# PREPARATE Para CASARTE



ITINERARIO DE PREPARACIÓN AL SACRAMENTO DEL MATRIMONIO





# **VENID A LA FIESTA**

(Mt 22,4)

ITINERARIO DE PREPARACIÓN AL MATRIMONIO (IPM)

«Debido a la complejidad del contexto cultural en que vive la Iglesia en muchos países, el Sínodo recomienda tener el máximo cuidado pastoral en la formación de los novios» (Sacramentum Caritatis, 29)

1. Índice	3
2. Introducción	7
3. Situación actual del sacramento del Matrimonio en Mallorca	10
3.1. Perfil de las parejas que piden el sacramento del Matrimonio	10
3.2. Estadísticas del sacramento del Matrimonio en Mallorca	11
4. Itinerario de Preparación al Matrimonio	13
4.1. ¿Qué significado tienen las siglas IPM?	13
4.2. Los objetivos del Itinerario de Preparación Matrimonial	13
4.3. Líneas básicas del Itinerario de Preparación Matrimonial	14
4.4. Claves de interpretación antropológicas y teológicas	15
4.5. Acompañamiento fraternal de los novios	18
4.5.1. Realidad de las parejas	18
4.5.2. La acogida de las parejas	18
4.5.3. La acogida, actitud permanente	20
4.5.4. Condiciones de una buena acogida	20
4.5.5. Partes del acompañamiento fraternal	22
4.5.5.1. El acompañamiento personal o de pareja	23
4.5.5.2. El acompañamiento del grupo	24
4.5.6. Claves del acompañamiento para sacerdotes y responsables	25
4.5.7. Algunas actitudes para el acompañante de parejas	26
5. Planificación del Itinerario de Preparación Matrimonial (IPM)	29
5.1. Proceso de fe con personas adultas	29
5.2. Algunos criterios para los animadores	29
5.3. Metodología de los encuentros	30
5.4. La temática de los 8 encuentros	31
5.5. Las celebraciones litúrgicas	34
6. Sesiones del Itinerario de Preparación al Matrimonio (IPM)	36
6.1. Primer encuentro	40
El noviazgo, ¿por qué Dios en nuestro matrimonio? (octubre)	40
6.1.1. Planteamiento teórico de la sesión	40
6.1.2. Planteamiento teológico de la sesión	41
6.1.3. Planteamiento bíblico de la sesión	42
6.1.4. Guión de la sesión	42
6.1.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	57
6.1.6. Evaluando tu matrimonio	58

6.2. Segundo encuentro	61
Del diálogo, la confianza y la comunicación (noviembre)	61
6.2.1. Planteamiento teórico de la sesión	61
6.2.2. Planteamiento teológico de la sesión	61
6.2.3. Planteamiento bíblico de la sesión	62
6.2.4. Guión de la sesión	62
6.2.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	77
6.2.6. Evaluando tu matrimonio	78
6.3. Tercer encuentro	81
La realidad, la fidelidad y la libertad de los Hijos de Dios (diciembre)	81
6.3.1. Planteamiento teórico de la sesión	81
6.3.2. Planteamiento teológico de la sesión	82
6.3.3. Planteamiento bíblico de la sesión	82
6.3.4. Guión de la sesión	83
6.3.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	103
6.3.6. Evaluando tu matrimonio	104
6.4. Cuarto encuentro	108
La sexualidad y la afectividad, un placer compartido (enero)	108
6.4.1. Planteamiento teórico de la sesión	108
6.4.2. Planteamiento teológico de la sesión	108
6.4.3. Planteamiento bíblico de la sesión	108
6.4.4. Guión de la sesión	110
6.4.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	127
6.4.6. Evaluando tu matrimonio	128
6.5. Quinto encuentro	131
Del amor romántico al amor maduro (febrero)	131
6.5.1. Planteamiento teórico de la sesión	131
6.5.2. Planteamiento teológico de la sesión	133
6.5.3. Planteamiento bíblico de la sesión	133
6.5.4. Guión de la sesión	134
6.5.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	151
6.5.6. Evaluando tu matrimonio	154
6.6. Sexto encuentro	156
La paternidad y la maternidad responsables, la educación de los hijos (marzo)	156
6.6.1. Planteamiento teórico de la sesión	156
6.6.2. Planteamiento teológico de la sesión	157
6.6.3. Planteamiento bíblico de la sesión	157
6.6.4. Guión de la sesión	159
6.6.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	173

6.7. Séptimo encuentro	175
El perdón y la reconciliación (abril)	175
6.7.1. Planteamiento teórico de la sesión	175
6.7.2. Planteamiento teológico de la sesión	176
6.7.3. Planteamiento bíblico de la sesión	176
6.7.4. Guión de la sesión	177
6.7.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	186
6.7.6. Evaluando tu matrimonio	187
6.8. Octavo encuentro	189
Celebrar el amor y la felicidad (mayo)	189
6.8.1. Planteamiento teórico de la sesión	189
6.8.2. Planteamiento teológico de la sesión	189
6.8.3. Planteamiento bíblico de la sesión	189
6.8.4. Guión de la sesión	191
6.8.5. Continuación de la sesión en las redes sociales	200
7. Anexo de textos, canciones y películas	201
7.1. Textos para los encuentros, seguimientos o acompañamiento	201
7.2. Canciones y karaokes para las sesiones	204
7.3. Otras películas sobre la problemática matrimonial	205
7.4. Aspectos jurídicos del matrimonio	206
8. Celebraciones litúrgicas del IPM	217
8.1. Celebración de la Bendición de los novios	217
8.2. Celebración de presentación de los novios a la comunidad cristiana	220
y entrega de la Biblia.	220
8.3. Celebración comunitaria de la Reconciliación	223
9. Oraciones para los encuentros del IPM	233
10. Bibliografía utilizada	241
10.1. Documentos oficiales	241
10.2. Manuales y libros	241
10.3. Internet	242
10.4. Documentos oficiales en la página web: www.enelcel.com	242
Documento 1	243
Documento 2	244
Documento 3	245

Todo el material que se cita en este libro se encuentra en la página web: www.enelcel.com



### 2.-Introducción

El objetivo de este documento es la de proporcionar un **Itinerario de Preparación al Matrimonio (IPM)** para parejas que optan a la celebración del matrimonio eclesiástico.

El título que se propone para este itinerario es: **Venid a la fiesta** (Mt 22,4).

El IPM abarca, el conjunto de la vida y misión de la Iglesia. Por ello, incluye las tres grandes acciones que integran todo proceso evangelizador:

- **1.** La acción misionera: dirigida a las parejas no creyentes y a los novios bautizados que no participan habitualmente en la vida eclesial.
- **2.** La acción catequética: dirigida a las parejas bautizadas que necesitan una preparación al Sacramento del Matrimonio con una formación integral y fundamental.
- **3.** La acción pastoral: dirigida a la vida misma de las parejas cristianas, siempre necesitadas de una formación permanente de la fe y de una animación en el ejercicio de su misión evangelizadora.

Una de las claves fundamentales del IPM, es el de ser un camino de acompañamiento personalizado. En esta tarea tienen una misión muy importante el sacerdote y el grupo de animadores. Un acompañamiento fraternal para que sientan cerca de ellos personas creyentes que viven una vida cristiana comprometida, y en segundo lugar, para que estas parejas realicen un proceso de conversión hacia un «volver a vivir la fe¹» que perdieron hace tiempo, y reencontrar un camino para el seguimiento de Jesucristo. Todo ello dentro de la Iglesia católica.

El IPM no tiene como objetivo final la Celebración del Matrimonio, sino que plantea un proceso de fe y de iniciación cristiana, como «segundo anuncio²». El ideal del IPM es que se convierta en un auténtico itinerario de fe: un camino hecho en y con la Iglesia, en el que la experiencia, los contenidos y el acompañamiento a las parejas les ayude a discernir y profundizar su vocación al amor vivido en el matrimonio.

La curiosidad de este IPM es que plantea una propuesta de libertad a las parejas que no tienen una verdadera formación religiosa. Se plantea en un ambiente de Iglesia en salida.

«La Iglesia «en salida» es una Iglesia con las puertas abiertas. Salir hacia los demás para llegar a las periferias humanas no implica correr hacia el mundo sin rumbo y sin sentido. Muchas veces es más bien detener el paso, dejar de lado la ansiedad para mirar a los ojos y escuchar, o renunciar a las urgencias para acompañar al que se quedó al costado del camino. A veces es

<sup>1</sup> En Francia han aparecido *les recomençants*, cristianos alejados de la fe, que vuelven a vivir procesos de conversión hacía la fe católica. Enzo Biemmi tiene un manual muy iluminador sobre la idea del «segundo anuncio», es decir volver a provocar y suscitar en las personas el replanteamiento de sus creencias. E. BIEMMI. *Estagundo anuncio*, Sal Terrae, Santander, 2013

<sup>2</sup> E. Biemmi, El segundo anuncio, Sal Terrae, Santander, 2013

como el padre del hijo pródigo, que se queda con las puertas abiertas para que, cuando regrese, pueda entrar sin dificultad.» (EG 46)

Por ese motivo las personas que procedan de ambientes menos religiosos o menos acordes con la fe cristiana, podrán, también, profundizar en los temas sin sentirse marginados. Podrán sustituir la palabra «Dios» por la palabra «Amor».

El itinerario propone la idea de que el Amor es el centro de la vida cristiana, pero también de toda vida que se aprecie humana. Esta es la base y el punto culminante de este IPM.

«El amor es la única respuesta satisfactoria al problema de la existencia humana³.»

La duración del camino matrimonial es de un año o curso, tiempo privilegiado para asentar la decisión del compromiso basado en una reflexión seria, tranquila y pausada en el interior de la pareja. Bien es cierto que muchas parejas no llegan con la antelación de un año para desarrollar todo un curso, por ese motivo también se ofrece el Itinerario Prematrimonial personalizado en 8 encuentros.

Es cierto que los agentes de pastoral y los grupos que preparan los actuales cursillos prematrimoniales están cansados, desencantados y contrariados con su labor evangelizadora. Muchos de estos agentes son personas mayores que han dedicado toda su vida a esta tarea, y muchas veces sin ver demasiado fruto en las parejas que han preparado. Es la hora del cambio y de la creatividad, no se puede quedar anclado en el pasado lamentándose de que las cosas no salieron como uno esperó.

«La pastoral en clave de misión pretende abandonar el cómodo criterio pastoral del «siempre se ha hecho así». Invito a todos a ser audaces y creativos en esta tarea de repensar los objetivos, las estructuras, el estilo y los métodos evangelizadores de las propias comunidades. Una postulación de los fines sin una adecuada búsqueda comunitaria de los medios para alcanzarlos está condenada a convertirse en mera fantasía. Exhorto a todos a aplicar con generosidad y valentía las orientaciones de este documento, sin prohibiciones ni miedos. Lo importante es no caminar solos, contar siempre con los hermanos y especialmente con la guía de los obispos, en un sabio y realista discernimiento pastoral.» (EG 33)

Una de las finalidades del itinerario consistirá en resolver las dificultades que surgen en la pareja a medida que éstas va haciendo camino. Se pretende acompañar las parejas para que descubran las pequeñas diferencias que no se atreven a comentar a diario por miedo a no decepcionar al otro, y para compartir la experiencia del amor vivido. Con el objetivo que al finalizar el año del itinerario tengan un Proyecto de Vida Matrimonial bien trabajado y conforme a sus intereses comunes.

Tal vez al final del camino las parejas descubran la relación que existe entre el amor de novios y el amor que Dios nos da, y quizás ese sea el momento propicio para dar el paso del Matrimonio cristiano y por la Iglesia. El sí pronunciado por la pareja en la Iglesia sellará el

<sup>3</sup> E. Fromm, El arte de amar, Paidós, Buenos Aires, 1979, 122-123

amor que se tienen, y que Dios ya les había infundido mucho antes de que ellos lo supieran.

«Conscientes de la importancia de este tema, los obispos exhortamos a los sacerdotes y a las familias a insistir en la renovación tanto de la iniciación cristiana como en el acompañamiento de la vocación al amor esponsal—matrimonial. Agradecemos los esfuerzos de cuantos agentes de la pastoral familiar, anclados en los contenidos de la antropología adecuada propuestos por el beato Juan Pablo II, han ido renovando la preparación al matrimonio<sup>4</sup>» (n. 132)

El documento propuesto consta de **seis capítulos**. El **primer capítulo** está dedicado a la introducción y justificación del IPM. El **segundo capítulo** toma el pulso al estado de la cuestión sobre el perfil y las estadísticas de las parejas que celebran el Sacramento del Matrimonio en Mallorca. El **tercer capítulo** plantea las bases y los objetivos del IPM con una iluminación humana y cristiana. El **cuarto capítulo** se dedica a la planificación, metodología, temática y celebraciones del IPM. El **quinto capítulo** explica la planificación del IPM. El **sexto capítulo** desarrolla los 8 encuentros, con los planteamientos teóricos y con las sesiones prácticas. Y el último capítulo es un **anexo** de textos, oraciones y celebraciones para los encuentros con las parejas.

«La familia atraviesa una crisis cultural profunda, como todas las comunidades y vínculos sociales. En el caso de la familia, la fragilidad de los vínculos se vuelve especialmente grave porque se trata de la célula básica de la sociedad, el lugar donde se aprende a convivir en la diferencia y a pertenecer a otros, y donde los padres transmiten la fe a sus hijos. El matrimonio tiende a ser visto como una mera forma de gratificación afectiva que puede constituirse de cualquier manera y modificarse de acuerdo con la sensibilidad de cada uno. Pero el aporte indispensable del matrimonio a la sociedad supera el nivel de la emotividad y el de las necesidades circunstanciales de la pareja. Como enseñan los Obispos franceses, no procede «del sentimiento amoroso, efímero por definición, sino de la profundidad del compromiso asumido por los esposos que aceptan entrar en una unión de vida total.» (EG 66)

<sup>4</sup> Conferencia Episcopal Española, *La verdad del Amor Humano. Orientaciones sobre el amor conyugal, la ideología de género y la legislación familiar*, EDICE, Madrid, 2012, (n. 132)



### 3. Situación actual del sacramento del Matrimonio en Mallorca

Las parejas que toman la opción del matrimonio suelen formar un grupo heterogéneo, tienen en común que quieren casarse y por diferentes motivos han decidido hacerlo por la Iglesia. Muchos de ellos son jóvenes y participan de los valores y actitudes que se dan en la juventud actual.

El documento de la Conferencia Episcopal Española sobre *La verdad del Amor Humano*, insiste en la inquietud de la formación de los esposos cuando dice:

«El descenso de la nupcialidad y el retraso cada vez mayor de la celebración del matrimonio (la edad media del primer matrimonio es de 33,4 años en los varones y 31,2 años en las mujeres) están exigiendo un replanteamiento a fondo de la pastoral prematrimonial. En este sentido se hace necesario acompañar y discernir la vocación al amor esponsal, y propiciar, contando con la pastoral juvenil, itinerarios de fe que den contenido cristiano al noviazgo. Estos itinerarios de fe deben ser pensados en clave de evangelización y desarrollados como un camino catecumenal que proponga la totalidad de la vida cristiana desde la perspectiva de la vocación al amor. Así lo indica la *Familiaris Consortio*, tanto para la preparación próxima como inmediata, que debe ser realizada "como un camino de fe, análogo al catecumenado"¹» (n. 130).

### 3.1. Perfil de las parejas que piden el sacramento del Matrimonio

La realidad actual de las parejas que piden el sacramento del Matrimonio es de jóvenes que hace tiempo que conviven juntos y deciden sellar su unión con el matrimonio civil o eclesial. En la sociedad rural de Mallorca aún existen ciertas tradiciones culturales y religiosas que presionan a las parejas para que den el paso de formalizar su relación. La mayoría de estas parejas son creyentes, pero no practicantes. Muchas de ellas se acercan a pedir el matrimonio eclesiástico por la pomposidad que da el marco de un edificio religioso o por la ganancia económica que da tal acontecimiento.

La experiencia nos dice que muchos de los novios llevan alejados de la Iglesia como mínimo desde el Sacramento de la Confirmación —si es que lo han recibido—, y no han dado el salto a una fe adulta. La experiencia también nos dice que las parejas están receptivas a todo aquello que les ayude en su maduración humana, no tanto en su maduración de fe.

Otro dato interesante es que el 30% de los novios que se acercan a pedir el Sacramento del Matrimonio es porque han tenido un hijo y quieren bautizarlo; al ser preguntados por el motivo de la unión responden que no quieren que su hijo crezca de unos padres no casados.

Empiezan a surgir bastantes matrimonios mixtos, en los cuales él o ella no están bautizados.

<sup>1</sup> Ibídem (n. 130).

Según datos de la Diócesis de Mallorca son un 10% del total, en cambio un 90% son bautizados, aunque, como hemos comentado anteriormente no son practicantes.

Por tanto, la propuesta del IPM es hoy una plataforma excelente para la Nueva Evangelización.

### 3.2. Estadísticas del sacramento del Matrimonio en Mallorca

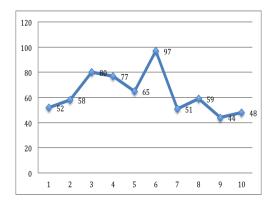
Las estadísticas confirman una bajada importante en el tema de las parejas que piden el Sacramento del Matrimonio por la Iglesia. Cada año van eliminándose más cursos prematrimoniales en parroquias y arciprestazgos. Según estadísticas de la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares, hace 4 años se casaban la misma cantidad de parejas por la Iglesia que por el Juzgado (50%), pero hoy día, los que se casan por la Iglesia son un 15%, y en estos tantos por cientos no figuran aquellas parejas que optan por vivir juntos sin ningún tipo de contrato civil o sacramento eclesiástico.

He aquí los datos oficiales que presenta la Diócesis de Mallorca a la Conferencia Episcopal Española cada año.

La evolución del sacramento del Matrimonio entre católicos durante los 10 últimos años.



La evolución del Sacramento del Matrimonio entre católicos y no bautizados durante los 10 últimos años.



La evolución total del sacramento del Matrimonio durante los 10 últimos años.

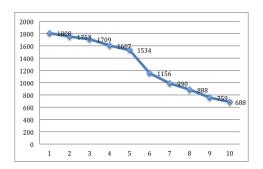
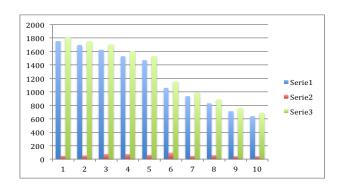


Tabla completa de la evolución del sacramento del Matrimonio en la Diócesis de Mallorca.

Serie 1 Hace referencia a los matrimonios entre cristianos católicos.

Serie 2 Hace referencia a los matrimonios entre católico/a y no bautizado/a.

Serie 3 Hace referencia a los matrimonios en total.





# 4. Itinerario de Preparación al Matrimonio (IPM)

Vamos a dedicar este cuarto capítulo de nuestro documento a plantear las bases y los contenidos teóricos del IPM.

### 4.1. ¿Qué significado tiene IPM?

El **Itinerario de Preparación al Matrimonio** no es un título elegido al azar, el contenido de las palabras expresa su intencionalidad. Vamos a explicar en breves conceptos su significado.

El Diccionario de la Real Academia Española (RAE) define **«itinerario»** como «dirección y descripción de un camino con expresión de los lugares, accidentes, paradas, etc., que existen a lo largo de él». Nuestra intención al proponer esta palabra es plantear la idea de un camino o de una ruta, en la cual la persona está en cierto movimiento, es decir, no estática. Además para realizar un itinerario se necesita un listado de lugares que se visitarán (los temas) y un guía para realizar el camino (el acompañante).

Al concepto de «**preparación**» el Diccionario de la RAE lo define como «los conocimientos que alguien tiene de cierta materia», y es que realmente las parejas que optan por el matrimonio ya tienen cierto camino recorrido juntos, se conocen uno al otro y tienen un bagaje en la convivencia mutua. Aunque el noviazgo haya transcurrido para ellos, muy diferente de lo que la Iglesia plantea, hay que partir de esas experiencias para profundizar mucho más en un Proyecto de Vida comunitaria que no acaba con la Celebración del Matrimonio.

Una nueva redacción de la RAE al concepto de **«matrimonio»** propone que se entienda como «la unión de hombre y mujer, concertada mediante ciertos ritos o formalidades legales, para establecer y mantener una comunidad de vida e intereses». No hace falta mencionar que la Iglesia está de acuerdo con esta redacción, y más aún con el término de «comunidad de vida», ya que será aquello que perdurará en el tiempo de los que se unen en matrimonio.

### 4.2. Los objetivos del Itinerario de Preparación Matrimonial

El IPM debe entenderse **como un proceso** que conduce a la Celebración del Matrimonio, permitiendo que la celebración sea expresión de fe, hecha en la Iglesia y con la Iglesia, comunidad de creyentes,¹ pero no solo eso.

Para hacer ese camino educativo, que debe ser un **auténtico itinerario de fe**, los encuentros con los novios no se pueden reducir a un ciclo de lecciones o de conferencias. Deben ser tiempos de evangelización y de catequesis, de oración y celebración, de llamada al compromiso y a la caridad, sabiendo también interesar a los novios por tener una experiencia de fe y de vida eclesial.

Se trata de plantear el itinerario como una auténtica «**re-iniciación cristiana**». El camino de crecimiento ha de ayudar a los novios a tomar conciencia de lo que significa el **Bautismo**. Descubriendo o profundizando su ser cristianos para que a lo largo de la ruta tomen conciencia de su misión y compromiso en la Iglesia y en la sociedad.

Se trata de hacer una oferta valiente a los jóvenes: la propuesta de un itinerario que lleve a una **experiencia de fe transformadora de la vida**, con motivo de la preparación de un acontecimiento esencial en sus vidas.

Este camino pastoral requiere un detenido y esmerado **proceso de preparación**, programado por cada equipo de matrimonios y su sacerdote, diácono, teniendo en cuenta la idiosincrasia del lugar, de los participantes y según las posibilidades reales.

Se ofrece un camino hecho en y con la Iglesia en el que prevalezcan la experiencia, los contenidos y las formas de un nuevo tipo de **acompañamiento a los novios** que les ayude a discernir y profundizar su vocación de pareja.<sup>2</sup>

Es necesario acompañar a los novios durante todo el IPM y cuando decimos acompañar estamos hablando de crear unos vínculos afectivos y de complicidad con el sacerdote, diácono, el equipo de matrimonios y los novios. Encuentros personalizados tan sencillos como pueden ser un café en el bar o una cena en la casa de los novios.

### 4.3. Líneas básicas del Itinerario de Preparación Matrimonial

El IPM se fundamenta sobre unas líneas básicas que aquí se presentan:

- a) El IPM debe plantearse desde la **experiencia cristiana y una mirada de fe a la vida y a la realidad** que viven las parejas hoy. No podemos aplicar una teoría sin conocer a las personas. El IPM no puede convertirse en unos cursos, temas o acciones estipuladas, sino que deben partir de la vida misma de la Iglesia peregrina.
- b) El IPM no es un compartimento estanco y aislado del camino de preparación hacia el sacramento del Matrimonio, sin que han de entenderse de un **modo transversal o globalizador**, pues abarca todos los ámbitos de la vida de la pareja, es una dimensión más del proceso de crecimiento y maduración humana.

La vida de las parejas que surgen en el seno de la Iglesia, constituyen la «Iglesia domestica»,<sup>3</sup> sin ellas no existiría la Iglesia Universal. Por tanto todos los aspectos que se traten inciden en la vida de las familias cristianas y son importantes.

<sup>2</sup> I. Garcia De Andrés, «Pedagogía, núcleos temáticos y tiempos de la preparación al matrimonio», en Conferencia episcopal española (CEAS), *Preparación al matrimonio cristiano*, Madrid 2000, 277

<sup>3 «</sup>En nuestros días, en un mundo frecuentemente extraño e incluso hostil a la fe, las familias creyentes tienen una importancia primordial en cuanto faros de una fe viva e irradiadora. Por eso el Concilio Vaticano II llama a la familia, con una antigua expresión, *Ecclesia domestica* (LG 11; cf. FC 21). En el seno de la familia, "los padres han de ser para sus hijos los primeros anunciadores de la fe con su palabra y con su ejemplo, y han de fomentar la vocación personal de cada uno y, con especial cuidado, la vocación a la vida consagrada (LG 11)"» (CEC 1656).

c) El IPM debe tener **una mirada de fe integral** que oriente a las parejas a descubrir la vida abundante del matrimonio. El horizonte hacia donde debe dirigirse el itinerario consiste en desarrollar la vida que Dios ha puesto en corazón de las familias, y ayudarles a caminar hacia la plenitud de la vida familiar que todos desean.

Los encuentros no pueden quedarse en meros trabajos teóricos con un grado de participación importante, sino que tienen que llegar a la vida de las personas, para ayudarles en su camino hacia la felicidad que Dios tiene preparado para todas ellas. Tienen que dar alas, grandes metas e ideales, que orienten y llenen de sentido las acciones cotidianas.

d) El contenido del IPM es la **misma vida de las parejas** que se acercan y que **requieren ser acompañadas** continuamente. Las parejas no se bastan a sí mismas. En esta época viven una experiencia romántica y emotiva, que sueña un futuro de intimidad idílica sin problemas. Esta concepción individualista es fruto del secularismo, del rechazo de Dios, y es nefasta para el matrimonio, porque impide descubrir que la grandeza reside en ser un don-vocación que trasciende a la mera intención de la pareja, para descubrirse dentro del deseo divino.

Las sesiones ayudarán a resolver o prevenir los problemas que se producen en el proceso del noviazgo. Y ayudarán a encontrar cauces para que las personas encuentren lo que buscan y anhelan, desde lo más hondo de su ser y en una total libertad de amor, que corresponde, al fin y al cabo, a lo que aspira el corazón del hombre y la mujer y que solo Dios puede hacer posible.

e) El hilo conductor del IPM es **la vocación al amor conyugal**. El amor no es una simple emoción intensa, ni una decisión autónoma, sino que la vocación al amor de los esposos es una realidad profunda y grande,<sup>4</sup> concedida como un don de Dios en Cristo, esposo de la Iglesia, participación del mismo Amor divino trinitario.

En el proceso de la vocación al amor son necesarios varios condicionamientos:

- **1 Es necesario aprender a amar.** Hay que convencer a los novios de que todos necesitamos ser ayudados en este aprendizaje. Para llegar a la madurez de la libertad del don de sí y a la capacidad para descubrir la verdad del amor hermoso.
- **2 Es necesario enseñar a amar.** La pareja es el lugar ineludible para enseñar a amar, escuela de humanidad y de amor. En el hogar particular es donde cada uno es querido por sí mismo, de modo incondicional. El testimonio del amor vivido por los padres, su entrega, es la primera y principal escuela del amor, escuela de vida y de humanidad.
- 3 En la vocación al amor se dan tres escalones hacia su pleno desarrollo: en primer lugar, aprender a ser hijo, acoger el don originario del amor con gratitud gozosa; aprender a ser esposo, madurez del amor recibido que se entrega y compromete; y aprender a ser padre, plenitud del amor fecundo en la generación y educación de los hijos.
- f) El IPM no puede separar la fe de la vida, el **camino prematrimonial debe ser integral**. La vocación al amor, inscrita en el corazón de todo hombre, contiene la semilla de la fe. En

<sup>4</sup> San Pablo lo llama *mysterion mega (gran misterio*): «Aquí se muestra la grandeza del designio secreto de Dios un designio que yo estoy refiriendo a Cristo y a la iglesia» (Ef 5,32).

la pareja, la vida de fe ha de ser constantemente cultivada y requiere de una vida interior, un diálogo en la oración, la coherencia plena de las obras y la conversión continua.

El amor no es un estado de ánimo pasajero, sino un tesoro divino inagotable, concedido de modo incondicional. Este don recibido de Dios (Amor primero) es la fuente, el manantial a la que uno puede volver; es algo mucho más grande que nosotros, que nos une y vivifica, por eso podemos decir que «así hemos llegado a saber y creer que Dios nos ama. Dios es amor, y el que vive en el amor vive en Dios y Dios en él» (1 Jn 4,16).

- g) La última línea básica en la planificación del IPM es la atención **a la formación de agentes de pastoral,** equipos de matrimonios, expertos de diversos ámbitos (psicólogos, médicos, etc.), y «especialistas en el Amor». No basta la buena voluntad, se necesita una formación unitaria y especializada. Que contemple al menos estas tres dimensiones:
  - Una **formación teológica**, al alcance de todos, y que aborde una antropología humana y cristina adecuada e integral, que incluye la teología de los esposos y del cuerpo humano, 6 tan desconocida.
  - Una **formación en ciencias humanas** según los campos en los que trabaja cada uno: medicina, psicología, pedagogía, derecho, economía, política, etc.
  - Una **formación integral y una madurez humana y afectiva**, con una profunda espiritualidad y coherencia cristianas, en comunión eclesial, y verdaderos testigos que evangelicen.

