



EL DIVORCIO

CRISTO PARA TODAS LAS NACIONES

Cristo Para Todas Las Naciones es una organización cristiana sin fines de lucro, que difunde el mensaje de Jesucristo a todos los grupos sociales, sin distinción de credos religiosos. Este mensaje llega a las personas en su diario vivir, brindándoles una orientación cristiana para conocer la bondad de Dios y su perdón.

Producimos y distribuimos material a partir de una óptica cristiana y, en consecuencia, bíblica, para ayudar a toda clase de personas que buscan respuestas sobre los temas de la vida cotidiana.

Nos sostenemos económicamente gracias al es fuerza de personas que sienten el deseo de ayudarnos a compartir las Buenas Nuevas en todo el mundo. Deseamos que las personas conozcan a Jesucristo, confíen en El, tengan vida eterna y sean parte de la gran familia de creyentes, ayudándolas a congregarse en una iglesia local.

MEJOR VIVIR

Cristo Para Todas Las Naciones- Chile

Teléfono: 2 2283 2915

 @CPTLNCHILE

 @cptln_chile

 @CristoParaTodasLasNacionesChile

 www.cptln.cl

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
EL SUFRIMIENTO ANTE EL FRACASO	6
LA RECUPERACIÓN.....	11
ENFRENTANDO EL FUTURO	18
CONCLUSIONES	25
ORACIONES	27

INTRODUCCIÓN

Para que un hombre y una mujer puedan crecer juntos en amor, entre ambos deben construir las bases sobre las cuales resolver los problemas y las diferencias que les sobrevengan, alimentando su comunicación, ejerciendo la reconciliación y aprendiendo a aceptarse mutuamente.

Por otra parte, cuando una pareja ya constituida descuida su relación y no dedica tiempo y energías para superar los problemas y lograr la reconciliación, de a poco se va produciendo una desintegración que deteriora la armonía y la satisfacción que una vez esa relación había sido capaz de producir.

Ante los problemas cotidianos y las crisis que aquejan a toda pareja, ésta tiene la opción de:

- Trabajar juntos para resolver los problemas y mejorar la relación.
- No hacer nada y simplemente seguir “existiendo”.
- Separarse y reconstituir sus vidas cada uno por su lado.

En este folleto vamos a hablar de quienes han elegido esta última opción y a la vez alertar a quienes están pensando en separarse o divorciarse, para que analicen las consecuencias dolorosas que tal decisión trae.

Antes de optar por el divorcio, es aconsejable agotar todas las posibilidades para lograr una reconciliación. ¡El divorcio nunca es fácil! Pregúntale a cualquier persona que se haya divorciado y te dirá cuán difícil fue recuperarse y cuánto hubiera preferido tener el valor de trabajar en la reconciliación.

Si estás separado o divorciado, o conoces a alguien que se encuentra en esa situación, este folleto te ayudará a reflexionar para ayudarte a sanar las heridas causadas por esa separación y entender las consecuencias de las mismas. También encontrarás consejos e ideas prácticas para sobrevivir a los “golpes” de ese fracaso y poder convertirlos en oportunidades de crecimiento y reorientación para tu vida.

El divorcio o la separación no son la mejor solución a los problemas en la pareja, ya que en la mayoría de los casos traen nuevas crisis de igual o peores consecuencias. Sin embargo, cuando ya son un hecho, es el momento de emprender de la mejor manera posible el camino que queda por delante. No hay garantía de que no habrá nuevas dificultades, pero sí la certeza de que Dios perdonará el fracaso y proveerá la fuerza para seguir viviendo la vida con alegría y propósito.

EL SUFRIMIENTO ANTE EL FRACASO

Al comentar su experiencia frente al divorcio, hombres y mujeres coinciden en que es una vivencia devastadora y una mezcla contradictoria de sentimientos: inseguridad y temor frente al futuro, profundo pesar, falta de confianza en sí mismo y en otros, confusión, depresión, resentimiento, ansiedad, dificultad para concentrarse en lo que se está haciendo y hasta vergüenza por lo ocurrido.

