



SALVA TU  
MATRIMONIO

PARA SIEMPRE



El Método Paso-a-Paso para Recuperar tu Matrimonio

Bienvenido a Mi Mini-Curso De 6 Partes!

Hola!

Bienvenido al mini curso de 6 partes de "salva tu matrimonio para siempre".

Hoy con las 6 razones más comunes para el divorcio... y cómo detenerlo para que no te pase a ti!

En este curso aprenderás poderosos datos y herramientas diseñadas para poder ponerte a pensar con claridad acerca de por qué los problemas matrimoniales se dan realmente.

Aprenderás cómo tu comportamiento puede detener los problemas en tu matrimonio en medio de su camino... Sin ningún esfuerzo por parte de tu pareja! Esta es información realmente radical que necesitas saber, respaldado por la última investigación de matrimonios.

Ya conoces los beneficios del matrimonio. Los estudios empíricos demuestran que las personas casadas están mejor que solas o las parejas que viven juntas. Las personas que se casan tienden a generar más riqueza, a tener una mejor y más activa vida sexual (eso es cierto! más que las personas sexualmente activas en forma individual y parejas en concubinato!), y son más sanas física y emocionalmente. Con tantos beneficios materiales, sociales, económicos y emocionales en el matrimonio, no puedes permitir que tu matrimonio se derrumbe.

Autora de "**Salva Tu Matrimonio Para Siempre**" - Isabel Meyer

Esto Es Lo Que Aprenderás En Mini-Curso:

Parte 1 - Factores de Riesgo para el Divorcio y Por Qué Tú Deberías Ignorarlos

El top seis de predicciones para el divorcio. Estate al tanto de las estadísticas para que puedas enfrentarte a ellas!

El top seis de predicciones para un matrimonio de larga duración. ¿Están las probabilidades a tu favor? Las claves para un matrimonio exitoso (una pista: ellos no están enamorados o siempre felices).

¿Quién tiende a iniciar el divorcio? Tu pareja puede estar pensando en ello en este momento y tú ni siquiera lo sabes!

Quién tiene realmente el poder en tu relación. Te voy a decir quién exactamente puede dar vuelta tu relación y cómo hacerlo!

## Parte 2 - El Verdadero Asesino del Matrimonio: la Pérdida del Amor y la Intimidad

Cómo reconocer cuando tu relación está en peligro. Aclaración: No es cuando estás discutiendo todo el tiempo!

¿Qué hacer si el amor se ha ido? Quedarás asombrado con este consejo. 25 asesinos de relaciones. Mantén estos venenos fuera de tu relación!

El doble "D". ¿Cómo la desilusión y la decepción pueden carcomer tu matrimonio.

## Parte 3 - Aventuras: Cómo Detectarlas y Prevenir las Antes De Que Ocurran

Cuando es probable que los romances ocurran. Los puntos de tensión en tu matrimonio que hay que

tener en cuenta.

Cuando los romances suceden. Previene un romance antes de que suceda viendo estas áreas problemáticas.

¿Un romance destruirá tu matrimonio? Lo que debes considerar.

Qué hacer si sospechas de una aventura. Aclaración: No es mantener una postura y acusarlo a él o ella.

## Parte 4 - Falta de Comunicación: Volverse Expresivo Con La Pareja

Para que tu pareja se abra. Algunas estrategias de gran alcance para conseguir que la comunicación fluya de nuevo.

Los "qué hacer" y "qué no hacer" en la comunicación. ¿Son patrones de mala comunicación los de mantener a tu cónyuge compartiendo contigo?

El reglamento al discutir. No es una libertad completa!

El veneno silencioso. Cómo el resentimiento puede destruir tu matrimonio y cómo la comunicación puede ayudar.

## Parte 5 - Falta de Compromiso: Si Estás Involucrado en Algo o con Alguien Más, No Estás Involucrado Con tu Pareja

Cómo las actitudes modernas hacia el matrimonio trabajan en contra del compromiso. Cómo las actitudes generacionales hacia el matrimonio pueden sabotear el compromiso antes de que comience.

El peligro de ser un adicto al trabajo.

Cómo los niños pueden dividir un matrimonio. El peligro de Internet.

## Parte 6 – Distanciarse: Evita Que Te Pase A Ti!

Incompatibilidad. Nócala antes de que la incompatibilidad te separe a ti.

Tu pareja es un libro. Léelo a tu pareja, incluso si no han compartido cosas en el pasado! Crisis de la mediana edad. La zona de peligro de la mediana edad.