### 4.4. Claves de interpretación antropológicas y teológicas

En este apartado proponemos unas claves antropológicas que nos servirán para fundamentar en cada sesión una base teológica. La idea es descubrir **al mismo Dios en la vida cotidiana de la pareja**. Para ello formulamos unas vivencias que surgen de la realidad antropológica humana en la época del noviazgo, para obtener las claves teológicas en las que se fundamenta el sacramento del Matrimonio.

El noviazgo. Se trabaja la base antropológica de la unión de la pareja en matrimonio y el compartir un proyecto común. La importancia que tiene esta unión en el matrimonio tanto civil como eclesiástico. Recordar el primer flechazo y la primera conversación. ¿Qué emociones y recuerdos trae aquel primer encuentro? El tema de la amistad y del enamoramiento. ¿Qué significa formar una familia? Y la presentación de un Proyecto de Vida comunitario que irán

16

<sup>5 «</sup>Volver, pues, a la fuente. Olvidar el esquema de las canalizaciones y de los acueductos pastorales que ya apenas dan agua. Buscar las fuentes de la fe, siempre subterráneas, pero que afloran pronto o tarde al ras de la vida. Está allí, donde la gente, fatigada, encuentra el placer de beber, el gusto del agua, el gusto de vivir y de revivir [...]L a educación en la fe no es, en primer lugar, una cuestión de reunir recursos; es ante todo una cuestión de descubrir la fuente», en el documento *Proponer hoy la fe a los jóvenes*, de la ASAMBLEA DE OBISPOS DEL QUEBEC.

<sup>6</sup> Cfr. El corpus doctrinal de Juan Pablo II, en sus catequesis sobre la teología del cuerpo humano: *Hombre y wujer lo creó. El amor humano en el plano divino*, Ediciones Cristiandad, Madrid 2000.

trabajando a medida que transcurra el IPM.

- **2** El diálogo, la confianza y la comunicación. Se trabajan las claves antropológicas de la confianza en la pareja. El diálogo sincero y autentico y la diferencia entre ambos términos. La confrontación dialectal con el diferente a mí y la comprensión. El equilibrio de fuerzas. El trabajo de la Armonía Personal y la autoestima forman el núcleo central de la sesión.
- 3 La realidad, la aceptación y la libertad de los Hijos de Dios. Se recuerda que no hay ningún proceso que sea idéntico al otro, ni ninguna persona idéntica a la otra. Temas como la fidelidad y la infidelidad son básicos para tratar entre los candidatos a una vida en común. El castigo psicológico infligido al miembro distinto. La unión del hombre con la mujer y la desunión y el divorcio o la separación. Los enfados y regañinas en el noviazgo. La aceptación del otro en sus diferencias y la libertad de las personas como Hijos de Dios.
- 4 La sexualidad y la afectividad como un placer compartido. Recordar que la sexualidad entre hombre y mujer es diferente. Explicar las diferencias entre afectividad y genitalidad. La importancia de la sexualidad en el ser humano, obra de Dios «y Dios vio que era bueno» (en la creación del Génesis) El tema del placer compartido. Y los temas de bioética o de carácter moral como son el aborto y la eutanasia.
- **5** El perdón y la reconciliación. Se tratan los temas del perdón como llave que nos abre hacia el otro. Temas como las impaciencias, las tensiones, las ilusiones rotas y las limitaciones humanas de la pareja son de plena actualidad. La Iglesia católica nos propone un sacramento de verdadera reconciliación entre los que formarán una comunidad de vida y amor.
- **El amor romántico y el amor maduro.** Se propone el estudio de la palabra amor en todas sus variantes: el amor entre padres e hijos, el amor fraternal, el amor materno, el amor erótico, el amor a sí mismo y el amor a Dios.
- 7 Se propone muy seriamente la pregunta: ¿por qué Dios en vuestro matrimonio?, los temas antropológicos que se tratan son la alegría, la felicidad de Dios en la vida de cada uno de los novios y en la pareja y futuros hijos. Otro de los temas es el de los hijos y la paternidad responsable. Todo ello bajo la mirada cristiana de la vida como don de Dios a los hombres. Y la familia cristiana que aporta a la sociedad y a la propia comunidad de vida y amor que se quiere formar.
- El tema de **la gratuidad**, tanto que es una acción de dar como de recibir, dar gracias por los dones recibidos, ser agradecidos y también ser capaces de entregarse con amor a ese don del otro que se me da como total regalo.

17

### 4.5. Acompañamiento fraternal de los novios

En este apartado nos vamos a centrar en la importancia que tiene el acompañamiento fraternal a las parejas que realizan el IPM. En esta clave nos jugamos una gran parte del proceso humano y cristiano que pueden hacer las parejas durante el año de preparación.

### 4.5.1. Realidad de las parejas

En primer lugar hagamos un análisis de las parejas que se acercan a recibir el sacramento del Matrimonio. No es demasiado complicado descubrir que de una sociedad de novios creyentes, hemos pasado a otra sociedad en la que la religión subsiste, pero disminuye el número de personas que creen en Dios.<sup>7</sup>

Aumentan las parejas de jóvenes que «creen sin pertenecer» a las iglesias y a las religiones. Ya que el concepto de lo divino está vacío de contenido real y no tiene incidencias en la vida.

Muchas de las parejas que se acercan a recibir el sacramento del Matrimonio son creyentes pero no practicantes, son más cristianos nominales que reales, más católicos de costumbre y tradición cultural que adherentes a un proyecto de vida vinculado a Jesucristo.

Las parejas viven la religión de forma privada y retirada del espacio público. Ser miembro de una iglesia, no equivale a ser activo en ella, ni que se acepten las creencias fundamentales de su doctrina. Todo ello favorece un «cristianismo a la carta», y cuando estas parejas de novios se acercan a la Iglesia es para pedir una «boda a la carta».

### 4.5.2. La acogida de las parejas

El cambio de la modernidad a la postmodernidad ha llevado a una «sociedad liquida» donde no existen puntos de referencia claros, seguros y concisos, a los que la persona se pueda acoger, así igualmente las parejas que quieren formar una familia.

En los mismos católicos sucede algo parecido con la «modernidad liquida», no se encuentran valores fundamentales para vivir desde la fe un cristianismo serio.

«Algunas causas de esta ruptura son: la falta de espacios de diálogo familiar, la influencia de los medios de comunicación, el subjetivismo relativista, el consumismo desenfrenado que alienta el mercado, la falta de acompañamiento pastoral a los más pobres, la ausencia de una

18

<sup>7</sup> Cfr. J. V. Casanova, «La religiosidad española», en *Genealogías de la secularización*, Barcelona, 2012, 265-333

<sup>8</sup> Término acuñado por la socióloga Gracie Davie, believing without belonging.

<sup>9</sup> El término «sociedad liquida» pertenece al filósofo y sociólogo Zygmunt Bauman. Él plantea que la sociedad postmoderna tiene un pensamiento diluido, las identidades son semejantes a una costra volcánica que se endurece, vuelve a fundirse y cambia constantemente de forma. El autor plantea que éstas parecen estables desde un punto de vista externo, pero que al ser miradas por el propio sujeto aparece la fragilidad y el desgarro constante. Entiende que la felicidad se ha transformado en un deseo individual. Bauman propugna que vivimos en una modernidad líquida, proceso por el cual el individuo tiene que pasar para poder integrarse en una sociedad cada vez más global, pero sin identidad fija, y sí maleable, voluble. La identidad se tiene que inventar, crear, se tienen que moldear máscaras de supervivencia.

acogida cordial en nuestras instituciones, y nuestra dificultad para recrear la adhesión mística de la fe en un escenario religioso plural» (EG 70).

El Papa Francisco advierte de algunos de los problemas, uno de estos problemas que nos interesa en especial es el tema de la acogida a las parejas que acuden a las sacristías de las iglesias o a los despachos parroquiales pidiendo el sacramento del Matrimonio.

La acogida de la Iglesia será clave para los novios. Del primer contacto se pueden llevar una buena experiencia o un desencanto que puede durar toda una vida, como dice el refrán «que tu mano izquierda no borre lo que escribes con la derecha».

Muchos de los jóvenes que piden el matrimonio se acercan a la Iglesia después de largos años de estar alejados de ella, quizá desde su Primera Comunión. Evidentemente con la «fe del carbonero» y con la imagen de la Iglesia que transmiten los medios de comunicación, totalmente diferente a la real. Traen en su mente una carga de prejuicios y desconocimientos increíbles. Si en el momento del encuentro vital entre el sacerdote, diácono, y los novios encuentran frialdad y burocracia, reforzarán su imagen negativa de la Iglesia. Por tanto, es bueno partir del hecho de que las parejas vienen con unos prejuicios muy negativos, y que nosotros con nuestra buena voluntad queremos desbancar.

Es necesaria una acogida muy humana, con detalles de respeto y cercanía, queriendo ayudar y servir. Esto debe hacerlo el sacerdote, diácono, y los agentes matrimoniales que intervengan en el IPM. Estos deben transmitir una cercanía no artificial, sino una cercanía porque sienten el edificio parroquial suyo, la Iglesia como comunidad de creyentes fraternos y el calor de sentirse amados por Dios.

Los futuros matrimonios necesitan ayuda y comprensión en unos momentos tan decisivos para ellos. La mayoría de novios prepara su unión con muchas dudas, fatigas y muchas dificultades que les crea la situación social, laboral y económica. Muchos de ellos traen ideas contradictorias del matrimonio y la familia, son jóvenes y pasan por momentos de sublime euforia y por momentos de bajón sentimental. Algunos de ellos no creen y son obligados a cumplir con un itinerario de fe, y las carencias no se dan solo en el ámbito religioso, también en el ámbito de su formación y maduración humana.

En el primer encuentro es muy importante hacer ver a los novios que **estamos preocupados y alegres por lo que van a realizar**. Animarlos por haber elegido el sacramento del Matrimonio. Preocuparse por ellos implica pedir sobre su casa particular, el restaurante donde celebrarán su boda o por el viaje de novios. Demostrar cercanía y preocuparse por ellos devuelve una imagen diferente del estereotipo del sacerdote, diácono y de la misma Iglesia, y provoca en las parejas un efecto de vinculación afectiva.

Las personas responsables del IPM deben tener claro que la acogida es un servicio de la Iglesia a los novios, independientemente de si se apuntan al Itinerario o prefieren escoger otra parroquia para la formación prematrimonial.

### 4.5.3. La acogida actitud permanente

La acogida no es solo un hecho aislado en un momento determinado, la acogida debe formar parte de la actitud de los cristianos, y mucho más de los que se encontrarán con los novios que vendrán a buscar un «servicio» a la Iglesia.

La acogida será una actitud más o menos larga, en la que hemos de crear el ambiente necesario para que los novios puedan expresarse, superando sus inseguridades y sus temores. El equipo de responsables no debe precipitarse haciendo enseguida juicios sobre las motivaciones de los novios para pedir el matrimonio por la Iglesia.

Una buena acogida y acompañamiento puede conseguir uno de los objetivos del IPM: el acercamiento de la Iglesia a los novios y de los novios a la Iglesia.

Para el sacerdote, diácono, o los equipos de responsables, la acogida no es simplemente una táctica psicológica para atraer y convencer a los novios, sino una expresión del testimonio cristiano que quiere mostrar el amor del Padre misericordioso que acoge al hijo como viene, con sus potencialidades y vulnerabilidades. Recordemos que nadie es perfecto y nadie está por encima del bien y el mal, no vaya a ser que el sacerdote, diácono, o equipo de animadores proyecte sobre las parejas sus propios problemas psicológicos o patologías.

Otro elemento importante en la acogida de los novios es la comunidad cristiana, esta debe ser consciente e informada de las parejas que se acercan a recibir el sacramento del Matrimonio. También debe orar en sus reuniones por ellos, para que se sientan arropados no solo físicamente, sino espiritualmente. La comunidad reunida en nombre de Jesús y presidida por su ministro debe orar privada y públicamente con nombres y apellidos por los que se preparan a recibir el sacramento del Matrimonio.

Toda la comunidad cristiana sabe que no posee la respuesta a todos los interrogantes de la persona humana, pero puede prestar atención al otro, siente como propios sus problemas, y se sitúa en un camino de búsqueda común, por eso también se siente parte del acompañamiento de los novios en ese camino.

Todos, sacerdote, diácono o responsables del IPM y comunidad se sienten con la humildad suficiente de saber que llevan «un gran tesoro en vasijas de barro», y, al mismo tiempo, con la admiración y agradecimiento del creyente que está en situación de ofrecer aquello que es su tesoro: el amor, la salvación de Dios que ha conocido y recibido en Jesucristo.

Acompañar en el camino de preparación matrimonial es respetar a las parejas y sus ritmos de descubrimiento, ofrecer el testimonio de la fe que cada uno ha recibido como un don, expresar y comunicar el mensaje de la salvación, orar por la persona y atenderla en su camino de conversión.

### 4.5.4. Condiciones de una buena acogida

«El primer servicio que uno debe a otro dentro de la comunidad consiste en escucharlo. Así como el comienzo de nuestro amor por Dios consiste en escuchar su palabra, así también el

comienzo del amor al prójimo consiste en escucharlo. El amor que Dios nos tiene se manifiesta no solamente en que nos da su palabra, sino también en que nos escucha. Escuchar a nuestro hermano es, por tanto, hacer con él lo que Dios ha hecho con nosotros. Ciertos cristianos, y en especial los predicadores, creen a menudo que, cada vez que se encuentran con otros hombres, su único servicio consiste en "ofrecerles" algo. Se olvidan de que el saber escuchar puede ser más útil que el hablar. Mucha gente busca a alguien que les escuche y no lo encuentran entre los cristianos, porque éstos se ponen a hablar incluso cuando deberían escuchar. Ahora bien, aquel que ya no sabe escuchar a sus hermanos, pronto será incapaz de escuchar a Dios, porque también ante Dios no hará otra cosa que hablar.»<sup>10</sup>

### Signo e instrumento del amor de Dios

El sacerdote, diácono y los miembros responsables del IPM de la comunidad cristiana que reciben la petición del sacramento del Matrimonio por parte de los novios deben ser conscientes de que, en el trato que se dispense a los que vienen, encuentran estos la primera imagen de la Iglesia. El saludo y la acogida deben transparentar lo que la Iglesia es: signo e instrumento del amor de Dios.

### No inmiscuirse en la vida privada de los novios

Casi todas las parejas que se acercan a la Iglesia vienen en busca de un «servicio», con preguntas puramente externas a lo que significa para el creyente un sacramento, vienen con temas de peticiones prácticas de organización, horarios, materialidad de los ritos, papeles y requisitos necesarios para casarse. La persona que acoge debe ser consciente de esta realidad y no cargar contra esta situación, no puede despreciar estas cuestiones, debe ir orientando la conversación hacia el terreno de la experiencia personal. No se trata, por supuesto, de investigar detalles de la vida privada, sino de favorecer la expresión de lo que verdaderamente van buscando al solicitar el sacramento y acompañarles en su decisión.

### Diálogo y vinculación emotiva

Los acompañantes tratarán de hablar del acontecimiento o la circunstancia que están viviendo los novios en ese momento y que les ha traído a la Iglesia: la decisión de contraer matrimonio. En la acogida de los que vienen, sacerdote, diácono y animadores han de ayudar a que aflore el significado profundo del acontecimiento que marcará sus vidas y lo expresen. Este diálogo y vinculación emotiva favorecerá la toma de conciencia de lo que están viviendo, despertando el deseo de enriquecerse con la reflexión en común y la escucha de la Palabra de Dios.

### Testimonio de la propia fe

Los responsables del IPM no deben examinar a las parejas, solo dialogar, aportando en el diálogo su propia experiencia: cómo viven ellos mismos, circunstancias parecidas, y cómo encuentran en el Evangelio la luz que les permite entenderlo y vivirlo de un modo nuevo, más profundo y más humano.

### Se transmite la experiencia de la Iglesia

El que acoge y acompaña lo hace en nombre de la Iglesia. Por eso, transmite su propia experiencia cristiana, y, sobre todo, la experiencia de la Iglesia a la que representa. El testimonio cristiano,

<sup>10</sup> Un texto de Dietrich Bonhoeffer publicado en Vida en Comunidad, en las páginas 103-104, Ediciones Sígueme

ofrecido a lo largo de las entrevistas, encuentros, celebraciones o reuniones de grupo, no deja de ser, para los agentes de pastoral, una interpelación para su propia vida.

### Desde la sencillez y debilidad

En el transcurso del IPM habrá muchos momentos para el diálogo personal, en las entrevistas o en las reuniones de grupo, en estos momentos privilegiados los novios podrán descubrir esa plenitud de vida y amor a la que son llamados todos los cristianos, desde la propia sencillez y debilidad de todos. Así estarán preparados para escuchar la llamada y abrirse al don de Dios.

### Desde la experiencia conocer el significado del matrimonio

El IPM quiere ser la experiencia de una Iglesia que camina, esta vez con las parejas que se preparan para recibir el matrimonio, y esta experiencia hace descubrir el significado que la vida y el matrimonio tiene para los cristianos. Con tal experiencia los novios deben sentirse invitados a vivir su propio matrimonio en esas claves cristianas, como un camino de crecimiento constante, en el seno y con la ayuda de la comunidad cristiana.

### Apertura a la Palabra de Dios

Los sacerdotes, diáconos y animadores acompañantes ayudaran a las parejas a abrirse a la Palabra de Dios, a acoger el Evangelio como una Buena Noticia para ellos hoy y en su circunstancia concreta de novios.

### 4.5.5. Partes del acompañamiento fraternal

En el acompañamiento fraternal de los novios, además de una actitud de acogida, debe aparecer la mediación del acompañamiento. El acompañamiento de las parejas en el proceso de crecimiento humano y cristiano constituye una de las claves fundamentales en el IPM.

El acompañamiento fraternal significa personalizar toda la pastoral prematrimonial: lo que interesa son las personas, no cubrir un número, una asistencia a los encuentros o cumplir con un expediente.

El acompañamiento fraternal que propone el IPM es un camino educativo basado en la acogida, en la escucha y en el testimonio, para ayudar a las parejas a hacerse preguntas y a buscar las respuestas que les hagan descubrir el sentido de la vida y el amor a la vida.

En la clave cristiana, el acompañamiento fraternal en el IPM ha de ser un instrumento, un servicio, un modo de ir creciendo junto a otros novios, para vivir más en sintonía y conforme a la voluntad de Dios.

El acompañamiento fraternal del IPM empieza desde el primer contacto con los novios y el sacerdote, diácono o los agentes de pastoral; en este primer momento empieza la tarea de acompañar a las parejas.

Se proponen dos opciones para el acompañamiento fraternal, aunque los dos momentos son importantes y pueden ser inclusivos:

- 1. El acompañamiento personal o de pareja.
- 2. El acompañamiento colectivo o de grupo.

Desarrollamos una propuesta ideal de acompañamiento.

### 4.5.5.1. El acompañamiento personal o de pareja

En primer lugar, señalamos cuáles son los objetivos de este momento de acompañamiento personal y de pareja:

- 1. El acompañamiento debe motivar a los novios para que realicen una preparación seria del matrimonio, profundizando en lo que significa casarse por la Iglesia.
- 2. El acompañamiento personalizado debe dar la ocasión para que cada uno de los novios realice una actualización de la fe y de la relación con la Iglesia, superando algunos viejos esquemas o una cierta actitud de indiferencia y lejanía.
- 3. El acompañamiento personalizado ayudará a las parejas para que puedan realizar una buena formación eclesial y quizá alguno de ellos que no esté bautizado pueda hacer un buen catecumenado y recibir los sacramentos de la Iniciación Cristiana.
- 4. El acompañamiento personalizado debe motivar a los novios para que vivan la preparación matrimonial en sus propias vidas, en la familia y los amigos. Quizás puedan invitar a otros compañeros que estén en su misma situación para asistir al IPM.
- 5. El acompañamiento personalizado debe obtener una información sobre la situación y las vivencias de los novios. Esta información ayudará a los responsables y animadores del itinerario para adaptarse mejor a la realidad y a las características particulares de las parejas.

El acompañamiento a nivel personal empieza con la acogida de los novios en el momento de la primera entrevista con el sacerdote, diácono o los responsables del IPM.

La primera entrevista seguramente se realizará en la parroquia cuando los novios acuden para hablar de la boda, fijar fecha y «arreglar los papeles». Casi siempre este primer contacto lo tienen con el sacerdote o diácono. Como hemos citado anteriormente, esta cita es clave, en ella hay que explicar a los novios que la preparación al matrimonio es algo más que la burocracia de los papeles.

En muchas ocasiones, en el primer contacto no acuden los dos novios, más bien suelen acudir algún familiar de él o ella. Es bueno convocar a los novios solos para otra entrevista y realizar un diálogo más reposado y tranquilo.

La segunda entrevista debe realizarse en un lugar bien acondicionado para un diálogo tranquilo, ya sea en la parroquia, ya sea en la casa misma del sacerdote, diácono o en la casa de los novios. Procurando siempre que sea un ambiente acogedor y que inspire confianza.

Si la entrevista no la puede hacer el sacerdote, diácono, conviene que en este caso actúe un matrimonio dinámico y abierto. La entrevista debe desarrollarse como un diálogo espontáneo, sin que parezca que se les está sometiendo a una especie de examen; pero en ella, el sacerdote, diácono o los agentes de pastoral, deben tener claro lo que pretenden, según los objetivos antes indicados. La duración de la entrevista no excederá de una hora.

Terminada esta primera fase de entrevistas, el sacerdote, diácono y los responsables del IPM ya disponen de los siguientes datos: una breve información objetiva de los novios: el nombre, sus edades, su domicilio actual y futuro, el tiempo de novios, y un juicio sobre su situación: su madurez personal, su actitud religiosa y su nivel cultural.

### 4.5.5.2. El acompañamiento del grupo

El acompañamiento de grupo se realiza a diferencia del personalizado cuando empieza el IPM, y se realizará en los encuentros mensuales. Éste tendrá la particularidad que será un acompañamiento grupal donde unas parejas con otras hagan un camino juntos.

Los responsables de este acompañamiento vuelven a ser los animadores y el sacerdote o diácono. No hace falta decir que estos deben tener unas cualidades óptimas para saber acompañar a grupos.

Es importante cuidar el lugar donde se va a realizar la acogida de las parejas al IPM. Este tipo de acompañamiento y encuentros se deben realizar en unas salas preparadas para la ocasión y es muy importante cuidar su estructura. Es necesario invertir en lugares de acogida, gran parte del éxito del acompañamiento pasa por un lugar donde las personas se encuentren a gusto.

Los objetivos del acompañamiento en grupo son los siguientes:

- 1. Se debe crear un ambiente abierto y sincero entre las parejas de novios.
- 2. Se deben crear unos vínculos de complicidad y afectividad.
- 3. El sacerdote, diácono y los matrimonios responsables del IPM se deben implicar en conocer la personalidad, las inquietudes y las vivencias de las parejas.

Para el desarrollo de los encuentros y con la idea de un acompañamiento de grupo puede servir el siguiente esquema:

a) Recibimiento y acogida: Saludar a los novios según vayan llegando. En un ambiente distendido se les da la bienvenida. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

Será oportuno que los responsables hayan dado un vistazo a las fichas de inscripción y puedan saludar a los individuos con su propio nombre. Pueden agradecerles la asistencia, y acogerles como miembros de la familia de la Iglesia.

- b) Creación de ambiente para el diálogo: El segundo momento se dedicará a la presentación personalizada de las parejas que formarán el IPM. En primer lugar se presenta el equipo de animadores y acompañantes del itinerario de preparación, indicando siempre algo que surja de la experiencia matrimonial, si son esposos, o su experiencia de fe y de relación personal con Dios, si son solteros. Insistiendo en la importancia que tendrá el acompañamiento personalizado durante todo el itinerario de preparación. Se presentarán las parejas invitándolas a que expresen su motivación para asistir al IPM, su nombre, de dónde vienen y qué fecha es la elegida para la celebración de su matrimonio.
- c) Su encuentro humano: Será bueno realizar esta presentación con alegría, haciendo algún comentario que no hiera la sensibilidad de los asistentes. Buscar la oportunidad de enlazar la presentación con la pregunta: ¿En que circunstancias se conocieron? Con la versión de cada parte de la pareja. Que los novios expresen lo que para ellos ha sido el noviazgo. ¿Por qué pensáis que estáis preparados para el matrimonio? Qué piensan del noviazgo largo o corto.

Los responsables pondrán mucha atención en el modo de llevar este diálogo. No debe primar el interés por corregir o rectificar, sino el de conocer a los participantes en orden a enfocar el curso según las necesidades y posibilidades del grupo concreto y el de crear un clima de confianza y libertad.

El acompañamiento personal y grupal pasa por respetar todas las opiniones, aunque no se esté de acuerdo con ellas.

d) Presentación del IPM: El tercer momento se utiliza para presentar el itinerario, la pedagogía y metodología utilizada; se entrega un folleto con el calendario de encuentros, el horario de las sesiones y los temas que se irán tratando a medida que avance el itinerario.

### 4.5.6. Claves del acompañamiento para sacerdote, diácono y responsables

Indicamos a continuación algunas claves importantes para el acompañamiento personalizado y grupal de los sacerdotes, diáconos, animadores y responsables del IPM.

- a) El acompañamiento personalizado debe efectuarse normalmente en un ambiente sencillo y agradable que favorezca la acogida. Los objetos y su distribución en el espacio influyen en los comportamientos de las parejas. Entre el acompañante y los novios no deben existir muebles interpuestos.
- b) El talante acogedor del acompañante es lo más importante, junto con la intencionalidad de comunicación por parte de las parejas que se dejan acompañar. Los novios deben sentirse acogidos incondicionalmente en su totalidad y respetados en sus decisiones.
- c) El acompañamiento más efectivo es el llamado semi-estructurado, es decir,

aquel en el cual el acompañante tiene un plan para favorecer la comunicación, pero únicamente con el valor de ayuda y como punto de partida. Este modo de relación de ayuda facilita la reflexión previa y la introspección de forma más consciente. Muy recomendada para parejas que tienen problemas en verbalizar sentimientos.

- d) No hace falta decir que todo aquello que se dice en relación al acompañamiento entra en el terreno de la confidencialidad; de esta manera se asegura más fácilmente la apertura y confianza de las parejas para contar cosas íntimas. Si el sacerdote, diácono o los acompañantes quieren tomar nota de algún aspecto importante o sugerente, deben hacerlo una vez concluida la visita.
- e) Cuando el que acompaña percibe dificultades en la comunicación, debe comenzar por examinar sus propias actitudes y disposiciones; después tratará de ver en qué medida las dificultades están en las parejas que acompaña.
- f) El acompañante fraterno debe saber que a la persona solo se accede desde la persona, con experiencias concretas, actitudes, motivaciones y dinamismos. En el acompañamiento no se hacen juicios, tampoco hay recetas prefabricadas, ni dos personas o parejas iguales, pues la persona es única, original e irrepetible.
- g) En el acompañamiento fraterno no se ponen metas a las personas, ni a las parejas. El acompañante no debe tener ninguna prisa para que las parejas progresen, es necesario que sepa respetar el ritmo personal.
- h) En el acompañamiento de parejas aparece también el elemento espiritual. El acompañante asume la relación de ayuda y se centra en la experiencia religiosa del sujeto que es acompañado. La experiencia cristiana es tal cuando es reconocida como proveniente del Dios revelado en Jesús de Nazaret como donación, misericordia y misterio.

Los valores y el humanismo cristiano ponen en el ser humano, como imagen y semejanza de Dios, el deseo de búsqueda de sentido que unifique su persona y su existencia. Este encuentro con Jesucristo aporta un «plus» de significado que hace que el ser humano se trascienda. La experiencia religiosa lleva a comportamientos éticos y a vivir desde el amor y la esperanza en actitud de disponibilidad.<sup>11</sup>

### 4.5.7. Algunas actitudes para el acompañante de parejas

Señalamos en este apartado algunas actitudes fundamentales para los que acompañan a las parejas en el itinerario de formación humana y cristiana.

Lo primero que el acompañante tiene que hacer es **escuchar** a las parejas. Para ello es necesario que antes haya aprendido a escuchar al mundo, a sí mismo y a Dios. ¿Cómo podemos

comprender a unos novios si no escuchamos la sociedad en la que viven? Escuchar el barrio o el pueblo donde se mueven, los problemas familiares, laborales, sociales, etc. ¿Cómo ayudar a un novio a aceptarse a sí mismo, si no somos capaces de enfrentarnos y aceptar nuestra propia realidad? ¿Cómo ayudar a una pareja a descubrir la presencia de Cristo en su vida, si no vivimos nosotros mismos de esta presencia de Cristo?

La segunda actitud es la **empatía**. Significa meterse en la piel del otro, es decir, ponerse en su lugar, tratar de acercarse a lo que él siente, a aquello que vive intensamente. Con esta actitud el acompañante trata de sintonizar con las parejas de novios como únicas e irrepetibles, o sea, diferentes a mí. Esta actitud está localizada en la dimensión del carisma de los acompañantes, no todas las personas tienen las características propias para acompañar a los otros. No basta con la buena voluntad de las personas, en estos casos hay que ser asertivos e invitar a abandonar el camino de acompañamiento a los que no sirvan para este servicio.

