



La veracidad como fundamento de
la comunicación conyugal

Por: Jorge González Estrada,
Director de la Escuela de Comunicación

Cuando se habla de lograr una buena comunicación intrafamiliar y conyugal, la mayoría de la literatura al respecto fija principalmente su atención en técnicas de expresión oral, consejos para la vida cotidiana y en otros aspectos prácticos. Este tratamiento del tema es muy válido y bueno, pero con frecuencia se reduce a algo más de forma, y deja a un lado el hecho de saber si esta comunicación está realmente fundamentada en genuinos principios de veracidad y congruencia de vida.

La comunicación conyugal que no brota veraz desde lo más hondo de la persona, nunca alcanzará la plenitud a la que por su misma naturaleza está llamada. Más allá de tecnicismos y consejos útiles para una óptima comunicación en el ámbito matrimonial, lo que asegura el más alto índice de comunicación entre los dos esposos es su compromiso con la veracidad, con la transparencia y con la sinceridad total de cada uno.

Se habla de ser oportunos en el diálogo y de fomentarlo lo más posible, se habla de empatía, de saber escuchar, de precisión de términos, de claridad en el lenguaje, de saber motivar y persuadir, de expresarse con propiedad y de muchos otros factores claves en la comunicación humana, pero aún cuando todos estos factores se cumplan, nada sustituye el comunicar, ante todo, la verdad de lo que quiero y de lo que soy.

Uno de los más halagadores adjetivos calificativos que puede recibir cualquier persona es la de ser considerada como un *“hombre de palabra”*, o una *“mujer de palabra”*. El simple término en sí conlleva varias cualidades de gran virtud como lo son la integridad,

la confiabilidad, la autenticidad, la transparencia, la congruencia de vida, la honestidad y el ser cabal. La lista de connotaciones positivas podría seguir ya que este término es tan rico en contenido que evoca a las aspiraciones más elevadas y genuinas de los seres humanos. Estas cualidades sobresalen más y con más fuerza hoy, cuando se vive inmerso en una dramática crisis de autenticidad en la que ya no siempre se tienen en tan alta estima los valores de la veracidad y la rectitud de vida. Hoy más que nunca, este compromiso con la verdad, en individuos de bien, es más destacable y apreciable dada su gran escasez.

No hay factor humano que fomente más el desarrollo económico y el progreso generalizado, que el hecho de vivir y relacionarnos en una cultura donde prevalezca la confianza en las relaciones humanas, ya sean laborales, sociales o simplemente interpersonales. La confianza se genera ante todo con veracidad, y con ésta la comunicación se perfecciona. La armonía y convivencia social lograrán sus mayores alcances y aportaciones al bienestar común, en la medida que las comunidades estén conformadas con el mayor número de hombres y mujeres veraces; hombres y mujeres *“de palabra”*.

Una primera característica de veracidad en las relaciones conyugales es la sinceridad. Ésta se encuentra en la base de cualquier proyecto de armonía duradera al interior del núcleo familiar. A la base de cualquier familia y matrimonio, que quiere perdurar y trascender en el tiempo, debe estar la sinceridad: *“la sinceridad con el otro”*, que inicia con *“la sinceridad con uno mismo”*. La sinceridad de alguna forma se manifestará en la sencillez de las formas, y hará amable y placentera la comunicación. Más allá de las palabras, la sinceridad abarca la totalidad de la persona.

La historia humana está plena de casos de hombres y mujeres comprometidos con la verdad y con la consecuente congruencia de vida que de este compromiso emana. Quizá el ejemplo más clásico, y el que da prioridad histórica al concepto, es el caso de Sócrates. Sócrates tuvo el honor de vivir y morir por la verdad. Sócrates predicaba la verdad y vivía con el temor constante de ser un obstáculo para la misma. Sócrates no se cansaba de anonadarse y disimulaba cuidadosamente su superioridad; así llevaba y guiaba a sus discípulos a la verdad, como sabio que fue.

Es en lo más profundo del corazón humano donde se gesta toda comunicación. Las palabras, la entonación, la fluidez, la expresión facial y todos y cada uno de los componentes externos de la comunicación son meros vehículos e instrumentos de la mente y el corazón. Al final lo que se comunica como verdad, o como mentira, es la esencia del ser.

Los esposos que anhelan y escalan a los más altos niveles de plenitud y comunicación en su interacción como pareja, deben ante todo ser tal como son y nunca aparentar lo que no son. Esto no exime al esfuerzo del autodominio por agradar al otro, pero siempre siendo auténtico, siempre siendo "lo que soy". La única fuerza capaz de soportar las arduas luchas, pruebas y penas de la vida, y todas las demás calamidades del devenir humano, es la fuerza de la verdad; ésta perdura por siempre.