Este mini curso te dará algunas herramientas básicas para hacer frente a la disolución de un matrimonio, pero no puede decir todo en tan sólo seis correos electrónicos. Es por eso que puse todo en mi libro electrónico [salvatumatrimonioparasiempre](#) ". Tiene mucho, mucho más. Está lleno de ejercicios útiles diseñados para darte una mejor comprensión de lo que está causando problemas en tu matrimonio y cómo solucionarlos. Tú aprenderás acerca de la resolución de conflictos, el aumento de la intimidad, cómo lidiar con un romance y mucho, mucho más. Haz click en el link de abajo para ver exactamente cómo te puedo ayudar a volver a poner de pie tu matrimonio!

[Salva Tu Matrimonio Para Siempre](#)

Ahora, vamos a entrar en la lección de hoy...

## “salva tu matrimonio para siempre” MINI CURSO DE 6 PARTES -

### DIA 1 Factores De Riesgo Para El Divorcio y Por Qué Tú

#### Deberías Ignorarlos

Si tu matrimonio está luchando, infeliz, o al borde del divorcio, es necesario que tengas la mejor información disponible a tu alcance. Necesitas saber qué factores podrían estar trabajando en contra de tu matrimonio en este momento, incluso si tú no ves nada malo. Muchas personas creen que su matrimonio está trabajando bien hasta que su cónyuge les da la llamada de atención.

Los matrimonios ya sea que crecen o se deshacen: no permanecen estáticos. Eso significa que un matrimonio no es un seguro donde las cosas son siempre las mismas. Un matrimonio sólido es aquel en el que nunca deja de poner el esfuerzo para hacerlo mejor y mejor.

Tú no estarías visitando la página web de “salva tu matrimonio para siempre” a menos que tu matrimonio no estuviera en crisis. Este curso de seis partes se concibe como una revelación para mostrar por qué tu matrimonio puede haber llegado a este punto y qué conductas pueden estar aún conduciéndote al camino del divorcio. Si vas a restaurar, sanar y fortalecer tu matrimonio, TIENES que pensar con franqueza acerca de las razones que hacen que tu matrimonio no sea satisfactorio tanto para ti como para tu pareja. Ahí es donde este curso puede ayudar.

#### Top Seis de Predicciones para el Divorcio

Vamos a comenzar con las cosas que tú no puedes cambiar. Algunos matrimonios comienzan con una serie de retos que están contra ellos, otros matrimonios tienen factores a su favor. Si ninguna de las situaciones siguientes se aplica a ti y a tu pareja, no te desesperes. Estos son factores de riesgo no determinantes. Sólo puede significar que tú necesitas una ayuda adicional (tales como el asesoramiento profesional) para trabajar a través de los temas que tú y tu pareja enfrentan.

- Tú te casaste en la adolescencia.

Estudio tras estudio muestran que la edad de matrimonio es uno de los predictores más potentes y consistentes de la estabilidad matrimonial. Si te casas antes de cumplir los veinte, tienes mucho más riesgo de divorciarte.

- Ustedes vivieron juntos antes del matrimonio.

Muchos jóvenes de hoy creen que vivir juntos antes de casarse pondrá a prueba su compatibilidad y así

evitar que se cometa un error al casarse con alguien que no conocen plenamente. A pesar de la amplia presencia de esta creencia, la evidencia lo asegura. A pesar de que más de la mitad de todos los primeros matrimonios son precedidos por un período de convivencia, no lo hagas sólo porque todos los demás lo están haciendo. Vivir juntos antes del matrimonio aumenta considerablemente las probabilidades de divorciarse finalmente, a menos que ya estuvieran comprometidos de antemano y se casan poco después de irse a vivir juntos.

- Tus padres o los padres de tu pareja se divorciaron.

Los hijos de padres divorciados tienen más probabilidades de divorciarse (así como menos posibilidades de casarse, en primer lugar). Este riesgo puede mitigarse si uno de ustedes viene de una familia feliz, intacta. Si tanto tú como tu pareja provienen de hogares rotos, se eleva el riesgo de divorcio.

- Tuvieron un hijo antes de contraer matrimonio.

En una nota positiva, las parejas con hijos tienen un riesgo ligeramente menor de divorcio que parejas sin hijos, si es que su primer hijo nació siete meses o más después de casarse. Tener un hijo en común antes de ese período incrementa el riesgo de divorcio.

- No has estado mucho tiempo casado.

Los dos primeros años de un matrimonio son críticos y la mitad de todos los divorcios se producen por el séptimo año de matrimonio. Cuanto más tiempo hayan estado casados, más probabilidades tendrán de querer permanecer así.