La tercera actitud es la de **aceptar al otro tal cual es**. A las personas se las tiene que aceptar como son, sin prejuicios ni condiciones, esta es una actitud básica y capital del acompañante. Muchas veces los que acompañan quieren influir sobre sus acompañantes y les exigen que cambien de actitudes. Pero las personas no serán capaces de aceptarse a sí mismas si no tienen la experiencia de ser aceptadas incondicionalmente por el acompañante. Esta actitud exige gran dosis de libertad interior.

La cuarta actitud del acompañante es **ser interiormente libre** para poder acoger y aceptar al otro tal cual es. ¿Cómo se puede estar atento al otro al mismo tiempo que estoy agobiado por mis problemas y preocupaciones? Cuidado con imponer en las parejas de novios mi propia necesidad de amistad o de ser reafirmado. El animador acompañante sólo en la medida en la que se sienta reconciliado consigo mismo podrá acoger en su ámbito familiar interior al otro.

Es necesario que el acompañante se sienta tan libre frente a su propia experiencia, que no trate de hacer de ella la norma de ayudar al otro. Es necesaria una buena dosis de libertad interior para ser capaz de aceptar el sufrimiento que aparece en la vida de otro, sin querer minimizarlo. Es necesario también ser libre interiormente para respetar la relación fundamental entre el Creador y la creatura y no interferir constantemente.

La quinta actitud es la **compasión**. La etimología significa «padecer con» «llevar al otro», «sufrir con el otro». El fundamento de la compasión es el convencimiento de que todo hombre, mi prójimo, es también igual a mí. El que acompaña debe asumir que las parejas a las que acompaña no son diferentes de los otros, todos somos hermanos y todos somos personas humanas. Existe una comunión fundamental.

La compasión debe hacer descubrir en el que acompaña que la capacidad de amor que descubre dentro de sí, existe también dentro del otro, y que el mal que percibe en los otros tiene igualmente sus raíces dentro de él mismo. Cuando el acompañante vive esta comunión fundamental, llega a ser capaz de ser signo de la misericordia de Dios, y signo del perdón que Cristo nos ofrece.

El acompañante no es solamente el que escucha, es también el **portador de palabras y de la Palabra**. El acompañante se mostrará ante las parejas, como un maestro en el arte del acompañamiento espiritual; el arte está en plantear la pregunta oportuna en el momento oportuno y con el matiz que se precisa.

Pertenece al acompañante espiritual proponer la Palabra de Dios, a fin de que esta pueda desplegar su fuerza en los novios que buscan. La Palabra de Dios es un desafío para aquel que la escucha. El acompañante no debe, pues, ocupar el lugar de la Palabra. Su alegría consistirá en poder ser testigo de la fuerza de la Palabra de Dios en el interior de las parejas, sin juzgar lo más mínimo.



## 5. Planificación del Itinerario de Preparación Matrimonial (IPM)

El IPM se presenta como un auténtico **catecumenado de preparación a la vida matrimonial y familiar**. Se trata de desarrollar los temas antropológicos y teológicos del anterior capítulo. En este apartado se ofrece la metodología utilizada para dicho itinerario.

La planificación del IPM se realiza en 8 encuentros durante el año anterior a la celebración del Matrimonio. Los encuentros tendrán lugar uno cada mes, si la pareja ha acudido a la parroquia con un año de antelación. Si no es así, se adaptaran los 8 encuentros al tiempo del que disponga la pareja hasta el día de la celebración del sacramento.

Los encuentros se realizarán durante una tarde/noche y terminarán con una cena compartida en la casa parroquial o en la casa particular de los novios.

Los días más oportunos para realizar los encuentros con las parejas son los fines de semana, aunque dependiendo de los horarios de trabajo de las parejas se pueden modificar. Se empieza con la acogida a las 18 h y se termina con la cena sobre las 22:30 h.

Los encuentros tendrán siempre la misma estructura. Aunque no se descarta ofrecer a las parejas algunos fines de semana de retiro en alguna casa de espiritualidad. Sobre todo en los momentos fuertes del año litúrgico (Adviento, Cuaresma y Pascua).

### 5.1. Proceso de fe con personas adultas

Al trabajar con adultos las preparaciones deben ser serias y a su altura, no tenemos delante de nosotros niños, adolescentes ni jóvenes, sino personas con cierta madurez humana y cristiana.

«"La catequesis de adultos, al ir dirigida a personas capaces de una adhesión plenamente responsable, debe ser considerada como la forma principal de catequesis, a la que todas las demás, siempre ciertamente necesarias, de alguna manera se ordenan". Esto implica que la catequesis de las otras edades debe tenerla como punto de referencia, y articularse con ella en un proyecto catequético coherente de pastoral diocesana» (DGC 59).

Por ese motivo en el primer encuentro se presentará a todas las parejas un folleto con los días de los encuentros, los objetivos del itinerario, la metodología que se utilizará y los temas a tratar en las sesiones.

### 5.2. Algunos criterios para los animadores

Los animadores que trabajan con personas adultas deben ser cristianos convencidos, con ciertas cualidades generales para suscitar la fe en el «saber», en el «ser», y en el «saber hacer». Deben saber de contenidos, de pedagogía, de metodología, pero sobre todo que sepan transmitir su testimonio de fe.

Con adultos, el animador y sacerdote o diácono necesita ciertas capacidades relacionales, como el saber acoger, empatía, simpatía para con las parejas de jóvenes. Saber «perder tiempo», ya que el acompañamiento está basado en regalar tiempo a las parejas de jóvenes que buscan. Otra de las cualidades de los animadores debe ser la fidelidad y la continuidad.

Cada animador tiene su talento propio y en ello se radicaliza su fuerza y debilidad. No es necesario saber todas las respuestas a las preguntas que hacen las parejas, pero sí es necesaria la sinceridad. Un buen animador sabe retirarse a tiempo cuando su edad ya no es la adecuada.

Algunas actitudes desaconsejables de los acompañantes son: el actuar «en contra» de los participantes o creerse «por encima de ellos». El estilo de animación que mejor favorece la maduración de la fe con las parejas de jóvenes es el trabajar como miembros de un mismo grupo y al mismo nivel que ellos. La principal actitud del animador debe ser la de un creyente que comparte su fe con otras personas que viven otra realidad.

El equipo de animadores o acompañantes del IPM no se puede improvisar y requiere sobre todo una formación previa. El mismo equipo debe preguntarse con frecuencia si está cumpliendo su misión y al final de cada sesión analizar los resultados y evaluar la marcha del grupo.

### 5.3. Metodología de los encuentros

«Primero vivimos, después reflexionamos sobre la vida. El aprendizaje del amor de pareja, la educación de los hijos, la tarea de la evangelización, la espiritualidad y tantos otros asuntos vitales para el hombre son, en primer lugar, vividos y luego, sistematizados» (P. Francisco de Vos)

En la metodología que utilicen los animadores y acompañantes de las parejas se deben incluir estos tres pasos con las correspondientes adaptaciones:

- 1. La experiencia vital de las propias parejas, partir de la vida concreta y real de cada individuo. Mirar la vida, ayudar a profundizar, escuchar y dialogar.
- 2. El segundo paso metodológico es el anuncio concreto de la Palabra de Dios. Es el núcleo fundamental, el centro de toda catequesis. El IPM debe tener una dimensión cristocéntrica. Los encuentros deben llevar a los novios y al grupo a un encuentro personal con el Dios vivo, a través de la escucha de su Palabra y en los momentos de oración.
- 3. El tercer paso de la metodología utilizada será la respuesta personal y libre a la Palabra de Dios. Ésta debe producir unos efectos de cambio de vida en las parejas, pero este cambio debe producirse dentro de la Iglesia y su comunidad cristiana. Este paso los debe incorporar a la vida eclesial con la participación en las celebraciones comunitarias, los compromisos sociales y produciendo en sus personas un nuevo estilo de vida.

El IPM prevé que los 8 encuentros tengan una continuidad y **seguimiento personalizado a través de las redes sociales**, tan utilizadas por las parejas de jóvenes y no tan jóvenes. Con el grupo de las parejas que inicien el itinerario se creará un grupo de whatsapp. Será muy interesante la interactuación de los novios y de los propios acompañantes durante todo el itinerario. La creación de vínculos humanos facilita un principio de pequeñas comunidades eclesiales de base.

Mediante esta plataforma digital los acompañantes y dinamizadores del IPM irán presentando contenidos, documentos para la lectura, fragmentos de películas para trabajar a nivel personal o entre las parejas. La idea es conseguir un *feedback* entre los miembros y animadores que ese año realizan el itinerario de preparación. Será bueno para las parejas compartir los diversos sentimientos y emociones que les produce la preparación de la celebración del matrimonio, ya que todos ellos participan de un mismo acontecimiento.

Un modelo de horario de los encuentros puede ser el siguiente:

18 h Acogida, presentación, toma de contacto con las parejas. No puede faltar algún servicio de café, té, zumos o bebidas refrescantes.

18:30 h Desarrollo del tema de la sesión. Explicación introductoria del tema de la sesión.

19 h Visionado del fragmento de la película elegido para la sesión.

19:30 h Dinámica de grupo, trabajo personal o en grupo.

21 h Momento de oración, en el Oratorio de la Parroquia. El Oratorio es un lugar privilegiado y preparado para ese motivo.

21:30 h Cena compartida en la propia Parroquia.

22:30 h Despedida

### 5.4. La temática de los 8 encuentros

La temática de los 8 encuentros sigue el patrón de la película italiana llamada *Casomai (por si acaso)*, traducida al castellano como: Comprométete.¹ Es una película que resulta poco comercial a nivel de contenidos, pero muy interesante y sugerente para trabajar la temática de la vida conyugal y el compromiso matrimonial.

Esta película narra la historia de una pareja, Tomasso y Estefanía, que han elegido una boda tradicional, sin saber muy bien el porqué. Pero el cura que celebra la boda no resulta ser nada convencional, y ante los ojos atónitos de los asistentes al enlace, comienza a desentrañar los

<sup>1</sup> Todo el material necesario para la ejecución de las sesiones se encuentra en el apartado del sacramento del Matrimonio de la página web: www.enelcel.com; así como también en el canal de youtube eugenira.

significados más profundos del matrimonio antropológico y eclesial. ¿Por qué casarse? ¿Por qué por la Iglesia? ¿Para toda la vida? ¿No hay posibilidades de canitas al aire? ¿Por qué tener hijos?

Todas estas preguntas se van contestando a través de curiosas y divertidas secuencias y de reflexiones sinceras. Es el «por si acaso» de tantas parejas que huyen de adquirir compromisos, que evitan hacerse responsables, y viven en una eterna duda, porque a veces vivir duele. Es el «por si acaso» del que se entrega con reservas, del que se deja la puerta abierta para salir huyendo a la más mínima dificultad. La historia presenta una sociedad en donde la capacidad de tomar decisiones «definitivas» resulta difícil.

El film presenta una bella metáfora sobre el matrimonio. Dos patinadores sobre hielo es el *leiv motiv* de la película y se podría resumir con la siguiente tesis: «dos patinadores, que a pesar de la fragilidad y de las finísimas cuchillas de las botas sobre las que se deslizan, parecen ser una sola cosa gracias a la armonía de sus movimientos».

Lo mejor de la película aparece al final, el «por si acaso» resulta ser un sueño, una posibilidad, un por si acaso..., y el film sorprende con la clave de un matrimonio que devolverá a todos la fe en el amor. La historia de dos personas que se encuentran, se descubren y se comprometen ante los hombres y ante Dios.

He aquí el **listado de encuentros** con el titulo y la temática de la sesión.

### El encuentro de la acogida y la presentación (30 minutos)

El primer día se dedica a la acogida por parte de los responsables del IPM, a la presentación del grupo y al trabajo personalizado de las parejas sobre el noviazgo y su primer encuentro. Repartir el calendario, la documentación necesaria y desearles un buen itinerario.

### El primer encuentro (octubre)

### Título: El noviazgo, ¿por qué Dios en nuestro matrimonio?

**Tema:** La necesidad de la fe para casarse. Una sola carne. En este encuentro se trabaja lo que la Sagrada Escritura nos enseña sobre el matrimonio y la familia. Se trabaja con las parejas sobre el noviazgo y su primer encuentro. Se reparte el Proyecto de Vida matrimonial.

### El segundo encuentro (noviembre)

### Título: Del diálogo, la confianza y la comunicación

**Tema:** Somos diferentes y complementarios, debo reconocer que el otro es diferente a mí, comprenderlo y aceptarlo. El tema central de esta sesión es la comunicación entre los novios. El diálogo y la confianza como base para un verdadero matrimonio cristiano. El uno debe confiar de tal manera en el otro que sea capaz de ver reflejado su corazón en el espejo de los ojos de su pareja. Y de la confianza en uno mismo y en Dios, se puede llegar a confiar en el otro.

### El tercer encuentro (diciembre)

Título: La realidad, la fidelidad y la libertad de los Hijos de Dios

**Tema:** El tema se centra en la apertura de la pareja a la nueva realidad que están viviendo, una nueva situación de vida comunitaria. Y por último el reconocernos Hijos de Dios, creados a su imagen y semejanza, únicos e irrepetibles y hechos para caminar juntos en libertad.

### El cuarto encuentro (enero)

Título: Del amor romántico al amor maduro

**Tema:** El tema del amor tiene muchos vértices, por eso es bueno trabajar los distintos tipos de amor existentes en la persona humana. Descubrir cuál de ellos nos propone el cristianismo y Jesús, fuente de Amor Supremo. Trabajar el triángulo de Sternberg y *El Arte de Amar* de Erich Fromm nos darán pie para llegar al Amor Maduro que desea todo individuo.

### El quinto encuentro (febrero)

Título: La sexualidad y la afectividad, un placer compartido

**Tema:** El amor conyugal. El tema de la sexualidad, la afectividad y la genitalidad se debe tratar también en este itinerario, ya que algunas veces aparece como fuente de bastante confusión entre los novios, con la idea de una Iglesia que entiende el placer como algo pecaminoso y prohibido. Métodos naturales de regulación de la fertilidad.

### El sexto encuentro (marzo)

Título: El perdón y la reconciliación

**Tema:** Este encuentro forma parte del núcleo central del IPM, ya que creemos que es una de las causas de muchas separaciones, divorcios y rupturas familiares. La capacidad de reconocerse pecador, y saberse perdonado, en primer lugar por Dios y en segundo por la pareja. Descubrir que somos seres que erramos y fallamos es importante para saber pedir perdón y a la vez sentirse perdonado. La reconciliación y con ella su sacramento ayudan a construir sobre terreno sólido una vida comunitaria.

### El séptimo encuentro (abril)

Título: La paternidad y la maternidad responsables. Educación de los hijos

**Tema:** Presentar el sacramento del Matrimonio como una comunidad de vida y de amor, que crea vida (los hijos) y que transmite y transparenta el amor de Dios al grupo de personas que integran esa familia cristiana.

### El octavo encuentro (mayo)

Título: Celebrar el amor y la felicidad

Tema: La última sesión se presenta como el final de un itinerario, pero el principio de un camino de convivencia, de amor, de felicidad, de don y de gracia de Dios. La pareja debe ser movida por la alegría de ser testigo de Jesucristo en medio del mundo. Se trabaja el sacramento del Matrimonio cristiano, un matrimonio que implica toda una vida de amor. La preparación de la celebración, la liturgia y los elementos de fiesta que incluyen el sacramento del Matrimonio. Trabajar el tema de Jesucristo y la Iglesia en la vida cristiana de los que se van a casar.

### 5.5. Las celebraciones litúrgicas

«La liturgia es la cumbre a la cual tiende la actividad de la Iglesia. Al mismo tiempo, es la fuente de donde mana toda su fuerza» (*Sacrosanctum Concilium*, 10).

Durante el IPM se realizarán unas celebraciones con las parejas. Toda celebración tiene un carácter festivo y de esperanza. El ser humano como *homo religiosus* necesita celebrar y agradecer el don de la vida en su historia personal.

La celebración es una fiesta en la cual se comparte con otros un proyecto común, con sus logros y aciertos, pero también con sus temores y sus sombras. Toda celebración cristiana tiene que ser siempre un signo eficaz de la vida, una forma de hacer visible, comunitaria y festivamente, la salvación que recibimos del Señor.

La palabra liturgia viene del griego *leitos*, que significa del pueblo, y *ergon*, que significa acción. Las celebraciones litúrgicas buscan establecer un contacto comunitario con Dios. La liturgia es la cumbre a la que tiende la actividad de la Iglesia.

El IPM propone cinco celebraciones, sin contar los oratorios que se realizan durante cada encuentro.

La celebración de la **Bendición de los novios**, esta celebración se toma del Apéndice II, del **Nuevo Ritual del Matrimonio**; y según indica una de las notas «puede emplearse también cuando, comenzado ya el noviazgo, los prometidos se reúnen para la catequesis que precede a la celebración del Matrimonio». Esta celebración se realizará en el oratorio del primer encuentro.

La celebración de la **Presentación de los novios a la comunidad cristiana y entrega de la Biblia**. Esta presentación se realizará en una celebración comunitaria de la Eucaristía e invitando a las familias y amigos. Consiste en la presentación a la comunidad de cristianos de las parejas que desean casarse.

Debe prepararse con esmero y debe ser muy catequética y vivida, cuidando todos los detalles y facilitando la participación de las parejas de novios. Si se celebra en domingo, es conveniente que los miembros de la comunidad parroquial que colaboran habitualmente permitan acoger a las parejas y hagan que se sientan partes de la comunidad parroquial, situando a las parejas de novios en lugar preferente, incluso en el presbiterio.

Esta liturgia también debe permitir a la pareja que descubra el valor de la Palabra de Dios en su vida personal, matrimonial y familiar. Dios habla a su pueblo y al corazón de las personas para que escuchen su Palabra y la acojan con fe. Es importante la entrega de la Biblia o de los Evangelios.

La celebración comunitaria de la Reconciliación. Esta celebración se puede realizar en tiempo de cuaresma. Conviene que el equipo responsable y el sacerdote preparen con todo

detalle y cuiden mucho cada uno de sus elementos; no es aconsejable invitar a familiares y amigos, sobre todo para evitar que la celebración se prolongue demasiado a causa de las confesiones individuales.

El objetivo de la celebración de la Reconciliación consiste en ayudar a las parejas que descubran la Misericordia de Dios, que, en Jesucristo Muerto y Resucitado, perdona todos nuestros pecados, nos ama, nos salva y nos devuelve la alegría del corazón y la reconciliación con nuestros hermanos.

Es necesario que descubran la necesidad de la conversión *(metanoia)*, es decir, capacidad de pedir a Dios que cambie nuestra mente, nuestro corazón y nuestro actuar, para llevar una vida más feliz y con sentido. También será instructivo que puedan pedir perdón a su pareja por los errores y culpas cometidos. Es bueno que pierdan el miedo al sacramento de la Reconciliación tan importante para avanzar en la vida cristiana, en el matrimonio y en la vida familiar.

Es importante que en esta celebración haya un número de sacerdotes suficiente para escuchar las confesiones individuales y dar la absolución a cada penitente, evitando así, que se prolongue la celebración innecesariamente. Sería bueno para manifestar la alegría del perdón y la reconciliación entre los novios, compartir un aperitivo juntos en un lugar adecuado de la parroquia.

La **celebración de la Eucaristía** tiene la misión de que las parejas descubran el valor de este sacramento para la vida cristiana: alimento de nuestra fe, esperanza y caridad; descubran la Eucaristía como fuente del amor verdadero, donde Jesucristo se entrega a su esposa, la Iglesia, hasta dar la vida, realidad que han de hacer presente en medio del mundo.

Dependiendo del grupo puede celebrarse solo con ellos, o en la celebración dominical, con toda la comunidad parroquial. Es muy aconsejable que a la celebración se invite también a los familiares y amigos de los novios. Toda la Iglesia eleva su plegaria por ellos durante su noviazgo, y pide al Señor el don de la fidelidad y del amor en la misión que van a recibir al celebrar el Sacramento del Matrimonio.

La celebración de **Acción de Gracias al final del Itinerario**, esta celebración se puede realizar en el oratorio del último encuentro. A solas con las parejas de novios que han participado en el itinerario. El equipo de animadores y acompañantes preparará muy bien esta celebración con las lecturas, cantos y moniciones oportunas.



# 6. Sesiones del Itinerario de Preparación al Matrimonio (IPM)

### 1.- Encuentro de la acogida y presentación (30 minutos)

El objetivo del primer día es la acogida por parte de los responsables del IPM a la presentación del grupo. Repartir el calendario, la documentación necesaria y desearles un buen itinerario.

### 2.- Presentación del equipo responsable

Se presentan los agentes de pastoral familiar, matrimonios, especialistas y sacerdotes, diáconos que forman parte del equipo de acompañantes en el IPM.

### 3.- Presentación de las parejas de novios

Se presentan las parejas de novios que van a participar en el Itinerario prematrimonial. En ambas presentaciones conviene decir los datos que ayuden a crear amistad y favorecen un clima de confianza agradable desde el primer momento: nombre, edad, tiempo de noviazgo o de matrimonio, profesión, de dónde son, parroquia a la que pertenecen, etc.

### 4.- Presentación del Itinerario Prematrimonial

Después de la presentación de las parejas. Se presenta el Itinerario Prematrimonial. Se entrega un folleto con el calendario de encuentros, el horario de las sesiones y los temas que se irán tratando a medida que avance el itinerario.

El Itinerario Prematrimonial (IPM) es un servicio de la Comunidad Cristiana: matrimonios, especialistas, sacerdotes, diáconos para aquellos que quieren celebrar el sacramento del Matrimonio.

La Comunidad Cristiana tiene la obligación moral de preparar a los novios al matrimonio y a la vida familiar, y vosotros de recibirla. Dice el Papa Juan Pablo II que «en nuestros días es más necesaria que nunca la preparación de los jóvenes al matrimonio y a la vida familiar» (FC 66).

### 5.- Los objetivos del Itinerario Prematrimonial

Con el cursillo, la Iglesia quiere ayudaros a:

- Preparar la celebración del sacramento del Matrimonio, conociendo el significado profundo de los signos y palabras que utilizaréis el día de la boda.
- Conocer el compromiso que adquirís ante la Iglesia y que seáis plenamente libres al firmar los papeles correspondientes.

- Ser conscientes de la Gracia que recibís en el sacramento y que os va a capacitar para vivir el amor cristiano en el matrimonio y en la vida familiar.
- Reflexionar juntos, y profundizar a la luz de la fe en la vida nueva que comenzaréis al celebrar el sacramento del matrimonio: sexualidad y amor conyugal, diálogo, educación de los hijos, fe, misión de la familia cristiana.
- Evitar sorpresas y sobresaltos, fracasos y sufrimientos, y que lleguéis a formar una comunidad de vida y amor, Iglesia Doméstica, que vive a la luz del Evangelio y hace presente en el mundo el amor de Cristo a su Iglesia.

En definitiva, la Iglesia quiere que deis un paso firme, consciente y libre en la vocación a la que Dios os llama: vocación al matrimonio que queréis elegir. Para ello, debéis conocer y asumir las responsabilidades que se derivan de la celebración del sacramento del Matrimonio y de la vida familiar desde una visión cristiana de la vida.

#### 6.- La temática del Itinerario Prematrimonial

Este Itinerario Prematrimonial pretende ser el aperitivo para abrir boca y para que juntos sigáis reflexionando, buscando, formándoos, sintáis hambre de formar una familia cristiana.

Por tanto, abordaremos los temas que nos han parecido más fundamentales para preparar vuestro matrimonio, sin agotarlos. Están muy relacionados entre sí, por eso os invitamos a que no faltéis a ninguno de ellos, a no ser por un motivo grave.

Se entrega la hoja guía del IPM. Se leen los temas que se van a tratar:

- 1.- El noviazgo, ¿por qué Dios en vuestro matrimonio?
- 2.- Del diálogo, la confianza y la comunicación.
- 3.- La realidad, la fidelidad y la libertad de los Hijos de Dios.
- 4.- La sexualidad y la afectividad, un placer compartido.
- 5.- Del amor romántico al amor maduro.
- 6.- La paternidad y la maternidad responsables, la educación de los hijos.
- 7.- El perdón y la reconciliación.
- 8.- Celebrar el amor y la felicidad.

#### 7.- La actitud y disposición personal al Itinerario Prematrimonial

Para terminar se lee la parábola del sembrador.

Evangelio de San Mateo (Mt 13, 1-9. 18-23)

Aquel mismo día salió Jesús de casa y fue a sentarse a la orilla del lago. Como se reunió mucha gente, subió Jesús en una barca y se sentó, mientras la gente se quedaba en la orilla. Y se puso a hablarles de muchas cosas por medio de parábolas. Les

dijo: «Un sembrador salió a sembrar. Y al sembrar, una parte de la semilla cayó en el camino, y llegaron las aves y se la comieron. Otra parte cayó entre las piedras, donde no había mucha tierra; aquella semilla brotó pronto, porque la tierra no era profunda; pero el sol, al salir, la quemó, y como no tenía raíz, se secó. Otra parte cayó entre espinos, y los espinos crecieron y la ahogaron. Pero otra parte cayó en buena tierra y dio una buena cosecha: unas espigas dieron cien granos por semilla, otras dieron sesenta y otras treinta. [...] «Oíd, pues, lo que significa la parábola del sembrador: Los que oyen el mensaje del reino y no lo entienden, son como la semilla que cayó en el camino; viene el maligno y les quita el mensaje sembrado en su corazón. La semilla que cayó entre las piedras representa a los que oyen el mensaje y al pronto lo reciben con gusto, pero, como no tienen raíces, no pueden permanecer firmes: cuando por causa del mensaje sufren pruebas o persecución, fracasan en su fe. La semilla sembrada entre espinos representa a los que oven el mensaje, pero los negocios de este mundo les preocupan demasiado y el amor a las riquezas los engaña: todo eso ahoga el mensaje y no le deja dar fruto en ellos. Pero la semilla sembrada en buena tierra representa a los que oyen el mensaje y lo entienden, y dan una buena cosecha: son como las espigas que dieron cien, sesenta o treinta granos por semilla». Los que tienen oídos, oigan.

Se exhorta a las parejas con estas o similares indicaciones:

«El IPM lo hacemos **entre todos**. No venimos a enseñar, sino a **compartir**, cada uno desde la realidad que está viviendo, sobre los temas y preguntas que se planteen.

Nos enriqueceremos con los puntos de vista y las vivencias de los demás; por ello, os invitamos desde el primer momento a dialogar con confianza, acogiendo las opiniones de los otros, respetando sus experiencias, y sobre todo, abriendo el corazón y la inteligencia a la Verdad de Jesucristo proclamada por la Iglesia, representada por el equipo que os va a acompañar a lo largo de estos días.

No vengáis con la intención de pasar por el IPM como un trámite que piden ahora. No se trata de obtener el certificado y ya está. **Todos tenemos mucho que aprender y que aportar.** Tened en cuenta que, al casaros por la Iglesia, está en juego toda vuestra vida, vuestra felicidad y la de vuestros hijos, si los tenéis.

¡Colaborad con vuestra actitud al buen desarrollo y funcionamiento del IPM! Es importante que todos aportemos al grupo las siguientes **actitudes**:

**Confianza:** debemos esforzarnos en crear un clima de amistad y confianza. Vamos a compartir experiencias para ayudarnos mutuamente.

**Respeto:** hacia lo que los otros digan, aunque no coincida con nuestras ideas, porque es enriquecedor contrastar opiniones.

**Sinceridad:** ser uno mismo, no venimos a dar una determinada imagen o a quedar bien.

**Ponernos en el lugar del otro:** así empatizaremos con los otros y entenderemos mejor lo que digan.

**Participar:** no seamos tímidos, venzamos el miedo al ridículo. Pensemos que lo que yo diga puede ayudar a otros.

No juzgar: somos muy dados a poner etiquetas.

Ser pobres de espíritu: no adoptar posturas cerradas y creer que me lo sé todo. Estar abiertos a lo que nos dicen los demás.



«Os he destinado para que vayáis y deis fruto, y vuestro fruto dure» (Jn 15, 16)

#### **6.1.** El primer encuentro

# El noviazgo ¿Por qué Dios en nuestro matrimonio?

«Con la maravilla del enamoramiento comienza a cobrar cuerpo la idea de que cada uno está destinado para el otro. El joven y la joven descubren cada uno en el otro algo que un extraño no puede ver. Nace en ellos el presentimiento y la audacia de una futura entrega mutua total» (Catecismo holandés)

#### 6.1.1. Planteamiento teórico de la sesión

En el horizonte del amor descubrimos tiempos y situaciones diferentes, el enamoramiento, el noviazgo, etc... Cuando descubrimos que amamos a otra persona, gestamos en nosotros el presentimiento de una vida futura compartida, de una entrega llamada a ser total.

