



LA COMUNICACION EN LA PAREJA

Introducción

La comunicación en el matrimonio está suponiendo que tanto el marido como la esposa adquieran la costumbre de escuchar los argumentos del otro y comprenderlos, sin lo cual la comunicación es imposible.

Además que los dos miembros de la pareja estén dispuestos a compartir la vida, lo que significa ser partícipe de las preocupaciones, de las ideas y experiencias vividas por el otro, de las dudas de cualquier tipo que puedan surgir.

Ambos deben ser capaces en cualquier momento de reconocer la existencia de problemas, como pueden ser defectos propios, errores... y lo que es aún más importante, saber en unión con el otro, buscar un camino para solucionar cada uno de esos problemas. Aprender a dialogar y comunicarse.

Objetivo:

Afianzar la familia como primer campo de apostolado, donde promovemos la comunión y la participación para que florezca el amor.

LA COMUNICACIÓN EN LA PAREJA

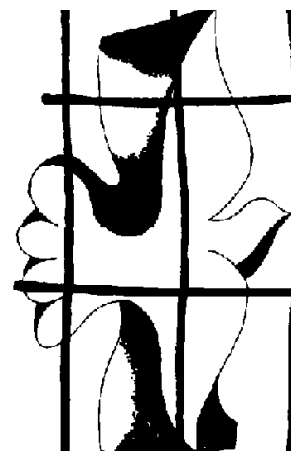
1. BREVE TEORÍA DE LA COMUNICACIÓN

Comunicar es transmitir a alguien un mensaje mediante un signo (verbal, visual, escrito, imagen). La comunicación es un proceso que involucro el agrupar, seleccionar y enviar símbolos de tal manera que ayude al que recibe a obtener en su propia mente, un significado similar al que estaba en la mente del comunicador.

Elementos de la comunicación: **Emisor** (*quien emite el mensaje*), **Mensaje** (*contenido*), **Código** (*símbolo verbal, visual, escrito, etc.*), **Receptor** (*quien recibe el mensaje*), **Barrera** (*obstáculos que se interponen en el recorrido del mensaje y no permiten que llegue al receptor, o hacen que llegue parcialmente o distorsionado*).

2. LA COMUNICACIÓN ENTRE PERSONAS

El amor entre personas es *comunicación* en el encuentro y en el abrazo, por eso no puede haber amor sin comunicación. La comunicación con los otros es la fuente de un enriquecimiento personal. Implica una transformación real de los que se relacionan, ya que se influyen mutuamente. La comunicación interesa, por lo menos, a dos personas. Estas dos personas reunidas, son algo más de lo que eran cuando aún no se habían encontrado.



* La persona adulta, consciente de su papel de educador, tiene que tomar una actitud sensata ante obstáculos que dificultan la comunicación, y contrarrestar así su acción negativa. De su actitud depende que lo que habría de ser una ruptura negativa, por ejemplo de tipo generacional, se convierta en instrumento eficaz de diálogo. Procurará estudiar, conocer profundamente las causas que han provocado un corte en las relaciones interpersonales. Caerá en la cuenta de que para comunicarse es indispensable una *actitud de escucha, de acogida, de conocimiento del otro*.

* La comunicación de *presencia* les solidariza en una situación común, en una estructura que hace que el grupo que forman sea otra cosa distinta de la suma de los dos. Entre dos, se piensa, se siente, se habla y se reacciona en función del otro. Este influjo intenso de la presencia, que me sobrecoge, me tranquiliza o me consuela, constituye un elemento fundamental de la comunicación. Todo lo que acontece en el silencio, por el hecho de la presencia. Pero este silencio se rompe y comienza un intercambio verbal.

* La *palabra* refuerza la estructura de dos seres vinculados por la presencia. El hombre, ser social, no puede vivir solo. Tiene necesidad de intercambio. Sin comunicación interpersonal se debilita. Por lo tanto, educar es crear el diálogo. *¿En nuestra vida social y familiar no tenemos necesidad cada día de instaurar el diálogo o de restablecerlo si se ha cortado?*

* La comunicación personal entre madre e hijo en la infancia establece el fundamento de una experiencia que durará toda la vida. De la comunicación madre – hijo nace un sentimiento de

seguridad permanente. De la comunicación padre – hijo brota en el niño una seguridad activa que le permitirá enfrentarse con las dificultades futuras.