- Tu ingreso anual es menor

Asuntos de dinero. Las cepas financieras suelen romper matrimonios, ya que cuando el dinero es escaso, los argumentos y las tensiones conyugales aumentan. De hecho, la Academia Americana de Abogados Matrimoniales considera que los problemas financieros son una de las cinco razones más comunes para el divorcio (junto con la mala comunicación, falta de compromiso, infidelidad y un cambio dramático en las prioridades).

Top Seis de Predicciones Para un Matrimonio de Larga Duración

Si tú estás enfrentando desafíos en tu matrimonio, puede ser reconfortante saber que tú tienes algunos factores a tu favor. Estas predicciones se limitan a factores que se establecieron en su lugar cuando se casaron y no incluyen aspectos como la buena comunicación y habilidades de resolución de conflictos.

- Ustedes eran ya grandes cuando se casaron.

Casarse sobre la edad de veinticinco años (a diferencia de los adolescentes) disminuyen las posibilidades de divorcio. Esto se debe a que las personas mayores tienden a ser más maduras, más claras sobre lo que están buscando en una pareja y buscan tener más estabilidad económica.

- Ustedes comparten la misma religión o sistema de creencias.

Compartir una religión es un lazo poderoso, los trae a ti y a tu pareja juntos a un nivel espiritual y le da a un matrimonio un sentido de un propósito más elevado. Cuando están activos en una religión, tienen el asesoramiento y una fuerte red de apoyo disponible para promover a través de momentos difíciles en su matrimonio. También, sus valores y objetivos compartidos sostienen la vida en el matrimonio y los mantienen creciendo juntos y no separados.

- Tú tienes alguna educación superior.

Un título universitario no es necesario para aumentar las posibilidades de un matrimonio de larga duración, pero alguna enseñanza superior disminuirá las posibilidades de divorcio considerablemente con relación a una deserción escolar de secundaria.

- Tus padres todavía están juntos.

Si tú has crecido en una familia intacta, las probabilidades de divorcio son menores en comparación con alguien que creció con padres divorciados. Esto es porque gran parte de lo que aprendemos sobre el matrimonio y el comportamiento civil viene de mirar a nuestros padres. Si nuestros padres han desarrollado estrategias para permanecer juntos, vamos a absorber esas estrategias en la infancia y ser capaces de utilizarlas para nosotros mismos en nuestras relaciones adultas.

- Tu ingreso está por encima

Las parejas con ingresos medios o altos tienden a experimentar menos conflictos sobre la administración del dinero. Ellos tienen la garantía financiera por lo que tienden a preocuparse menos por ganarse la vida y más en hacer una vida.

- Ustedes tienen un hijo en común.

Las parejas con hijos tienen un menor riesgo de divorcio en comparación con las parejas sin hijos. Sin embargo, se advierte: el momento más estresante en un matrimonio es después del nacimiento del primer hijo. Por eso es tan importante que el primer hijo nazca sólo después de que el matrimonio ha desarrollado una base sólida.

### Las Claves Para Un Matrimonio Exitoso

Según Michael P. Johnson, profesor de sociología en la Universidad Estatal de Pensilvania, hay tres cosas que mantienen a una persona en el matrimonio: la gente que quiere quedarse, los que consideran que deben quedarse, y/o los que tienen que quedarse. Esta combinación de compromiso personal, moral y estructural sirve para mantener a la gente en los matrimonios.

Ten en cuenta que el compromiso mantiene a las personas en el matrimonio, no la felicidad. El Dr. Ted Huston, de la Universidad de Texas Austin estudió parejas desde el noviazgo hasta el matrimonio. Su

estudio de diez años explotó muchas ideas populares falsas sobre el amor. Por ejemplo, de hecho, encontró que muchas parejas de recién casados no tuvieron la dicha de recién casados: de hecho, las parejas cuyos matrimonios se iniciaron con "el romance de Hollywood" intenso se han quemado de a poco. Una pareja casada esperando la felicidad todos los días de su vida tiene en realidad más probabilidades de no divorciarse que una pareja con una relación menos emocionante, porque están más propensas a considerar el divorcio cuando los sentimientos intensos disminuyen. ¿Eso significa que las parejas menos emocionantes, incluso las relaciones más carentes duran? Lo hacen de hecho, quizás porque tienen menos distancia para decaer.

La investigación muestra que los períodos de infelicidad en un matrimonio no son indicativos de la infelicidad futura. De hecho, un estudio mostró que el 86% de las parejas infelizmente casadas que se quedaron con su matrimonio eran más felices cinco años después, tres quintas partes de los cuales eran "bastante" o "muy feliz".