El hombre o la mujer **enamorados** creen que este sentimiento está llamado a perdurar para siempre. Es la etapa del enamoramiento. Durante ella, nos resulta difícil percatarnos de los rasgos de la persona amada que pueden entrar en colisión con nuestra propia forma de ser. El enamorado sólo tiene ojos para el mejor aspecto del objeto de su amor. Pero permanece ciego frente a otra cantidad de cosas, que también pertenecen al ser elegido, y que por lo tanto deben ser admitidos de igual manera. Pero para aceptar los aspectos más difíciles de nuestro compañero o compañera, debemos conocerlos.

Y el conocimiento de estas características no se va a dar, ciertamente, en esta etapa. Porque el enamoramiento es la primera parte del camino del amor. Una etapa intensa, ardiente, que compromete por entero. Pero que aún no puede ser llamada amor.

El **amor verdadero** es igualmente intenso y ardiente, pero tiene dos características que lo hacen distinto a la etapa previa, la del enamoramiento.

La primera diferencia se encuentra en la perdurabilidad. El amor resiste el embate del paso del tiempo. Y si bien, con el transcurso de los años tal vez pierda algo de la exclusividad inicial, en la que todas las horas del enamorado se invertían en estar con la persona amada o pensar en ella, ahora ha ganado en intensidad, en profundidad y en algo que tiene que ver con la segunda distinción.

El paso del tiempo también permite conocer la personalidad auténtica del otro, aún con sus imperfecciones, y este ser a quien amamos ahora es para nosotros mucho más real que el primero: ha caído el velo de nuestros ojos, que sólo nos dejaba ver aquellas cosas que habíamos idealizado. Ahora amamos a la persona total, verdadera y concreta.

Las grandes decisiones han de ser tomadas sólo cuando el deslumbramiento inicial allá cedido lugar al amor sereno, intenso y realista, en el que cada miembro de la pareja ama a la persona

auténtica y total del otro.

# ¿Qué es el noviazgo? ¿Para que sirve?

El verdadero noviazgo es un tiempo durante el cual una pareja aprende a conocerse y a amarse plena y totalmente, de manera tal que la atracción misteriosa que los llevó a comenzar la relación se convierta en certeza de querer vivir unidos en una familia para toda la eternidad.

El tiempo del noviazgo es un tiempo fuerte de diálogo y de conocimiento, marco en el cual ha de ir creciendo la mutua comprensión. Es por ello que no puede tener una duración breve, ya que resulta sumamente difícil la tarea de sintonizar dos subjetividades humanas. Lo propio del noviazgo es la tarea de descubierta del misterio personal del otro, para percibir si estamos en condiciones de compartirlo para siempre, en el seno de una familia. El noviazgo, cuando es vivido sabiamente, nos permite determinar si aquel enamoramiento inicial se transforma en amor verdadero y perdurable.

# 6.1.2. Planteamiento teológico de la sesión

En el noviazgo existen dos componentes importantes: el noviazgo como proyecto, como preparación de la felicidad futura; y el noviazgo como realidad actual, como tiempo de irradiar la felicidad del amor. Ambas cosas son fundamentales.

#### Sesión

### a) El noviazgo como preparación para vivir la felicidad

La felicidad que brinda la presencia de la persona amada ha de ser gozada en toda su intensidad. Constituye un regalo de Dios que no podemos dejar de agradecer y de disfrutar.

Dios nos ha creado para la felicidad, que si bien será plena, total y eterna en el lugar que nos tiene reservado, comienza en este tiempo de espera fecunda. El ineludible sentido de nuestra vida se encuentra en experimentar la felicidad, a través de encarnar aquello que Dios ha soñado para cada uno de nosotros. Y en este sueño de Dios no en último lugar se encuentra el amor. El amor es manantial de felicidad, y la juventud es la mañana de la vida; en ella la capacidad de experimentar la felicidad suele estar intacta. Por ello es absolutamente lícito gozar de la presencia de aquellos que dan sentido a nuestra vida. En esto, nuestra sonrisa motiva también la alegría de Dios.

#### b) El noviazgo como tiempo de compartir un proyecto con vocación de futuro

La pareja de novios debe cultivar de manera serena y dedicada una responsabilidad que es parte esencial del proceso que llevan adelante: una comunidad de vida y de amor. Han de tener la plena certeza de que están preparando algo importante.

Los novios deben vivir su relación como un proyecto de vida en pareja; este tiempo permite poner a prueba ese primer sentimiento, espontáneo, misterioso y fuerte, que llamábamos enamoramiento. Y es el ámbito en el que podremos percibir si se transforma en verdadero amor, duradero, real y profundo.

41

Al ser un proyecto con vistas a formar una familia, el noviazgo merece ser ejercido con responsabilidad. Y esta responsabilidad exige que los novios no eviten y antes bien busquen la compañía de otros jóvenes; y no sólo la de otras parejas, sino la de distintos muchachos y chicas con los que cada uno puede comparar al otro, para poder conocerse mejor mutuamente.

De esta forma, un noviazgo eficaz reclama que, además de los momentos de intimidad y soledad, propios para la demostración del cariño a través de las palabras de amor y la ternura, también frecuenten los novios distintos ambientes y situaciones en los que puedan percibir las cosas buenas y malas del otro, lo cual es fundamental para que la elección que están construyendo tenga la profundidad humana que tal decisión merece.

#### 6.1.3. Planteamiento bíblico de la sesión

El noviazgo es un compromiso serio entre dos personas maduras, es algo normal y bueno, el hombre y la mujer fueron creados el uno para el otro, para casarse, para estar en compañía, la Biblia dice que la mujer es la perfecta compañía para el hombre.

«Luego, Dios el Señor dijo: "No es bueno que el hombre esté solo. Le voy a hacer alguien que sea una ayuda adecuada para él» (Gn 2,18)

El plan de Dios es que las personas se casen.

«(Ella) Soy la flor de los llanos de Sarón, soy la rosa de los valles.

(Él) Mi amada es, entre las mujeres, como una rosa entre los espinos.

(Ella) Mi amado es, entre los hombres, como un manzano entre los árboles del bosque. ¡Qué agradable es sentarme a su sombra! ¡Qué dulce me sabe su fruta! Me llevó a la sala de banquetes y sus miradas para mí fueron de amor. ¡Reanimadme con tortas de pasas, alimentadme con manzanas, porque me muero de amor! ¡Que ponga él su izquierda bajo mi cabeza y con su derecha me abrace!

(El) Prometedme, mujeres de Jerusalén, por las gacelas y cervatillas del bosque, no interrumpir el sueño de mi amor. ¡Dejadla dormir hasta que quiera despertar!» (Ct 2, 1-7)

Para los judíos el noviazgo es un pacto matrimonial llamado *kidushín*, que significa «santificaciones», es cuando los novios se santifican, se consagran y se apartan el uno para el otro. Al empeñar su palabra ya están atados el uno al otro, por eso este paso también es llamado *erusín*, del verbo «aras», «atar».

#### 6.1.4. Guión de la sesión



En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: **Amantes (Amantes son los que aman)** 

En un **primer momento** y dentro de un ambiente distendido se da la **bienvenida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

El **segundo momento** se dedicará a la presentación personalizada de las parejas que formaran el Itinerario de Preparación al Matrimonio (IPM). En primer lugar se presenta el equipo de animadores y acompañantes del itinerario de preparación, indicando siempre algo que surja de la experiencia matrimonial, si son esposos, o su experiencia de fe y de relación personal con Dios, si son solteros. Insistiendo en la importancia que tendrá el acompañamiento personalizado durante todo el itinerario de preparación. En un segundo lugar se presentaran las parejas invitándolas a que expresen su motivación para asistir al IPM, su nombre, de dónde vienen y que fecha es la elegida para la celebración de su Matrimonio.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el primer tema. En el cuaderno está escrita la oración que todos juntos leen:

Señor y Padre nuestro, nuestro noviazgo llega a su fin. En este tiempo de gracia, nos hemos conocido más y mejor, nos hemos compenetrado y aceptado como somos, nos hemos dicho muchas veces que siempre nos amaríamos.

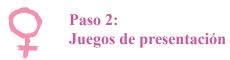
Llega ya el día de nuestra boda. Vamos a hacer pública nuestra decisión: de amarnos siempre por toda nuestra vida, de formar una comunidad de vida y amor, de fundar un hogar y una familia.

Señor, danos la gracia de animarla siempre con tu amor; que sea una familia que conforte a los que viven en ella y que acoja a los que a ella se acerquen.

Enséñanos a progresar mutuamente bajo tu mirada; a cumplir tu voluntad todos los días de nuestra vida; a someterte nuestros proyectos y a pedir tu ayuda; a ofrecerte nuestras alegrías y nuestras penas; a guiar hacia ti a los hijos que nos regales.

Concédenos, Señor, Maestro y Amigo, que nuestra boda sea momento culminante en la historia de nuestras vidas; el verdadero «sello» de nuestro amor que ha madurado en el noviazgo y deberá seguir creciendo siempre.

Señor, tú que eres el Amor, te damos gracias por el amor que has sembrado en nuestros corazones. Amén Sesión



Se proponen algunos juegos de presentación para conocerse un poco más como integrantes del itinerario. Recordemos que una de las claves para crear unos vínculos afectivos y sentirse a gusto, es que las personas que integren el grupo se conozcan, puedan sentirse a gusto y confiando las unas de las otras.

# Juego de la naranja y el limón.

Desarrollo del juego: El grupo se coloca en círculo y un animador en el centro. El animador va paseando por dentro del círculo y se detiene ante un individuo, tiene la posibilidad de decirle tres palabras: naranja, limón o manzana. Si le dice la palabra manzana el individuo dirá su propio nombre, si le dice naranja el individuo responderá con el nombre del que tiene a su derecha, y si el animador le dice limón responderá con el nombre del que tiene a su izquierda. El animador irá paseando por el círculo y preguntando a diversas personas. Cuando se detiene y dice: macedonia, todos los componentes del círculo se cambian de lugar.

# Juego de la telaraña. (Madeja de hilo de lana)

Desarrollo del juego: El grupo se coloca en círculo y se le da una madeja de hilo de lana a uno de los componentes integrantes del círculo, éste tiene que lanzar la madeja de lana a otro integrante diciendo el nombre del que recibe la madeja, la particularidad del juego consiste en que el que lanza la madeja se queda con el principio del hilo. El juego continúa cuando el que tiene la madeja de lana la lanza a otro componente del círculo diciendo el nombre de quien la recibirá y también se queda con el hilo, así poco a poco se va formando una telaraña de hilo de lana dentro del círculo de las parejas.

#### Juego del memorión.

**Desarrollo del juego:** El grupo de participantes se sientan en unas sillas preparadas en forma de círculo. Uno de los componentes del círculo comienza diciendo la fórmula: Yo me llamo <nombre del que habla>, continua el de su derecha y dice: Yo soy <nombre del que habla> y él (señalando el individuo de su izquierda) es <nombre del que se sienta a su izquierda>; y así uno tras otro hasta completar todos los nombres de los participantes del círculo. La dificultad reside en que los últimos tienen que recordar todos los nombres de todos los participantes.



Introducción del tema que se tratará en esta sesión: El noviazgo ¿Por qué Dios en nuestro matrimonio?

El animador o acompañante un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

#### 1.- IMPORTANCIA DE CASARSE

Casarse no es un juego, ni algo que se pueda hacer exigido por las leyes biológicas o naturales, o desde una simple práctica social. Al realizar el expediente matrimonial, se hacen una serie de preguntas que sitúan a los novios ante este hecho tan importante.

Cuando vamos a comprarnos algo lo pensamos mucho. Y más, según el objeto que compremos; normalmente nos tomamos más en serio el comprarnos una casa, un coche, que la compra de una camisa o de unos calcetines.

Casarse es más que una compra, por muy importante que ésta sea. En el matrimonio están por medio las personas, y éstas no se compran, sino que se donan, pues el matrimonio es una donación. De un acto así depende la felicidad de las personas. Cuando compro otros objetos, si me canso o no me gustan los puedo desechar o cambiar, pero con las personas no puedo ni debo actuar así. Por otra parte, de la «salud» del matrimonio y de la familia depende también, en buena parte, la «salud» (buen funcionamiento) de la sociedad y nuestra felicidad.

Casarse debe ser un acto humano, consciente, reflexivo, ponderado... El matrimonio se fundamenta en el amor. Y el amor es una necesidad del desarrollo humano. Toda persona tiene que entrar en relaciones con los demás. Esta capacidad es lo que la constituye como persona (ser sociable). Estas relaciones adoptan formas diversas. En la vida hay dos etapas:

Infantil: el individuo pide atención, ayuda, cuidado, busca ser amado. Madurez: se pasa a dar de sí mismo, ayudar a los otros, entregarse. La primera consiste en recibir, la segunda en dar. Avanzar de una etapa a otra es lo que constituye el desarrollo de la personalidad y la madurez humana. **Desde esta perspectiva, el verdadero amor es la capacidad de salir de sí mismo, de dar y de darse.** En esto está la felicidad del que ama: en ver como el otro, mediante la donación del primero llega a su plenitud. Esta madurez personal es un crecimiento constante, siempre se puede amar con mayor intensidad. Esta capacidad de amar y ser amado tiene su expresión más plena en la unión estable de un hombre y de una mujer. A esta decisión se llega en un proceso de maduración cuando la persona es capaz de contraer un compromiso de fidelidad con otra de distinto sexo, y mantenerlo. Las relaciones entre las personas adultas son desde la madurez, y nunca desde el infantilismo.

Lo dicho hasta aquí nos ayuda a descubrir la profundidad de casarse, sólo a un nivel humano y social.

#### 2.- IMPORTANCIA DE CASARSE POR LA IGLESIA.

Si es importante casarse como contrato (civil), lo es más casarse por la Iglesia. Es un Sacramento. Casarse por la Iglesia posee un sentido religioso, que no es sólo pedir la bendición y protección de Dios, como cuando se bendice una casa, un coche, o un comercio, sino un compromiso mutuo y de los dos con Dios para ser presencia suya, signos de Dios (sacramento), el uno para el otro, y ambos para la sociedad. Si el matrimonio civil lleva ya, en sí, un proyecto de vida, el matrimonio como sacramento es un proyecto más arriesgado o mejor, trascendente.

Por eso para casarse por la Iglesia, entre otras cosas, se requiere fe, **madurez de la persona y de la fe** (sería absurdo casarse con el traje de la primera comunión; pues muchas veces se llega al matrimonio con menos fe que en la primera comunión), conciencia de lo que se hace y por qué se hace, y desde ahí, la libertad que brota de la fuerza del Espíritu.

#### 3.- PARA CASARSE POR LA IGLESIA SE NECESITA FE.

La fe es una realidad compleja. No tiene solamente un aspecto intelectual de «aceptar las cosas sin verlas»; es algo mucho más rico. Entre otras cosas es:

Aceptar a Jesús, Hijo de Dios; Dios con el Padre y el Espíritu Santo, Salvador, revelador de la verdad del hombre y de Dios, y aceptar su plan sobre el hombre y el mundo. Es aceptarle como Dios verdadero y hombre verdadero, y como luz que ilumina todas las realidades de la vida.

Es vivir su Palabra fiándome de Él, con todo lo que esto supone de aceptar toda la verdad del Evangelio, no sólo lo que me interesa o coincide con mi pensamiento, por ejemplo: mi reacción ante el mal y las ofensas; el amor al enemigo; mi reacción y mi relación con las cosas; mi visión del hombre y la mujer, de la sexualidad, de los hijos; mi visión del hombre y del mundo...

La fe, por otra parte, no es absolutamente clara. Si la fe fuese algo evidente como afirmar que dos y dos son cuatro, eso ya no sería fe. Utilizando un ejemplo: la fe es como la luz de los faros de un coche en la noche; hay una parte que se queda iluminada, otra muy grande que se queda en tinieblas, pero la luz del coche ilumina y me va ayudando a caminar. La creencia y la increencia siempre es una «apuesta» que conlleva riesgos y seguridades.

En el IPM, partimos del hecho de que **las parejas de novios se quieren casar por la Iglesia, y por lo tanto, desde la fe.** No en todos tendrá el mismo nivel. Unos tienen una fe más madura y personalizada, y otros más elemental. Ahora bien, es necesaria una fe inicial que quiera crecer: porque la fe es algo progresivo que siempre tiene que estar creciendo. Si no hubiese ni siquiera esa fe inicial sobraría el itinerario y la decisión de casarse por la Iglesia debería diferirse para más tarde.

La Iglesia, incluso, **contempla el hecho del matrimonio entre personas de diferentes religiones**, y también entre parte creyente y no creyente. En este caso lo que pide es respeto y amor auténtico; y que la parte creyente siga alimentando su fe; y la no creyente valore la fe del creyente y acepte ese tipo de matrimonio. Esta decisión se toma desde el auténtico amor, y la integración de las diferencias. Por eso en el cursillo, a lo largo de los diferentes temas, se invita a los novios a una preparación responsable en el doble aspecto: humano y religioso.

# 4.- IMPORTANCIA DE LA PREPARACIÓN PARA CASARSE POR LA IGLESIA

No es ésta un capricho de los curas. Hay que ver el IPM como una oferta, una necesidad, como un don de la Iglesia Madre... Lo haremos mejor o peor, pero las personas que dan los

temas y ayudan a reflexionar, lo único que pretenden, es comunicar lo mejor de sí mismos: la experiencia de su matrimonio y de las realidades de este mundo a la luz de la fe.

Los novios preparan el piso, el banquete, los muebles que les gustan, los posibles invitados... y ¿no habrá que preparar también a la persona? Este aspecto muchas veces se nos olvida. Parece como si para casarse valiese cualquiera. Para ser cura, por ejemplo, es necesaria una preparación intelectual de seis años, una madurez humana y de la fe, un sentido de la persona y de la vida, una vocación... y ¿es menos sacramento el matrimonio que el orden sacerdotal?

Los casados por la Iglesia, hablando en términos deportivos, no son de segunda división, sino que pertenecen también a la «liga de las estrellas».

El Papa Juan Pablo II, en su exhortación apostólica *«Familiaris Consortio»*, en el número 66, dice:

«En nuestros días es más necesaria que nunca la preparación de los jóvenes al matrimonio y a la vida familiar».

Los cambios que han sobrevenido a la sociedad moderna, exigen a la Iglesia el compromiso de preparar convenientemente a los jóvenes para las responsabilidades de su futuro, y sobre todo, que la preparación al matrimonio favorezca positivamente el nacimiento y maduración de matrimonios logrados.

Sesión

La Iglesia no puede ser cómplice del sufrimiento de tantos matrimonios rotos y **familias** desechas a causa de la decisión precipitada de los novios, que celebran el sacramento del Matrimonio, sin estar convencidos de lo que piden, ni ser conscientes de lo que significa. Es necesario favorecer la reflexión sincera antes de la boda, que no lamentar un fracaso matrimonial y una ruptura familiar, que tendrán consecuencias nefastas para toda la vida. Casarse por la Iglesia es tan importante, que nadie, pastores ni fieles, debieran omitir, sin motivo grave alguna forma de preparación reconocida por la Iglesia.



# Paso 4: Dinámica de proyección

Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete (Casomai)*. Proyección de la primera parte, la duración es de unos 10 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 01 (Construyendo cimientos sólidos)*.



# Paso 5: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la primera parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado

] Sesión

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del primero encuentro, flechazo, noviazgo, de la pregunta del sacerdote ¿por qué os queréis casar por la iglesia?



# Paso 6: Trabajo personal de parejas

En un primer momento se pide a las parejas que se reúnan personalmente para contestar a una batería de preguntas sobre su primer encuentro:

- 1) ¿Cómo nació vuestra relación? ¿Primer encuentro? ¿Flechazo? Sentimientos, palabras, gestos, caricias, abrazos y besos. ¿Cómo definirías vuestra relación? ¿Y el tiempo de noviazgo? Vida en común, problemas, dificultades y alegrías.
- 2) ¿Por qué te casas por la Iglesia? ¿Por qué creéis que la gente se casa por la Iglesia? ¿Qué exigirías a los que quieren casarse por la Iglesia? ¿Qué pedirías a la Iglesia que haga para ayudar a los que se acercan a pedir el Sacramento del Matrimonio?
- 3) Elegir una fotografía, un símbolo, un gesto, un algo material, que pueda simbolizar para la pareja el matrimonio. (En la película tenemos el ejemplo de los dos patinadores)
- 4) Dile a tu pareja el recuerdo más fuerte de la primera vez que se vieron y lo que más te atrajo de su persona.

**Puesta en común:** Una vez terminado el trabajo personal se propone a las parejas que expliquen al gran grupo la tercera pregunta, el símbolo elegido. También se ofrece la posibilidad, en total libertad, por si alguna de ellas quiere comentar las otras dos preguntas.



# Paso 7: Presentación del Proyecto de Vida (PdeV) en común

En este momento los animadores presentan el PdeV que será una de las piezas claves durante todo el IPM. Se presenta con el diálogo que mantiene el sacerdote de la película *Comprométete* con los dos protagonistas:

- «—¿Y como os imagináis el matrimonio?
- —Bueno así en dos palabras no es fácil.
- —Creo que es algo normal, dos personas que se aman y quieren estar juntas, tener hijos. (Un proyecto de vida)
- —Lo que querría es que me dierais una imagen, una fantasía, un sueño...
- —A veces me quedo prendida mirando la televisión cuando dan los campeonatos de patinaje artístico sobre hielo. Por lo general son parejas y me fascina porque a pesar de estar sobre esas cuchillas tan inestables y un terreno tan resbaladizo siempre me da la sensación de un entendimiento perfecto. ¿Entiende lo que quiere decir?
- —Has encontrado una imagen preciosa. ¡Te felicito!
- —Chicos, os felicito, tenéis una hermosa fantasía. Además me habéis sugerido una reflexión interesante.» Diálogo de la película *Comprométete*

Seción

Ante la unión matrimonial es importante tener un Proyecto de Vida Matrimonial y hacer un seguimiento de este proyecto a lo largo de la vida. Éste PdeV puede ser una de las herramientas más útiles para construir una comunidad de vida y amor, y evitar la ruptura de pareja.

# a) ¿Qué significa un Proyecto de Vida Matrimonial?

Un PdeV es una **planificación por escrito de algo que una persona quiere alcanzar**, en él se traza un proceso que se pretende seguir, en orden a algo que se desea alcanzar.

Para construir el PdeV es necesario **detenerse a pensarlo**, saber identificar lo que se quiere, los fines que se persiguen, detectar capacidades y limitaciones y tener una visión clara de la realidad y de las posibilidades con las que cuenta la persona que lo construye. Para ello se necesita de una buena reflexión. Así que, el **IPM pretende lanzar ideas, detenerse, sentarse y pensar** sobre ese PdeV en común.

El PdeV es una herramienta que ayudará a la pareja a cumplir con el compromiso que se adquirió cuando formaron una relación con la persona a la que amaban. El PdeV bebe de la realidad de los esposos, elaborarlo les hará ser conscientes de su situación, y de lo que les rodea.

# b) Diversidad de personas y parejas, por ello diversidad de proyectos

Las personas creación de Dios, somos únicos e irrepetibles, no hay dos personas iguales, ni dos parejas iguales, por ese motivo tampoco dos proyectos de vida iguales. Si que podemos afirmar que hay proyectos a corto, medio y largo plazo. Entre estos últimos es donde se sitúa el proyecto de pareja, éste es para toda la vida. No se sabe qué sucederá a lo largo de la vida, pero con un buen PdeV, siempre se encontrará una guía y un punto firme que ayudará a orientarse en cada situación.

**No hay ninguna norma impuesta.** El PdeV se realiza sentándose, reflexionando, discutiendo, tratando preguntas esenciales, buscando respuestas y llevándolo a la oración. Juntos se realiza un PROYECTO DE VIDA COMUNITARIA.

El amor necesita entrega, tiempo, dedicación y cuidados. Todo lo que merece la pena requiere un cierto esfuerzo. Construir un PdeV no es trabajo de un solo día, hay que vivirlo, enriquecerlo y actualizarlo continuamente. Entonces es cuando sabemos cómo hacer que la ilusión se haga realidad.

#### c) Un proyecto de pareja: una nueva dimensión en el proyecto de la vida personal

Cuando dos personas deciden formar una pareja, se abre una dimensión más al proyecto personal; ya no solo tengo «mi vida», se comprometen a vivirla juntos. Se empieza a construir una vida comunitaria «nuestra vida», y se empiezan a buscar entre los dos las respuestas a algunas preguntas: ¿Qué queremos conseguir juntos? ¿Qué sentimientos y acciones nos son comunes? ¿Cuáles no?

### d) Proyecto de Vida Matrimonial

¿Por qué un PdeV? ¿Para qué «someter» el amor a normas y reglamentos? ¿Acaso no es suficiente quererse? ¿Por qué no se deja que el amor se desarrolle espontáneamente?

En primer lugar, tenemos que partir reconociendo que el **amor es un trabajo**, el **amor pide eternidad**, o ¿pensabas que solamente lo ibas a querer durante un espacio de tiempo, durante un año, tres meses y quince días, por ejemplo?. Después de la fase del enamoramiento uno se encuentra con situaciones ante las que **debe decidir**. El amor es una criatura que **crece despacio**. El amor sólo crece en **la verdad**, no resiste la mentira ni el engaño. El amor **necesita confiar**, saberse seguro.

Es necesario un PdeV porqué es posible vivir felices en pareja y durante mucho tiempo, pero una vida de matrimonio es algo que **se construye poco a poco**. Los **primeros años son decisivos** para el éxito o el fracaso de la pareja. El crecimiento en el amor es un proceso: **se aprende, cambia y crece**. En el matrimonio, la pareja tiene que convivir a niveles muy profundos y para ello se requiere madurez. La maduración personal es un proceso que requiere **tiempo, esfuerzo y relación con los demás** y en el caso de la pareja exige una progresión y un aprendizaje.

El PdeV es todo el amor de la pareja puesto a trabajar. Es una herramienta para poder vivir el amor de verdad. Tiene que ser la ilusión de los novios, al igual que cada uno de ellos es la ilusión del otro, el proyecto es la ilusión de un NOSOTROS.

#### e) Un PdeV para personas creyentes

Para las parejas que participan de la fe cristiana, en el PdeV se acoge el amor de Dios. En la acogida de los miembros de la pareja del don de Dios el proyecto se convierte en una búsqueda y seguimiento de la voluntad de Dios, que, al igual que el amor, también necesita tiempo y trabajo.

#### f) Un PdeV para personas no creyentes

Las parejas no creyentes también deben contar y trabajar su PdeV Matrimonial. El Matrimonio bebe de unos valores humanos que se deben profesar para alcanzar una Humanidad en libertad, igualdad y fraternidad

#### g) ¿Cómo ha de ser el PdeV?

El PdeV matrimonial para que sea fructuoso y sirva a la pareja debe tener algunas cualidades, he aquí una relación de ellas:

- El PdeV **debe ser de los dos**, «común a ti» y «a mí» y, «como tú y yo», distinto de los demás.
- Un PdeV **fundamentado en la verdad de la pareja**, la de cada uno, la de los dos. Algo para toda la vida solo vale la pena si es de verdad

Sesió

- El PdeV es una brújula, no un oráculo, que adivina todas y cada una de las cosas que pueden suceder en un futuro.
- El PdeV es una herramienta de vida, para dar vida a la pareja, no para atarla y llenarla de «obligaciones». Tiene que ser flexible, abierto a la vida, y a los cambios.
- El PdeV tiene que dar libertad y recoger todo aquello que hace vivir y da seguridad a los contrayentes.
- El PdeV tiene que ser un elemento duradero, capaz de ir envejeciendo y madurando poco a poco con los esposos. El proyecto debe ayudar a que el paso del tiempo signifique que lo se tuvo claro en una época, sea hoy una realidad que ofrecer.
- El PdeV debe ser ilusionante, atractivo, irresistible, que «enganche» a la pareja, que les divierta, que ponga en juego toda su imaginación y toda su creatividad.



# Entrega de los proyectos

Una vez explicado el significado del Proyecto de Vida Matrimonial, se entregan las dos hojas y se emplaza a las parejas a trabajarlo durante el tiempo que durará el IPM. Será bueno que el sacerdote, diácono o los animadores vayan acompañando a las parejas en la realización del Sesión PdeV durante el año que dura el itinerario.

Documento 2



Paso 9: Conociéndome, conociéndote

# Ejercicio 1: Conociendo a mi pareja

En parejas se les dice que la lista del cuaderno y realicen los siguientes ejercicios:

- 1. En la columna A, escoge las tres cosas que más te importan a ti, por ejemplo, lo que más te gustaría que te regalara tu cónyuge.
- 2. En la columna B, escoge las tres cosas que tú crees que le importan más a tu cónyuge (por ejemplo lo que tú crees que más le gustaría recibir de ti) Nota: Hay cierta coincidencia entre los diferentes deseos, coloca los tres que más claramente expresen tus preferencias.
- 3. Cuando ambos hayan terminado, intercambien y miren qué tanto comprenden a su cónyuge:
  - ¿Qué tan cerca estuviste de seleccionar los tres que más le importan a tu cónyuge?
  - ¿En cuántos deseos coincidieron los dos?
  - *i*,0,1,2,3?