Por un lado, existe el alivio por concluir una relación que no funcionaba y creaba muchas fricciones, peleas y estrés. Pero, por otro, se sufre tristeza, ira, soledad y hasta un gran sentimiento de culpa. Esto último muchas veces lleva a los excónyuges a preguntarse una y otra vez: ¿Habré hecho lo correcto? ¿Por qué tuvo que morir el amor? ¿Qué será de nuestros hijos? ¿Podré ayudarles a superar bien esta crisis? ¿Volveré a encontrar a alguien que me ame? ¿Seré feliz otra vez?

Más allá del acto legal de nulidad, el divorcio pone fin a una relación que una vez fue motivo de felicidad. Las preguntas angustiosas que ahora surgen dejan una penosa huella de incertidumbre al pensar que nunca más se tendrá una vida en pareja estable y armoniosa, o que no se podrá volver a vivir bien al no tener pareja. Si hay hijos de por medio, la pregunta que surge es:

¿cómo voy a hacer para darles el hogar estable que necesitan para llegar a la vida adulta sin mayores problemas?

El divorcio es una crisis y, como tal, necesita ser vista como una situación que requiere solución y recuperación. De toda crisis se pueden obtener experiencias para la vida. Aunque es difícil admitirlo, las crisis son oportunidades para reconocer nuestra necesidad de Dios, porque con mucha frecuencia nos creemos auto-suficientes y nuestra arrogancia nos hace pensar que somos dueños de nuestras vidas. Son las crisis las que nos hacen recordar que, al fin y al cabo, no tenemos el control de nada y que nos exigen reconocer nuestras faltas, nuestro egoísmo y nuestra dependencia de Dios.

Ante la perspectiva de un divorcio surgen nuevos factores que requieren diferentes grados y prioridades de atención. De ellos hablaremos a continuación.

Reconciliación

Si bien existen ciertas razones que justifican una separación o divorcio, es recomendable no tomar la decisión de separarse sin antes preguntarse: ¿estoy dispuesto a reconsiderar mi decisión? **¿Estoy realmente seguro de que he hecho todo lo posible, incluyendo (de ser necesario) el buscar ayuda profesional para tratar de lograr la reconciliación y restauración de mi pareja?**

Asuntos legales

Por lo general, lleva un cierto tiempo tramitar los aspectos legales de una separación o divorcio. Es importante destacar que es necesario tener los documentos legales al día, especialmente en cuanto al nuevo estado civil, a la responsabilidad legal para con los hijos, a los bienes materiales, etc. El proceso de actualizar documentos puede resultar doloroso y costoso y puede llegar a consumir mucho tiempo y energía, tanto para ambas partes de la pareja, como para los familiares, amigos y allegados.

Los bienes en común

Cada vez que se forma una pareja, se adquieren bienes que traen consigo la responsabilidad mutua de cuidarlos. La separación o divorcio obliga a la repartición de tales bienes ya sea de común acuerdo, o según lo estipulado por el juez. Muchas veces, estos bienes tienen más importancia para nuestra vida de lo que nos damos cuenta o queremos admitir. Muchos abogados y jueces afirman que los pleitos mayores ocurren cuando se discute la repartición de bienes.

Los hijos

La siguiente ilustración muestra con claridad la confusión y angustia que siente un niño ante la separación o divorcio de sus padres. La secretaria de un juzgado le entrega al juez un sobre con una carta. Una vez en su

despacho, el juez abre el sobre y lee lo siguiente:

Sr. Juez: ayer mi bicicleta se rompió y no tenía quien me la reparara. ¡Cuánto hubiera querido que estuviera mi papá! Mis padres ya no viven juntos y eso me da mucho miedo. ¿Por qué tengo que quedarme con uno solo, si los quiero a los dos? Yo sé que tienen problemas, porque mi mamá siempre decía que vivía en un infierno. Pero, ¿no hay otra forma en que puedan resolver sus problemas? Por la noche me cubro la cara con la almohada para que mi mamá no me oiga llorar, porque ella dice que ya soy un hombrecito. Además, mi papá dice que ahora voy a tener que ser el hombre de la casa. ¿Qué quiere decir con eso, si sólo tengo 12 años? Sr. Juez, le quiero pedir que usted hable con mis padres y los ayude para que se arreglen. Yo sé que Dios no quiere que suframos tanto. ¿Por qué no les habla de Él, de cuánto nos ama, y les dice que Él siempre está dispuesto a perdonarnos? También dígame a mi papá que lo amo mucho. Como casi no lo veo, no he podido abrazarlo como antes. Muchas gracias, y que Dios le bendiga. Su amigo, Sergio.