La plenitud de la comunicación entre dos esposos tiene su lugar y momento cumbre en la intimidad del "abrazo matrimonial", que es el acto procreativo y unitivo por excelencia. Es aquí donde el hombre y la mujer se pierden a sí mismos para fundirse en el otro. Aquí no hay lugar para mentiras; aquí todo queda al descubierto, el cuerpo, el corazón y el alma. Aquí pueden, o no, tener cabida las palabras, sin embargo, la comunicación no verbal llega a ser más intensa y del más alto grado en contenidos y significados.

Es en estos momentos de plenitud física y emocional donde el diálogo es más fecundo y donde la comunicación verbal y la no verbal se convierten en cataratas de mensajes expansivos. Aquí las verdades, o mentiras, emitidas por la voz o por las acciones se agigantan. Es aquí donde esta comunicación plena tiene incluso la magna capacidad de engendrar una nueva vida.

"Te amo", "te adoro", "eres todo para mí", y muchas otras frases como estas se pronuncian en el éxtasis del momento. Estas expresiones pueden tener diversos grados de verdad en la medida que vayan acordes al grado de amor, de entrega, de sinceridad, de búsqueda del bien del otro, y de la genuina procura del placer del cónyuge. Más allá de las palabras emitidas en estos momentos, los mensajes no verbales no cesan de buscar

una perfecta sincronía con sus correspondencias verbales. Los dos cuerpos y las dos almas se comunican y emiten con gran fuerza verdades no audibles como: *“te amo a ti en exclusiva”, “prometo serte fiel hasta la muerte”, “si de esta unión se engendrara una nueva vida, la aceptaría y amaría como algo sagrado y como una creación de nuestra mutua entrega”, “te doy mi todo y acepto tu todo con todas las consecuencias de esta totalidad”*. En la intimidad matrimonial todo habla, incluso el silencio.

Este momento, que es el cúlmen de la comunicación entre un hombre y una mujer, puede vivirse en total sincronía o en el caos generado por la incongruencia entre los mensajes de la comunicación verbal y de la no verbal. La situación de discrepancia se da en contextos extramatrimoniales y prematrimoniales, donde los mensajes verbales y no verbales se contradicen al no existir un compromiso de por vida: *“hasta la muerte, en las buenas y en las malas”*. La intimidad sexual extramatrimonial y prematrimonial son contextos que por naturaleza no pueden estar responsablemente abiertos a la vida y a la permanencia.

Cuando un esposo o una esposa vulneran el vínculo con la infidelidad, el recipiente de la confianza se agrieta de manera casi irreparable. La relación adúltera se esconde, se disfraza y recurre a mentiras para encubrirse; incluso el propio conocimiento de uno mismo se vuelve turbio y confuso. Aquí no se puede ser plenamente transparente, ni plenamente uno mismo. La mayor mentira entre un hombre y una mujer es simular el amor total con sus componentes esenciales de exclusividad, permanencia y apertura a la vida.

No sólo fuera del ámbito matrimonial se contradicen los mensajes en las relaciones íntimas. También dentro del matrimonio se puede vivir esta esquizofrenia de la comunicación. Cuando se recurre a las prácticas anticonceptivas, ya sean químicas o de barrera, en este acto de entrega total los dos cuerpos en su lenguaje no verbal se están diciéndose en forma no audible: *“te amo casi toda, o casi todo, ya que no puedo amar algo tan tuyo y tan maravilloso, como lo es tu fertilidad y tu capacidad de crear vida”*.

Expertos en comunicación humana coinciden que en las relaciones interpersonales la comunicación predominante es la no verbal. Ésta *“habla”* mucho más y

con más fuerza que muchas veces el lenguaje oral y las palabras. No se puede fingir totalidad por más que las palabras pretendan expresarla. En el abrazo íntimo entre un hombre y una mujer prevalece “el cara a cara”. Los ojos, que son la ventana del alma, hablan infinitamente más que cualquier movimiento de la lengua por más términos de halagos y seducciones que ésta produzca. La totalidad del amor es totalidad de entrega y totalidad en la búsqueda del bien temporal y a largo plazo del ser amado.