Cuanto más conscientes sean los padres del papel que juega en la pubertad la pedagogía de la comunicación, con mayor eficacia podrán educar a sus hijos púberes, sabiendo que la educación es imposible sin la comunicación. Esta, a su vez, es expresión del amor.

3. EL LENGUAJE, ¿SIRVE PARA COMUNICARNOS?

* El *lenguaje* sirve para expresar nuestros pensamientos, pero también puede servir para ocultar los pensamientos. Quien afirma decir siempre la verdad cree que lo hace, pero muchas veces está exponiendo su verdad, sus puntos de vista, su manera peculiar de ver el mundo. El que escucha no siempre está de acuerdo con él y muchas veces para no entrar en enojosas discusiones, calla y otorga. Pero a veces la situación que se plantea no permite la aceptación silenciosa, entonces el interlocutor aventura una respuesta vaga o difícil de comprender. Trata de disfrazar su pensamiento para no exponerse a enojosas situaciones.

* En cambio, la *mirada* o el *gesto* pueden ocultarse con mayor dificultad. Muchas veces las palabras son corroboradas por ademanes que las refuerzan y todos sabemos que quien trata de no comprometerse, no mira de frente y gesticula poco. Es difícil que dos personas que se miren y que se expresen con todo su cuerpo no lleguen a entenderse.



Muchos padres se preguntan el por qué de la conducta de sus hijos y, si ponen cuidado en tomar conciencia de sus palabras y de sus actitudes, verán que muchas veces el lenguaje oral no corresponde a la actitud o al gesto.

El lenguaje gestual, la voz de tono cariñoso o la mirada afectiva son tanto o más importantes que la mera información del lenguaje verbal.

* La comunicación humana, además de códigos, requiere atención y apertura interior para captar el *significado preciso* que el interlocutor quiere dar a sus palabras y silencios, gestos y actitudes, etc. ¡Cuántas discusiones se evitarían si empleáramos el simple recurso de empezar a definir el significado que le atribuimos a las palabras que utilizamos!

Muchas veces, cuando una agria discusión llega a su clímax se ha olvidado el comienzo y cuántas veces el comienzo fue una mala interpretación de algo que quisimos decir y lo dijimos mal. Y a veces eso que dijimos mal lo acompañamos del gesto opuesto al contenido del vocablo y nadie reparó en este gesto. Sabemos que los movimientos espontáneos de nuestro cuerpo son significaciones vivas que tenemos que aprender a reconocer y que desgraciadamente olvidamos por prestar excesiva atención a las palabras.

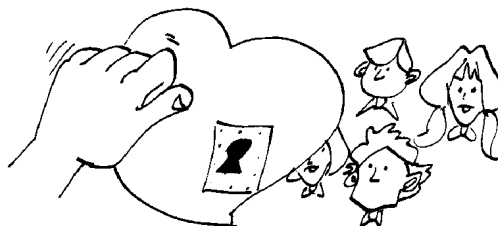
* Cuando recapacitamos en los inconvenientes de nuestra vida cotidiana, deberíamos aprender a reparar en los contenidos del lenguaje que utilizamos y en los que emplean nuestros interlocutores. Se evitaría así enojosas desavenencias y tal vez se aumentaría la comunicación de la que todos hablamos y de la que tanta necesidad tenemos.

4. EL DIÁLOGO

El buen comunicador escucha más de lo que habla. Este es el primer paso para establecer una buena comunicación: *saber escuchar al otro*.

El decir mutuo nos lleva a una plenitud humana. El hecho de expresarse es una exigencia del hombre, pero sólo el expresarse no lleva al diálogo, ya que sólo significa que uno habla y el otro escucha con más o menos simpatía e interés hasta que el otro se calle.