Sesión

- Piensa cual de los deseos, si hay alguno, tiendes a dar menos a tu cónyuge.
- ¿Es alguno de ellos, uno de los tres más importantes para tu cónyuge?

	A Yo	B Mi cónyuge
Afirmación - ser apreciado por tu cónyuge por ser quien eres.		
Aprobación - ser elogiado por las cosas que has hecho bien.		
Compañerismo - hacer cosas juntos y compartir las experiencias.		
Conversación - hablar sobre temas de interés e importantes.		
Ánimo - ser inspirado para seguir adelante a través de las palabras de tu cónyuge.		
Apertura - tener confianza en la honestidad de tu cónyuge acerca de cada aspecto de su vida, incluyendo sus sentimientos e ideas.		
Afecto físico - la comunicación de cariño e intimidad a través del contacto físico.		
Ayuda práctica - experimentar la ayuda de tu cónyuge en tareas grandes o pequeñas.		
Regalos-recibir expresiones tangibles de amor y consideración.		
Respeto - tus ideas y opiniones son valoradas y consideradas por tu cónyuge.		
Seguridad - enfrentar el futuro con la confianza del compromiso de tu cónyuge de amarte y permanecer contigo.		
Intimidad sexual - tener oportunidades frecuentes para expresar y recibir amor a través de las relaciones sexuales.		
Apoyo - saber que tu cónyuge trabaja contigo para que logres tus metas.		
Tiempo juntos - saber que tu cónyuge ha separado un tiempo regular para estar contigo.		
Comprensión - saber que tu cónyuge está atento de lo que es importante para ti.		
Atención total - concentrarse el uno en el otro evitando cualquier distracción.		

# Ejercicio 2: La carta de corazones

La sesión podría terminar con la propuesta de escribir una carta a su pareja explicando dos preguntas a su cónyuge: ¿Por qué me quiero casar contigo? ¿Por qué nos casamos por la Iglesia?. Después de escribirla se la entregan mutuamente.

### Gracias Señor por haber puesto en el camino de mi vida a mi pareja

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartir delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo.

La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión. El primer día se utilizaran técnicas de interioridad para ayudar a las parejas jóvenes que muy pocas veces han hecho silencio, meditación, reflexión y oración a Dios Padre.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación, el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, Dreams of angels, o The Angel of Love; BILL DOUGLAS, Deep peace), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

# a) La preparación de la oración

1. Entrada en la capilla o lugar de oración. Las parejas entrando una detrás de la otra, Sesión saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

- **3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...
- a. En este momento un novio enciende la vela.
- b. Preparación de la sesión con la **Técnica del minuto.** Es necesario sentarse en una silla, con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural), de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c. Oración inicial del director del oratorio, los novios extienden sus manos hacía el cielo.

Te pedimos, Señor, que bendigas este amor que nace en nosotros, y que nos alegra e ilumina la vida; acompáñanos en nuestro caminar y permítenos que podamos disfrutar de este don de tu bondad, y que al mismo tiempo podamos vivirlo con generosidad, entrega, responsabilidad y sabiduría, para preparar el ámbito de nuestra familia futura. Quédate con nosotros, Señor. Amén.

# b) La oración del corazón

- **4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús.** En este momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.
- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas.
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

#### c) La escucha de la palabra

- **7.-Introducción a la Palabra,** el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.
- **8.-La proclamación de la Palabra**, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

Lectura del Evangelio según San Mateo (Mt 22,1-14)

Jesús se puso a hablarles otra vez por medio de parábolas. Les dijo: «El reino de los cielos puede compararse a un rey que hizo un banquete para la boda de su hijo. Envió a sus criados a llamar a los invitados, pero estos no quisieron acudir. Volvió a enviar más criados, encargándoles: 'Decid a los invitados que ya tengo preparado el banquete. He hecho matar mis novillos y reses cebadas, y todo está preparado: que vengan a la boda.' Pero los invitados no hicieron caso. Uno se fue a sus tierras, otro a sus negocios y otros echaron mano a los criados del rey y los maltrataron hasta matarlos. Entonces el rey, lleno de ira, ordenó a sus soldados que mataran a aquellos asesinos y quemaran su pueblo. Luego dijo a sus criados: 'Todo está preparado para la boda, pero aquellos invitados no merecían venir. Id, pues, por las calles principales, e invitad a la boda a cuantos encontréis.' Los criados salieron a las calles y reunieron a todos los que encontraron, malos y buenos, y así la sala del banquete se llenó de convidados. «Cuando el rey entró a ver a los convidados, se fijó en uno que no iba vestido para la boda. Le dijo: 'Amigo, ¿cómo has entrado aquí, si no vienes vestido para la boda?' Pero el otro se quedó callado. Entonces el rey dijo a los que atendían las mesas: 'Atadlo de pies y manos y arrojadlo fuera, a la oscuridad. Allí llorará y le rechinarán los dientes.' Porque muchos son llamados, pero pocos escogidos.»

Al finalizar la lectura el director del oratorio que ha proclamado la Palabra besa la Biblia y la deja en su sitio.

- **9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra.** Después de la proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- **10.-Repetición del versículo clave.** El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta.
- **11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra.** Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).
- **12.-Gesto simbólico.** En la alfombra del centro del oratorio habrá unas velas apagadas, tantas como miembros asistan al oratorio. El director del oratorio les invita a levantarse uno detrás del otro encender una vela y decir en voz alta: «<nombre de su pareja> quiero enamorarte cada día más».
- **13.-Canto meditativo.** Como respuesta a la Palabra se puede cantar un canto o repetir el mismo de antes.

#### d) La oración personal

**14.-La oración en común.** En este momento se invita a las parejas que a dos coros reciten la siguiente oración.

Dios y Padre nuestro, danos un corazón como el de Jesús, firme en sus afectos e inquebrantable en su fidelidad.

Un corazón afectuoso que irradie ternura serena y no rehúse entregarse a los demás.

Un corazón delicado capaz de poner amor en los pequeños detalles y en los humildes servicios.

Un corazón abierto de par en par, que se goce con el gozo de los demás y que sepa beber la copa del dolor.

*Un corazón dulce y bueno,* que no condene a nadie y no se canse nunca de perdonar y de amar.

Dios y Padre, enséñanos a cuidar nuestro matrimonio, a educar cristianamente a nuestros futuros hijos; que sepamos ser en medio de nuestra sociedad presencia viva de Jesucristo.

Te lo pedimos a ti, María servidora en las bodas de Cana, obediente a la voluntad del Padre, discípula de Jesucristo, tu Hijo, abierta a la acción del Espíritu.

A ti, la esclava del Señor y Madre de la Iglesia. Amen.

**15.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.

**16.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**17.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén.

0

El Señor te bendiga y te guarde. Te muestre su rostro y tenga piedad de ti. Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz. El Señor te bendiga. R/ Amén (San Francisco de Asís)

#### e) Salida del oratorio

18.-Despedida y salida. Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.

#### Paso 10: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente Sesión del grupo dándoles las siguientes instrucciones: «dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

¿Qué es lo que más aprecias de tu pareja?

#### 6.1.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

#### a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento y un lugar para hablar de las siguientes sentencias, la pregunta a responder puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Después de largos ensayos «virtuales» hemos pasado «a la verdadera vida aunque no sin dificultades»
- «Cada vez que discutimos, volvemos a caer el uno en brazos del otro»
- «Todas las demás historias de amor me parecen ya sin sentido»
- «Tú eres mi otra mitad. Nos complementamos muy bien»

# b) Fragmento de la película

La dinámica consiste en presentar en las redes sociales, el fragmento de la película *Titanic*. El film narra la historia de dos hombres que se enamoran de la misma mujer, Rosa. Uno busca el reconocimiento y le ofrece una joya exigiéndole una recompensa; en cambio el otro se preocupa más por su persona. Éste llegará a dar la vida por salvarla del naufragio del insumergible Titanic. Ésta película es una historia de amor y de entrega hasta la muerte por la persona que amas.

02:42:42 «Escucha Rose. Tú vas a salir de aquí. Vas a seguir adelante y tendrás muchos hijitos. Y los verás crecer. Vas a morir siendo una anciana calientita en tu cama. No aquí, no esta noche. No de esta forma. ¿Me entiendes?»

«Pero ahora saben que hubo un hombre llamado Jack Dawson y que él me salvó en toda forma que alguien puede ser salvado. Ni siquiera tengo una foto de él. Él existe ahora sólo en mi memoria»

¿Qué significa entregar la vida por el otro?

# c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

Cuento La vida es tan corta (creer) El padrenuestro dicho por Dios La motivación del amor Oración para iniciar la reunión

#### 6.1.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo hagan a solas en su casa.

Lee la lista de enunciados que se presentan a continuación, y utilizando la escala de abajo, escribe en la casilla el número que consideras corresponde a tu punto de vista. Por favor, realiza el ejercicio por tu cuenta. Cuando hayas terminado, pasa a la siguiente página.

Resultados de «Evaluando tu matrimonio»

1. Pasa la puntuación total obtenida en A, B, C y D en la página anterior Añade tu puntuación para las afirmaciones sobre

Mi puntuación - Puntuación de mi cónyuge

Nuestra amistad (4, 8, 9, 14, 18) Nuestra comunicación (1, 5, 11, 16, 20) Nuestra relación física (3, 6, 12, 15, 19) Nuestro futuro juntos (2, 7, 10, 13, 17)



<ol> <li>Con regularidad, mi cónyuge me presta una completa atención.</li> <li>Mi cónyuge entiende y apoya mis creencias y valores.</li> <li>Mi cónyuge me demuestra su afecto, a través del contacto no sexual.</li> </ol>		
Somos capaces de disculparnos y perdonarnos, cuando uno de nosotros ha herido al otro.		
5. Mi cónyuge escucha mi punto de vista, incluso cuando no está de acuerdo.		
<ul><li>6. Puedo hablar con mi cónyuge de mis esperanzas y deseos sexuales.</li><li>7. Puedo hablar con mi cónyuge acerca de mis sueños y deseos para el futuro.</li></ul>		
8. Mi cónyuge sabe animarme en lo que hago.		
9. Es una prioridad para nosotros salir juntos, por lo menos una vez cada dos semanas.		
10. Con frecuencia reflexionamos sobre las cosas buenas que disfrutamos como pareja.		
11. Podemos hablar acerca de emociones fuertes tales como excitación, esperanza, pena y ansiedad.		
12. Mi cónyuge es sensible hacia mis necesidades sexuales.		
13. Mi cónyuge me anima en mi crecimiento espiritual.		
14. Mi cónyuge sabe satisfacer mis necesidades emocionales.		
15. Estamos de acuerdo en nuestras prácticas sexuales.		
16. Discutimos nuevas ideas mutuamente.		
17. Nos apoyamos mutuamente en las metas que tenemos para nuestra vida familiar.		
18. Tenemos varios intereses comunes que realizamos juntos.		
19. Soy feliz con la frecuencia con que hacemos el amor.		
20. Mi cónyuge sabe escuchar acerca de mis sentimientos, sin interrumpirme ni criticarme.		

Yo siento que

0 puntos = Nunca es verdad - 1 punto = Rara vez es verdad - 2 puntos = Ocasionalmente es verdad - 3 puntos = Usualmente es verdad - 4 puntos = Siempre es verdad

- 2. Ahora revisad la puntuación de cada uno y dialogad sobre ella, especialmente las diferencias.
- 3. Considerad qué podrías hacer a nivel personal para incrementar vuestra puntuación en cada aspecto. Escribidlo.

Por ejemplo: Nuestra amistad: «Reconozco nuestra necesidad de pasar tiempo juntos a solas» Nuestra comunicación: «Obviamente necesito mostrarte que me interesa lo que dices» Nuestra relación física: «Quisiera ser más sensible hacia tus deseos sexuales» Nuestro futuro juntos: «Me gustaría hallar un buen tiempo para nosotros y conversar nuestros planes para el futuro»

Cuando hayan concluido, pedir a las parejas que compartan lo que escribieron.

Sesión



«Oue os améis unos a otros como yo os he amado» (Jn 15, 9-16)

# **6.2.** El segundo encuentro: Del diálogo y la confianza a la comunicación

«La convivencia está amenazada por muchos peligros, los más importantes son la costumbre v el silencio» (Durkheim)

#### 6.2.1. Planteamiento teórico de la sesión

El Matrimonio no es una unión de célibes que tienen la libertad para hacer lo que quieran. Un diálogo siempre renovado permitirá, tanto a uno como a otro, hallar el lugar adecuado, la confianza, la distancia correcta.

Es necesario un sutil equilibrio que hay que conseguir con el paso del tiempo entre la confianza concedida y la libertad. Para lograrlo, será conveniente encontrar las bases de una confianza probada. La decepción o los celos conducen a una rigidez que impide, tanto a uno como a otro, la respiración necesaria. La flexibilidad no se adquiere de golpe. Se construye con el tiempo, partiendo de la confianza establecida en la pareja.

Con frecuencia, uno se enfurece como consecuencia del miedo a perder al otro (celos), o por dificultad de vivir con confianza, por un malestar o por complejos (faltas de autoestima). Sesión Determinadas veces sucede que se crea un desequilibrio entre los deseos recíprocos. Cada persona puede tener épocas buenas y épocas difíciles. El peligro está en que un desacuerdo dure demasiado tiempo. Uno se aprovecha de su libertad y el otro es el que siempre carga con todo (el tonto de turno).

La pareja debe encontrar una armonía, donde los deseos de cada uno sean respetados, a medio camino, entre una fusión peligrosa y un distanciamiento que puede conducir a la separación.

La llave entre estos dos extremos hay que hallarla en la confianza mutua. Sin embargo, este no es un camino fácil. Porque la pareja no lo es todo en la vida. El equilibrio se construye cuando se tiene en cuenta aquello que permite al hombre y a la mujer vivir en sociedad: el trabajo, el ocio, los amigos, los hijos, la familia del uno y de la otra y, además, la vida interior, incluso la espiritual. En la vida conyugal, estas seis formas de convivencia tienen su sitio en el equilibrio de cada uno. Ambas están intimamente entrelazadas. Si una de estas áreas se atrofia, el equilibrio puede peligrar.

#### 6.2.2. Planteamiento teológico de la sesión

Una de las claves teológicas del matrimonio es fundamentar una relación duradera que se fundamente en las riquezas de uno y de otro, que conjugue las complementariedades y las diferencias y resista a las tentaciones egoístas

La Iglesia utiliza el tema de la templanza en donde el otro es respetado y tomado en consideración. Este es el nudo central de un diálogo que ayuda a suavizar las asperezas cotidianas en la vida de la pareja.

#### 6.2.3. Planteamiento bíblico de la sesión

Después de la muerte de Cristo, María Magdalena busca a su Señor.

«El primer día de la semana, María Magdalena fue al sepulcro muy temprano, cuando todavía estaba oscuro, y vio quitada la piedra que tapaba la entrada. [...] María se quedó fuera, junto al sepulcro, llorando. Y llorando como estaba, se agachó a mirar dentro y vio dos ángeles vestidos de blanco, sentados donde había estado el cuerpo de Jesús, uno a la cabecera y el otro a los pies. Los ángeles le preguntaron: Mujer, ¿por qué lloras? Ella les dijo: Porque se han llevado a mi Señor y no sé dónde lo han puesto. Apenas dicho esto, volvió la cara y vio allí a Jesús, aunque no sabía que fuera él. Jesús le preguntó: Mujer, ¿por qué lloras? ¿A quién buscas? Ella, pensando que era el que cuidaba el huerto, le dijo: Señor, si tú te lo has llevado, dime dónde lo has puesto, para que yo vaya a buscarlo. Jesús entonces le dijo: ¡María! Ella se volvió y le respondió en hebreo: ¡Rabuni! (que quiere decir "Maestro"). Jesús le dijo: Suéltame, porque todavía no he ido a reunirme con mi Padre. Pero ve y di a mis hermanos que voy a reunirme con el que es mi Padre y vuestro Padre, mi Dios y vuestro Dios. Entonces fue María Magdalena y contó a los discípulos que había visto al Señor, y también lo que él le había dicho» (Jn 20,1-18)

En un primer momento, María Magdalena, tiene la experiencia de la «tumba vacía», un tiempo que también nosotros hemos hallado, a veces, en las dudas y los temores. Después sucede la llamada de María por su nombre. Interpelada, sale de su tristeza, siente deseos de tocar a Jesús. Pero Jesús, con un «no me toques», la lleva hacia una confianza nueva, hacia una distancia prudente. Él confía en ella. Corresponde a ella anunciar la Buena Noticia de la resurrección.

Se ve, por este juego de actitudes, la confianza que se establece entre ambos personajes. El objetivo es encontrar un equilibrio. A raíz de este texto, también nosotros somos invitados a buscar dicho equilibrio. Sabemos lo difícil que puede resultar el creer en el otro. Creer más allá de toda esperanza. Para los cristianos, es la fe que Dios tiene en nosotros la que nos mueve y anima a mantener nuestra confianza: «Fe», «confianza». La raíz de la palabra es la misma. De este modo, la palabra «noviazgo» significa confiar en el otro.

#### 6.2.4. Guión de la sesión



# Paso 0: Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: Yo tb tq - Cómo el whatsapp influye en las parejas



# Paso 1: Acogida de las parejas

En un **primer momento** y dentro de un ambiente distendido se da una **acogida cálida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un tercer momento se entrega el cuaderno con el segundo tema. En el cuaderno está escrita la oración que todos juntos leen:

Aunque hablara las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, soy como bronce que suena o címbalo que retiñe. Aunque repartiera todos mis bienes, y entregara mi cuerpo a las llamas, si no tengo amor, nada me aprovecha.

*El amor es paciente, es servicial;* el amor no es envidioso, no es jactancioso, no se engríe; es decoroso; no busca su interés; no se irrita; no toma en cuenta el mal; no se alegra de la injusticia; se alegra con la verdad.

Todo lo excusa. Todo lo cree. Todo lo espera. Todo lo soporta. Porque parcial es nuestra ciencia y parcial nuestra profecía. Cuando vendrá lo perfecto, desaparecerá lo parcial. Cuando vo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, razonaba como niño.

Al hacerme mayor, dejé todas las cosas de niño. Ahora subsisten la fe, la esperanza y el amor, estas tres. Pero la mayor de todas ellas es el amor.



Presentación del tema que se tratará en la sesión: **Del diálogo y la confianza a la comunicación.** 

«Recordad esto, queridos hermanos: todos debéis estar dispuestos a escuchar; en cambio, debéis ser lentos para hablar y para enojaros, porque el hombre enojado no hace lo que agrada a Dios» (St 1, 19-20)

El animador o acompañante hace un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

# 1.- LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN

En el matrimonio se necesita el arte de la integración y acoplamiento de las diferencias. Ese arte es el arte de saber comunicarse.

Comunicarse significa abrir o mantener un diálogo: ese diálogo se realiza con palabras, gestos y actitudes. No es sólo cuestión de palabras; hay gestos y actitudes que dicen más que muchas palabras. La persona se comunica con todo su ser, incluido su cuerpo. Es importante que nos escuchemos: hoy oímos pero no escuchamos, y hay una gran necesidad de ser escuchados.

La comunicación debe ser una conquista permanente: son muchas las parejas que se aburren después de la boda; son numerosas las mujeres que prefieren que sus maridos estén fuera de casa. Dependiendo de las circunstancias, será necesario que los esposos se marquen un tiempo diario donde compartan lo que sienten y se manifiesten los sentimientos más profundos que han experimentado a lo largo de toda la jornada.

**Comunicarse es compartir,** poner algo en común: lo más característico de la comunicación en la pareja es compartir proyectos y realidades vitales, cosas que son personales e importantes para los dos. La soledad del ermitaño espanta, pero más espanta la soledad de dos en compañía. Es que el amor es un proceso constante y progresivo de comunicación lograda.

Para conseguir los objetivos planteados en la comunicación hay que superar muchas barreras, y superar esas barreras significa vencerlas e incluso eliminarlas. La barrera es el signo de la incomunicación.

# 2.- OBSTÁCULOS DE LA COMUNICACIÓN

En la comunicación hay muchos obstáculos, enumeramos algunas situaciones concretas. Al principio se trata de situaciones concretas, tal vez aisladas, que se van dando y crean dificultades para el buen entendimiento, para la buena marcha de la comunicación de la pareja.

Falta de consideración: son pequeñas cosas, detalles, desafección, son quizá más frecuentes en el hombre, que suelen ser más descuidados.

**Desinterés:** se dan olvidos o indiferencias ante ciertas cosas que interesan mucho al otro y que se manifiestan en frases como «ese es tu problema» o «lo mío no te importa».

**Insatisfacción sexual:** la sexualidad es una de las formas supremas de encuentro y comunicación en la pareja, es la culminación de la comunicación, el diálogo más expresivo y el vehículo de comunicación afectiva más importante que tiene la persona. La erotización masculina generalmente es más fácil y más rápida. La erotización femenina es más lenta y más compleja: necesita un clima y un ambiente de pareja afectivo, cariñoso y de ternura.

El desconocimiento de estas realidades puede originar frustraciones, fracasos, distanciamiento y sentimientos de despersonalización y de manipulación: sentirse objeto sexual y no persona sexuada. El matrimonio tiene que procurar llegar a la unión física como fin de un diálogo afectivo. Se da la insatisfacción sexual cuando las relaciones sexuales no llegan a las dos partes o a una de ellas, cuando se cae en la rutina.

Sesión

**Desconfianza y temor:** aparecen estas situaciones cuando se anda ocultando cosas, cuando no se cuenta con el otro, cuando se fiscaliza,... Un síntoma claro es el temor a meter la pata o a que el otro la meta. Estas son todas situaciones concretas, que se van dando con frecuencia y que van originando insatisfacción: no se está a gusto, se vive en tensión.

Cuando alguien no está habitualmente satisfecho, la comunicación se hace cada vez más difícil. Hay que comenzar rápidamente, **no ya a superar barreras, sino a eliminarlas, si se quiere establecer una buena comunicación.** Estas situaciones pueden terminar en un sentimiento generalizado ante el otro, y pueden acabar en frustración, que es una barrera a veces insalvable. No obstante, la pareja debe saber que es natural que se presenten algunas de estas situaciones.

### 3.- MEJORA DE LA COMUNICACIÓN

Este punto es el más importante y merece una reflexión personal y de la propia pareja. Damos unas pautas para que sirvan de reflexión:

Toda comunicación pasa por un doble prisma, por lo que hay que «salir de mi punto de vista» y «situarse en el punto de vista del otro». Conviene recordar los versos de Campoamor: «En este mundo traidor nada es verdad ni mentira, todo depende del color del cristal con que se mira».

**Reconocer las diferencias.** Reconocer es algo más que conocer, es un conocer que influye en la manera de comportarse y en las actitudes profundas.

La comunicación debe ser a niveles profundos. Con esto no queremos decir que haya que tratar problemas filosóficos importantes, sino hablar de aquellas cosas que nos afectan profundamente a los dos.

Factores muy importantes en la comunicación de la pareja son la ternura y el afecto y, junto a estos, la sinceridad; sinceridad con uno mismo y sinceridad con el otro.

La armonía sexual. Hay que evitar a toda costa egoísmos y rutina. Es imprescindible confiar en el otro. Confiar no es lo mismo que tolerarlo todo. El tolerar todo puede ser una forma de escaparse de la realidad, de huir de los problemas y de ignorar las barreras. La confianza del otro no se puede imponer, hay que ir ganándola día a día.

La clave es quererlo ambos de verdad, y estar convencidos de que el objetivo merece la pena.

La comunicación en la pareja no puede quedarse cerrada en la pareja misma, tiene que proyectarse hacia los hijos, hacia los vecinos, hacia otros matrimonios,...

Por último, es muy importante **reconocer los problemas cuando los haya y buscar juntos las soluciones.** Para ello será necesario muchas veces pedir ayuda y encontrar una persona imparcial que favorezca el diálogo en el matrimonio y les ayude a salir del problema o de la crisis. En algunos casos tendrá que ser un especialista, un amigo de los dos, y por qué no, un sacerdote o diácono

# 4.- EL DIALOGO: ARMA ESENCIAL EN LA VIDA DE LA PAREJA

El diálogo en el matrimonio hay que considerarlo como algo esencial y necesario en orden a conseguir una verdadera comunidad de personas, comunidad conyugal. Esta comunidad se fundamenta en la mutua comprensión, exigida por el mismo amor, la cual no se puede alcanzar sin la práctica del diálogo.

Hay parejas que creen que dialogan porque hablan mucho entre ellos. Es necesario distinguir lo que es «pasarse información» en el matrimonio. Por ejemplo: la mujer que le dice al marido: "han llamado del colegio diciendo que nuestro hijo ha sacado malas notas", de lo que es «el diálogo en el matrimonio»; para ello, vamos a acercarnos a la realidad del diálogo en su profundidad:

# A) Los **objetivos del diálogo** son fundamentalmente los siguientes:

El conocimiento mutuo.

Compartir los aspectos de la vida personal de cada uno, todo lo que genera la propia relación y la vida familiar.

Asegurar la revisión de todas las áreas que comportan la relación mutua y la vida familiar.

#### B) Las dificultades del diálogo suelen ser:

Superar la incomunicabilidad natural que existe en el ser humano, que es la resistencia a darse a conocer a sí mismo y a compartir su vida íntima con los otros.

Las propias diferencias entre el hombre y la mujer.

La falta de tiempo. Sobre todo en parejas donde trabajan los dos. El televisor.

Salidas continuas.

C) Por último, enunciar las **características más importantes** que deben tenerse en cuenta a la hora de entablar un diálogo en el matrimonio:

**Saber escuchar.** Parafraseando uno de los pasajes más bellos del Pequeño Príncipe de Antoine de Saint-Exuperie, «Tan sólo se escucha bien con el corazón; lo esencial permanece inaudible a los oídos».

Confianza mutua y humildad. Sinceridad.

Paciencia.

Regularidad.

Oportunidad. Cordialidad.

Naturalidad y renovación constante.

**Proyección del video:** Si yo, tu (matrimonios)

«Es una necedad y una vergüenza responder antes de escuchar» (Prv 18,13)



Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la segunda parte, la duración es de unos 15 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 02 (El arte de la comunicación).* 



# Paso 4: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la segunda parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del segundo encuentro, la comunicación.

Leer y comentar las frases de un cartel publicitario impreso en el cuaderno:

#### BREVE CURSO DE RELACIONES HUMANAS

- 1. Las seis palabras más importantes: «Admito que he cometido un error».
- 2. Las cinco palabras más importantes: «Has realizado un buen trabajo».
- 3. Las cuatro palabras más importantes: «¿Cuál es tu opinión?».
- 4. Las tres palabras más importantes: «¿Serías tan amable?».
- 5. Las dos palabras más importantes: «Muchas gracias».
- 6. La palabra más importante: «NOSOTROS».
- 7. La palabra menos importante: «YO».



# Experiencias de comunicación con las parejas

Ejercicio corporal: se invita a alguna pareja para que se coloque en medio de la sala y realice los siguientes ejercicios:

a) Necesidad física: importancia del espacio (5')

En un **primer momento** la pareja se coloca de espaldas tocándose. Deben mantener un diálogo de lo que hicieron el día de anterior.

En un **segundo momento** la pareja se coloca frente a frente y mirándose deben contarse el día aunque esta vez sin palabras.

En un cuarto momento y frente a frente con palabras compartirán el día que han tenido.

b) Necesidad de la mirada (5')

El animador pone una música suave e invita a las parejas que comuniquen con los ojos algo importante para ellos, la dinámica se puede extender durante 2 minutos.



#### Paso 6:

# Puesta en común de la experiencia de comunicación

En la puesta en común, el animador puede presentar algunos de los siguientes vídeos para dar pie a un diálogo fructuoso.

#### Proyección de los videos:

- ¿Has olvidado tu teléfono?
- Nunca olvides que nuestro alrededor también existe
- Anuncio de telefonía móvil DTAC



# Paso 7: La comunicación

Leer en voz alta el texto de: Habilidades para una mejor comunicación, e ir comentando los puntos más interesantes.

#### Habilidades para una mejor comunicación

- 1.-Escuchar sin interrumpir. Todos necesitamos que se nos escuche y es una buena cualidad personal esperar a hablar a que el otro termine.
- 2.-Antes de responder, asegurarnos de que hemos recibido el mensaje correcto. «Vamos a ver si entiendo bien lo que estás diciendo» y se repite a continuación su mensaje, para comprobar que se ha comprendido correctamente.