Familiares y amigos

Además de la pareja y los hijos, existen otras víctimas del divorcio: los familiares y amigos. Los abuelos tienen miedo de perder a sus nietos; los suegros lamentan que algo que parecía tan hermoso se haya terminado tan fácilmente; los padres se sienten

traicionados, defraudados, culpables y hasta avergonzados. Y los amigos tratan de no involucrarse porque temen ser manipulados en contra de uno de los cónyuges, o convertirse en “paños de lágrimas”.

La separación o el divorcio acarrear un desajuste complicado y delicado en relación con la familia y los amigos de la pareja. Muchas personas divorciadas afirman que se sienten solas y desamparadas. Una mujer divorciada comentó: “Ahora tengo que ganarme la vida y hacer todas las cosas que hacía mi exesposo. Necesito ayuda”. Otra confesó que se le dificulta conservar a sus amistades, porque antes eran amigos de parejas “en pareja” y ahora que está sola siente que ya no tiene un lugar.

El daño emocional

A raíz de un reñido divorcio, una joven madre comentó que se sentía totalmente agobiada por la necesidad de cuidar y criar a sus hijos, trabajar y, por encima de todo, tratar de llenar el vacío emocional en que vivía. Nunca pensó que su matrimonio iba a terminar así, ni tenía la menor idea de cómo rehacer su vida y volver a ser feliz. Sufría una mezcla de amargura, ansiedad y lástima por sí misma. ¡Cuánto deseaba llenar su soledad y poder disfrutar nuevamente la vida! Lo peor de todo era que su constante melancolía estaba afectando a sus hijos, quienes se expresaban a través de gritos y pleitos. Poco a poco, entre insultos y llantos, el tiempo que compartían en familia pasó a

ser una rutina incómoda y monótona, sentados todos ante el televisor.

Por su parte, una vez solo, el exesposo de esta mujer entró en una fuerte depresión que lo obligó a renunciar a su trabajo y a tener que volver a casa de sus padres. Ahora, cada vez que piensa en sus hijos y en lo que pudo haber sido su matrimonio, lo atormenta un gran vacío.

LA RECUPERACIÓN

El ser humano tiene cinco necesidades básicas: física, intelectual, emocional, social y espiritual. Nuestras vidas se desarrollan en forma normal cuando todas ellas se encuentran equilibradas y satisfechas. Por lo tanto, cuando pasamos por una crisis que afecta a una de ellas, o cuando tenemos que enfrentar una situación difícil como el divorcio, sufrimos un doloroso desequilibrio.

Cuando algo así sucede, lo primero que tratamos de hacer es encontrar una solución fácil, en vez de pasar por el proceso de resolver y sanar lo que está herido. Pero tarde o temprano los problemas vuelven a surgir y cada vez con más gravedad, hasta que se llega al punto en que es muy difícil solucionarlos.

Los consejeros matrimoniales sostienen que, en una escala que mide el nivel de dolor causado por diferentes situaciones en la vida, lo que ocupa el primer lugar es la

muerte de un ser querido, mientras que el divorcio o la separación está en segundo lugar.

El divorcio produce reacciones más fuertes de lo que muchas personas quieren admitir. El sentimiento de pérdida que se produce cuando una pareja desune lo que Dios había unido puede llegar a ser mayor que la muerte, ya que ambos cónyuges siguen estando vivos, convirtiéndose en un recuerdo constante de lo que una vez fue una pareja feliz.