- Para que haya diálogo es necesario:
 - a) Ponerse en el lugar del otro para tener en cuenta su pensamiento.
 - b) Identificarse con su lenguaje, sus vivencias y sentimientos.
 - c) Ser sincero. Si no hay verdad, no hay diálogo, no hay comunicación.



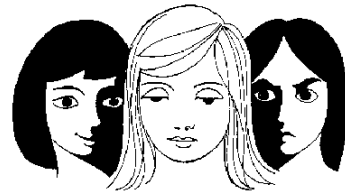
- En todo diálogo debe haber comunicación verdadera, aquella que planifique al hombre. El diálogo es una conquista; para llegar a él es necesario vencer dificultades. Como nota importante, el diálogo debe ser libre y liberador. No hay diálogo cuando estamos forzados a comunicarnos, cuando lo hacemos por compromiso y no nos sentimos libres. También debe ser puramente gratuito y existencial, o sea, que requiere el contacto humano, reclama la presencia física viva y su constante renovación.
- También pudiéramos definir los niveles de comunicación de acuerdo a la profundidad alcanzada con el diálogo. Así podríamos decir que existen diálogos superficiales y comunicaciones más profundas, donde se expresan experiencias, sentimientos, ideales más profundos de la persona.
- El diálogo puede tener defectos:
 - a) **Inatención**
Muchas veces hablamos sin prestar atención a lo que decimos, nos falta damos cuenta. O ponemos poco interés en lo que nos dice nuestro interlocutor, no lo escuchamos.
 - b) **Deleitarse consigo mismo**
A veces, el que habla, gusta de escucharse a sí mismo. Así tampoco puede haber diálogo.
 - c) **Mentira**
Cuando nuestro interlocutor se da cuenta de que hemos mentado, podemos considerar que el diálogo queda interrumpido, ya que se elimina la confianza.
 - d) **Traducción o interpretación**
Si al escuchar lo que nos dice el otro, lo traducimos a nuestros propios esquemas mentales, no hay diálogo posible, ya que, no nos ponemos en el punto de vista del otro, sino que estamos falsificando lo que nos quiere decir.

5. LA COMUNICACIÓN EN LA PAREJA

La comunicación entre la pareja exige tanto del marido como de la mujer, la adopción de cuatro actitudes fundamentales:

- Que ambos sean conscientes y acepten al otro, esto es, la educación que él ha recibido, cómo ha vivido, su temperamento y su carácter.

- Que tanto el marido como la mujer adquirieran la costumbre de escuchar los argumentos del otro y comprenderlos, sin lo cual la comunicación es imposible.
- Que los dos miembros de la pareja estén dispuestos a compartir la vida, lo que significa ser partícipe de las preocupaciones, de las ideas y experiencias vividas por el otro, de las dudas de cualquier tipo que puedan surgir.
- Y por último, que ambos sean capaces en cualquier momento de reconocer la existencia de problemas, como pueden ser defectos propios y de la pareja, errores que se cometan, o bien, defensas que se adopten frente al otro, o determinadas reacciones irracionales; y lo que es aún más importante, saber en unión con el otro, buscar un camino para solucionar cada uno de estos problemas.



VOCABULARIO

Estructura: Manera como se hallan dispuestas las partes de un todo. Podemos hablar de la estructura de un edificio o de un organismo, de un grupo social o del comportamiento. Es la forma nacida de la organización de los elementos que lo componen.

Grupo: Conjunto humano estructurado, cuyos miembros se influyen recíprocamente.

Identificación: Mecanismo psicológico inconsciente por el cual una persona tiende a parecerse a otra persona.

Mecanismo de defensa: Deformación de algunos aspectos de la realidad para disminuir la ansiedad del sujeto.

Percepción: Conducta psicológica mediante la cual toda persona organiza sus sensaciones para tomar conocimiento de una realidad. Una persona percibe algo cuando lo ve, lo oye, toca y entiende.

Pubertad: Conjunto de transformaciones de la mente y del cuerpo que acompañan la maduración sexual y que revelan el paso de la infancia a la adolescencia.

Realización personal: Proceso educativo que conduce al desarrollo completo de todas las posibilidades humanas.

Sentimiento: Combinación de elementos emotivos e imaginarios, más o menos clara, establece y que persiste en ausencia de todo estímulo.