De acuerdo con el informe del 2004 del Proyecto Nacional de Matrimonio "Estado de Nuestros Matrimonios", el porcentaje de personas casadas mayores de 18 años quienes dijeron que su matrimonio fue muy feliz ha disminuido en los últimos veinticinco años, de alrededor del 69% a mediados de 1970 a 64% para los hombres y 60% para las mujeres de hoy. Eso es menos de dos tercios de la población casada que se considera muy feliz en su relación. Es evidente que no tienes que estar felizmente enamorado o muy feliz por la relación al fin y al cabo. ¿Qué necesitas?



No es el amor ni la suerte. Es el compromiso y el compañerismo. Compromiso significa que tú tienes poderosas razones personales, morales y estructurales para permanecer en la relación. Compañerismo significa que tú y tu pareja forman un equipo unificado en contra de cualquier desafío que la vida te da. Los miembros del equipo pueden luchar, no estar de acuerdo, y estar en un punto muerto, pero saben que su felicidad y su satisfacción en la vida dependen del éxito del equipo, no de su éxito individual.

### Cuando el Matrimonio Falla... Quién y Cómo?

Contrariamente a la creencia popular, no son los hombres los que buscan el divorcio. Son las mujeres, por abrumadora mayoría. Las razones de esta tendencia son diversas. Parte de ello es la naturaleza de las leyes del divorcio, mientras otra es el hecho de que los hombres tienden a tener más problemas de

conducta con la destrucción del matrimonio como el alcoholismo, las relaciones y el abuso de sustancias, que causan a sus mujeres para lograr la separación.

El divorcio es duro para todos. El daño que causa el divorcio a los niños suele ser peor que el daño causado por vivir en un hogar de dos padres con problemas matrimoniales. Esto es contrario a la creencia popular de que los niños están mejor cuando sus padres se divorcian en lugar de vivir juntos. Los estudios muestran que sólo en una minoría de situaciones de alto conflicto esto es verdad.

Después de un divorcio, se puede esperar que el estándar de vida de una mujer se caiga, mientras el estándar de vida del hombre puede mejorar. Sin embargo, los hombres sufren de otras formas. Divorciados y separados los hombres son dos veces y media más propensos a cometer suicidio que los hombres casados. Esto se debe parcialmente al hecho de que los hombres, a diferencia de las mujeres, son menos propensos a tener una fuerte red de apoyo para compartir sus sentimientos. Ya sea debido a esta necesidad de compañía o no, los hombres divorciados tienen más probabilidades de casarse que las mujeres divorciadas, y son más propensos a volver a casarse pronto.

### ¿Quién Tiene el Verdadero Poder en una Relación?

Sin importar si tú eres un hombre o una mujer, ya sea que pagas las cuentas o te quedas en casa, o si tú necesitas a tu cónyuge más de lo que tu cónyuge te necesita a ti, sólo hay una persona al control de cualquier relación. Esa persona tiene el poder de dar vuelta una relación o bien puede dejarla en el suelo. Y esa persona generalmente nunca se da cuenta de cuánto poder maneja hasta que ya es demasiado tarde.

Esa persona eres tú.

Tú tienes la opción bien de reaccionar a la situación en que estás (debido a las quejas acerca de tu matrimonio, permitiendo que tú te inundes por las emociones negativas, o sintiéndote fuera de control), o para asumir la responsabilidad y elegir tus acciones. Eleanor Roosevelt dijo una vez: "Nadie te puede hacer daño sin tu consentimiento".

Incluso si tú no puedes cambiar el comportamiento de tu pareja, puedes elegir cómo responder a ese comportamiento. Puedes interiorizar la culpa, el dolor y la crítica, o puedes asumir la responsabilidad de tus propios sentimientos y optar por actuar de la forma en que deseas sentirte.

Piensa de nuevo sobre ese último concepto. Deberías actuar de la manera en que deseas sentirte. Si quieres sentirte más amado por tu cónyuge, actúa de manera más amorosa. Si quieres sentirte más feliz en tu matrimonio, entonces sonríe más y expresa gratitud por las cosas buenas. Ese es uno de los más extraños aspectos de la psicología humana, cuanto más se actúa de la manera que quieres sentir (agradecido, pacífico, amoroso, cariñoso, etc) tanto más te comenzarás a sentir de esa manera.

Pocas personas comprenden esto. Cuando un matrimonio empieza a desmoronarse, el primer instinto es el de actuar con las emociones. Te sientes herido, por lo que arremeter contra alguien. Te sientes criticado, por lo que estás a la defensiva. Te sientes vulnerable, por lo que te cierras. Estas son las reacciones, no las acciones. Tus sentimientos no deberían hacerte actuar de la manera que tú no deseas.

