

1 **Radio**
2 **Vida en Familia Hoy**
3 **Resolución del Conflicto en el Matrimonio**
4 **Principios para Resolver el Conflicto III**
5 **Dennis Rainey**

6
7 Resumen: En este programa, que se presenta en dos partes, se analizan los niveles de la
8 comunicación que permitirán que una pareja logre solucionar los conflictos
9 efectivamente. Se enfatiza en el compromiso que debe ser el factor clave en la relación
10 matrimonial.

11
12 Dennis: Es esto lo que demanda la mayor valentía y el mayor esfuerzo. También
13 aquí se demanda la mayor confianza y confidencia en una relación para
14 que avance hacia este último nivel de realmente permitir a otra persona
15 que conozca mi yo íntimo. Y de lo que vamos a hablar hoy es de la
16 transparencia, de descubrir la transparencia con nuestro esposo o esposa.

17 **MÚSICA PRESENTACIÓN PROGRAMA**

18 Roberto: Esto es Vida en Familia Hoy. Nuestro anfitrión es el co-autor del best-
19 seller, “Momentos Juntos para Parejas” y presidente de Vida en Familia,
20 Dennis Rainey. Yo soy Roberto Lepine. ¿Qué es la transparencia? ¿Es
21 ésta realmente segura? Siga en sintonía.

22 Y bienvenido, bienvenida a Vida en Familia Hoy. Gracias por
23 acompañarnos la presente emisión de nuestro programa. Estamos
24 hablando acerca de cómo resolver el conflicto en la relación matrimonial.
25 Todos nosotros experimentamos el conflicto en el matrimonio, pero si
26 fallamos en la resolución del conflicto, esto resultará en una pérdida de
27 intimidad. ¿Es eso correcto?

28 Dennis: Así será. Y típicamente, tal como decíamos en las transmisiones
29 anteriores de esta serie, hay dos tipos de personas: aquellos que aman la
30 paz... a los que les gusta pasar la pipa de la paz... y aquellos que luchan
31 por el premio. Y tradicionalmente el que lucha por el premio persigue al
32 que fuma la pipa de la paz alrededor del cuadrilátero de box, tratando de
33 tener una buena y vigorosa pelea, y la otra persona trata de huir de él,
34 evitando el conflicto, todo al mismo tiempo.

- 1 Roberto: Sí, ese amante de la paz realmente podría no estar tratando de negociar
2 una paz verdadera. A lo mejor simplemente quiere salirse de la guerra,
3 ¿verdad?
- 4 Dennis: Emprende la retirada. Nunca olvidaré a un hombre joven al que di
5 consejería hace algunos años y que veía a sus padres dando vueltas en el
6 cuadrilátero de esta manera. La madre era una persona a la que le
7 encantaba una buena pelea. El padre era alguien que huía de todo
8 conflicto de todo tipo. Y el chico dijo que desde que tenía ocho años y
9 hasta su vida adulta, podía recordarse a sí mismo hundiéndose entre sus
10 padres, tratando de correr hacia su madre y diciéndole, “Mamá, ¿no
11 entiendes cómo se siente mi Papá? Deja de atacarle”. Y corriendo hacia su
12 padre para decirle, “Papá, ¿no comprendes a mi Mamá? Sal de tu
13 escondite. Lucha con este asunto. Enfrenta el problema y conversen”. Y él
14 se ponía entre ellos, y como resultado internalizó todo el conflicto no
15 resuelto entre sus padres. Y un día me confesó algo, me dijo, “Dennis,
16 desde que tenía ocho años y hasta mis veintes, no recuerdo un solo día en
17 el que no hay pensado acerca de suicidarme”. Estaba emocionalmente
18 perturbado a causa de la falta de resolución de conflicto que tenían sus
19 padres. Hay muchas cosas en juego en esto de la resolución del conflicto...
20 no sólo en el matrimonio, sino también en los hijos que miran el modelo
21 que sus padres están estableciendo.
- 22 Roberto: Pienso que ese es un punto importante que se debe resaltar, Dennis,
23 porque pienso que muchas personas, en lugar de resolver el conflicto
24 simplemente le sacan brillo. Como que de cierta manera lo ponen a un
25 lado con la esperanza de que desaparezca. A menos que uno se esfuerce y
26 tome la decisión de resolver el conflicto, realmente lo que se está haciendo
27 es dejar minas terrestres enterradas en la relación y que pueden explotar en
28 cualquier momento en el futuro.
- 29 Dennis: Nos casamos porque queremos conocer a la otra persona; queremos ser
30 auténticos y queremos conocerla como una persona auténtica. Y de lo que