PARA PROFUNDIZAR Y COMPARTIR

- *(El diálogo supone la lectura del texto propuesto)*
- La Comunicación en la pareja:
¿Cómo describiría usted una buena comunicación entre esposa-esposo?
¿Podría usted señalar una situación que dificulte la comunicación, distinta de las que se enumeran en el texto?
De las situaciones que dificultan la comunicación, ¿cuál le parece la más frecuente?
- El Diálogo entre generaciones:
¿Qué palabras emplean sus hijos cuyo significado es diferente al que nosotros solemos dar?
¿Cuál cree que son las principales barreras entre padres e hijos que no favorece la comunicación entre ambas generaciones?

PARA ORAR

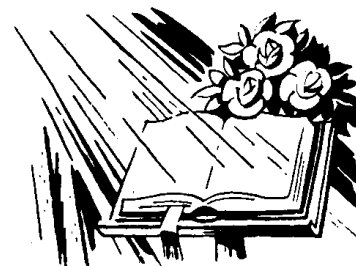
- + *(Se puede presentar una situación familiar que invite a la oración)*
- + Pedimos al Señor que tanto en la familia como en la Fraternidad seamos instrumentos de paz y de comunión: (canto)

Hazme un instrumento de tu paz,
donde haya odio lleve yo amor
donde haya injuria tu perdón, Señor,
donde haya duda, fe en Ti.

MAESTRO AYÚDAME A NUNCA BUSCAR
QUERER SER CONSOLADO COMO CONSOLAR
SER ENTENDIDO COMO ENTENDER
SER AMADO COMO YO AMAR.

Hazme un instrumento de tu paz
que lleve tu esperanza por doquier
donde haya oscuridad lleve tu luz
donde haya pena, tu gozo, Señor.

Hazme un instrumento de tu paz,
es perdonando que nos das perdón
es dando a todos como Tú nos das,
y muriendo volvemos a nacer.



PAUTAS PARA UNA REFLEXIÓN PERSONAL

A fin de establecer el status funcional y la salud de la propia familia, sería interesante llevar a cabo un análisis, al menos de los siguientes puntos:

¿Qué clase de clima familiar reina en la familia, en mi familia?

Tolerante, permisivo, afectivo, tenso...

¿Cómo son las relaciones entre los miembros?

Cordiales, agresivas, despectivas, de superioridad.

¿Cómo es la relación y comunicación verbal con mi esposo/a?

¿Cuáles son las estrategias que normalmente utilizamos para dialogar?

¿Tenemos suficientes habilidades de expresión y reacción?

¿Cada sujeto del grupo familiar desempeña su rol o papel de forma estable?

¿Cuáles son las resistencias al cambio de mi propia familia y cómo se afronta el problema?

¿Quién manda y cómo se manda dentro del seno familiar?

¿Cómo se toman las decisiones?

¿Frente a los conflictos, se hace un análisis del mismo o se identifica sin más al sujeto echándole al culpa?

¿Hay lucha por el poder, por el control de la situación, por dominar?

Frente a las necesidades individuales y del grupo, ¿cómo se reacciona?

¿Se habla y dialoga en familia? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde?

¿Se aprecia coaliciones y pactos frente a planteamientos y toma de decisiones? ¿Cómo repercuten éstas en el grupo?

¿Cuál es el estilo del liderazgo?

¿El vocabulario de los miembros es mayoritariamente inquisitivo, cordial, desdeñoso, afectivo, imperativo, agresivo?

Los mensajes que se emiten y reciben, ¿son claros? ¿Hay un clima enrarecido que deje paso a las suspicacias, a los dobles sentidos y a las reinterpretaciones?

¿Nos reímos mucho en familia? ¿De qué? ¿Cuándo?

¿Por qué clase de reglas y principios se rige nuestro sistema familiar? ¿Cómo se generan esas reglas? ¿Existen muchas meta-reglas?

En mi grupo familiar, ¿qué clase de comunicación aparece con más frecuencia?

¿Contradictoria, de exclusión, descentración, nebulosa, disociada, de etiquetas?

