañeros deficientes, ya sean hombres o mujeres, no parecen comprender la forma como los demás los perciben. Las señales típicas pueden ser cambios dramáticos de temperamento, rechazo de los demás, tratar de controlar a los demás, o querer ser el centro de atención.
- Es importante saber lo que la conciencia de su pareja les dice, lo que él o ella considera correcto e incorrecto. La conciencia también nos dice cómo relacionarnos con otras personas. La capacidad de expresar compasión, empatía y simpatía son cualidades importantes en la búsqueda de un cónyuge.
- La capacidad de comunicarse es importante y debe probarse en diversas situaciones. Conocer a una persona sólo mediante el correo electrónico o por teléfono no nos da una imagen completa. ¿Cómo es nuestra comunicación cuando estamos bajo estrés, o pasando por situaciones incómodas o desagradables?
- Los argumentos a favor de la convivencia antes del matrimonio, dicen que es una forma de descubrir si la pareja es realmente compatible. Sin embargo, las estadísticas revelan que este no es un buen indicador de la



La elección de un cónyuge es una decisión que deseamos que dure toda la vida. Conocer los factores que contribuyen a un matrimonio feliz nos guiará en la elección de un compañero de vida.

longevidad del matrimonio. Lo cierto es que la compatibilidad sí es un indicador importante de la felicidad conyugal. Usted no necesita encontrar un compañero o compañera de la vida que sea exactamente como usted. Cómo manejar las diferencias puede ser más importante que las diferencias en sí. Algunas diferencias son más importantes que otras: uno de ellos puede ser fanático de los *Lakers* y el otro de los *Blazers*. Sin embargo, esto no es tan importante como el que uno de los dos sea muy religioso y el otro, agnóstico.

- La familia de origen, sea buena o mala, también tiene algún efecto. Por ejemplo, la historia de Jenny de la película *Forrest Gump* es un excelente ejemplo de cómo el abuso que una mujer sufrió cuando niña afectó su relación con los hombres que tuvo a través de la vida. Esto no quiere decir que estamos predestinados a seguir los pasos de nuestras experiencias de la infancia, sino que debemos esforzarnos conscientemente por evitar que ellas se repitan.
- Usted no se casa sólo con su cónyuge; también se casa con su familia. Informarse acerca de la familia de su cónyuge le da una buena indicación de lo que su pareja espera del matrimonio. Algunos niños son criados en un ambiente permisivo o con un padre autoritario. ¿Cómo se asignaban las responsabilidades? ¿Fueron los padres cariñosos y atentos con los niños o fueron indiferentes? Al conocer la relación de su pareja con sus padres le da una idea de cómo será su relación con usted.

### Conocimiento de Corazón

A continuación enumeramos las cinco categorías o aspectos que comúnmente nos permiten establecer una estrecha unión de carácter permanente con la persona a la que nos unimos. Estas aumentan conforme el vínculo con la otra persona se va formando. La intensidad de cada aspecto debería aumentar relativamente al mismo ritmo. Mientras mejor nos conozcamos en cada una de estas áreas, mayor será la felicidad conyugal.



1. **El yo físico/sensorial: Cómo llegar a conocerse.** Nunca nos damos a conocer plenamente en la primera cita. Llegamos a conocernos el uno al otro por la información mutua y las diversas experiencias que con el tiempo se van desarrollando. Conforme vamos adquiriendo esa