- 3.-Asentir antes de disentir. Expresar primero en lo que estás de acuerdo y después pasar a lo contrario. Dejar el «pero» para después.
- 4.-Hablar de un sólo tema cada vez. Cuando se sacan varios temas no se avanza en ninguno. Y si es con tensión todavía menos. Tratar un tema intentando no entrar en «carreteras secundarias» que nos distraen de lo principal.
- 5.-Hablar fundamentalmente de uno mismo dentro de la relación. No es lo mismo decir «yo creo, a mí me parece, por mi parte» al contrario de «tú eres, siempre dices». Los mensajes «yo» son la información que yo puedo entender mejor.
- 6.-Hablar de «mis sentimientos», en vez de lo que pienso. Nuestros sentimientos dicen más de nosotros mismos que nuestras ideas.
- 7.-Cuando hablamos de nuestro punto de vista recordarlo. Decir «yo creo, es mi opinión, es posible que no tenga razón, es mi punto de vista... ».
- 8.-Al hablar de nuestra pareja emplear las palabras «parece» y «a veces». Para evitar el «siempre» o el «nunca», o «jamás». No es igual decir «estás enfadada» que decir «pareces enfadada». Siempre dejas la posibilidad de la duda.
- 9.-Expresar libre y generosamente los aspectos positivos. Sin decir cosas que no Sesión sintamos, pero tener atención a buscar las cosas positivas que nos unen estimula nuestros aspectos positivos. «Gracias, estás en todo», «Qué guapo te veo»
- 10.- Expresar lo negativo pero con mucho respeto y delicadeza. El silencio distante muchas veces es una cobardía para expresar lo negativo. Hay que hablar de todo, pero se puede tener la habilidad de hacerla de la forma que duela y descalifique lo menos posible al otro.

#### Para los cristianos, Dios también se ha comunicado con los hombres

Dios que se ha comunicado durante toda la Historia de la Salvación con su Revelación. En primer lugar en el Antiguo Testamento con el Dios de la Alianza, de los primeros padres, y profetas, y más tarde en el Nuevo Testamento con su propio Hijo, Jesús, el Emmanuel, el Dios con nosotros. Jesucristo es la Palabra hecha carne, que nos da vida y felicidad. Sus bienaventuranzas es la clave de ello.

Dios habla a la persona que escucha. Las preguntas son: ¿hablo o dialogo con Dios?, ¿rezo? Para la tradición judeocristiana, en la oración se da una comunicación especial. Es Especial porque de ella depende nuestra fe y por lo tanto, hace de nosotros personas creyentes. Es Especial, porque es desigual, Dios no es un colega, sino el Absoluto que se revela, es decir, que habla, por eso, el creyente escucha y obedece.

#### ¿En que espacios habla Dios?

Dios no habla de maneras portentosas, espectaculares o grandiosas sino que, para una mirada

de fe, los espacios de encuentro con Dios son:

- a. La naturaleza habla de la bondad y la grandeza de Dios.
- b. **Los acontecimientos de la historia,** especialmente de mi propia vida. ¿Qué me está diciendo Dios con lo que (me) está pasando?
- c. Los textos de la tradición espiritual, especialmente la Biblia, donde puedo entrar en conexión con la experiencia espiritual de otras personas que me han precedido.

# ¿Cómo puedo encontrarme con Dios?

En la oración, pidiendo con fuerza que Dios te hable y que tú le escuches. He aquí algunas frases para pensar en un rato de tranquilidad:

- Habla Señor, que tu siervo escucha (1 Sm 310)
- Aquí estoy, para hacer tu voluntad (Sal 40,9)
- Aquí estoy yo, envíame (Is 6,8)
- Dice Dios: Escucha, Israel ... (Dt 6,4)



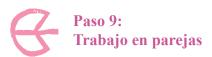
Paso 8: Experiencias de confianza

Se invita a las parejas para que **experimenten la confianza** que se tienen los unos con los otros realizando los siguientes juegos:

El juego del lazarillo: Un miembro de la pareja guía (lazarillo) a la otra por la sala, esquivando los diferentes objetos que se han colocado en medio. El lazarillo tiene los ojos abiertos pero la que se deja guiar llevará una venda en los ojos para que no pueda ver los obstáculos y se deje guiar por el lazarillo. En un primer momento lo guiará con la mano y en un segundo solamente con la voz.

El juego de la palmera: Las personas del grupo se colocan en círculo hombro con hombro. Uno de los participantes se coloca en el centro del círculo y con los ojos cerrados y los pies juntos se deja caer sobre los demás, éstos han de cogerlo y volverlo a lanzar sobre otra persona del círculo, como si fuera una palmera que se mueve con el viento.

**El juego del dejarse caer:** La pareja se coloca en pie uno de espaldas al otro y se deja caer para que el que está detrás de él lo recoja. En un primer momento se puede realizar con los ojos abiertos, pero después se puede vendar los ojos a la persona que se deja caer.



Por parejas responder a las siguientes preguntas:

Os preocupáis para conoceros a fondo y con sinceridad?

2

¿Conocéis bien a vuestras familias?

¿Conocéis vuestros defectos y virtudes? ¿Conocéis los ideales de vuestra pareja? ¿Qué situaciones concretas en el matrimonio, pueden crear dificultades para un buen entendimiento y una buena comunicación?

¿Qué actitudes te parecen más importantes a la hora de dialogar en el matrimonio? ¿Cómo veis la intervención de terceros en el matrimonio? los padres, hermanos, amigos, sacerdotes, diáconos u otras personas.

Comentad el texto del Evangelio de San Juan (Jn 15, 11-13): «Os hablo así para que os alegréis conmigo y vuestra alegría sea completa. Mi mandamiento es este: Que os améis unos a otros como yo os he amado. No hay amor más grande que el que da la vida por sus amigos».

#### Paso 10: Puesta en común

Una vez terminados los juegos y el trabajo por parejas, el animador abre un pequeño diálogo sobre las experiencias vividas. También se pueden comentar los diálogos de la película *Comprométete*.

«—Y me ha gustado mucho esa imagen, ese equilibrio continuamente precario sobre una superficie engañosa. Solo una gran confianza en el otro y un entrenamiento tenaz, pueden garantizar resultados concretos, día tras día. San Agustín dice: "Dos son las cosas más feas que le pueden pasar a un ser humano: la primera es llevar una vida sin esperanza; la segunda, para mí la peor, es creer en una esperanza sin fundamento". Construid bases sólidas, llenas de amor, que contemplen un futuro lleno de esperanza concreta. Trabajad duro» Diálogo de la película *Comprométete* 

### Hablar y escuchar

La palabra comunicación viene de la raíz latina *communicatio* que significa «puesta en común» es el espacio donde las personas crecen en interrelación recíproca. Supone la transmisión de mensajes que se comparten de una manera o de otra. Muchos factores influyen en la calidad de la comunicación para que ayuden a crecer: la calidad humana de las personas que se comunican, el contenido de los mensajes, etc. **Quizás lo más básico sea aprender a decir y escuchar correctamente.** 

#### Asertividad

La asertividad consiste en la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar los derechos de los demás. La asertividad no implica ni pasividad ni agresividad. Es la habilidad para decir «sí» cuando queremos decir «sí», y «no» cuando queremos decir «no». Hay que hacerlo con calma, pero con fuerza, sin que la violencia de nuestras palabras o gestos desacredite nuestra palabra.

#### En la carta de Santiago afirma:

«Sobre todo, hermanos míos, no juréis: ni por el cielo, ni por la tierra, ni por ninguna otra cosa. Cuando digáis "Sí", que sea sí; y cuando digáis "No", que sea no. Así Dios no os condenará» (St 5,12)

2

Y en evangelio de San Mateo dice:

«Ni siquiera juréis por vuestra propia cabeza, porque no podéis hacer que os salga blanco o negro ni un solo cabello. Si decís 'Sí', que sea sí; y si decís 'No', que sea no. Lo que se aparta de esto, es malo» (Mt 5, 36-37)

Cuando las relaciones se establecen desde una jerarquía de poder puede ocurrir que:

- Si estoy en una condición de ventaja, abuse imponiendo con violencia mi mensaje.
- Si estoy en desventaja, callo para no importunar al otro.

Sólo la asertividad puede romper esta asimetría creando las condiciones de una comunicación entre iguales.

La asertividad supone el desarrollo de la capacidad para:

- Expresar sentimientos y deseos positivos y negativos de una forma eficaz, sin negar o menospreciar los derechos de los demás y sin crear o sentir vergüenza.
- Apreciar las ocasiones en que la expresión personal es importante y adecuada.
- **Defender**, **sin agresión o pasividad**, frente a la conducta poco cooperadora, apropiada o razonable de los demás.

#### Escucha activa

La escucha activa es un instrumento muy válido para aprender a escuchar, es decir, para asegurarse de que lo que entendemos que el otro dice es lo que realmente quiere decir. Sólo quien se siente escuchado expresa desde su interior, porque se abre una puerta desde la confianza.

Si tengo la sensación de que la otra persona está distraída, no atiende o está con la cabeza en la otra parte, se genera en mí la sensación de que le importo muy poco y que mis cosas pueden ser una distracción o incluso una molestia para ella.

La escucha es activa porque hacemos el esfuerzo en hacer entender a quien nos comunica que estamos atentos, que lo hemos escuchado y, sobre todo, que lo hemos entendido, la escucha activa necesita de diversas cualidades:

- Una **disposición psicológica de escucha**: fijar nuestra atención en la persona y en el que dirá, superando prejuicios y distracciones.
- Una **mirada atenta** a lo que nuestro interlocutor dice, con palabras o sin ellas, para saber, con empatía, como lo está viviendo, cuando quiere que hablemos, etc.
- Una **postura de acogida activa**: una mirada atenta y no distraída, sin usar expresiones del rostro que sugieran juicio o extrañeza, respondió con voz apropiada ...
- Asegurar con nuestras palabras que estamos entendiendo el mensaje que nos envía, sea a través de incentivos verbales (ya veo, vaya, está bien ...), sea parafraseando lo que dice: «me estás diciendo que ...» «si no he entendido mal quieres decir que ... »

# 2

Sesion

## Proyección del fragmento de la película:

Fireproof (contaminación matrimonial) 00,38,44



## Gracias Señor por haberte comunicado con tu Hijo Jesús

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartirán delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo.

La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión. El primer día se utilizaran técnicas de interioridad para ayudar a las parejas jóvenes que muy pocas veces han hecho silencio, meditación, reflexión y oración a Dios Padre.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación, el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, *Dreams of angels*, o *The Angel of Love*; Bill Douglas, *Deep peace*), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

## a) La preparación de la oración

**1. Entrada en la capilla o lugar de oración.** Las parejas entrando una detrás de la otra, saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

- **3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...
- a. En este momento un novio enciende la vela.
- b. Preparación de la sesión con la **Técnica del minuto.** Es necesario sentarse en una silla, con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes

después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural). de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c. Oración inicial del director del oratorio, los novios extienden sus manos hacía el cielo.

Te pedimos, Señor, que bendigas este amor que nace en nosotros, y que nos alegra e ilumina la vida; acompáñanos en nuestro caminar y permítenos que podamos disfrutar de este don de tu bondad, y que al mismo tiempo podamos vivirlo con generosidad, entrega, responsabilidad y sabiduría, para preparar el ámbito de nuestra familia futura. Quédate con nosotros, Señor. Amén.

## b) La oración del corazón

- **4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús.** En este momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.
- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas.
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

## c) La escucha de la palabra

7.-Introducción a la Palabra, el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal

explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.

8.-La proclamación de la Palabra, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

Lectura de la carta de San Pablo a los Colosenses (Col 3,12-17)

Dios os ama y os ha escogido para que pertenezcáis a su pueblo. Vivid, pues, revestidos de verdadera compasión, bondad, humildad, mansedumbre y paciencia. paciencia unos con otros y perdonaos si alguno tiene una queja contra otro. Así como el Señor os perdonó, perdonad también vosotros. Sobre todo revestíos de amor, que es el perfecto lazo de unión. Y que la paz de Cristo dirija vuestros corazones, porque con este propósito os llamó Dios a formar un solo cuerpo. Y sed agradecidos. Que el mensaje de Cristo esté siempre presente en vuestro corazón. Instruíos y animaos unos a otros con toda sabiduría. Con profunda gratitud cantad a Dios salmos, himnos y cánticos espirituales. Y todo lo que hagáis o digáis, hacedlo en el nombre del Señor Jesús, dando gracias a Dios Padre por medio de él. Palabra de Dios.

Al finalizar la lectura el director del oratorio que ha proclamado la Palabra besa la Biblia.

- 9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra. Después de la Sesión proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- 10.-Repetición del versículo clave. El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta
- 11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra. Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).
- 12.-Gesto simbólico. En la alfombra del centro del oratorio habrá un plato con incienso y unos carbones encendidos. El director del oratorio les invita a levantarse uno detrás del otro y tirar un poco de incienso en los carbones encendidos y decir en voz alta: «Te quiero <nombre de su pareja> <y seguidamente una palabra de cariño hacia mi pareja>». El gesto simbólico representa la entrega de mi pareja a Dios; así como el incienso sube al cielo yo pido al Señor que proteja mi pareja».
- 13.-Canto meditativo. Como respuesta a la Palabra se puede cantar un canto o repetir el mismo de antes.

## d) La oración personal

**14.-La oración en común.** En este momento se invita a las parejas que a dos coros reciten la siguiente oración.

## ¡Escucha!

Cuando te pido que me escuches y tú empiezas a aconsejarme, no estás haciendo lo que te he pedido.

Cuando te pido que me escuches y tú empiezas a decirme por qué yo no debería sentirme así, no estás respetando mis sentimientos.

Cuando te pido que me escuches y tú piensas que debes hacer algo para resolver mi problema, estás decepcionando mis esperanzas.

¡Escúchame! Todo lo que te pido es que me escuches, no quiero que me hables ni que te tomes molestias por mí.

Escúchame, sólo eso. Es fácil aconsejar. Pero yo no soy un incapaz. Tal vez me encuentre desanimado y con problemas, pero no soy un incapaz.

Cuando tú haces por mí lo que yo mismo puedo y tengo necesidad de hacer, no estás haciendo otra cosa que atizar mis miedos y mi inseguridad.

Pero cuando me aceptas, simplemente, en lo que me pertenece a mí, por muy irracional que sea, entonces no tengo por qué tratar de hacerte comprender más y tengo que empezar a descubrir lo que hay dentro de mi.

R. O'DONNELL, El mosaico de la misericordia

- **14.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.
- **15.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**16.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

Sesión

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén.

0

El Señor te bendiga y te guarde. Te muestre su rostro y tenga piedad de ti. Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz. El Señor te bendiga. R/. Amén. (San Francisco de Asís)

## e) Salida del oratorio

**17.-Despedida y salida.** Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.



Paso 12: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: «dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Qué es lo que más te gusta de tu pareja?

## 6.2.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Es ella, sobre todo, la que desea casarse»
- «Estoy aquí porque la amo»
- «Hemos reflexionado mucho y estamos decididos a dar el paso»
- «Todos nuestros amigos piensas que el matrimonio es una locura. Nosotros creemos que somos más fuertes»

b) Fragmento de la película

La dinámica consiste

2

También se puede enviar el siguiente video o pensamiento por whatsapp: La muralla que nos separa

«El primer servicio que uno debe a los otros, en el compañerismo, es escucharlos. Así como el amor de Dios comienza escuchando su Palabra, así el principio del amor por los hermanos se aprende escuchándolos a ellos» *Dietrich Bonhoeffer* 

La dinámica consiste en presentar en la redes sociales dos fragmentos de la película *El velo pintado* de John Curran (2006). El film narra la historia de un matrimonio que se ha casado sin reflexionar demasiado y con varios engaños de por medio. Contra la voluntad de ella (Kitty) y por una infidelidad, los dos marchan a vivir a la China. Debe pasar tiempo para que ella descubra a su marido (Walter) bajo otro aspecto y acabe por apreciar su amor por los enfermos. Esta película es una conversión interior en la que cada uno renueva una confianza rota, para llegar a un amor profundo y fructífero.

- « Me acostumbré a no hablar si no tengo nada que decir.
- Si nadie hablara por no tener nada que decir, la razón no la perdería el poder del habla.» De la película *El velo pintado*.

« No puedo creer que con tu inteligencia tengas tan poco sentido de la proporción. Los humanos somos más complejos que tus pequeños microbios, somos impredecibles, cometemos errores y decepcionamos y lamento no ser la mujer perfecta que tú esperabas, solo soy ordinaria y jamás quise pretender que era algo más.» De la película *El velo pintado*. 01:20:39

## c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

Expresarse con amor ¡Cuida a tu pareja!
Discutir o dialogar
Para una mejor comunicación con la familia
Pistas dialogo

#### 6.2.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo hagan a solas en su casa. **Escuchar eficazmente**.

Cada uno de los cónyuges escoge un tema que le esté molestando y del cual no hayan discutido con anterioridad. Escojan un tema en el cual no haya habido desacuerdos ni conflictos. Puede ser un área relacionada con el trabajo, las vacaciones, los hijos, la casa, etc.

- El que habla, le dice al que escucha el tema cómo se siente respecto a él. Quien escucha, lo hará con calma y reflexionará sobre ello.
- Luego quien escucha preguntará «¿Cuál es el aspecto más importante de lo que estás diciendo?» y quien habla responderá. El que escucha lo hará con calma y reflexionará de nuevo.
- El que escucha preguntará «¿Hay algo que quisieras hacer, quieres que yo haga o que hagamos, sobre lo que has dicho?». De nuevo, quien escucha lo hará con calma y reflexionará al respecto.
- Finalmente, el que escucha pregunta: «¿Hay algo más que quisieras decir»?

Luego cambiad de roles, así ambos tendreis la oportunidad de conversar y escuchar. Este ejercicio es una buena práctica para todos, para poder conversar sobre nuestras emociones y escucharnos mutuamente.

«¡Ésta sí que es hueso de mis huesos y carne de mi carne!» (Gn 2, 18-24)

## **6.3.** El tercer encuentro

## La realidad, la fidelidad y la libertad de los Hijos de Dios

«Así pues, aceptaos los unos a los otros, como también Cristo os aceptó a vosotros para gloria de Dios» (Rm 15,7)

#### 6.3.1. Planteamiento teórico de la sesión

El tiempo de noviazgo permite poner de manifiesto la fuerza de los lazos que unen la pareja y favorece una toma de decisión libre. Pero, a veces, es difícil tomar una decisión libremente. Superar la crisis del idealismo puede llevar a una reacción que se manifiesta corporalmente mediante unas reacciones físicas que el corazón no es capaz de expresar.

La clave reside en llegar a una lucidez sobre sí mismo y sobre el otro y esto solo es posible desde el realismo. A veces es conveniente detenerse y preguntarse sobre las razones del compromiso para toda la vida.

Las parejas pasan por crisis frecuentes, por sentimientos de duda permanente y de un malestar Sesión continuo, engañar no es la solución (infidelidad), en última instancia, es caminar hacia el fracaso. A veces, la decisión de separarse es un acto de valentía que manifiesta una verdadera libertad.

Con la edad y el tiempo, la pasión amorosa puede dar lugar a una forma de rutina y desgaste que se manifiesta en falta de interés por el otro, al mismo tiempo que en un alejamiento. Igualmente es posible que aparezcan desarmonías entre la pareja.

Tanto uno como el otro, sin darse cuenta de ello o sin tenerlo en cuenta, empieza un empeoramiento de la relación amorosa. La infidelidad suele ser el resultado de una pérdida común de atenciones mutuas.

Al principio, la seducción forma parte del juego amoroso. Se hacen esfuerzos para estar a la altura. Este período privilegiado que permite limar asperezas y facilita la unión y la construcción del hogar, se erosiona con el tiempo. Así, por ejemplo, cuando nace el hijo, la joven madre, desde ese momento, se centra en atenderlo, creándose una asimetría dentro de la pareja. El arte de un amor compartido consiste en convertir esta atención en don; transformar lo excepcional no en rutina, sino en el arte de vivir juntos.

Hay un lento trabajo que llevar a cabo para que todos estos pequeños gestos que se hacen al otro no sean ya signos de conquista o de un simple juego de amor, sino más bien, el fruto de una atención que se fundamenta en lo que para la pareja es el centro mismo del amor.

## 3 Sesión

## 6.3.2. Planteamiento teológico de la sesión

Al igual que el amor de Dios es infinito para el hombre, el hombre y la mujer debe expresar ese amor hacia el otro. Un «yo te quiero amar» suena auténtico. El «sí» del primer día, se manifiesta y se afianza con el tiempo. De este modo, el juego de la seducción se convierte en una entrega de sí mismo. Este es camino de conversión, de un estado amoroso a un amor verdadero

El tema de la libertad de los Hijos de Dios pone a la vista todos los hilos ocultos que han sido tejidos entre la pareja. Una de las claves de lectura, que también constituye una sólida referencia, consiste en encontrar lo que proporciona la paz. La alegría y la serenidad son unos indicadores positivos en una elección de vida.

Cuando uno no es capaz de sentirse en paz consigo mismo y frente a las decisiones, es que no todavía no posee la libertad de Dios, en cambio cuando uno se siente en paz interior ante las decisiones de pareja, entonces es cuando puede avanzar sin temor.

## 6.3.3. Planteamiento bíblico de la sesión

En primer lugar hay que tomar conciencia del amor infinito de Dios. A pesar de las debilidades humanas, Dios no cesa de caminar junto al hombre para sostenerle y ayudarle a encontrar el camino del amor. Acordémonos de la historia del hijo pródigo.

Cuando somos frágiles y estamos enfermos, es cuando nos damos cuenta, de que Dios está presente ayudándonos en nuestro humano caminar. Este don de Dios, esta gracia «sobreabunda» cuando el hombre permanece marcado por su fragilidad. Para vencer los celos y la aversión que nace de la infidelidad, se necesita algo más que lo humano. Dios va por delante de nuestras enfermedades. Abrirse a esta fuerza de amor, proporciona el coraje de querer lo que no podéis amar:

«El Espíritu viene en ayuda de nuestra flaqueza, porque nosotros no sabemos pedir lo que nos conviene; pero el mismo Espíritu implora por nosotros con gemidos inefables» (Rm 8,26)

Dios no renuncia jamás a su compromiso de la «alianza» y, al mismo tiempo, nos invita a seguir caminando.

La Biblia, desde sus primeros escritos, nos revela la fidelidad de Dios a pesar de la infidelidad de su pueblo. Dios pide al profeta Oseas que tome por esposa a la prostituta Omer. Esta continúa siéndole infiel. Pero Dios pide a Oseas que la tome de nuevo por esposa.

«Voy a seducir a mi esposa infiel, la voy a llevar hasta el desierto y le hablaré al corazón, le daré sus viñas y el valle de Acor será como una puerta de esperanza. Allí me responderá como en su juventud. Como cuando salió de Egipto [...] .Yo haré para ellos un pacto [...] haré desaparecer del país el arco, la espada y la guerra y les haré descansar seguros. Me casaré contigo para siempre; ¡me casaré contigo! en la justicia y el derecho, en afecto y ternura; me casaré contigo en fidelidad y tú conocerás al Señor» (Oseas 2,16-22)

Cuando parece que el amor se rompe, tal vez deberíamos escuchar la llamada del Dios del amor, que espera, y aguarda esperanzado.

Llega un tiempo en que el hombre y la mujer deben de ponerse de acuerdo para construir su futuro. A menudo, el peligro está en el rechazo de una toma de decisión. Se deja la familia para formar otra familia. Formar una sola persona no significa perderse a uno mismo en una nueva unión, sino a hallar la armonía de todo lo que es cada ser humano se conjugue en la alegría y en la libertad.

«Por eso el hombre deja a su padre y a su madre para unirse a su esposa, y los dos llegan a ser como una sola persona» (Gn 2,24)

El «sí» pronunciado es un acto de confianza en el otro, es pues una respuesta que compromete.

«Un joven fue a ver a Jesús y le preguntó: Maestro, ¿qué he de hacer de bueno para tener vida eterna? Jesús le contestó: ¿Por qué me preguntas acerca de lo bueno? Bueno solamente hay uno. Pero si quieres entrar en la vida, cumple los mandamientos. [...] Todo eso ya lo he cumplido –dijo el joven– ¿Qué más me falta? Jesús le contestó: Si quieres ser perfecto, ve, vende lo que tienes y dáselo a los pobres. Así tendrás riquezas en el cielo. Luego ven y sígueme. Cuando el joven oyó esto, se fue triste, porque era muy rico» (Mt 19,16-22)

Las dos veces que Jesús habla con el joven le dice: «si tú quieres», insiste en que se trata de un «sí» libre. Si la llamada al amor es incondicional, cada vez que pronunciéis un «sí» que os compromete, avanzáis hacia una verdadera libertad, la que conduce al amor. Jesús es consciente de las dificultades, por eso dice más tarde: «esto es imposible para los hombres, pero para Dios todo es posible». La fe nace al constatar que, a veces, Dios nos toma en brazos cuando nos faltan las fuerzas para seguir.

6.3.4. Guión de la sesión



Paso 0: Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: **Curso de preparación para el matrimonio de Pixar** 



Paso 1: Acogida de las parejas

En un **primer momento** y dentro de un ambiente distendido se da una **acogida cálida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si

lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el primer tema. En el cuaderno está escrito el texto evangélico que alguien proclama en voz alta:

Lectura de la carta de San Pablo a los Efesios (Ef. 4, 2-6)

Sed humildes y amables; tened paciencia y soportaos unos a otros con amor. Procurad manteneros siempre unidos, con la ayuda del Espíritu Santo y por medio de la paz que ya os une. Hay un solo cuerpo y un solo Espíritu, así como una sola es la esperanza a la que Dios os ha llamado. Hay un solo Señor, una sola fe y un solo bautismo; hay un solo Dios y Padre de todos, que está sobre todos, actúa por medio de todos y está en todos. Palabra de Dios.



Presentación del tema que se tratará en la sesión: La realidad, la fidelidad y la libertad de los Hijos de Dios.

**Proyección del fragmento de la película:** Perdona pero quiero casarme contigo Perdona pero quiero casarme contigo (miedo a comprometerse) 00,18,11

El animador o acompañante un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

## 1.- LA REALIDAD DEL MATRIMONIO

En la vida conyugal existen mecanismos que pueden funcionar correctamente y contribuir de este modo a producir una pareja equilibrada o pueden funcionar mal y ocasionar una desarmonía conyugal.

Cuando alguien se mete en la aventura de casarse (casarse es una aventura por los riesgos y la gran dosis de ilusión que lleva consigo), debe saber cómo son esos mecanismos para ordenarlos en la dirección adecuada. El riesgo se debe al hecho de ser dos personas las que van a constituir una pareja, dos personas iguales en dignidad, pero distintas y con diferencias.

Decía Ortega y Gasset: «Yo soy yo y mi circunstancia». Los dos proceden de familias diferentes, con una historia diferente, con una manera de ser diferente, con unos hábitos distintos y unas relaciones distintas. Además hay unas diferencias por razón del sexo, hombre y mujer, con unas diferencias quizá no tan acentuadas como se ha dicho en otros momentos históricos, pero sí marcadas por el influjo cultural, social y familiar.

Según el proyecto de Dios creador, varón y mujer son dos modos de realización del ser humano, las dos formas de llevar adelante un proyecto de existencia personal. Ambos gozan de la misma dignidad, pero **han sido creados como seres distintos y complementarios.** Estas afirmaciones básicas se desprenden del estudio de los relatos de la creación del Génesis y son corroboradas por los datos que proporcionan las distintas ciencias del hombre.

Dice Julián Marías: «La condición sexuada afecta a la totalidad de la vida, en todas sus dimensiones. La vida se realiza en dos formas, polarmente opuestas, disyuntivas, consistentes en la mutua referencia, y que llamamos varón y mujer».

Comentando estas frases, Manuel Iceta concluye que varón y mujer son dos maneras complementarias de ser, son fuente de riqueza, de exigencia, de solidaridad y, por lo mismo, de madurez. El varón está hecho para la mujer y la mujer para el varón. Este «ser para» lo llevamos marcado en todo nuestro ser, incluso en la corporalidad.

En realidad, no existen rasgos exclusivamente masculinos o femeninos. Todo está en todos, salvadas las diferencias corporales con lo que suponen. Pero sí hay distintas «intensidades», unos predominios generalizados, con todas las salvedades que puedan relativizar estas afirmaciones.

El cuerpo de la mujer está marcado por la maternidad. Sin embargo, de ahí no podemos concluir que la ternura sea patrimonio exclusivo suyo, ni que esta característica se dé al cien por cien en todas las mujeres.

«Todo valor humano debe ser cultivado por ambos en la búsqueda de la perfección, y todo lo que impida la conjunción armoniosa de ambos en la pareja debe ser progresivamente eliminado». (Manuel Iceta).

## 2.- ASPECTOS DIFERENCIALES

«¿Por qué miras la paja que tu hermano tiene en su ojo y no te fijas en el tronco que tú tienes en el tuyo? Y si tú tienes un tronco en el tuyo, ¿cómo podrás decirle a tu hermano: 'Déjame sacarte la paja que tienes en el ojo'; ¡Hipócrita!, sácate primero el tronco de tu propio ojo, y así podrás ver bien para sacar la paja del ojo de tu hermano» (Mt 7,3)

**Distinto ritmo.** En general, el ritmo de la mujer es de menos prisas, el del varón más precipitado. Así podemos fijarnos en algunos aspectos:

En el **ámbito de la sexualidad**, la mujer requiere más preparación, ambientación para ir reaccionando y poder llegar a su clímax. El varón es más «precoz». Esto hace que sea tan difícil, en los comienzos, la satisfacción en el encuentro sexual. Es necesario el aprendizaje del diálogo de los cuerpos en la ternura para ir reduciendo la distancia en los ritmos.