Como persona, ¿valido, respeto, dialogo, afronto positivamente los problemas de un clima de tranquilidad, quiero realmente y acepto, desde la comprensión profunda, a mi pareja?

Opciones de cambio: para mejorar nuestra relación, ¿qué estamos dispuestos a cambiar de común acuerdo?

¿Qué clase de padre/madre soy? ¿Severo/a, paternalista, inestable, intransigente, impositivo, tolerante, agresivo, comprensivo/a, justo/a, hiperprotector/a, etc.?

¿Sabría definirme con una cierta precisión?

¿Cómo nos perciben los hijos? ¿Es esa imagen la que se ajusta a nuestra realidad?



PARA PROFUNDIZAR Y COMPARTIR

Texto: LOS MECANISMOS DE DEFENSA

a) Definición

Cuando una persona se enfrenta a una tensión física o psicológica, su cuerpo se moviliza para la defensa. Psicológicamente ocurre lo siguiente: al encontrarse con un obstáculo, la persona siente ansiedad. Para detener o disminuir esa ansiedad, la persona deforma su pensamiento. A esa deformación se llama *mecanismo de defensa*. La persona deforma aquello que ve, que siente, que recuerda, etc.

Por ejemplo, si nos agreden podemos reaccionar de las siguientes maneras:

- No reconociendo la agresión (*percepción*).
- Deformando la interpretación de la agresión, de modo que la reacción sea menos amenazante (*motivación*).
- No recordando más tarde la agresión (*memoria*).
- Interpretando nuestras réplicas como algo adecuado (*percepción y pensamiento*).
- Maltratando físicamente al otro, por ejemplo al hijo por algo sin importancia (*acción*).

b) Tipos de mecanismos de defensa:

Negación

La persona no admite que exista un hecho doloroso: El estudiante que, preocupado más por sus exámenes, se dice a sí mismo: “Me va muy bien. No tengo problemas”. Se niega el problema o la dificultad.

Represión

Olvido voluntario de algo problemático: El que olvida la cita con el dentista. Se reprime aquello que resulta gravoso o problemático.

Aislamiento

Cuando se bloquea el efecto asociado con una idea. Por ejemplo, el que dice tranquilamente: “Odio a mi madre”, sin manifestar los fuertes sentimientos que normalmente acompaña a tal declaración.

Desplazamiento

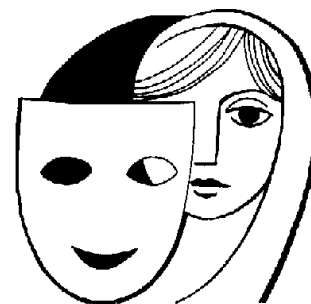
La mujer que sustituye a los hijos que no ha podido tener por un perrito faldero. Se sustituye lo que resulta problemático o gravoso por algo que lo compense.

Proyección

La persona ansiosa atribuye sus sentimientos de ansiedad a otra persona. Un ejemplo sería el padre que, enfadado por la conducta de su hijo, dice que su hijo le odia. Se proyecta el problema a otra persona para no resultarle molesto.

Identificación

La persona adquiere algo que necesita, identificándose con alguien: El adolescente que se identifica con su profesor, con un cantante, y cree obtener así éxito, popularidad, etc. Aquel novio que busca en



la novia el amor de su madre. Se identifica la carencia o necesidad con otra persona diferente de la que proviene tal carencia o necesidad.

Racionalización

Se sustituye el motivo que provoca ansiedad por otro que no lo hace: el estudiante que ha sido reprobado se dice: “De todas maneras, las notas no son una buena medida para saber lo que sabe una persona”. Se trata de encontrar razones que eludan lo que resulta molesto o problemático para disminuir la ansiedad.

Formación reactiva

Negación de los propios motivos que desarrolla una conducta en la que queda algo de los motivos originales. Por ejemplo, una persona con problemas sexuales que se hace miembro de una asociación que lucha contra la obscenidad.

Intelectualización

Cuando se evita la ansiedad que puede producir una situación concentrándose en detalles técnicos o intelectuales. Por ejemplo, el estudiante de anatomía que se concentra en los detalles técnicos para evitar la ansiedad que le produce cortar en pedazos un cuerpo humano.