Tienes el poder de transformar tu matrimonio, incluso si tu pareja no quiere. Eso es debido a que tu comportamiento tiene una enorme influencia sobre tu pareja, hasta el punto que las personas casadas de hecho crecen tanto en el tiempo. No podemos dejar de ver los estados de ánimo de nuestra pareja, las preferencias y maneras de decir ciertas cosas. Si te transformas - tu actitud, la forma en que se comunican, la frecuencia con que muestran amor y afecto - tu compañero será incapaz de resistir. Una relación feliz y satisfactoria empieza contigo. Y en la siguiente parte de este mini-curso, te voy a mostrar cómo empezar a lograrlo.

¿Quieres Conocer Más Formas De Recuperar Tu Matrimonio?

Asegúrate de no dejar nada librado al azar. Descarga “salva tumatrimonio para siempre” y aprende hasta el último detalle de lo que se necesita para resolver tus problemas matrimoniales y recrear el matrimonio amoroso que siempre has soñado. Con nuestra ayuda, es posible recuperar cualquier matrimonio!

Puedes estar en camino de reparar tu matrimonio en cuestión de minutos. Simplemente ingresa en:

[Salva Tu Matrimonio Para Siempre Página Web Oficial](#)

Y recobra tu matrimonio hoy mismo!

Por el éxito de tu matrimonio!

Autora de "Salva Tu Matrimonio Para Siempre"

[Isabel Meyer](#)

Sobre "Salva Tu Matrimonio Para Siempre"

El curso "[Salva Tu Matrimonio Para Siempre](#)" es una colección completa de herramientas para reconstruir el matrimonio, diseñado para ayudar a parejas con problemas a superar los patrones negativos de conducta que existen en sus matrimonios.

Tenemos una amplia experiencia con una gran variedad de problemas entre los que miembros del equipo de "salva tu matrimonio para siempre" hemos logrado ayudar a muchas parejas en crisis a revertir sus patrones de comportamiento negativo. Tenemos una amplia gama de libros electrónicos sobre el cambio de vida, y también tenemos un nuevo libro electrónico escrito específicamente para parejas en crisis extrema. Además mantenemos informados a nuestros miembros con informes semanales con pensamientos sobre temas de actualidad, reseñas de libros y mucho más.

También ofrecemos acceso gratuito a consultas personales con un miembro del equipo de "salvatumatrimonioparasiempre".

Visita [Salva Tu Matrimonio Para Siempre Página Web Oficial](#)

Estoy seguro de que podemos ayudarte con cualquier problema que puedas tener en tu matrimonio.

**ISABEL MEYER**

---

SALVA TU   
**MATRIMONIO**

**PARA SIEMPRE**



**El Método Paso-a-Paso  
para Recuperar tu Matrimonio**

---

[www.SalvaTuMatrimonioParaSiempre.com](http://www.SalvaTuMatrimonioParaSiempre.com)

## **DESCARGO DE RESPONSABILIDAD**

Este manual ha sido concebido con fines informativos y recreativos; no pretende, bajo ningún punto de vista, sustituir la consulta con un profesional matriculado en el tema.

El material no ha sido escrito por consejeros matrimoniales, psicólogos ni ningún otro profesional de la salud o de las relaciones interpersonales. Su uso y las consecuencias derivadas del mismo son de exclusiva responsabilidad de los lectores.

Queda absolutamente prohibida la reproducción total o parcial del presente libro, por cualquier medio, sin la autorización expresa y por escrito de sus autores.

## **TABLA DE CONTENIDOS**

Descargo de responsabilidad

INTRODUCCIÓN: ¿Por qué es importante que estés bien con tu pareja?

- 1.** El primer paso: hacerse cargo del fracaso marital
- 2.** Resolución de conflictos dentro del matrimonio
- 3.** Necesidades no atendidas: el origen de la infelicidad
- 4.** Demandas de ella
- 5.** Demandas de él
- 6.** La cuestión más peliaguda: la infidelidad
- 7.** ¿Y aquello que nunca cambiará?

PALABRAS DE DESPEDIDA

## **INTRODUCCIÓN: ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE QUE ESTÉS BIEN CON TU PAREJA?**

Cuando Dios creó al hombre, le puso al lado una mujer y les permitió tener descendencia. Desde el principio de los tiempos, el ser humano necesitó tener a su lado a otros como él. Así continuamos hasta hoy, y la verdad es que nadie quiere estar solo!

Para eso se instituyó la ley del matrimonio. Según los expertos, el matrimonio es la mayor inversión de una persona casada. Los cónyuges suelen tener mayor estabilidad económica, más salud, una espiritualidad más profunda y una familia más equilibrada en comparación a las personas solteras. Es un sinsentido que eches tu matrimonio por la borda para, por ejemplo, ser laboralmente exitoso. No sirve de nada ser el mejor profesional si eres desdichado en el amor. Cumplir ambiciones personales y acumular bienes materiales te dejará siempre insatisfecho si no estás bien sentimentalmente hablando.

