



¿Está Pensando en Divorciarse? Piéselo Bien.

La situación

- Estudios realizados estiman hoy que cuarenta a cincuenta por ciento de primeros matrimonios y un porcentaje más alto de segundos o más matrimonios (un 10% a 20% más) terminará en divorcio. (www.healthymarriageinfo.org/research)
- La tasa de divorcios varía un poco dependiendo de la afiliación religiosa de las personas. La tasa de divorcio entre los católicos es aproximadamente 25% (www.barna.org).
- Los primeros años de matrimonio son los más riesgosos. Uno de cinco matrimonios termina durante los primeros cinco años. Uno de tres termina dentro de los 10 años. (www.healthymarriageinfo.org/research)

Descubrimientos científico-sociales

Un divorcio no necesariamente hace más feliz a la persona. Existe un estudio que muestra que los adultos que fueron infelices en su matrimonio y se divorciaron, no eran tan felices como aquellas personas que estaban en un matrimonio infeliz pero que permanecieron juntas por cinco años. El primer grupo mostraba más síntomas de depresión, una auto estima más baja y más hostilidad. Inclusive, aquellas que se divorciaron y se volvieron a casar, no eran tan felices como aquellas que permanecieron con sus cónyuges por cinco años. (Linda J. Waite, et al, *Does Divorce Make People Happy? Findings from a Study of Unhappy Marriages*, Institute for American Values, 2002).

- Es común que las parejas pasen por períodos de infelicidad pero también es común que los matrimonios pasen nuevamente de la infelicidad a la felicidad. Casi dos tercios (64%) de los adultos que manifestaron sentirse infelices en su matrimonio pero permanecieron en él, cinco años más tarde dijeron que se sentían felices (Ibid.)
- Como promedio, casi dos tercios de los divorcios vienen de matrimonios que se pueden describir como matrimonios con poco conflicto. Algunas de las razones más comunes para el divorcio en estas relaciones incluyen: la incompatibilidad, el distanciamiento, problemas de personalidad y falta de comunicación. (Paul Amato & Denise Previti, *People's Reasons for Divorcing: Gender, Social Class, the Life Course, and Adjustment*, como se cita en www.healthymarriageinfo.org)
- Un matrimonio saludable y para toda la vida significa que hay que construir “varios matrimonios” con la misma pareja. Todo matrimonio pasa por etapas predecibles las cuales traen cambios y transiciones. Estos cambios, aunque normales, pueden producir estrés. (Barbara Markey, *The Lifecycle Stages of a Marriage*, www.usccb.org/npim).
- Las habilidades y los conocimientos necesarios para lograr un matrimonio feliz pueden aprenderse. Los programas de educación matrimonial pueden ayudar a los novios y a los casados a aprender las habilidades necesarias para mantener una buena relación. Los programas de educación matrimonial son ofrecidos por algunas organizaciones religiosas, agencias de la comunidad, organizaciones para la salud y centros de trabajo. Más información sobre algunos programas específicos de educación matrimonial los encontrará en www.nationalhealthymarriageinfo.org y en www.smartmarriages.com.
- Para las parejas que están pasando momentos angustiosos, los beneficios que les ofrecen los programas de educación matrimonial pueden ser muchos. Estos programas pueden ayudar a las parejas a mejorar su

habilidad para comunicarse y mejorar su satisfacción como esposos. (Jane Reardon-Anderson, et al, *Systematic review of the impact of marriage and relationship programs*, Urban Institute, 2005).

- Los consejos o terapias matrimoniales eficaces puede reparar matrimonios infelices e insalubres. Las parejas deben tener cuidado de encontrar un terapeuta que apoye el matrimonio y que tenga la experiencia adecuada para trabajar con parejas con problemas. El asesoramiento matrimonial ayuda mucho cuando las parejas buscan ayuda a la primera señal de problemas matrimoniales serios. (www.healthymarriageinfo.org/aboutmarriage).

La enseñanza de la Iglesia y la práctica pastoral

- La Iglesia reconoce que las parejas casadas siempre han experimentado problemas que amenazan su unión como los celos, la infidelidad y las peleas. Estas cuestiones son el resultado del pecado original y del pecado personal que rompieron la unidad entre varón y mujer propuesta por Dios. Sin embargo, el plan de Dios para el matrimonio continúa y Dios dará a las parejas la misericordia y la sanación que ellas necesitan para mantener su matrimonio. (Ver *United States Catholic Catechism for Adults*, p. 287). La oración, la Eucaristía y el Sacramento de la Penitencia y la Reconciliación son recursos importantes para las parejas católicas.
- *Retrouvaille* es un programa de un fin de semana y post fin de semana para parejas con serias dificultades conyugales. Miles de parejas que iban camino al divorcio pudieron salvar su matrimonio luego de participar en este programa. Para más información, incluyendo la lista de los próximos programas de fin de semana, visite: www.retrouvaille.org.
- Algunas personas han sufrido abuso en su matrimonio. Ellas pueden creer—erróneamente—que la enseñanza de la Iglesia sobre la durabilidad del matrimonio exige que ellas permanezcan en una relación abusiva. Los obispos estadounidenses han dicho claramente que no se espera que nadie permanezca en un matrimonio abusivo. Los obispos animan a las personas abusadas que se han divorciado que averigüen la posibilidad de buscar la anulación (Ver *Cuando pido ayuda: Una respuesta pastoral a la violencia doméstica contra la mujer*, 2002)
- La Iglesia les aconseja a los católicos divorciados que permanezcan cerca del Señor por medio de los sacramentos, especialmente la Santa Comunión. Algunos católicos divorciados se han vuelto a casar por lo civil. En estos casos, la Iglesia no considera válido ese segundo matrimonio; sin embargo, aconseja a esos católicos que participen en las actividades de su parroquia y que asistan a la Misa dominical, a pesar de no poder recibir la Comunión (*United States Catholic Catechism for Adults*, pp. 287).

Conclusión

Todas las parejas de novios se acercan al matrimonio con la esperanza que éste durará para siempre. Nadie desea divorciarse. En algunos casos, el divorcio es la única opción, por ejemplo, cuando la salud o el bienestar de un cónyuge son amenazados por la conducta abusiva de su pareja. Sin embargo, en otros casos, las parejas con problemas necesitan ánimo y recursos para tratar de salvar su matrimonio. Ellas pueden ver el divorcio como su única opción ya que no saben que existe ayuda para ellas. Estas parejas se pueden beneficiar con programas de asesoramiento, enriquecimiento y educación matrimonial, o programas para parejas con problemas, por ejemplo, programa como *Retrouvaille*, *The Third Option* y otros.

<http://www.usccb.org/laity/marriage/divorcesp.shtml>