Sustitución

Un nuevo acto reemplaza al que provoca ansiedad. Por ejemplo, después de una contrariedad, tomamos una golosina, una copa, salimos de compras, etc. Se busca sustituir lo desagradable con algo agradable.

Sublimación

Adopción de actividades constructivas en lugar de otras amenazadoras. El agresivo que se hace cirujano o crítico. Algunos dicen que el deporte es una forma de sublimar las energías de los jóvenes y adolescentes.



Regresión

Vuelta a un comportamiento menos maduro. El niño de cuatro años que vuelve a mojar la cama, porque quiere recuperar la atención de sus padres, desviada por el nacimiento de un nuevo hermano.

Todos los seres humanos utilizan mecanismos de defensa, algunos más que otros, para poder sobrellevar la continua ola de frustraciones que pueden darse en la vida y en la sociedad en que vivimos. En cierto modo es “normal” que nuestro psiquismo se defienda de aquello que lo daña. Lo importante es ser consciente de ello. De todos modos un individuo adulto moderno debería ser consciente de los mecanismos de defensa que utiliza y tratar de explicarse las causas.

Cuando esos mecanismos de defensa o se debilitan o se acentúan excesivamente, nos encontramos ante un individuo inadaptado.

- **Compartir:** *Los mecanismos de defensa en la pareja*

- De los mecanismos de defensa que se suelen usar en la comunicación, ¿cuál cree que es el que más frecuentemente se utiliza en la comunicación en la pareja?
- Y en su caso, ¿qué mecanismos de defensa cree que son los más frecuentes en la comunicación con su pareja?
- ¿Cree que son “necesarios” los mecanismos de defensa? SÍ – NO ¿Por qué?

- *Los mecanismos de defensa con los hijos:*
 - ¿Qué mecanismos de defensa suele Ud. emplear con sus hijos cuando existe algún problema?
 - ¿Qué mecanismos de defensa suelen emplear sus hijos ante las dificultades y problemas?
 - ¿Cómo cree que debe actuar para ayudar a sus hijos resolver adecuadamente los problemas y dificultades?

PARA ORAR

+ **Palabra de Dios:** *Rom 12, 14-19*

Bendigan a quienes los persiguen: bendigan y no maldigan. Alégrese con los que están alegres, lloren con los que lloran. Vivan en armonía unos con otros. No busquen las grandezas, sino que vayan a lo humilde. No se tomen por unos sabios. No devuelvan a nadie mal por mal; procuren ganarse el aprecio de todos los hombres. Hagan todo lo posible, en cuanto de ustedes dependa, para vivir en paz con todos. No se hagan justicia por ustedes mismos, queridos hermanos. No se dejen vencer por lo malo, más bien venzan el mal a fuerza del bien.

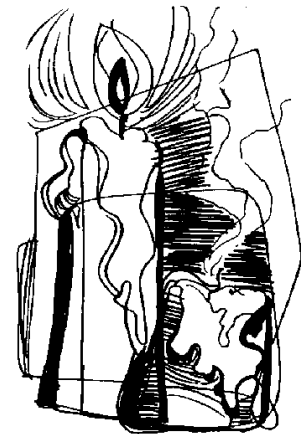
(momento de interiorización)

+ **Oración comunitaria.:**

Jesucristo, Señor y hermano nuestro,
 pon un candado a la puerta de nuestro corazón
 para no pensar mal de nadie,
 para no juzgar, no sentir mal,
 para no suponer ni interpretar mal,
 para no invadir el santuario sagrado
 de las intenciones del hermano.

Señor Jesús, lazo unificante de nuestra familia.
 Pon un sello de silencio a nuestra boca
 para cerrar el paso a toda murmuración
 o comentario desfavorable
 para guardar celosamente
 las confidencias y las deficiencias,
 sabiendo que la primera manera de amar
 es guardar silencio.