Todos los seres humanos que se casan libremente, se casan porque aman a otra persona y no porque la odian. No obstante, el número anual de divorcios parece ya una epidemia mundial. En el continente americano, el 50% de los enlaces acaban disueltos y la proporción no hace más que aumentar conforme pasa el tiempo. Este panorama tan poco alentador mostraría, a primera vista, que ese amor con el cual nos casamos muchas veces no basta para

mantener el vínculo, sorteando las dificultades que se presentan en la vida de cualquier pareja.

A pesar del consabido “que el hombre no separe lo que Dios ha unido”, y de que Él repudia el divorcio, lo cierto es que también nos ama tanto que nos dio libre albedrío. Nosotros podemos decidir, a pesar de todo, romper esa unión. Contradiendo las leyes divinas, ciegos de obstinación y de orgullo, sentimos que se acabó el amor y bajamos el telón.

No obstante, no se trata de una falta de amor en la pareja. Lo que faltan son estrategias para solucionar los problemas que surgen de la convivencia entre esas dos personas día a día. Quien dice “sí”, en la mayoría de los casos lo hace ignorando los conocimientos necesarios para afrontar los problemas de pareja. Culturalmente no estamos preparados para sortear exitosamente estas situaciones.

En otras épocas, cuando la división de los roles femeninos y masculinos era más tajante y pocos sorteaban la institución del matrimonio, eran los padres quienes con su ejemplo enseñaban a los hijos cómo llevar una relación. Pero hoy en día, muchos recién casados o no tanto son hijos de padres separados, que ya vienen de una generación con grandes conflictos de pareja.

Sintiéndose ahogados en el mar de una relación sin solución de continuidad, muchos aseguran que se equivocaron al casarse, que no están con la persona indicada para ellos, que se apresuraron por



la presión del entorno. Pero vamos a anunciarles cuál es la gran verdad: en realidad, existen muchas más personas infelices con su matrimonio porque actúan de forma incorrecta que porque se casaron con la persona incorrecta. Los miembros de una relación cometen muchas equivocaciones, van acumulando cuestiones no resueltas, haciendo que el amor se debilite y se apague. Cambian el fuego del amor apasionado por los estallidos de la ira o los vapores tenues de la indiferencia.

Sin embargo, si estás leyendo ***Salva tu Matrimonio para Siempre*** es porque hay gente que lo ha escrito para personas como tú, bajo la firme convicción de que se puede salvar el amor e inclusive, amar de verdad a la persona que tienes al lado, a la cual quizás nunca has amado con plenitud. Eso sí: es muy importante que llegues hasta el final del libro prestando atención a cada apartado, y que no dejes de poner en práctica los consejos que te damos. Combina estas técnicas una a una, incluye a tu matrimonio en tus plegarias de cada día ¡y verás cómo tienes respuesta!

¿Te apuntas (se apuntan) al desafío?

## **1. EL PRIMER PASO: HACERSE CARGO DEL FRACASO MARITAL**

Cuando la relación se transforma en algo distinto a lo que habías planeado, y tu compañero no se comporta como quieres, terminas

concluyendo que te casaste con la mujer u hombre equivocado. Pero ¿qué pasa con tu responsabilidad? Pareciera que el fracaso marital no fuera culpa de ustedes, sino de las circunstancias. Pues bien, desenmascaremos esta falacia.

Décadas atrás, una relación fracasada significaba un fracaso personal: una derrota vergonzosa para una persona. Siempre que una pareja tuviera problemas y recurriera a un ser querido para pedirle consejo, invariablemente la respuesta era: “vuélvete a tu casa, háblenlo y solúcionenlo”. Estaba bien claro: el problema era de los dos y había que luchar por el matrimonio.

La culpa de lo que sucede es de las personas, no de una relación que salió mal o de una de las partes que no es la indicada para ti. La buena noticia es que si eres responsable del fracaso de tu matrimonio, también lo eres del éxito. Está en tus manos hacer que las cosas funcionen.

El “alma gemela” es una historia inventada, una fórmula hollywoodense que vende muy bien las películas románticas. Las personas usan esta creencia de excusa para explicar el fracaso en sus relaciones, asegurando que aún no han hallado a su alma gemela. Y claro, da menos trabajo decir esto y esperar que venga a nosotros nuestra media naranja, que luchar para lograr la armonía en nuestro matrimonio.