Es indiscutible que el trauma, el sufrimiento y la angustia que produce el fracaso de la pareja son manifestaciones de un problema humano más profundo: una relación quebrantada con Dios. Podemos decir que nos hemos “divorciado” o “separado” de Dios, alegando que no existe compatibilidad entre su voluntad y nuestra forma de actuar. En vez de confiar en él y serle fiel, optamos por la arrogancia, la autosuficiencia y la soberbia de creer que somos dueños absolutos de nuestras vidas. Esto no es más que un ejemplo del egoísmo que llevamos dentro.

Sin embargo, Dios nunca nos ha dejado ni deja de amar. Su mayor anhelo es tenernos cerca para que podamos recibir su consuelo y perdón, elementos fundamentales en todo proceso de recuperación. Para eso envió a su Hijo Jesucristo: para restablecer la relación con nosotros que se había

interrumpido por causa de nuestro pecado.

Cuando confiamos en Jesucristo y recibimos su perdón aprendemos también a perdonar, comenzando así a recuperarnos de nuestros fracasos. La riqueza del perdón de Dios nos permite perdonarnos a nosotros mismos pudiendo así enfrentar, por ejemplo, el daño que produce el divorcio y hacer algo positivo al respecto. Toda pareja que ha fracasado necesita recibir el perdón de Dios y saber que en él pueden rehacer sus vidas. Y los que están en el proceso de divorciarse necesitan saber que nunca es demasiado tarde para dar marcha atrás, pues Dios es el autor de la reconciliación.

El ser humano tiene una asombrosa habilidad de recuperación frente a las agresiones, los cambios y los fracasos en la vida. Por ejemplo, cuando muere un ser querido, al principio se siente como que nunca se podrá volver a sonreír y que su ausencia sepultará para siempre toda esperanza. Sin embargo, todos somos testigos del retorno de la risa al rostro de personas que han sufrido terribles pérdidas o tragedias, no por falta de amor o sinceridad en los sentimientos, sino por la misma fuerza de la vida.

Dice un consejero cristiano con relación al divorcio: el retorno a la normalidad de la vida ocurre con facilidad cuando la persona está dispuesta a:

- Reconocer que toda crisis en la vida, además de producir sufrimiento también trae la oportunidad de crecer y superarse, de volver a establecerse emocional y espiritualmente, de ser fortalecido y adquirir madurez para seguir enfrentando la vida con un propósito renovado;
- Reconocer la realidad de lo sucedido, asumir su parte de responsabilidad en los hechos y recordar que nada mejorará tratando de negar u olvidar lo sucedido.

Pasos hacia la recuperación

Hay ciertas etapas por las cuales una persona pasa para encaminar su vida por la vía de la recuperación después de la crisis del divorcio. Estas son:

- Negación: No puedo creer lo que me está pasando.
- Soledad: Me siento tan solo. Soy un fracaso.
- Sentido de culpa: Si tan sólo hubiera...
- Rechazo: Me voy a olvidar de todo esto, así me sentiré mejor.
- Gran tristeza: Sentimiento de luto; dolor por la pérdida.
- Temor: Tengo miedo, no sé qué hacer.
- Ira y depresión: Estoy deprimido; no le encuentro sentido a la vida.
- Resentimiento: ¿Por qué a mí, Dios? ¿Qué hice para merecer esto?
- Perdón: Perdóname, Dios. Dame tu paz y bendición para poder seguir adelante.

- Aceptación: ¿Qué haré con mi vida? Seguiré adelante con la ayuda de Dios.
- Recuperación: Gracias a Dios mi vida tiene un nuevo sentido; tengo esperanza.

Aun cuando cada paso sea difícil y el camino a la recuperación parezca largo y pesado, quienes se comprometen a transitarlo lograrán rehacer sus vidas y podrán decir con el salmista: “Sólo en Dios halla tranquilidad mi alma; sólo de él viene mi salvación. Sólo Dios es mi salvación y mi roca; porque él es mi refugio, jamás resbalaré” (Salmo 62:1-2). Dios, en su infinita sabiduría, no nos deja a la deriva cuando estamos en crisis, sino que nos extiende la mano, nos orienta con su Palabra y nos da su perdón y paz para hacerle frente a la vida, en especial ante una crisis tan dolorosa como el divorcio.

