

# Introducción

El autor parte de la experiencia clínica y personal que, como Terapeuta Matrimonial y Familiar, ha llevado a cabo de forma ininterrumpida en las cuatro últimas décadas. Durante su exposición se atenderá sobre todo a aquellos contenidos que más directamente están comprometidos hoy en la génesis y desarrollo de los conflictos familiares y de pareja.

Los principios que se expondrán han sido aislados de miles de horas de evaluación y terapia familiar en los siguientes ámbitos:

1. La coherencia entre convicciones y comportamientos
2. La entrega de la corporalidad al otro: la fidelidad en las relaciones sexuales
3. Hacer visible y entregar la subjetividad invisible: la comunicación conyugal y familiar
4. Respetar las diferencias en valores, intereses y gustos: más allá de las “ideologías de género”
5. La conciliación entre familia y trabajo
6. Las relaciones con las familias de origen
7. La educación de los hijos
8. La salud física y psíquica
9. Las relaciones sociales
10. Las decisiones económicas y la administración de los recursos

## 1. La coherencia entre convicciones y comportamientos

Las mujeres y los hombres son libres y, por eso, pueden optar por comprometer sus vidas con otras personas, coincidiendo en un proyecto en común. Ese proyecto de vida en común entre un hombre y una mujer es lo que conocemos con el término de matrimonio. Esta opción es propia de la condición humana, como pone de manifiesto la familia, uno de los hechos empíricos más universal y generalizado. Resulta difícil encontrar otro hecho que, desde una perspectiva empírica, haya sido constantemente verificado en la historia de la humanidad.

Esta capacidad de disponer de la propia vida para la donación a otra persona de diferente sexo muestra, una vez más, la hechura de la condición humana: una ‘subsistencia coexistente’ (Polo, 1977), un ‘ser-para-los-otros’ que no alcanza su propio fin si se concibe a sí mismo como un ‘ser-en-sí’ o un ‘ser-para-sí’ (Ratzinger, 2002). La libre disposición de la persona para donarse pone de manifiesto su capacidad de apertura (Polo,

1981). Una capacidad para abrirse, en primer lugar, al conocimiento propio y ajeno; y, en segundo lugar, para entregarse y acoger al otro, mediante el querer de sus respectivas voluntades.

Pero esa donación-aceptación acontece en el tiempo, por lo que es necesario que ambos sepan a qué atenerse en el futuro, en qué comprometerán y gastarán sus vidas, en definitiva, de qué proyecto de matrimonio disponen para realizarlo mientras realizan su vivir. Sin disponer de un proyecto de matrimonio es difícil que sea viable el compromiso por el que quieren optar.

El proyecto conyugal no consiste en hacer un mero plan, según el cual se disponga lo que todavía no se ha hecho, o se determine lo que aún está por hacer. “El proyecto no es, por así decirlo, hacer cualquier cosa mientras uno se hace a sí mismo, porque uno no se hace a sí mismo haciendo cualquier cosa” (Ferrater Mora, 1979). Ningún matrimonio, como ninguna familia se hace a sí misma mediante el diseño de futuras opciones sólo probabilísticas y más o menos previsibles y desde luego accidentales.

La vida de cada uno de los cónyuges sólo se proyecta en función del proyecto vinculante por el que ambos personas se han decidido. Optar por el matrimonio y la familia significa que cada cónyuge concibe y anticipa su mismo vivir personal en el futuro como un ‘ser-de’ y un ‘ser-para’, porque precisamente así lo ha elegido a través de su autodecisión.

Una elección ésta ciertamente comprometedora, que no por ello deja de estar al servicio de la propia personalización. Se es tanto más uno mismo cuanto más se dé al otro. El ‘yo’ y el ‘tú’ —que se otorgan mutuamente en la libre donación conyugal— son tanto más ellos mismos cuanto más profunda y radicalmente sea el ‘nosotros’ que decidieron ser y cuanto más se donen al ‘vosotros’ (los hijos), en cuyo origen y desarrollo ellos están (Polaino-Lorente, 1990).

Disponer de un proyecto así concebido consiste en saber a qué atenerse, tanto en lo relativo a la personal existencia —en que consiste la propia vida—, como respecto de la vida de las personas a las que intencionalmente se han dado, con independencia de cuáles fueren sus circunstancias futuras. Esto es lo que, en definitiva, ha de vertebrar la identidad y el destino personal (Polaino-Lorente, 1985).

Pero por muy explícito y claro que sea el proyecto, con eso sólo no basta. Es, desde luego, una condición necesaria, pero no suficiente. Es preciso, además, que ambas personas vivifiquen de continuo —hagan de él la trama de sus vidas— el compromiso por el que optaron. Es decir, que logren esa unidad vital y constante entre sus convicciones y comportamientos. Sin convicciones no puede haber proyecto. Pero, ¿para qué servirían las convicciones si no se encarnan en el comportamiento personal? Esta robusta y densa unidad entre las convicciones y los comportamientos no es otra cosa, en realidad, que coherencia.