La mujer necesita más tiempo para **«prepararse para salir»,** y a esta preparación le concede mucho más valor que el varón. Así, son propias de la mujer frases como «no tengo nada que ponerme». El varón tiene la sensación de que llega tarde a todas partes por culpa de la mujer. En cambio, para la mujer, el marido es un pesado y un tranquilo, al que no le sobraría tanto

tiempo si se preocupara más de las cosas de la casa. El «ritual de vestirse» es propicio a pequeños enfados por la «diferente velocidad».

A la hora de comprar, la mujer tarda más en decidirse, le gusta comprar.

En el **momento de perdonar**, el hombre acusa a la mujer de ser rencorosa, y ella al hombre de ser egoísta. La mujer «guarda» las cosas, les da vueltas, necesita tiempo para digerir. El hombre olvida más fácilmente, lo cual no es comprendido por la mujer.

**Distinta necesidad de expresión.** Por lo general, el hombre tiene poca necesidad de expresarse y la mujer mucha. Esto obligará al hombre a esforzarse y a la mujer a controlarse. Aquí es importante que la mujer sea hábil y consiga poco a poco ir abriendo el corazón de su esposo, ya que los largos interrogatorios no sirven.

Esto es así porque la mujer percibe la realidad en la medida en que ésta se expresa. Los detalles son fundamentales para aproximar estas diferencias, son una expresión sencilla del amor que todos necesitamos:

El varón va directamente al grano. La mujer va circunvalando hasta llegar al grano, pues necesita crear un clima. Así, en el encuentro sexual, el hombre debe acompañar con palabras el lenguaje del cuerpo de modo que el encuentro sexual tenga calidad.

Diferente percepción de la realidad. Es difícil para el hombre la comunicación de los sentimientos más hondos, en especial de las propias debilidades.

No se suele admitir, pero hay un modo masculino y otro femenino de leer la realidad, de ver las cosas. Pero sucede que también hay un modo de ver la realidad «en pareja», que es más complejo y de una mayor riqueza.

La mujer tiene una visión más analítica de la realidad. Percibe el todo a través de las partes, de los detalles. Es más atenta a las cosas que pasan desapercibidas para el varón.

La mujer es más intuitiva, se da cuenta más fácilmente de cualquier cosa. Resulta difícil ocultarle una preocupación, un problema a una mujer que te quiere.

El varón, en general, tiene una visión más sintética de la realidad. Se le escapan los detalles y está más atento al todo.

El varón es más inocente, menos malicioso, no se da cuenta de las cosas, incluso problemas muy gordos le pasan desapercibidos.

**Diferente sensibilidad.** La mujer tiene más sensibilidad que el varón, en general. Todo en su ser está dispuesto para la acogida, para la maternidad. Por ello, es más sensible a las situaciones. Pero, por ello, también es más subjetiva y más susceptible que el varón. En cambio, éste es más objetivo, más frío: «son muy egoístas» dirán las mujeres.

#### 3.- UN NUEVO SER: LA PAREJA.

En la práctica, la pareja debe afrontar el arte no fácil de integración y acoplamiento en una línea de mutuo enriquecimiento y complementariedad. La relación profunda entre sexo y personalidad lleva consigo el que, para la integración de la pareja matrimonial, es fundamental la integración psicológica, la integración sexual y la integración funcional. Al hablar de arte, nos referimos a la habilidad o destreza con que se consigue algo.

Así hablamos cuando nos referimos al arte del profesor para enseñar una determinada materia. **Este arte lleva implícito una vocación** (llamada hacia el amor en el caso del matrimonio), **una preparación y la adquisición de unas técnicas** (conocimientos didácticos y pedagógicos en el caso del profesor). Estas técnicas no se aprenden en unos días. Intentaremos dar unas pistas y señalar unos cauces para que la pareja vaya construyendo su matrimonio.

Uno y otra tendrán que asumir las diferencias y posibilidades que se originan del hecho de ser hombre y mujer. **El resultado del proceso debe ser: la realización personal de ambos**; si no es así, se llegará a la anulación o destrucción total o parcial de uno o de los dos.

Analicemos ese ser nuevo: la pareja. Para ello, veamos algunas de sus características: **Dos personas unidas afectiva y amorosamente.** 

El amor añade algo más profundo al puro sentimiento o conveniencia. Cuando una pareja celebra el matrimonio cristiano, el amor adquiere una dimensión sacramental.

Si leemos el Génesis, vemos cómo «Dios creó al Hombre a su imagen; a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó». Dios crea al hombre en situación de matrimonio. Dios no quiere que el hombre esté solo, ni tampoco es querido por nosotros, aunque a veces esto lleva al modismo de la realización personal, que conduce a una sociedad egoísta.

En el nuevo testamento, San Juan nos dice que «Dios es amor». Un matrimonio que se ama es, por tanto, una imagen de Dios.

Más adelante, San Agustín da una imagen de nuestro Dios, que le diferencia de los dioses de otras religiones: «Dios no es un Dios solitario; es un misterio grandioso de amor y unidad (vividas en comunidad: Padre, Hijo y Espíritu)».

## Dos personas dispuestas y comprometidas entre sí.

No hay matrimonio si el encuentro es puramente superficial y pasajero. **Tiene que haber un compromiso de convivir y compartir indefinidamente.** Si no es así, cuando aparezcan los primeros fallos, se descubran los primeros defectos y desaparezca la imagen idealizada que tenemos del otro, todo se vendrá abajo.

En la formación de la pareja se dan varias etapas análogas a las de la formación de la personalidad. Hay una primera etapa, el noviazgo, que podemos comparar con la niñez. Después viene la adolescencia, que coincide con los primeros años de casados. La adolescencia es una etapa de sufrimiento, cuando el niño descubre sus propios defectos y los de los que le rodean, se rompe la imagen idealizada del otro. Es **una etapa difícil de superar si no hay un compromiso serio y una gran dosis de amor.** 

## Formación y compromiso.

El matrimonio cristiano debe estar abierto a los demás. La relación personal debe estar siempre puesta al servicio de los otros.

Una cuestión importante que cabe plantearse es «cómo se hace un matrimonio». Hacer un matrimonio supone una «tendencia más, un esfuerzo». Debe haber una tendencia espontánea del uno hacia el otro, no puede ser una cosa calculada. Hoy se ha avanzado en este aspecto; **hay menos matrimonios de conveniencia**. La familia presiona menos en este sentido, aunque se dan otros factores; así, por ejemplo, se contraen algunos matrimonios por el mero hecho de huir de la presión familiar.

Debe haber un esfuerzo para ser más compañeros: de vivienda, de sentimientos, de ideales y de compromisos. Hay que cuidar el matrimonio y la familia; no es cuestión de suerte el que funcione. La técnica para realizar ese esfuerzo es el ejercicio constante de la comunicación. La importancia de la comunicación en la pareja es fundamental.

Es importante que haya una cierta sintonía cultural, que no es cuestión de títulos académicos, sino de un cierto nivel cultural que aproxime y no distancie a los componentes de la pareja. Sin embargo, este aspecto no es fundamental.

Otros asuntos importantes, de cara a la formación de la pareja, pero tampoco fundamental, son la fe, las creencias y las ideologías. Estas cuestiones no se suelen tener en cuenta y, de hecho, no deberían crear conflictos, pero, en la práctica, las diferencias de esta índole originan tensiones, vacíos y distancias. Asumir las diferencias, respetarlas e integrarlas como un valor irrenunciable de la persona requiere una gran madurez. Esta madurez no la proporciona la ceremonia de la boda.

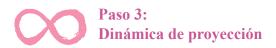
Hay que aceptar las diferencias como una riqueza para el hogar. No hay que destruirlas, sino respetarlas y asumirlas. El varón y la mujer están llamados a complementarse, no a excluirse impidiendo el desarrollo de la personalidad de cada uno. Para conocer, respetar y aceptar las diferencias en el matrimonio, es imprescindible la comunicación y el diálogo.

## 4.- LA FIDELIDAD: UN AMOR FIEL Y EXCLUSIVO.

La fidelidad no hay que verla sólo como una respuesta a un compromiso adquirido, sino, sobre todo, como la lógica consecuencia que se deriva del amor total, de la recíproca donación personal sin reservas ni límites.

Un amor con estas características no puede menos que ser exclusivo y para siempre. Por eso se es fiel, no sólo a una palabra dada sino a una persona, y el verdadero motivo es el amor.

La fidelidad conyugal abarca un doble aspecto: el no traicionar al propio cónyuge y la plenitud del mismo amor. La fidelidad es la respuesta de quien ama con amor total, la expresión de la vida en pertenencia, la única actitud adecuada ante quien nos obsequia con el don de sí mismo. Esta actitud, enriquecida y transformada por la gracia de Cristo, hace que los esposos puedan vivir el designio de Dios Creador, quien dotó al matrimonio con las propiedades de la unidad y la indisolubilidad. La unión íntima, prevista por el Creador, por ser donación mutua de dos personas, hombre y mujer, exige la plena fidelidad de los esposos e impone su indisoluble unidad (GS 48). Cristo bendijo solemnemente este amor y lo elevó a la condición de Sacramento. Por eso el amor fiel y exclusivo entre los cónyuges tiene como modelo el amor de Jesucristo por la Iglesia.



Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la tercera parte, la duración es de unos 18 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 03 (Resolviendo conflictos)*.



## Paso 4: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la tercera parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del tercer encuentro, la realidad, fidelidad y libertad.



## Paso 5: Experiencia de la realidad de las parejas.

El objetivo de la experiencia es ayudar a las parejas a dar-se cuenta que no se conoces y que son diferentes en si. Eso nos lleva a la necesidad de un conocimiento mutuo. Se hará a través de un juego.

## Juego de la media naranja (Pizarra y rotuladores velleda)

El juego de parejas permite responder a las preguntas ¿Hasta qué punto eres conocido por los demás? ¿Te muestras superficialmente o hay personas en tu entorno a las que realmente abres tu corazón?. Para ello se pide a las parejas que realicen el siguiente

concurso de preguntas, deben responder sinceramente y por escrito al cuestionario que les hace el animador. Se pide a las parejas que se ponga en el lugar del otro, respondiendo a las mismas preguntas tal como ellos creen que tú las deberías responder.

Al final, las parejas enseñan las respuestas para comprobar el grado de conocimiento común y como ven a su pareja.

- ¿Dulce o salado?
- Película favorita de todos los tiempos.
- ¿Dejarías morir a un ser querido para salvar a 50 personas?
- Una manía o superstición
- Escena a solucionar: Un día de lluvia terrible, tú vas en un coche biplaza y pasas junto a una parada de autobús en la que espera: tu mejor amigo, el chico de tu vida, y una abuela que necesita ir urgentemente al hospital. ¿A quién recoges?
- ¿Qué prefieres, el día o la noche?
- ¿Qué es más importante, la amistad, el sexo o el amor?
- ¿Qué cambiarías de ti tanto en tu físico como de tu carácter?
- Se acerca el cumpleaños de tu novio y el día de la madre, pero sólo tienes dinero para hacerle un regalo a uno de ellos. ¿A quién se lo harías?
- ¿Noche en la playa bajo las estrellas o en un hotel de cinco estrellas?
- ¿Cómo declarar tu amor: por correo electrónico, whatsapp, facebook o canción?



## Paso 6:

## Los pensamientos, sentimientos y comportamientos

El animador comenta lo siguiente: la persona humana se mueve bajo el trípode de tres elementos que configuran su ser: **el pensamiento**, **los sentimientos** y **el comportamiento**. Así funciona la mente, los pensamientos son los que conducen a las emociones y a los comportamientos. Los pensamientos que pasan por nuestra mente, los difíciles en particular, pueden estimular una reacción emocional desagradable o contraproducente, y esto acaba con un comportamiento que no agradable.

Las experiencias que vamos acumulando en la vida se interiorizan en el pensamiento y allí quedan almacenadas, aunque en cualquier momento pueden surgir en forma de sentimiento y posteriormente en un comportamiento negativo. A eso se le llama la **memoria afectiva**.

Pongamos un ejemplo: si un hombre o una mujer tiene una experiencia negativa con su pareja, como resultado de esa experiencia, la mujer piensa que todos los hombres son unos desgraciados y egoístas, y piensa que no puede confiar en ellos, este pensamiento se convierte en parte de su sistema de creencias. Debido a que la experiencia fue dolorosa, se reprime y al acercarse algún hombre a ella, inconscientemente vuelve la experiencia del pasado y surgen viejos sentimientos confrontados, la respuesta o comportamiento se vuelve irracional y algo torpe, y produce en la mujer intolerancia o negatividad.

La situación del presente se interpreta, en el hombre o en la mujer, de acuerdo con esos viejos pensamientos o creencias a las que se aferra, porque siente que le sirve y en consecuencia genera emociones desagradables (tristeza, miedo, antagonismo, ira, etc.), que le conducen a comportamientos inadecuados y contraproducentes, en vez de objetivar adecuada y estimulantemente una interpretación racional y objetiva.

- a) La reacción mental: es cómo la persona interpreta la situación, que a menudo es una proyección de experiencias anteriores que se han integrado como parte de la propia identidad.
- **b)** La reacción emocional: proviene de la interpretación que hace la persona de su pensamiento, por lo que aquello lo puede hacer sentirse feliz, enojado, triste o frustrado.
- **c)** El comportamiento reactivo: está basado en los sentimientos de la persona y provoca una actuación determinada, como por ejemplo saltar de alegría, o escapar a la mayor brevedad posible, o pegarle en la nariz a un tipo.

Por eso es imprescindible ir conociéndose con profundidad desde el noviazgo e ir descubriendo los rasgos propios del carácter y del temperamento de cada uno. Para ello es necesaria **la sinceridad**. Las caretas ocultan vuestra vida, y pueden crear grandes conflictos después de casados.

Muchas parejas de novios **no reconocen las diferencias como una riqueza para el matrimonio**, sino que se empeñan en cambiar al otro.

Dios ha creado al varón y a la mujer para complementarse, no para excluirse. Vuestras diferencias favorecerán el desarrollo de la personalidad del otro, si las aceptáis con gozo y las integráis en vuestro hogar.



## Paso 7: Trabajo de parejas

A continuación se empieza un trabajo personal de parejas. Responder las preguntas que están escritas en el cuaderno.

¿Os interesáis por las diferencias del otro (temperamento, carácter...), para conoceros mejor y aceptar al otro como es?

¿Qué rasgos del carácter de tu pareja destacarías tú como más significativos para la convivencia en vuestro matrimonio?

¿La constatación de estas diferencias, os inspira temores, dudas, preocupación,...sobre el éxito de vuestra vida matrimonial?

¿Qué actitudes debéis tomar ante estas diferencias, para que lleguéis a vivir en pareja?

3 Sesión Cuándo hablo, dialogo o discuto con mi pareja, ¿soy capaz de ponerme en su lugar? o ¿mantengo mi discurso y mis razones por encima de todo?

**Puesta en común:** Una vez terminado el trabajo personal se propone a las parejas que expliquen al gran grupo una conclusión de las preguntas. También se ofrece la posibilidad, en total libertad, por si alguna de ellas quiere comentar las otras dos preguntas.

## Proyección del fragmento de la película:

Posdata: Te quiero ¿Qué es lo que quieres? 00:02:24

*Posdata: Te quiero* de Richard LaGravenese (2007). Es la historia de una joven viuda que trata de encauzar nuevamente su vida tras la muerte de su querido marido, al que amaba sobre todas las cosas. Pero un día, con motivo de su 30 cumpleaños, descubre que éste le ha dejado varias cartas, todas con la misma postdata: PD: Te quiero. Obsesionada con las misivas y su contenido, la madre de la joven y sus mejores amigas comienzan a pensar que se está aferrando demasiado a un pasado que nunca volverá.

«Equivocarse es humano [...] Cariño, ya estamos viviendo nuestra vida, es esto. Tienes que dejar de esperar y vivir»



## Paso 8: Ventana de Johari y los mecanismos de defensa

## La ventana de Johari

En este paso podemos hablar de la ventana de Johari y de los mecanismos de defensa que utilizan las personas para mantener el equilibrio del balance psicológico.

La ventana de Johari es una herramienta de psicología cognitiva imprescindible en el proceso de conocernos a nosotros mismos. La ventana se divide en cuatro zonas en función del grado de conocimiento que tenemos de la información que emitimos.



Existe una área pública (zona A) en la que la información que circula es compartida libremente con los demás. Todos tenemos la misma información y somos completamente conscientes de ello.

Pero los demás nos ven y nos observan y sacan sus propias conclusiones, y por la razón que fuere no nos devuelven la información. Estamos en nuestra área ciega (zona B). Aquí la información está fuera de nuestro control, es zona peligrosa porque pueden salir a la luz cosas sorprendentes sobre nosotros que cuando nos las cuenten nos pueden dejar muy sorprendidos y no siempre de manera positiva. Poder mover información desde aquí hasta la zona pública nos devolverá el control sobre una parte muy importante de nosotros.

Cuando la información solo es conocida por nosotros estamos en nuestra área íntima (zona C), la más íntima y personal. Los demás desconocen por completo lo que allí se cuece y nos encargamos con esmero de que así sea. En estas dos zonas tenemos controlada la información que emitimos y la compartimos en función de nuestras apetencias o decisiones.

Finalmente emitimos información que no controla nadie, es nuestra área inconsciente (zona D), se puede tratar de talentos que todavía no hemos descubiertos o de comportamientos que sólo se dan en determinadas circunstancias que aún no han sucedido. En la medida que avanzamos por el camino de la vida y nos vamos conociendo mejor la información de esta zona se sitúa en alguna de las otras.

Tener el conocimiento y el control de la información que circula sobre nosotros es el primer paso para poder gestionar nuestra reputación y para poder poner en marcha procesos de cambio y de mejora.

El objetivo ha de ser siempre incrementar al máximo el área libre, con lo cual se reducirían las otras áreas, en aras a que exista una mayor y más efectiva comunicación con las otras personas de nuestro entorno. Este objetivo se consigue si somos capaces de mostrarnos más abiertos y transparentes en las relaciones interpersonales.

#### Los mecanismos de defensa

Los **mecanismos de defensa**, son mecanismos inconscientes que se encargan de minimizar las consecuencias de un evento demasiado intenso, para que el individuo pueda seguir funcionando normalmente

Estos **recursos inconscientes** son utilizados por las personas para hacer frente a situaciones más o menos difíciles de frustraciones, ansiedad, miedo, inseguridad, estrés, angustia, etc. Con el objetivo de que dichas situaciones no les hagan daño y así pueda crear un escudo, un mecanismo de defensa para protegerse de dicha situación, aumentando su sensación de seguridad, efectividad o utilidad.

Los mecanismos de defensa son un medio con el que la persona se engaña a sí misma, y para protegerse recurre inconscientemente a tácticas mentales para falsificar y distorsionar experiencias e ideas amenazantes.

Planteamos una lista de los mecanismos de defensa más comunes con algunos ejemplos:

1) Acting-out (descarga externa): es un mecanismo por el cual la persona realiza acciones que presentan casi siempre un carácter impulsivo diferente al curso de sus actividades. Una reacción impulsiva en contraste relativo con los sistemas de motivación habitual del individuo, y que adoptan a menudo una forma agresiva.

**Ejemplo:** la señora que se enfada con la vecina después que día tras día le deje la basura delante su portal.

2) Aislamiento: es un mecanismo por el cual se divorcian los recuerdos de los sentimientos, como manera de soportar los hechos. Un episodio determinado es separado o privado para la conciencia de su significación o de su carga afectiva.

**Ejemplos:** un veterano de guerra cuenta una y otra vez como vio que mataron a un amigo, pero habla en un tono frío y distante. Ha «aislado» y «reprimido» el temor y horror intensos (afecto) que podrían acompañar el recuerdo. Se da en los psicópatas, los cuales no sienten pánico ante ninguna situación. Se da también en las personas que tienen problemas en sus hogares, y buscan excusas para permanecer más tiempo fuera de casa, en el trabajo o la escuela, para evitar enfrentar el problema que tienen en su hogar.

3) Anulación retroactiva: es la realización de un acto determinado con el fin de anular o reparar el significado de uno anterior. Su finalidad es deshacer el daño que el sujeto imagina inconscientemente puede haber causado. Puede ser un sujeto que tiene fuertes impulsos hostiles hacia esa persona pero a la vez conscientemente la quiere (ambivalencia). Son dos partes, en la primera se da satisfacción a la pulsión agresiva (deseo de muerte), en la segunda se anula lo hecho en la primera.

**Ejemplos:** Un señor se veía impulsado a rezar en forma obsesiva durante una grave enfermedad de su madre; pero al terminar la plegaria se daba un golpecito en la boca, acto con el cual pretendía anular el efecto positivo del rezo. El maltratador cuando regala flores a su mujer.

**4) Compensación:** El impulso se canaliza hacia una forma más aceptable, es derivada hacia un nuevo fin. Una pulsión sexual se sublima hacia una finalidad no sexual, apuntando a objetos valorados socialmente, como la actividad artística y la investigación intelectual.

**Ejemplo:** Al tomar una copa cuando se ha tenido un mal día, lo que se busca en el fondo es conseguir una sensación de euforia y seguridad que en realidad no se tiene. Hay personas también que compensan ciertos complejos físicos como: ser bajo, verse poco atractivo... con muchas horas de gimnasio, hasta conseguir un cuerpo escultural.

**5) Formación reactiva:** es el cambio de un impulso inaceptable por su contrario. Detiene la aparición de un pensamiento doloroso, sustituyéndolo por otro más agradable. Consiste en el desarrollo de actitudes o rasgos de carácter exactamente opuestos a los que el sujeto necesita negar en él. Si un sujeto vive inconscientemente pulsiones muy crueles, lo que puede aparecer

3 Sesión

negar ei

es una conducta excesivamente compasiva.

**Ejemplos:** un ex-fumador apoya celosamente la nueva ley de «no fumar». Personas con deseos homosexuales reprimidos que, al no aceptarlos conscientemente, desarrollan actitudes de suma hostilidad hacia los homosexuales, manifestación odiarlos e, incluso, reaccionando agresivamente ante ellos.

6) Identificación proyectiva: consiste en asimilar un aspecto o cualidad de otra persona, transformándose total o parcialmente según el modelo; en cierto sentido es una forma de imitación que se realiza a veces conscientemente. Cuando es inconsciente, se trata del auténtico mecanismo de defensa.

Ejemplos: si se le deja solo a un niño con mucha frecuencia, él intenta convertirse en «papá» de manera de disminuir sus temores. En ocasiones les vemos jugando a con sus muñecos diciéndoles que no deben tener miedo. Cuando los niños llevan sus personajes favoritos en las camisetas, se identifican con ellos y se sienten más seguros teniendo un modelo a seguir. Hay también muchos fans de Michael Jackson que se visten y bailan como él, escondiendo su verdadera personalidad (con la que se sienten inseguros) detrás de una que tiene más aprobación que la suya.

7) Intelectualización: Proceso por el cual el sujeto intenta dar una forma discursiva abstracta a sus emociones, sentimientos, pensamientos, deseos y conflictos, con el fin de controlarlos Sesión e impedir que surjan ideas intolerables. Acto de evitar el «sentimiento» refugiándose en el «pensamiento». Es un pensamiento de tipo teórico y abstracto.

**Ejemplos:** El jugador de defensa del equipo de fútbol, tras una derrota y para evitar sentimientos de culpa e inadecuación, explica meticulosa y lógicamente los detalles de sus errores estratégicos. El niño repelente de la clase que intenta destacar sobre sus compañeros a través de un lenguaje más avanzado para su edad, ocultando de alguna manera un sentimiento de inseguridad. También se da en los adultos como en el caso de aquellos que utilizan un vocabulario muy técnico ante hablantes no especializados en el tema.

8) Racionalización: se utiliza una explicación aceptable para un sentimiento o conducta con el fin de enmascarar el motivo o impulso inaceptable subyacente. Se sustituye una razón real que no es aceptable, por otra que resulte aceptable. Dar justificaciones «buenas» o socialmente válidas de nuestro comportamiento en lugar de verdaderas razones.

**Ejemplos:** Un hombre obeso cree que come de más en una fiesta para no ofender a sus anfitriones. Cuando se pone el despertador pronto porque tiene que hacer alguna tarea importante como estudiar o hacer un trabajo, y cuando suena el despertador se apaga diciéndose a uno mismo frases como: «la verdad es que no es tan importante», «seguro que me da tiempo a hacerlo luego en menos tiempo del que creía». Puede ser también cuando una persona tiene una cita y no va diciéndose a sí mismo frases como: «quizás se le haya olvidado», «tal vez en realidad no es muy importante mi presencia», etc.

9) Negación externa: Consiste en evitar una representación desagradable, pero no anulándola ni rechazándola, sino negando la realidad de la representación en sí misma.

**Ejemplos:** es cuando una persona pierde a un familiar muy querido, como por ejemplo su madre, y se niega a aceptar y se niega a aceptar que ella ya ha muerto y se convence a sí mismo que sólo está de viaje u otra excusa. También se da en las personas que tienen vicios, las cuales se niegan a aceptar que tienen un vicio que no pueden superar. Comer, drogarse, comer chucherías... O un paciente al que se le diagnostica una enfermedad terminal, este «olvida» haber recibido la información.

**10) Proyección:** Impulso o afecto inaceptable o que provoca ansiedad se traslada a otro sujeto o situación. Comprende la tendencia a ver en los demás aquellos deseos inaceptables para nosotros. Puede ser complementaria: «¡Tú me lo provocas!» o suplementaria: «¡Eres tú el nervioso!»

**Ejemplos:** El caso de un niño que está mirando televisión con su madre y este le dice: «Mamá cambio de canal porque esta película es de terror y tú tienes miedo». Es cuando se justifica la tardanza diciendo que se ha llegado tarde porque los demás también son impuntuales, cuando en realidad puede que esto sea totalmente incierto. También se puede dar cuando una persona decide reconocer sus errores solo si otra persona acepta tener los mismos errores.

11) Represión: consiste en rechazar fuera de la conciencia todo aquello (ideas, impulsos o acontecimientos) que resulta penoso, doloroso o inaceptable para el sujeto, olvidándolo inconscientemente, aunque nunca del todo, ya que queda sumergido en el inconsciente.

**Ejemplos:** Recuerdos y sentimientos reprimidos con el abuso sexual infantil emergen a la conciencia, cuando ya adulta, la paciente ve una película sobre una mujer que ha sido violada. El olvido del cumpleaños de un familiar fallecido. Otra forma puede ser cuando dos niños son invitados a ver una obra teatral, uno de ellos si desea ir, y el otro no, entonces el niño que si quería ir, al ver que su amigo no va a ir, él reprime su deseo de ir y no asiste a la obra.

**12) Regresión:** es un mecanismo que lleva a retomar el nivel de desarrollo anterior, más infantil. Generalmente, se produce como consecuencia de experiencias traumáticas.

**Ejemplos:** el comportamiento de los niños cuando nace un hermano (chuparse el dedo, orinarse, etc.) ven como su primer puesto en la familia queda relegado por la llegada de un hermanito. Una joven que siente frustración por la poca atención que recibe de sus padres puede empezar a chuparse el dedo como si fuera un niño pequeño.

**13) Desplazamiento:** impulso hacia una persona o una situación determinadas que se dirige hacia un objeto «más seguro» menos opresivo. Eligiendo el sustitutivo según los objetos disponibles, las fijaciones anteriores, o las normas sociales. Redirección. Es lo que suele suceder con las personas que desquitan sus frustraciones con sus mascotas.

Ejemplos: un residente es humillado por un médico de guardia y se enfurece con

sus internos subordinados y estudiantes de medicina. Las personas que se obsesionan pensando que tienen una enfermedad, y aunque no la tengan empiezan a sentir los síntomas, puesto que tienen una manipulación psicológica que hace reaccionar al cuerpo como si la enfermedad existiera.

14) Fantasía: este mecanismo sería algo parecido a soñar despierto, al dar rienda suelta a su fantasía algunas personas escapan de sucesos desagradables Se da cuando la persona, ante la insatisfacción que siente, recurre a la imaginación y experimenta a través de los sueños lo que no puede experimentar en la realidad. Las personas que con mucha frecuencia sueñan despiertas descubren que sus propias creaciones son más atractivas que la realidad.

Ejemplos: La persona que ha fracasado en variadas ocasiones, tiene constantes fantasías en las que alcanza el éxito. De la misma manera una persona que ha sufrido decepciones en el amor vive fantaseando con el amor de su vida y vive una vida imaginaria.

15) Búsqueda de atención: sería aquel mecanismo que las personas que no se resignan a quedar en segundo lugar utilizan. Esta búsqueda de atención muestra algún tipo de carencia o déficit que hay por detrás, que habrá que estudiar.