Esto no significa que Dios creó el divorcio como respuesta a los problemas de pareja. No, nosotros mismos lo inventamos y somos los causantes de este sufrimiento. ¡Si sólo supiéramos poner en práctica el refrán que dice: “Es mejor prevenir que curar”! Si no nos sinceramos a tiempo con los demás, reconocemos nuestras faltas, nos arrepentimos y reconciliamos con el perdón de Dios, las heridas pequeñas se irán haciendo cada vez más grandes. Es demasiado fácil para nuestro rencor, orgullo y falta de amor, cegarnos a las necesidades de otros hasta llegar al punto que pareciera

que no nos queda otro remedio que separarnos o divorciarnos y comenzar de nuevo. Pero en este proceso herimos a muchas personas y nos destruimos a nosotros mismos.

Cuando no hay recuperación

Cuando la persona se niega a reconocer y aceptar la realidad que enfrenta y no toma los pasos necesarios hacia su recuperación, corre peligro de estancarse, hundirse y sufrir otras reacciones secundarias, como por ejemplo:

- **Depresión.** Generalmente, la persona deprimida no se da cuenta de que lo está por lo que es necesario que otra persona le ayude. La persona que sufre una depresión crónica necesita ayuda profesional especializada.
- **Hiperactividad.** La hiperactividad nace del deseo de ser útil y de convencerse a sí mismo que no se es un fracasado, aunque en realidad es una forma de huir de los problemas. Ante esta reacción, la persona necesita ser afirmada en su valor por lo que es y no por lo que hace.
- **Apatía y flaqueza constantes.** Nuevamente es importante reconocer que estas son reacciones secundarias a la crisis que se está sufriendo. La persona necesitará recuperar el ánimo para enfrentar la vida. En caso de un prolongado estado de apatía, es recomendable buscar ayuda profesional.

- **Pesimismo.** La persona divorciada sólo habla de su divorcio y no se le nota intención de enfrentar la vida que le queda por delante.
- **Somatización.** La persona sufre reacciones físicas como resultado del impacto emocional. Si continúan por un tiempo prologado, la persona necesitará ayuda médica y psicológica.
- **Cambios en el comportamiento.** Es posible que comience a llevarse mal con los hijos, familiares, amigos y compañeros de trabajo. La persona puede volverse agresiva con los demás, o incluso intentar el suicidio.
- **Apatía.** La persona divorciada no siente nada, se vuelve indiferente, pierde el deseo de dar o recibir cariño y parece que nada le conmueve. La persona que está en ese estado necesita ayuda para salir adelante.

Es importante identificar estos síntomas para ayudar a la persona a volver a tomar el camino de la vida que le ofrece nuevas oportunidades, recuperación y crecimiento. Si tú estás sufriendo algunos de estos síntomas, o notas que alguien recién divorciado los está sufriendo, ¡busca ayuda! No tengas miedo de actuar en bien de ella. Recuerda que cada persona reacciona en forma diferente ante una crisis. Si conoces a alguien que está sufriendo, ayúdale a encontrar ayuda profesional.

La reconciliación se efectúa admitiendo los errores y confiando en el perdón. Confesar el mal que hayamos cometido es una forma de aliviar las tensiones internas que llevamos muy dentro de nuestro ser. El perdón de Dios nos permite volver a vivir y poder hacer las cosas de una forma diferente. La reconciliación, aún siendo divorciados, da a las personas la oportunidad y la fortaleza para ser diferentes.

ENFRENTANDO EL FUTURO

En cierto sentido, el divorcio permite a la persona volver a ser soltera. Pero, si bien cada uno es dueño de su vida, sigue habiendo lazos familiares y responsabilidades que no se pueden ni deben eludir, y menos aún si se tienen hijos. No se pueden borrar tantos años de vida sólo porque se está comenzando de nuevo. Sin embargo, aquí es donde muchas personas divorciadas se confunden y entran en situaciones que ponen en peligro su felicidad.