Los engaños y mentiras en los actos más significativos de los esposos son lo más adverso a la verdad y sinceridad en la comunicación conyugal. Muchas parejas que recurren a las prácticas anticonceptivas, aunque no sean del todo conscientes, se están mintiendo mutuamente y, por lo tanto, están vulnerando con cada acto la confianza mutua que es la base de su relación. Quizá debido a esta falta de congruencia en la comunicación; es que se puede dar una explicación a las marcadas diferencias en estadísticas de divorcio entre los matrimonios que planean el número de sus hijos mediante preservativos, píldoras, espumas y otros recursos artificiales, y los que lo hacen a través del respeto y en total concordancia con los ciclos de fertilidad propios de la fisiología femenina.

Más allá del mutuo engaño, cuando una pareja recurre a los anticonceptivos y a la esterilización, es el mismo recurso el que es un engaño para la naturaleza. Por ejemplo, la píldora y todos los medios que alteran hormonas al interior de la delicada biología de la mujer, lo que hacen es engañar a la glándula pituitaria, que desde el cerebro regula todo el organismo, haciéndola creer, por los niveles de estrógenos y progesterona, que un bebé viene en camino. Los ovarios se inhiben y la matriz, engañada, se adecua a recibir un óvulo fecundado inexistente.

Hoy, con el rostro de verdad, se promueve, más que nunca, la mentira de la *anticoncepción artificial sin consecuencias*; la fantasía de que *amar es sentir*; el engaño de que *la dimensión sexual es lo más primordial en el matrimonio*; el sofisma de que *en el acto sexual lo más importante es la ejecución*; el espejismo de que *la mujer que recurre a los anticonceptivos es más dueña de sí misma*; el mito de que *puede haber sexo seguro*; y la perversidad de que *la mujer tiene derechos sobre la vida intrauterina dentro de su propio cuerpo*.

En la totalidad de bien que se busca comunicar en la relación conyugal, se contempla no sólo el bien del cónyuge sino también el de la persona que puede crearse a través de este encuentro magnánimo. Sin duda, el mayor bien que se le puede ofrecer a cualquier vida nueva, son unos progenitores que lo acompañen y protejan juntos desde ese primer instante de su ser hasta la muerte natural de quienes le transmitieron la vida.

La comunicación conyugal se fundamenta y cimienta en la verdad recíproca de toda la dinámica de los esposos. En los matrimonios que ordenan su sexualidad sublimándola al amor y manteniendo siempre una apertura a su capacidad creadora, el diálogo respecto a la transmisión de vida es continuo y recurrente. El tema procreativo no puede pasar de cuatro semanas sin abordarse y renovarse. Cuando se recurre a la anticoncepción, el diálogo vital sobre la vida se hace eventual y caduco, ya que pueden pasar meses, incluso años, sin ser un tópico regular de la conversación entre esposos. Si no hay un buen diálogo y un cuestionamiento frecuente respecto a la verdad de la vida y la capacidad de crearla, lo más importante de la comunicación conyugal queda relegada.

Las pequeñas, o grandes, mentiras verbales, o no verbales, van siempre minando a la confianza mutua. Las mentiras del ser amado van generando mucho dolor. No es infrecuente ver matrimonios, y se da más en las mujeres, que con el paso de los años van acumulando graves resentimientos. Las mentiras no necesariamente terminan por destrozarse el vínculo, pero siempre lo debilitan y, a la larga, muy probablemente habrán generado resentimientos que muchas veces van incluso más allá de lo consciente y lo racional. Los resentimientos más fuertes de la vida adulta se gestan hacia los seres de quienes más se esperaba verdad y por ser en quienes más se confiaba.

La mujer moderna, ya lo detecte, lo perciba o lo ignore, ha sido fuertemente engañada a través de un falso feminismo, que en un supuesto estar a favor de la dignidad de la mujer y su "liberación", ignora que su mayor anhelo existencial es una plena y sincera comunicación con quien es, o será, el hombre de su vida. Una comunicación ante todo veraz y franca, que le permita abrirse plenamente y sin barreras para poder amar y ser amada en plenitud; para generar vida.

La comunicación íntima entre esposos exige de la seguridad incondicional que sólo la confianza total puede generar. Sólo la verdad sin cortapisas puede hacer que dos cuerpos sean uno, y dos almas la misma cosa. Sólo la verdad de sí mismo, cada día y cada noche, puede garantizar el crecer en un amor que no se agota y que madura armónicamente hasta la vejez.

El mayor bien humano que cualquier casado puede ofrecer a su cónyuge es el de la libertad. Contrario a todo lo que se dice del matrimonio, éste es el camino donde la libertad alcanza su más elevada manifestación y la plenitud de su razón de ser. La libertad no es no elegir, sino elegir el bien de la verdad. Es el amor que se entrega sin condiciones y con verdad, el que libera al que lo da y al que lo recibe. Al final, ya lo decía el Maestro: *“La verdad os hará libres”*.