1 vamos a hablar hoy es de la transparencia, de descubrir la transparencia
2 con nuestro esposo o esposa.
3 Paul Tournier, el psiquiatra Suizo, escribió, “La transparencia es la base de
4 un buen matrimonio”. Roberto, la transparencia consiste en compartir
5 nuestros sentimientos, nuestras emociones; es compartir quién somos
6 verdaderamente, con otra persona, con nuestra pareja, que está
7 comprometida con nosotros

8 Roberto: Muy cierto, Dennis.

9 Dennis: Y esto nunca puede suceder, ese compartir, sin esa última frase...
10 “comprometida con nosotros”. Y la razón es que esto es algo riesgoso.
11 Hay mucho miedo de darse a conocer. Existe miedo al rechazo... a lo
12 mejor crecimos en una casa en la que, al ser auténticos, éramos
13 recompensados con el rechazo, y como resultado fuimos profundamente
14 heridos. Por lo tanto hemos aprendido a no abrirnos completamente
15 porque esto no paga bien; y consecuentemente, nos cerramos. Y pienso
16 que muchas personas son como una especie de botón de rosa; necesitan
17 que alguien les nutra para poder abrirse lentamente y llegar a ser
18 conocidos en el matrimonio.

19 Roberto: Suelo encontrar muchas mujeres jóvenes, en particular aquellas que
20 crecieron en un hogar en el que hubo divorcio y Papá se fue... y ellas
21 crecieron sintiendo que no podían ser transparentes con un hombre porque
22 en su interior pensaban que eventualmente, “Él me va a abandonar tal
23 como mi papá abandonó a mi mamá”.

24 Dennis: Se sienten inseguras. Y cuando no existen las cercas y las paredes gruesas
25 del compromiso alrededor de una relación, a las personas les parece difícil
26 ser abiertas, ser auténticas...

27 Roberto: Así es...

28 Dennis: ...porque le temen al rechazo. Sé que uno de los mayores problemas en
29 los matrimonios de hoy es que muchas de las esposas realmente no sienten
30 que sus esposos las necesitan. Obviamente no puedo comprender cómo se
31 siente una mujer al respecto, pero tuve una buena relación con un amigo

1 que realmente me enseñó algo acerca de esto. Este hombre en particular
2 era muy autosuficiente; era uno de aquellos hombres que pueden
3 arreglarlo todo. Podía reparar las cosas en su casa, y yo no soy muy bueno
4 en esa clase de cosas.

5 Roberto: ¿Y qué pasó con él?

6 Dennis: Bueno, yo no sentía que me necesitara. Y recuerdo que desarrollé una
7 relación con él durante un periodo de dos o tres años y finalmente fui a él
8 un día y dije... “Sam, no siento que me necesitas. Siento que no necesitas a
9 nadie”. Y decayó... nunca olvidaré que su semblante simplemente decayó.
10 Dijo, “Debes estar bromeando. Te respeto y te admiro mucho en esta área
11 y en esta otra”, y empezó a recorrer por una lista de cosas en las que se
12 sentía deficiente y en las que yo era bueno. Bueno, yo no lo sabía. Pero lo
13 que él me había transmitido en virtud de su falla para ser transparente, fue
14 que no tenía necesidad alguna de mí.

15 Roberto: ¡Qué increíble!

16 Dennis: Bueno, pienso que esa es la manera en la que muchas mujeres se sienten
17 en su relación matrimonial. Los hombres no han compartido ni han bajado
18 la guardia al abrir su corazón y al decir específicamente, “Sabes, mi vida,
19 te necesito”. Hay algo en esas dos palabras que suelen quedarse atrapadas
20 justo aquí, Roberto, bajo la nuez de Adán. Y la razón para esto es que
21 pienso que los hombres luchan contra el orgullo.