Como ya hemos dicho, si la persona no ha sabido o querido resolver antiguos problemas, entrará a una nueva situación con una "carga sobre otra". Por eso es que, antes de lanzarse a lo desconocido movido quizás por el peso de la soledad o por la necesidad de afecto y aceptación, es importante darse tiempo para ordenar los

sueños, ideas y metas. En esta vida sobran las personas que buscan “presas fáciles”. Caer en esa tentación es, a la larga, más doloroso y difícil que seguir trabajando para salir adelante por uno mismo.

A continuación, presentamos varias áreas para que reflexiones y consideres. La finalidad es ayudarte a aclarar tus metas para el futuro, especialmente si tienes hijos. Recuerda: el divorcio no te quita ni el deber ni el privilegio de ser padre o madre de tus hijos.

Tus sentimientos

¿Cómo reaccionas ante las tareas cotidianas del hogar y en relación a otras personas (en especial a tus hijos)? ¿Cómo te sientes con respecto a tu necesidad de perdón, apoyo, aceptación y afecto? Si notas que fácilmente pierdes el control, te desesperas rápidamente o te deprimas mucho, es hora de hacer algo al respecto y buscar ayuda.

En momentos de crisis es bueno prestar atención a tus hábitos de comida, horarios de dormir, a cómo cuidas tu cuerpo, si haces ejercicio, qué actividades haces para relajarte y cómo haces para resolver los problemas. A veces es fácil descuidarte en estas cosas que parecen insignificantes, cuando en verdad son la columna vertebral de tu diario vivir.

Quizás hayas tenido que mudarte a la casa de tus padres. Si es así, aprovecha a renovar y profundizar los lazos con ellos. También es posible que ahora estés viviendo a solas, lejos de tus familiares. Si ese es el caso, no permitas que la distancia los separe, sino dedica tiempo a mantener la comunicación, especialmente con tus hijos que tanto lo necesitan.

Tu sexualidad

Una vez tuviste la oportunidad de vivir apasionadamente con tu pareja. Aun cuando esa pasión probablemente murió al morir la relación, ello no significa que no seas capaz de volver a vivirla con otra persona. El peligro está en precipitarte. Como ya se ha mencionado, estás rehaciendo tu vida en medio de varios factores que ya existen y que necesitas tomar muy en serio, como lo son tus hijos, tus principios morales y la responsabilidad de vivir con respeto y dignidad.

¿Me volveré a casar?

Hay muchas consideraciones que quizás ya estás analizando. Por ejemplo: si tienes hijos, ¿hasta qué punto deben ellos ser consultados, ya que tu nueva pareja también ocupará el puesto de padrastro/madrastra? ¿Está esta persona calificada para convertirse instantáneamente en padre/madre? ¿Se formará una nueva familia con la suma de tus hijos y los del nuevo cónyuge?

¿Conoces las implicaciones de estos cambios drásticos y estás preparado para enfrentar la vida no sólo con un nuevo cónyuge, sino también con un mayor número de personas en el círculo familiar? Considerando el aumento de incidencia de abusos, tanto físicos como psicológicos, por parte de padrastros y madrastras, debes preguntarte: ¿conoces bien a tu nueva pareja y tienes absoluta confianza en él o ella?

Para muchas personas divorciadas, especialmente para las madres solteras, el factor económico es determinante en la formación de otra vida en pareja, por lo que es muy fácil dejar a un lado otros factores importantísimos que pudieran ayudar a formar bases mucho más estables para un nuevo matrimonio. Sin lugar a dudas, un hogar bien formado con una pareja comprometida a crecer juntos en armonía, contribuye a mejorar la comunicación y a promover la unidad entre todos los miembros de la familia.

Dios, nuestro Creador, diseñó la familia para que todos tengamos un lugar donde crecer como personas que aman y son dignas de ser amadas. Ciertamente, él nos ofrece su mano para capacitarnos en el arte de amar.

