

ÍNDICE

Prepararnos para compartir

Felicidad familiar, sinónimo de paz espiritual	9
La irradiación "amable"	14
Renunciar a la queja permanente	19
En torno a la cuestión de "ser útil"	24
La disposición a ayudar	29
Algo acerca de "conceder al otro" y "regalar la luz"	34
Las joyas "tiempo" y "respeto"	39
Las personas que se sienten vulneradas ¿no expresan gratitud? 45	
¿Hijo pródigo-padre pródigo?	52
Perdonar no significa olvidar	58

El diálogo

Puerilidad del diálogo	65
La inestabilidad, un obstáculo para la comprensión mutua	69
¿Cuánto depende de la comunicación!	74
Cinco "pecados mortales en clave humorística"	78
"¡No lo haré más y basta!"	83
Los discursos de evasión y "double-bind" (doble mensaje).	88
La risa, una inyección vitamínica revitalizadora	93
Del malentendido a la enemistad	98
El círculo vicioso en el matrimonio	103
Una clave para la reconciliación	107

El amor mutuo

El amor desdichado no existe	115
¿Un nuevo comienzo después del fracaso?	120
Convivir en paz, aunque difieran los valores	124
Dos sugerencias importantes para matrimonios	129
¿Qué sucede cuando un miembro de la familia padece tras- tornos psíquicos?	135
Algunas pautas de comportamiento para los familiares que com-padecen	140
Una visión del mundo a la vez realista y optimista	145
Obedecer a la voz interior	149
El amor es más fuerte que la muerte	154
Conclusión	159