Lo que en verdad existe son un hombre y una mujer, que en su naturaleza son diferentes y se complementan por ello: un sexo tiene cosas que no tiene el otro, es por eso que fuimos hechos así. Seguramente, más de uno podría pensar: ¿cómo Dios, si nos ama tanto, creó dos seres tan diferentes como el varón y la mujer, para que se unieran en matrimonio y tuvieran que convivir? ¿Quiso hacer de nuestras vidas un infierno? ¡Por supuesto que no! Él desea lo mejor para nosotros; así nos destinó a juntarnos para que aprendiéramos del sexo opuesto y nos asistiésemos mutuamente.

Claro que tendremos diferencias con el otro, que deberemos aprender a sortear. Pero esperar que una persona sea perfecta y me dé absolutamente todo lo que busco, es un egoísmo fantasioso y sin salida.

Una pareja feliz depende, más que de estar con la persona "indicada" para uno, con que ambos actúen de la forma correcta. Para decirlo de forma simple, es necesario respetar reglas básicas de convivencia, como no mentir, no faltar el respeto, no hacerle al otro lo que no quieres que te hagan a ti.

### **-Por qué fracasa un matrimonio**

Hoy, más que nunca, vivimos sumergidos en una "cultura del divorcio". TODO a nuestro alrededor conspira contra el matrimonio. Las leyes civiles que facilitan y aceleran el proceso del divorcio; las tendencias a uniones de hecho, uniones civiles y otras formas de

convivencia sin casamiento; la abundancia de material pornográfico a disposición del que quiera; el uso y abuso de las redes sociales, el teléfono celular, Internet; las nuevas demandas y roles de la mujer en la sociedad actual... estos son nada más que unos pocos fenómenos a los que se enfrentan las parejas de nuestra era cuando deciden casarse a pesar de todo! El problema es que la mayoría no está preparada ni cultural ni emocionalmente para llevar un matrimonio exitoso adelante en medio de un escenario tan poco favorable.

¿Por qué fracasamos ante esa promesa tan famosa: ser felices para siempre? No hay una sola respuesta. Los problemas en la pareja son muchos, variados y de diversa naturaleza. Lo que sí podemos aventurar rápidamente, es cuando te enfrentas a una cuestión peliaguda en tu pareja solo están viendo "la punta del iceberg", por así decirlo.

Los problemas que detectamos esconden una causa mucho más profunda, que es la verdadera, pero a menudo es difícil de detectar y de comprender. No obstante, si la punta del iceberg es visible sobre la superficie del mar es porque hay una gran roca de hielo debajo que la está sosteniendo. Con este libro, queremos ayudarte a canalizar tu energía mental y tu atención en el problema profundo que subyace en el fondo de tu matrimonio.

Para lograrlo, es necesario que cambies tu manera de mirar las cosas. Tienes que hacer un cambio de perspectiva, y para eso

modificar el foco, cómo centras tu atención y qué interpretación das a lo que ves. Normalmente, cuando discutes con tu pareja la juzgas, le exiges que cambie porque miras el problema con los anteojos de tus experiencias, prejuicios y moral. Cuando logras quitarte estas gafas y reconoces el punto exacto adonde debes apuntar, qué tienes que mirar, detectas el verdadero problema y dejas de perder tiempo en discusiones banales, infructuosas y a menudo, muy dañinas.

Al contraer matrimonio, los miembros de la pareja llevan al altar sus taras personales. El día en que te casas, solo conoces un quinto (con suerte) de la persona que tendrás contigo para el resto de tu vida... y casi todo lo que sabes de ella, es positivo, su costado bueno. Claro, cuando buscas conquistar a alguien no le mostrarás una parte de ti que lo espante ¿cierto? Es natural que tratemos de atenuar o esconder nuestros peores defectos, para que el otro se lleve una buena impresión de nosotros.

Luego de la boda, este escenario tan atractivo se oscurece bastante. Tenemos que enfrentarnos al lado menos bonito de la otra persona, para conocerla por entero. Es aquí cuando aparecen los problemas.

Una buena forma de prevenir esta situación es tratar de mostrar la personalidad tal cual es ya desde la etapa del noviazgo. No hay que ocultar el pasado, la manera de relacionarse con la familia ni ninguna otra cuestión que más adelante podría causar sorpresas desagradables, ya casados. Todas las personas tienen \_"muertos en el placard", como se dice; cosas del pasado de las que no está muy

orgullosos. Sin embargo, el pasado de una persona incide en su presente y su futuro. Lo que vivimos antes marca la conducta individual y el funcionamiento con la pareja. Por eso es tan importante compartirlo con la persona con quien uno se va a casar.