Tu necesidad espiritual

Todos necesitamos entender la razón de nuestra existencia y contar con una orientación superior a nosotros mismos. Esa

necesidad la puso en nosotros Dios mismo, nuestro Creador. Negarla, o satisfacerla a través del ocultismo, la metafísica, la Nueva Era, u otras prácticas que no proclaman al Dios Trino y la vida, obra, muerte y resurrección de Jesucristo, el Hijo único de Dios, es negar que Dios es nuestro Creador.

Dios creó a la familia como una unidad viviente para que sus miembros puedan descubrir quiénes son, logren aprender a quererse con amor mutuo y se ayuden y apoyen entre sí. De esta forma, habrá un profundo deseo de estar juntos para compartir lo que tienen y contribuir al bien común. Pero deben recordar que el amor no es sólo sentirse bien. El mejor ejemplo de cómo amarse lo encontramos en Dios, quien es el autor del amor. Él nos ama con acciones concretas, dándonos un propósito positivo en la vida, así como el vigor y la capacidad para amar correctamente. Dios envió a su Hijo Jesucristo para que, al sacrificarse por nosotros, nuestro orgullo y egoísmo quedaran perdonados y pudiéramos tener el modelo del verdadero amor. Unidos a Jesucristo como maestro y guía podemos aprender a amarnos unos a otros.

La soledad

Una de las consecuencias del divorcio es la soledad: la falta del compañerismo e intimidad que una vez existieron, pero que ya no existen más. La soledad es un estado de ánimo que puede estar influenciado por

una ira interna, “escondida” entre las experiencias del pasado. Si el problema de la ira no se resuelve, puede perjudicar el hacer nuevas amistades al impedir que la persona se abra a los demás. Para que esto no suceda se recomienda el desahogo, ya sea con alguien que pueda ayudarle a esa persona a expresarse, o escribiendo con detalles todo lo que se está sintiendo.

Otra manera de desahogarse es contándole todo a Dios, hasta los dolores más profundos. Dios jamás nos rechaza, aun si estamos llenos de ira y sentimientos confusos. Él nos conoce y nos ama, y le duele vernos sufrir con tanto dolor en lo profundo de nuestro ser. Dios nos invita a confesarle todo, porque quiere perdonarnos todo. Este ejercicio es parte del importante proceso de sanar nuestras heridas del pasado.

El siguiente paso es tomar la iniciativa de abrirse hacia los demás. Aprender y crecer siempre tiene sus riesgos, pero es un proceso necesario para vencer obstáculos y avanzar en la vida.

El sentimiento de culpa

El sentimiento de culpa que se tiene por haber destruido un matrimonio, causando la desintegración del hogar y poniendo en peligro la felicidad de los hijos, es generalmente agobiante. A esto se suma la culpa que se siente por haber fallado en la vida y por haberle fallado a Dios, nuestro

Creador. La culpa puede llegar a ser una carga tan pesada, que nos impide hasta caminar con la cabeza erguida.

Sentir semejante culpa es una señal de alarma que debe llevarnos a la reflexión y a reconocer la necesidad de reconciliarnos con Dios, con nosotros mismos y con nuestros semejantes. Dios siempre está dispuesto a aliviar nuestra carga, sustituyéndola con el perdón, la paz, la alegría y la esperanza de contar con su amorosa orientación.

Jesucristo dice: “La paz les dejo, mi paz les doy; yo no la doy como el mundo la da. No dejen que su corazón se turbe y tenga miedo” (Juan 14:27). Él nos da su paz para que podamos vivir en ella en todo momento y ser fortalecidos y seguir adelante en la vida, incluso en los tiempos dolorosos y difíciles del divorcio. Dios no solamente nos reconcilia con Él, sino que nos capacita para hacer lo mismo con aquéllos a quienes hemos ofendido, o que nos han ofendido. El perdón nos da fuerza para vivir con nosotros mismos y enfrentar la vida con confianza.

CONCLUSIONES

No es fácil admitir que se fracasó en la relación de pareja, desuniendo aquello que Dios había unido. Tampoco es fácil aceptar que hay que seguir ciertos pasos para lograr recuperarse de un divorcio y que el camino es doloroso y difícil. Pero si no se aprende a sufrir y a comprender la importancia de reconocer los errores y las equivocaciones, no hay crecimiento. Tener un propósito claro en la vida requiere sacrificio y dedicación.