22 Roberto: Dennis, has dado en el clavo...

23 Dennis: Luchamos contra la autosuficiencia. Y aún así, si entrevistásemos a
24 cualquier hombre en el día de su boda, precisamente la razón por la que se
25 casa es que no se siente autosuficiente.

26 Roberto: Bueno, y muchos de nosotros sentimos que si admitimos eso,
27 particularmente delante de nuestras esposas, las hará sentir inseguras.
28 Tenemos la idea errónea que si decimos que las necesitamos, en algún
29 punto sentirán que no podemos cuidarlas de la manera en la que
30 deberíamos a causa de cómo nos sentimos. Y en realidad la verdad es

1 justamente lo opuesto. Cuando somos vulnerables y decimos que las
2 necesitamos, esto las ayuda a sentirse mucho más seguras en la relación.

3 Dennis: Realmente las ayuda, Roberto. Si uno pudiera mirar el rostro de una mujer
4 cuando su esposo comparte con ella, “Mi vida, te necesito en esta área y
5 en esta área y en esta área, y me gusta la manera en la que me completas
6 aquí, aquí, y aquí”. La mujer sonrío y se ilumina.

7 Roberto: Eso es así.

8 Dennis: La mujer empieza a abrirse y a responder a eso. He visto que eso sucede
9 en la oficina de consejería una y otra vez. Hace algunos años, John Powell
10 en su libro, “¿Por qué Tengo Miedo de Decirte Quién Soy? hablaba sobre
11 cinco niveles de transparencia. Y pienso que podríamos hablar sobre este
12 tema en Vida en Familia Hoy, y en realidad estaríamos perjudicando a
13 nuestros oyentes si realmente no describimos y definimos los niveles de
14 transparencia y si no les dejamos tener una imagen de cómo ésta debe
15 verse en una relación matrimonial.

16 Roberto: Bueno, permíteme motivar a nuestros oyentes mientras las revisamos, para
17 que se hagan la siguiente pregunta, “¿En dónde estamos en nuestra
18 relación dentro de esta jerarquía de intimidad?”

19 Dennis: El primer nivel es la comunicación cliché o sea, lo de siempre. Esta
20 permite que una persona realmente esté en la seguridad de su aislamiento
21 con los demás. Se trata simplemente de los saludos normales, “Hola,
22 ¿cómo estás?” “El clima está agradable”, Se trata de conversaciones de
23 elevador.

24 Roberto: Son conversaciones triviales...

25 Dennis: Sí, de ese tipo de cosas. El segundo nivel es la comunicación basada en
26 los hechos. Ésta consiste en mantenerse el uno a otro a la distancia de un
27 brazo y discutir sobre cosas de la cabeza, pero no del corazón.

28 Roberto: ¿Qué significa esto?

29 Dennis: No se expresan verdaderas opiniones porque ese es el tercer nivel dentro
30 de los niveles de transparencia, la comunicación de opinión. La
31 comunicación de opinión involucra el compartir ideas y opiniones que

- 1 realmente abren a la persona a medida que expresa lo que piensa en
2 verdad.
- 3 Roberto: Y existe riesgo en que un individuo diga, “Se te está pasando la mano”, y
4 que de cierta manera nos haga a un lado porque no está de acuerdo con
5 nuestra opinión. Pero lo contrario también puede ocurrir. Es una
6 oportunidad para que dos personas se unan y digan, “Vaya, sí estoy de
7 acuerdo”. Lo que te apasiona a ti, me apasiona a mí; tus puntos de vista
8 son los míos. Tenemos cosas en común aquí”. Y esta es una base para que
9 la relación se profundice.
- 10 Dennis: Es una base, porque los dos siguientes niveles... el nivel cuatro y el nivel
11 cinco... realmente nos llevan al núcleo de lo que es una persona.
- 12 Roberto: Así es, Dennis, pero tendremos que profundizar en los siguientes niveles
13 en nuestro próximo programa de Vida en Familia Hoy porque el tiempo se
14 ha agotado.
- 15 Dennis: Le invitamos, entonces, a que se mantenga en sintonía con nosotros
16 mientras avanzamos en esta serie que trata de la resolución del conflicto
17 en el matrimonio.
- 18 Roberto: Nos despedimos por el momento, Roberto Lepine y nuestro anfitrión,
19 Dennis Rainey. ¡Hasta la próxima, que Dios le bendiga!
20