Para comprender cabalmente una situación dada dentro del matrimonio y saber cómo reaccionar, tienes que saber quién es el hombre o la mujer que está a tu lado: sus orígenes, sus vivencias previas, las personas que influyeron en su carácter. Ciertamente, el matrimonio no es momento para llevarse sorpresas con el otro, cuando ya han sellado un compromiso.

Quizás sientes que no te hace falta saber del pasado de tu pareja, que lo que realmente importa son las vivencias que tendrán como matrimonio desde el momento de casarse. Sin embargo, con toda seguridad el pasado de ambos irrumpirá cuando se enfrenten a un problema marital. El pasado forma parte de una persona, nadie puede quitárselo de encima; lo que sí se puede hacer, es aprender cómo lidiar con él.

Siempre recuerda esto: cuando discutas con tu pareja, no estás hablando solo con la persona que tú conociste, sino también con quien ella era antes de casarse contigo. Eso determinará muchas de sus reacciones. A veces, herimos a nuestro consorte a sabiendas de que lo que hacemos está mal, pero fue lo que vimos hacer a nuestros padres cuando éramos niños. Es el modelo que recibimos e incorporamos inconscientemente.

Por muchas buenas intenciones que hayan tenido nuestros padres, por muchas lecciones de moral que nos hayan dado, nuestra mayor fuente de conocimiento son sus acciones. Aprendemos a imitar sus conductas, y en consecuencia... tendemos a repetir sus mismos errores. Para que esto no cause problemas más tarde en nuestra vida de casados, debemos tratar de quitarnos de encima los viejos malos hábitos e incorporar otros mejores.

De hecho, modificar el mal comportamiento no solo redundará en beneficios para la pareja sino también para uno mismo. Las peleas provienen de todo lo que acarreamos a la espalda desde nuestro pasado; tenemos que aprender a enfrentarnos a eso para resolver las propias limitaciones, trabas, prejuicios, inhibiciones, conflictos.

Déjanos contarte otra cosa. Cuando te casas, empiezas a descubrir algunas verdades sobre ti mismo que no conocías. Claro, hasta ese momento no hacía falta enfrentarte con nadie por cuestiones de convivencia, estabas a tus anchas, hacías lo que querías, no dabas explicaciones, manejabas tus tiempos, tu espacio. Pero teniendo que negociar constantemente la cotidianidad con otra persona, se manifiesta el verdadero carácter. Tu pareja es un espejo donde puedes reflejarte y ver tus peores defectos.

Normalmente, en vez de aprovechar ese espejo sincero para cambiar lo peor de nosotros, empezamos a proyectar lo malo sobre nuestra pareja, y señalarle las cosas que ella debería modificar. Le

echamos la culpa al consorte como medio de defensa, pues a nadie le gusta que le señalen sus faltas.

Piénsalo así: si una mañana antes de ir a trabajar no te mirases al espejo ¿cómo sabrías si estás presentable? Pues bien, aquí sucede lo mismo. Descubriendo nuestro lado menos luminoso a través de nuestra pareja, tenemos una excelente arma para cambiar y ser mejores. Deja que él o ella sea tu desafío personal, una guía que te diga qué puedes cultivar en el jardín de tu alma.

Sin embargo, ten en cuenta que ninguna persona es capaz de cambiar a otra salvo que ella quiera hacerlo. Esto explica que cuando recibes una crítica, normalmente te defiendes, porque estás defendiendo tu identidad, tu forma de ser. Tu pareja PUEDE cambiar y mejorar, PERO NO SERÁS TÚ quien la haga cambiar, isino ella misma! La clave es que tú puedes hacer algo muy poderoso para que lo logre: INFLUENCIARLA PARA QUE CAMBIE. Y esto se hace... empezando por cambiar uno mismo!

Si dejas a un lado los reproches al otro y te centras en mejorar tus defectos personales, te garantizamos que el 50% de los problemas maritales se habrán resuelto antes de que tu mismo consorte cambie mucho. Cuando tú mismo cambias y dejas de exigirle cambios a tu pareja, das el primer paso para sembrar cambios en el otro, sin que haya reclamos de por medio. Mira adentro de ti y busca tus errores; deshazte de las taras que te impiden avanzar. Si



te conoces más honesta y profundamente, no solo serás mejor persona, sino que tendrás una mejor pareja.

## **2. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS DENTRO DEL MATRIMONIO**

Claro está, un matrimonio no se lleva bien por los conflictos que se desarrollan en su seno. A continuación veremos unas pautas para reflexionar sobre este tema.

### **-Cómo no tener conflictos en el matrimonio**

... ..

Esto es un EXTRACTO GRATUITO de mi método

Salva Tu Matrimonio Para Siempre

**DESCARGAR COMPLETO**



Un Abrazo, Isabel.