De igual forma, edificar una relación de pareja con todos los elementos que conducen a una vida armoniosa y capaz de darle la cara a la adversidad sin derrumbarse, requiere esfuerzo y la intervención de una tercera persona: Jesucristo. Su presencia une y hace que la unión sea más íntima y sólida, alentando la reconciliación.

La penosa realidad del divorcio nos obliga a recordar que todos necesitamos oportunidades para recuperarnos a fin de seguir adelante en la vida. Este es el deseo de Dios, nuestro Creador. Él mismo nos ha rescatado de nuestra absurda y torcida manera de vivir y quiere ayudarnos a resolver nuestros problemas para darnos esperanza para el presente y el futuro. Y todo lo hace por amor a nosotros, porque somos sus hijos.

Mayor fuente de aliento y ánimo no se consigue en ninguna parte: ***¡aprovéchala!*** Está a disposición de todos los que la necesitan, especialmente para los que han sufrido a causa de un divorcio.

Jesucristo dice: ***“Vengan a mí todos ustedes, los agotados de tanto trabajar, que yo los haré descansar. Lleven mi yugo sobre ustedes, y aprendan de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallarán descanso para su alma; porque mi yugo es fácil, y mi carga es liviana”*** (Mateo 11:28-30).

ORACIONES

Dios mío, me siento muy triste porque mi matrimonio ha fracasado. No puedo dejar de llorar: pienso que mi vida ya nunca será lo mismo. Te pido que cures este dolor. Ayúdame a recordar cuánto me amas y que, en medio de mi tristeza, me acompañas con tu amor y comprensión. Te lo pido en el nombre de tu Hijo Jesús. Amén.

Amado Dios, recuerdo con dolor el día en que mis padres se separaron cuando yo todavía era niño. En ese momento me prometí a mí mismo que nunca les haría eso a mis hijos. Sin embargo, aquí estoy, años más tarde, pensando hacer lo mismo que ellos.

Perdóname, Señor, y ayúdanos con tu amor y tu perdón para que podamos volver a vivir en armonía. Por Jesús. Amén.

Señor Jesús, mi matrimonio anterior fracasó y ya veo indicios de que el amor de mi segunda unión parece extinguirse. Enséñame a amar como tú lo haces, dando y haciendo lo que sea mejor para mi pareja. Sé que con tu ayuda mis esfuerzos no serán en vano. Te pido que seas tú el Rey de nuestro hogar. Amén.

Querido Padre, hace un año me divorcié y todavía siento un profundo pesar. Reconozco que mi problema es espiritual porque no he podido perdonarme a mí

mismo. ¿Será que pienso que tú no me has perdonado? Ayúdame a recibir y aceptar tu perdón y a encontrar la paz que tanto necesito. En el nombre de tu Hijo. Amén.

Dios de misericordia, algo dentro de mí ha muerto. Nunca pensé que mi matrimonio habrá de terminar en divorcio. ¿Cómo puedo volver a ser feliz? Cuando no estoy lleno de amargura, siento lástima por mí mismo. Hoy te necesito más que nunca. Ven, llena mi soledad y devuélveme la alegría de vivir. Por Jesús te lo pido. Amén.

Padre celestial, tengo mi propia familia pero me siento incapaz de mantenerla unida y contenta. Parece que todo se está viniendo abajo y, sin tu ayuda, sé que esto va a terminar en divorcio. Te pido que me guíes y acompañes para que juntos podamos restaurar la unión y el amor en mi hogar. En el nombre de tu Hijo Jesucristo. Amén.

EL DIVORCIO

Copyright © 2024 por CPTLN Chile

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida en ninguna forma o por ningún medio, electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado, escaneado o de otra manera sin el permiso por escrito del editor. Es ilegal copiar este libro, publicarlo en un sitio web o distribuirlo por cualquier otro medio sin permiso.