Siembra en nuestras entrañas fibras de delicadeza.
 Danos un espíritu de cortesía
 para reverenciarnos unos a otros
 como lo haríamos contigo mismo
 y siembra en nuestra familia la confianza fraterna
 y el deseo de ayudarnos.
 Así sea.



**PARA PROFUNDIZAR Y COMPARTIR****SINTOMAS DEL FUNCIONAMIENTO DEL “YO”
QUE INFLUYEN EN LA COMUNICACION INTERPERSONAL**

1. El *gusto por las relaciones sociales*, pasar tiempo en común, participar creativamente en proyectos comunes, etc.
En cambio, la tendencia a aislarse y la sensación de malestar en las relaciones interpersonales o del grupo de pertenencia fácilmente proyecta malestares personales no resueltos. Hay que estar bien con uno mismo para estar bien con los demás.
2. La *flexibilidad en la discusión* como capacidad de reformular el propio juicio, sin perder identidad propia, saber expresarse y saber escuchar.
Lo contrario sería la incapacidad de modificar el criterio personal, la dureza emocional a la hora de expresar el propio pensamiento, la incapacidad para valorar las aportaciones de los demás.
3. Saber *gratificar a la familia* mediante una actitud positiva, el gesto distendido y sonriente, la participación en palabras y comportamientos lúdicos, la actitud no verbal distendida...
El distanciamiento de la familia, debido sobre todo a experiencias negativas, es un síntoma que denota malestar interior no resuelto.
4. El modo *como cada miembro de la familia o de la Fraternidad contribuye a la fecundidad de las relaciones interpersonales* es otro aspecto a tener presente.
Puede hacerse desde la servicialidad y el cariño, sin pretender hacer nada extraordinario, o por el contrario, desde la necesidad de afirmarse y hacerse notar, con el riesgo de un cierto narcisismo personal.
5. La *claridad en la expresión de sí mismo*, sentimientos o ideas, de un modo asertivo es un síntoma de madurez de la persona en relación. No hay que callarse por temor, cuando se debe hablar, ni se debe ser agresivo para expresarse a sí mismo o manifestar desacuerdos.
Los dobles mensajes, ironías, palabras ambiguas, etc. suelen esconder reservas y conflictos personales o comunitarios no resueltos, hasta justificaciones para no implicarse uno en proyectos grupales.
6. La *implicación espontánea* en la marcha de la familia o en proyectos del grupo según posibilidades de cada uno refleja una buena salud psicoafectiva.



7. La *paz interior*, trabajada responsablemente, es síntoma de libertad interior como posibilidad de comunicarse positivamente con los demás, incluso en situaciones poco favorables.

Sin embargo, es señal de que algo hay que curar en uno mismo cuando se experimenta necesidad de autodefenderse con el consiguiente desasosiego, en actitud de huida permanente de recuerdos desagradables, con la sensación de sentirse bloqueado mentalmente por la realidad: palabras escuchadas, hechos, situaciones...

- + **Compartir** las reacciones al texto propuesto.
Ofrecer situaciones experienciales de la familia, trabajo, Fraternidad...

PARA ORAR

- + **Salmo de la amistad**

**DANOS UN CORAZON GRANDE PARA AMAR
DANOS UN CORAZON FUERTE PARA LUCHAR**

Voy de camino contigo, Señor Jesús.
He dejado atrás la noche
y quiero andar el camino de la amistad.

Vengo ante ti en tu búsqueda
para encontrar tu amistad sincera.
Quiero abrir mi mano y dar sin medida.
Quiero decirle al hermano
que la vida es bella y es nueva
cuando nos encontramos y nos queremos.

DANOS UN CORAZON...

Quiero derribar las murallas de mi castillo.
Quiero amar más allá del amor, con el amor de Dios.
Quiero dar sin esperar.
Quiero hacer amistad profunda,
aunque mi corazón esté roto.

Quiero hacer de mi corazón lugar de reconciliación.
Quiero que mi mano sea saludo y perdón.
Quiero sembrar estrellas de alegría y de paz.

Quiero llevar mi ramo de olivo a los hombres de la tierra.
Quiero llenar mi vida de tu amistad.
Quiero llenar mis amistades de ti.

DANOS UN CORAZON...