En la mayoría de las crisis conyugales que llegan a la Terapia Familiar, lo primero que se observa es la incoherencia de uno o de ambos cónyuges. Una incoherencia que amenaza y casi quiebra la misma sustancia de la relación entre ellos. Es la incoherencia la que arruina la donación recíproca —fundamento del matrimonio y la familia—, poco importa la diversidad de las conductas en que aquella se manifiesta.

Ese salir de sí para donarse y/o acoger el don del otro, en que consiste el matrimonio y la donación, es el primer principio, el principio más relevante que hay que satisfacer para la mejora de la familia en el siglo XXI. Cualquier actitud en un cónyuge que huya del ‘ser-para-otro’ y recupere la posición del ‘ser-para-sí’ constituye una grave amenaza a la familia, por cuanto la vacía de su más completo significado.

Volver sobre sí, hurtarse a la donación, inhibirse del compromiso ya asumido, tratar de recuperarse en el aislamiento de la propia singularidad son manifestaciones patentes de individualismo (Polaino-Lorente, 1997); de ruptura vital, material y formal del compromiso adquirido (Polaino-Lorente, 1991b), de sustracción de un 'yo' rebelde que sólo aspira a la autoafirmación ególatra, independentista y enajenada de sí (Polaino-Lorente, 1999 y 2003a).

La continuada incoherencia que supone no concebir ya la propia vida como lo que era (un 'regalo-para' y una 'acogida-de'), destruye primero el 'nosotros' —que en sí mismo no puede ser individualista— e inmediatamente después el 'vosotros' (la familia, 'el ámbito donde cada persona es querida por sí misma').

En la familia no es posible condicionar la donación a los otros, en función de lo que los otros 'valgan', 'tengan', 'quieran' o 'puedan' en cada circunstancia. La radicalidad de esa donación es resistente a cualquier cambio personal, circunstancial o temporal. Por eso mismo, la donación familiar no desfigura o enmascara su rostro a tenor de las circunstancias. La persona que se da sabe muy bien que su mismo ser está puesto en juego en esa donación, porque le va en ello su misma felicidad. Así es su convicción y así ha de ser su comportamiento, si tiene la pretensión de mejorar a los suyos y a sí mismo.

Sin riesgo de minimizar o caer en un reduccionismo isomórfico, podría sostenerse que el mal de la familia de hoy no reside en la crisis que se le ha diagnosticado ni en los diversos modelos que de ella se han ofrecido al imaginario colectivo. El mal está en la ausencia de convicciones acerca de la familia y en la incoherente militancia en esas convicciones —cuando las hay— y el comportamiento personal de padres e hijos.

Algunos de los jóvenes o no tan jóvenes cónyuges parecen haber extraviado el sistema de convicciones acerca de la familia por el que se guiaban las anteriores generaciones y, por el momento, se han quedado sin nada. La mayoría de ellos no se han decidido a sustituirlo por ningún otro sistema, por lo que su concepto de familia se ha quedado sin armazón alguno.

En estas circunstancias, como escribe Ortega (1967), “el hombre vuelve a no saber qué hacer, porque vuelve de verdad a no saber qué pensar sobre el mundo. Por eso el cambio se superlativiza en crisis y tiene el carácter de catástrofe. El cambio del mundo ha consistido en que el mundo que se vivía se ha venido abajo, y de pronto en nada más. No se sabe qué pensar de nuevo, sólo se sabe o se cree saber que las ideas y normas tradicionales son falsas, inadmisibles. Se siente profundo desprecio por todo o casi todo lo que se creía ayer, pero la verdad es que no se tienen nuevas creencias positivas con que sustituir las tradicionales. Como aquel sistema de convicciones o mundo era el plano que permitía al hombre andar con cierta seguridad entre las cosas y ahora carece de plano, el hombre se vuelve a sentir perdido, azorado, sin orientación (...).”

“No existe eso que suele llamarse ‘un hombre sin convicciones’ —continúa Ortega. Vivir es siempre, quiérase o no, estar en alguna convicción, creer algo acerca del mundo y de sí mismo (...); el no sentirse en lo cierto sobre algo importante impide al hombre decidir lo que va a hacer con precisión, energía, confianza y entusiasmo sincero: no puede encajar su vida en nada, hincarla en un claro destino. Todo lo que haga, sienta, piense y diga será decidido y ejecutado sin convicción positiva, es decir, sin efectividad: será un espectro de hacer, sentir, pensar y decir, será la *vita minima*, una vida vacía de sí misma, inconsistente, inestable. Como en el fondo no está convencido por algo positivo, por tanto no está verdaderamente decidido por nada (...); mas para decidir mi existencia, mi hacer y no hacer, yo tengo que poseer un repertorio de convicciones sobre el mundo”.