**Ejemplos:** Así, actos como marearse en público pueden ser utilizados para llamar la atención de forma inconsciente. También puede ser cuando un trabajador hace mucho Sesión relajo en su trabajo, para llamar la atención de sus compañeros de trabajo.

Planteamos ahora una lista de los **mecanismos de control** de la persona humana. Estos son procesos mentales conscientes que se utilizan para hacer frente a los conflictos con la realidad, son como muletas que ayudan a equilibrar las emociones.

- 1) Anticipación: la persona prevé de forma objetiva lo que pueda suceder para evitar una situación afectiva desagradable
- 2) Altruismo: emplear las propias habilidades para ayudar a los demás sin esperar recibir las gracias directamente y tampoco renunciando a sí mismo.

Ejemplo: dedicar un tiempo de la vida a las misiones, o con labores humanitarias en una ONG.

- 3) Auto-observación: conocerse para controlar los diversos problemas que puedan aparecer.
- 4) Autoafirmación: la persona que se reafirma en sus decisiones y posee capacidad de asertividad.
- 5) Supresión: es la represión intencional de un material consciente desagradable. Mecanismo adaptativo o estrategia de afrontamiento, en el cual deseos, impulsos o ideas son mantenidas a raya sin utilizar represión.

**Ejemplo:** un estudiante de medicina sale de la primera parte del examen con la sensación de haber suspendido. Decide no preocuparse al respecto hasta que lleguen los resultados ya que de todas maneras no logrará nada.

**6) Sublimación:** es la transformación de un impulso inaceptable, ya sea sexo, rabia, miedo o cualquier otro, en una forma socialmente aceptable, incluso productiva. El impulso se canaliza hacia una forma más aceptable, es derivada hacia un nuevo fin. Redirige un impulso inaceptable hacia una manera aceptable de conducta.

**Ejemplo:** el deseo de un niño por la exhibición, puede sublimarse mediante una carrera en el teatro

- **7) Humor:** es una defensa consciente e inconsciente que permite tolerar mejor en la conciencia al material que remueve efectos desagradables. Utilizar el sarcasmo y la ironía frente a los problemas.
- 8) Concentración: focalizar las atenciones en algo, para olvidar los problemas que se tienen.

## Proyección del fragmento de la película Fireproof

Fireproof (el punto de no retorno) 00,13,13



## Gracias Señor por habernos hecho diferentes

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartirán delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo.

La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión. El primer día se utilizaran técnicas de interioridad para ayudar a las parejas jóvenes que muy pocas veces han hecho silencio, meditación, reflexión y oración a Dios Padre.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación, el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, *Dreams of angels*, o *The Angel of Love*; Bill Douglas, *Deep peace*), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

## a) La preparación de la oración

**1. Entrada en la capilla o lugar de oración.** Las parejas entrando una detrás de la otra, saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

- **3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...
  - a) En este momento un novio enciende la vela.
  - b) Preparación de la sesión con la técnica del minuto. Es necesario sentarse en una silla, con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural). de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones Sesión se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c) Oración inicial del director del oratorio, los novios extienden sus manos hacía el cielo.

Te pedimos, Señor, que bendigas este amor que nace en nosotros, y que nos alegra e ilumina la vida; acompáñanos en nuestro caminar y permítenos que podamos disfrutar de este don de tu bondad, y que al mismo tiempo podamos vivirlo con generosidad, entrega, responsabilidad y sabiduría, para preparar el ámbito de nuestra familia futura. Quédate con nosotros, Señor. Amén.

## b) La oración del corazón

- 3
- Socián

momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.

4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús. En este

- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas.
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

## c) La escucha de la palabra

- **7.-Introducción a la Palabra,** el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.
- **8.-La proclamación de la Palabra**, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

## Lectura del Evangelio según San Mateo (Mt 7, 24-29)

Todo el que oye mis palabras y hace caso a lo que digo es como un hombre prudente que construyó su casa sobre la roca. Vino la lluvia, crecieron los ríos y soplaron los vientos contra la casa; pero no cayó, porque tenía sus cimientos sobre la roca. Pero todo el que oye mis palabras y no hace caso a lo que digo, es como un tonto que construyó su casa sobre la arena. Vino la lluvia, crecieron los ríos y soplaron los vientos, y la casa se derrumbó. ¡Fue un completo desastre!.

Al finalizar la lectura el que ha proclamado la Palabra besa la Biblia.

- **9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra.** Después de la proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- **10.-Repetición del versículo clave.** El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta.
- 11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra. Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un

compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).

- 12.-Gesto simbólico. En la alfombra del centro del oratorio habrá la figura de la virgen María (es el encuentro de diciembre y suele caer en Adviento). Debajo de la escultura de la Virgen María habrá unos post-it y rotuladores. El gesto simbólico de este encuentro consiste en coger un post-it escribir algo que les emociona de su pareja y pegar-lo a la figura de la Virgen María. en señal de ofrecimiento para que cuide la comunidad de vida y amor que empieza.
- 13.-Canto meditativo. Como respuesta a la Palabra se puede cantar un canto o repetir el mismo de antes

## d) La oración personal

**14.-La oración en común.** En este momento se invita a las parejas que a dos coros reciten la siguiente oración.

## Un amor siempre nuevo

Señor, tu amor siempre es nuevo y fresco como el amor de los novios. Haz que, unidos siempre a ti, por la gracia de nuestro bautismo, nuestro amor tome de ti su vigor, su alegría, su juventud.

Tú has querido que nos encontráramos; te damos por ello las gracias, a ti que eres la fuente del amor.

Enséñanos a conocernos bien, para conocerte mejor. Ayúdanos a ser, por la lealtad de nuestra conducta, por las finezas de nuestro cariño, por la intensidad de nuestra caridad, novios verdaderamente cristianos.

Haz que, en el dolor y la alegría, nuestro amor se parezca al que tú tienes a tu Iglesia, del cual seremos nosotros un día testigos en el mundo por medio de nuestro Matrimonio.

Virgen María, prometida esposa de Dios, te confiamos nuestro difícil amor.

Que tu fidelidad a Dios sea para nosotros modelo y prenda de nuestra fidelidad. Amén.

- **15.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.
- **16.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**17.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén.

0

El Señor te bendiga y te guarde.
Te muestre su rostro y tenga piedad de ti.
Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz.
El Señor te bendiga.
R/. Amén.
(San Francisco de Asís)

## e) Salida del oratorio

**18.-Despedida y salida.** Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.



Paso 10: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: «dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Qué es lo que te cuesta entender de tu pareja?

#### 6.3.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Él solo piensa en sexo»
- «Hemos convivido juntos rápidamente»
- «Es necesario hablar de sexo para comprender nuestras diferencias»
- «Convivimos juntos y mediante el matrimonio queremos fundar una familia»

## b) Fragmento de la película

La dinámica consiste en presentar en la red social, fragmentos de la película Come, reza, ama de Ryan Murphy (2010). El film narra la historia de una chica que al final de un largo recorrido de maduración personal está preparada para dar el paso a una unión para toda la vida. La protagonista necesita encontrar en sí mismo esa fuerza del amor desconcertante y apostar por Sesión lo desconocido aunque sea difícil de construir.

«Tienes que aprender a elegir tus pensamientos tal como escoges la ropa cada día.» Fragmento de la película Come, reza, ama

«Trabaja la mente, es lo único que deberías de controlar, porque si no puedes controlar tus pensamientos estarás en problemas por siempre.» Fragmento de la película Come, reza, ama (trabajar la mente) 01,09,45

«Toda la verdad de mi estancia en India se resume en una sola frase: "Dios vive en ti como tú"» Fragmento de la película Come, reza, ama

«Si pudieras despejar todo ese espacio que ocupas en tu mente por obsesionarte con esta persona [...] tendrías una puerta y ¿sabes qué haría el universo al verla? Colarse. Se colaría y te llenaría del amor que jamás hayas podido conocer.» Fragmento de la película Come, reza, ama (capacidad de amar el mundo entero) 01,16,00

«Muchas veces perder el equilibrio por amor es parte de vivir una vida con equilibrio.» Fragmento de la película Come, reza, ama (vivir con equilibrio) 02,14,00

Otra película que puede servir para la iluminación del tema es Historia de lo nuestro de Rob Reiner (1999). Es la historia de un matrimonio que intenta reparar las desavenencias de su pareja. Algunas escenas y discusiones conyugales hacen que aparezcan, mediante efectos especiales, la presencia de dos suegros que complican más el problema al inclinarse cada uno de su lado. La herencia familiar se hace aquí visible y el diálogo se contamina con modelos o contra modelos familiares. Al final de la película una verdad sale a la luz, el amor es más fuerte.

«Ese local forma parte de nuestra historia. Las historias no se escriben de la noche a la mañana. Las historias forman parte de nuestras vidas» Fragmento de la película *Historia de lo nuestro*.

Actualmente se ha estrenado *Bajo la misma estrella* de Josh Boone (2014). Es la historia de una adolescente que un milagro médico ha conseguido reducir su tumor y darle unos años más de vida, aunque ella siempre se ha considerado una enferma terminal. Sin embargo, cuando un joven entra a formar parte del grupo de ayuda para enfermos de cáncer juvenil, la vida de la adolescente se transforma por completo.

«Panegírico para Hazel "Lo más importante sobre Hazel: a casi todo el mundo le obsesiona dejar huella en el mundo. Dejar un legado. Sobrevivir a la muerte. Todos queremos que nos recuerden. Yo también. Lo que más me preocupa es ser una olvidada víctima más de la antigua y poca gloriosa guerra contra la enfermedad. Quiero dejar huella [...]"». Fragmento de la película *Bajo la misma estrella* (penegírico para Geisel)

## c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

Amor sin reservas Creo en las personas Escala de Valores-Familia 17

## 6.3.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo trabajen en su casa. **Comparando nuestros pasos.** 

## Dinero y bienes

- 1. Cada uno escribe un circulo a las frases que mejor describa sus sentimientos y los mensajes que recibieron de su familia, acerca del dinero y los bienes, a medida que fueron creciendo.
  - Economizar y ahorrar Arreglar las cosas rotas Siempre cortos de dinero Tener todo lo que queremos Botar las cosas rotas Siempre con dinero suficiente Tener todo lo que necesitamos Preocupado por la falta de dinero en la familia Animar a compartir su dinero y sus bienes Disfrutar las compras vista como una actividad de ocio Sin preocupaciones acerca del dinero Ahorrar lo que más se pueda Comprar estrictamente lo necesario Gastar dinero sólo en las cosas esenciales Hacer uso de las tarjetas de crédito Gusto por recibir regalos Evitar las tarjetas de crédito Gusto por dar regalos Gastar dinero en artículos de lujo Tener tiempo de sobra para descansar Enseñado a ahorrar dinero Seguridad en el manejo del dinero No fuiste enseñado para ahorrar dinero Confusión o miedo cuando se trata de dinero Los adultos siempre están trabajando Se sienten autosuficientes como familia •

Las finanzas de la familia eran un misterio • Cuando eras pequeño, tenías mesada, te enseñaron cómo manejar el dinero • El dinero y las facturas generan discusiones • Las finanzas de la familia se explicaban • Los adultos manejaban todo el dinero

- 2. Escribe otras palabras o frases significativas, que describan tu actitud actual hacia el dinero y los bienes. Muestra a tu pareja lo que escribiste y hablad sobre las diferencias.
- 3. Nuestros valores en cuanto el dinero y los bienes, es decir, qué es lo más importante para nosotros. Escribe tu propia lista, antes de mirar la de tu pareja y luego haced una lista acordada.

## Las tareas del hogar

- 1. Cada uno escribe un circulo a las frases que mejor describan sus sentimientos (y los mensajes que recibieron de su familia a medida que fueron creciendo) acerca de las tareas en el hogar.
  - Los padres realizaban muchos proyectos o mantenimientos ellos mismos La casa se limpiaba y organizaba con regularidad • Se permitía acumular desorden y luego se limpiaba • Los padres contrataban a alguien cuando algo necesitaba reparación • Se compartían las tareas del hogar no se daban los roles de género tradicionales • Crecieron en un hogar descuidado y desorganizado. • Crecieron en un hogar arreglado y organizado. • Roles tradicionales, por ejemplo, la mamá cocinaba, el papá hacía los mantenimientos • Crecí en la ciudad, no había jardín • Utilizaban empleadas del servicio doméstico • Crecí en las afueras de la ciudad, se hacía algo de trabajo al aire Sesión libre • Disfrutaban cocinar • Crecí en el campo, en una finca, con mucho trabajo al aire libre. • No les gustaba cocinar • Seguridad al hacer uno mismo los proyectos • Las tareas se asignaban de manera organizada • No se esperaba que los niños ayudaran en el hogar • Incómodo con hacer los trabajos tú mismo • Los niños tenían varias responsabilidades en las tareas del hogar • Se turnaban para hacer las tareas a medida que se iban necesitando (un enfoque relajado) • Cuando niño, disfrutabas ayudando en las tareas de la casa • Preferían dividir las tareas y roles fijos • Cuando niño, no te gustaba ayudar en las tarea de la casa • Creaban una tabla para saber quién hacía qué
- 2. Escribe otras palabras o frases significativas, que describan tu actitud actual hacia las tareas de casa. Muestra a tu pareja lo que escribiste y hablad sobre las diferencias.
- 3. Nuestros valores en cuanto a las tareas del hogar, es decir, qué es lo más importante para nosotros. Escribe tu propia lista, antes de mirar la de tu pareja y luego haced una lista acordada.

## Cómo pasar el tiempo libre

- 1. Cada uno escribe un circulo a las frases que mejor describan sus sentimientos, y los mensajes que recibieron de su familia a medida que fueron creciendo, acerca de cómo pasar el tiempo libre.
  - Estructurado y planeado Fines de semana bien planeados Viajes de lujo Viajes con presupuesto • Flexible y espontáneo • Fines de semana relajados y casuales • Cenar en familia regularmente • Vacaciones con poca actividad, relajadas. • Fines de semana utilizados para socializar • Vacaciones con mucha actividad • Realizar mucho

deporte en vacaciones • Fines de semana para realizar las tareas de la casa • Cenar cada uno por su lado • Ver televisión con poco frecuencia • Disfrutan tener invitados en casa • Involucrados en varios deportes y actividades • Prefieren no tener muchos invitados en casa • Los padres salían con frecuencia sin los hijos • Más importancia por los pasatiempos intelectuales • La televisión una parte central de la vida familiar • Los padres se quedaban en casa y se divertían juntos en familia • No se participa mucho en actividades o deportes • En su mayoría, el tiempo libre se disfruta en pareja • La mayoría de las comidas eran en casa • Días festivos se pasaban en casa • En su mayoría, el tiempo libre se disfruta solo • Días festivos se pasaban visitando a la familia • La mayoría de las comidas eran en restaurantes • En su mayoría, el tiempo libre se disfruta con los amigos y la familia • Gasto preferido pasar las vacaciones de verano con la familia extensa • Pasaban mucho tiempo con la familia extensa • Una persona madrugadora se levanta y se acuesta temprano • Rara vez se veían con la familia extensa • Vacaciones preferidas pasar el tiempo en casa • Una persona nocturna se levanta y se acuesta tarde.

- 2. Escribe otras palabras o frases significativas que describan tu actitud sobre cómo te gusta pasar tu tiempo libre. Muestra a tu pareja lo que escribiste y hablad sobre las diferencias.
- 3. Nuestros valores en cuanto al tiempo libre, es decir, qué es lo más importante para nosotros. Escribe tu propia lista, antes de mirar la de tu pareja y luego haced una lista acordada.

## La educación de los hijos

- 1. Cada uno escribe un circulo a las frases que mejor describan sus sentimientos, y los mensajes que recibieron de su familia a medida que fueron creciendo, acerca de cómo educar a los hijos.
- Estricto / disciplinado Se limitaba la cantidad de televisión permitida para ver Alentador / reconocimiento Relajado / informal Balance entre el amor y límites firmes
  - Basado en el rendimiento y un tanto crítico Mucho afecto y muchas expresiones de amor Poco afecto y pocas expresiones de amor Palizas utilizadas para disciplinar
  - Sin discusiones frente a los hijos Alentaban la expresión de emociones negativas
  - Castigos como "tiempo fuera" y utilización de otras formas de castigos Muchas discusiones frente a los hijos Paciente y no emocional A los hijos se les permite
  - hacer lo que quieran Asistir a misa y rezar juntos Padres bastante involucrados en las actividades de los hijos Animaban a los hijos a ser cada vez más independientes •
  - No asistían con regularidad a misa ni rezaban juntos Padres poco involucrados en las actividades de los hijos Protegidos no se animaba a la independencia Se invertía dinero en educación Presionaban para que lograran cosas Calmada y silenciosa
  - se evitaban los desacuerdos No había dinero disponible para invertir en educación Relajados y permitían que cada uno encontrara su propio nivel de logro Los desacuerdos eran aireados, con mucha discusión y pasión Con regularidad pasaban
  - tiempo juntos divirtiéndose No había deseos de invertir en la educación Rara vez se divirtieron juntos como familia Podían ver tanta televisión como quisieran Temor a estar juntos como una familia.

- 2. Escribe otras palabras o frases significativas que describan tu actitud hacia la educación de tus hijos. Muestra a tu pareja lo que escribiste y hablad sobre las diferencias.
- 3. Nuestros valores respecto a la educación de los hijos, es decir lo que es más importante para nosotros. Escribe tu propia lista, antes de mirar la de tu pareja y luego haced una lista acordada.



«No busco satisfacer mi pasión, sino que procedo lealmente» (Tb 8, 4b-8)

## 6.4. El cuarto encuentro

La sexualidad y la afectividad, un placer compartido.

«Mi amado es para mi y yo para él» (Ct 2, 8)

«Por último, hermanos, pensad en todo lo verdadero, en todo lo que es digno de respeto, en todo lo recto, en todo lo puro, en todo lo agradable, en todo lo que tiene buena fama. Pensad en todo lo que es bueno y merece alabanza» (Fl 4,8)

## 6.4.1. Planteamiento teórico de la sesión

La relación amorosa conduce a una felicidad intensa. Permite disfrutar y compartir de un verdadero intercambio. Si la alegría de una **intimidad compartida** constituye el centro mismo de los encuentros, podrá mejorarse con el tiempo.

Los encuentros permanecen como lugar de maduración, de atención en que cada gesto y cada palabra están al servicio de una felicidad a la que el hombre y la mujer pueden llegar, a veces, mucho más allá de lo que imaginaban.

La consolidación de la pareja no de acaba en la habitación. La sexualidad y la búsqueda de un placer recíproco son esenciales en la vida de la pareja. Permiten sellar, de manera única y especial, la armonía de la pareja. Es conveniente establecer la frecuencia de la misma para que no pierda su sentido. En efecto, estos tres elementos están unidos.

Si la pareja reduce esta trilogía a uno solo de esos elementos negando sus deseos y sus implicaciones, corre el peligro de debilitar la magia del noviazgo y posteriormente de la vida conyugal. Una unión que no es fuente de placer para cada uno de los esposos, no es un camino hacia la felicidad. El placer que intenta olvidar los problemas de la pareja, no es un camino duradero. Para que el proyecto sea armónico, es conveniente tener en cuenta todos estos elementos.

## 6.4.2. Planteamiento teológico de la sesión

El catolicismo plantea que el amor entre un hombre y una mujer que quieren unir sus vidas es un sacramento que expresa el amor de Jesucristo a la Iglesia.

**Sentido cristiano de la persona**. «Dios creo al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó, hombre y mujer los creó» (Gén.1, 27). Es la «única criatura en la tierra a la que Dios ha amado por sí mismo» (GS 24, 3). Por eso tiene la dignidad de persona, no es una cosa, es alguien; tiene capacidad para conocerse, poseerse, darse y entrar en relación interpersonal con sus semejantes.

El hombre es un ser corporal y espiritual. En su unidad y totalidad ha sido creado y amado por Dios. El cuerpo también es «imagen de Dios» y la persona entera es Templo del Espíritu Santo. «Creados a la vez, el hombre y la mujer son queridos por Dios el uno para el otro» (CEC 371). Dios «los ha creado para una comunión de personas, en la que cada uno puede ser "ayu-

da" para el otro porque son a la vez iguales en cuanto personas y complementarios en cuanto masculino y femenino» (CEC 372). Los hombres y las mujeres deben «dominar» lo creado, y «administrar» todo lo que Dios ha puesto en sus manos. Todo el género humano forma una unidad, pues estamos vinculados por la justicia, la solidaridad y la caridad.

Sentido cristiano del amor. Jesús de Nazaret es el rostro humanado de Dios; en El Dios se comunica como amor, misericordia y perdón. Jesús de Nazaret expresa cómo Dios ama a todos hasta el extremo de dar la vida por todos y cada uno de nosotros. Este amor tan grande nos desborda y deja perplejos; esta manera de amar es el origen, la referencia y el final de todo amor humano.

El sacramento del matrimonio celebrado dentro de la Eucaristía ayuda a entender el significado de la entrega mutua de los esposos, el sentido de la sexualidad humana y la apertura a la vida.

Sentido cristiano de la sexualidad. «La sexualidad abarca todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Concierne particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con el otro» (CEC 2332). En consecuencia: El hombre y la mujer deben reconocer y aceptar su identidad sexual, es decir, la diferencia y la complementariedad.

«Cada uno de los dos sexos es, con una dignidad igual, aunque de manera distinta, imagen del poder y de la ternura de Dios. La unión del hombre y de la mujer en el matrimonio Sesión es una manera de imitar la generosidad y fecundidad del Creador» (CEC 2335)

«La sexualidad, en la que se expresa la pertenencia del hombre al mundo corporal y biológico, se hace personal y verdaderamente humana cuando está integrada en la relación de persona a persona, en el don mutuo total y temporalmente ilimitado del hombre y de la mujer. La virtud de la castidad integra la integridad de la persona y la integralidad del don» (CEC 2337)

#### 6.4.3. Planteamiento bíblico de la sesión

Para los cristianos, la sexualidad es un don de Dios. Puede ser ocasión de reconocer el amor recibido, agradeciendo a Dios el don del otro.

«¡Qué hermosa eres, amor mío! ¡Qué hermosa eres! Tus ojos son dos palomas escondidas tras tu velo; tus cabellos son como cabritos [...]. Tus labios son rojos como hilos de escarlata, y encantadoras tus palabras. Tus mejillas son dos gajos de granada [...] Mientras llega el día y huyen las sombras, me iré al monte de la mirra, a la colina del incienso.

¡Tú eres hermosa, amor mío; hermosa de pies a cabeza! [...] Me robaste el corazón, hermanita, novia mía; me robaste el corazón con una mirada tuya, con un hilo de tu collar. [...] Tú, hermanita, novia mía, eres jardín cerrado, cerrada fuente, sellado manantial; jardín donde brotan los granados de frutos exquisitos [...] La fuente del jardín es un pozo del que brota el agua que baja desde el Líbano. Viento del norte, ¡despiertal·

Viento del sur, ¡ven acá! ¡Soplad en mi jardín y esparcid su perfume! Ven, amado mío, a tu jardín, y come de sus frutos exquisitos» (Ct 4,1-16)

Este texto exalta la belleza del amor de un hombre y una mujer. Contemplando la obra de Dios, es la alegría del encuentro primero y el Don de Dios después. Dios se deleita en la belleza de un amor que irradia alegrías compartidas.

#### 6.4.4. Guión de la sesión



# Paso 0: Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: **Quiero hacer el amor contigo pero antes...** 



# Paso 1: Acogida de las parejas

En un primer momento y dentro de un ambiente distendido se da una **acogida cálida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. Se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos. También se puede compartir a grandes rasgos las respuestas a la pregunta del sobre de la sesión anterior.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el primer tema. En el cuaderno está escrito el texto evangélico que alguien proclama en voz alta:

En mi corazón, Señor, se ha encendido el amor por una criatura que tú conoces y amas.

Tú mismo la pusiste delante mío y un día me la presentaste.

Te doy gracias por este don que me llena de alegría profunda, que me hace semejante a Ti, que eres amor, y que me ayuda a comprender el valor de la vida que me has dado.

Ayúdame para que no malgaste esta riqueza que tú pusiste en mi corazón: Enséñame que el amor es don y que no puede mezclarse con ningún egoísmo. Que el amor es puro y que no puede quedar en ninguna bajeza. Que el amor es fecundo y desde hoy debe producir

Sesión

1

que seamos ayuda y modelo. Ayúdanos en nuestra preparación al matrimonio, a su grandeza, a su responsabilidad, a fin de que desde ahora nuestras almas dominen nuestros pensamientos y los conduzcan en el amor. Amén

Te pido, Señor, por quien me espera y piensa en mí;

un nuevo modo de vivir en los dos.

por quien camina a mi lado; haznos dignos el uno del otro;

Paso 2: Introducción del tema

Presentación del tema que se tratará en la sesión: La sexualidad y la afectividad, un placer compartido.

El animador o acompañante hace un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

#### 1.-LA SEXUALIDAD ES UN REGALO DE DIOS.

Sesión

Como tal, hemos de vivirla, revisarla y celebrarla. La sexualidad es una especial forma de comunicación, la más íntima. Por ello, hay que dialogar. La vida es muy rica y muy variada y hay que estar en continuo crecimiento y adaptación, sin miedos ni temores, «porque sé que mi cónyuge me escucha y me quiere».

El proyecto para nuestra sexualidad tiene que ser común, pues de lo contrario los esposos serán extraños en la noche. La sexualidad es de la pareja y de nadie más. No la comparéis con otras ni hagáis falsas imitaciones. Cuidarla y mimarla como algo muy precioso.

#### 2.-DIFICULTADES PARA HABLAR DE SEXUALIDAD.

Antes de entrar en los contenidos del tema, es importante señalar las dificultades que, generalmente tienen las parejas de novios para hablar de la sexualidad:

Las experiencias sexuales que han tenido en la infancia, adolescencia, juventud en el ámbito familiar y escolar, determinan la concepción que tienen sobre la sexualidad. La ausencia de una educación sexual positiva (solo desde una materialidad y genitalidad del cuerpo) en cada etapa de la vida y con el lenguaje adecuado, el aprendizaje guiado de la curiosidad y con personas de su mismo entorno y edad, les lleva a carecer de conocimientos precisos en materia sexual: ignoran más de lo que creen y dudan en muchos aspectos.

Habitualmente niegan la autoridad de la Iglesia sobre sexualidad. **Arrastran muchos prejuicios creyendo que para la Iglesia todo es pecado o todo está prohibido**; pero realmente desconocen el planteamiento de la Iglesia. Esto es debido a la falta de una fe formada y madura, que

1111

sea consecuente con la norma moral cristiana. La moral cristiana es consecuencia de la fe en Cristo, que nos invita a vivir una vida nueva, en la que el corazón humano es transformado por la gracia del Espíritu Santo y nos capacita para vivir en libertad y madurez la norma moral sexual.

Señaladas todas estas dificultades, es importante invitar a los novios a abrir el corazón sin prejuicios y conocer la verdad y el significado de la sexualidad. Seguro que se sorprenderán de la visión tan positiva de la Iglesia en materia sexual y descubrirán que la norma moral, no pretende fastidiarlos, sino que busca el bien total de la persona favoreciendo el crecimiento del verdadero amor en el matrimonio y la responsabilidad al transmitir la vida.

#### 3.-GENITALIDAD Y SEXUALIDAD.

Comenzamos distinguiendo dos conceptos fundamentales que se confunden hoy día al hablar de la sexualidad:

Genitalidad: cuando hablamos de genitalidad, nos estamos refiriendo a los órganos genitales del hombre y de la mujer, que son distintos físicamente y que están llamados a complementarse (por ejemplo: la llave y la cerradura). A menudo se reduce la sexualidad al uso indiscriminado de los genitales con el fin de obtener el máximo placer posible, como sea y con quien sea, sin ningún límite. Quienes actúan así, entienden la genitalidad como una parte de su cuerpo, independiente de la persona, que pueden utilizar como si de una cosa se tratara. La genitalidad no podemos entenderla al margen de la sexualidad, sino que hemos de integrarla en ella y darle el valor que posee.

**Sexualidad:** Es una dimensión esencial **que invade a toda la persona en su unidad de cuerpo y espíritu.** Más que una facultad del ser humano se trata de una dimensión que configura a la persona en la diversidad de sus facultades, y condiciona profundamente su existencia como varón o como mujer. Lo masculino y lo femenino, en efecto, son dos modos de ser y dos maneras diferentes de relacionarnos con los demás. Nacemos con un sexo determinado que afecta no sólo a nuestros órganos genitales, sino a todo nuestro cuerpo sexuado, a nuestra psicología (masculina o femenina), y a nuestra manera de ser, de amar, de entregarnos. Los sacerdotes y las personas consagradas, han renunciado a su genitalidad, pero no pueden renunciar a su sexualidad, serían monstruos.

#### 4.-DIMENSION PERSONAL DE LA SEXUALIDAD.

La sexualidad humana, como acabamos de afirmar afecta a toda la persona (cuerpo y espíritu) y por lo tanto, impregna toda la vida personal. El sujeto que sustenta la sexualidad no son los órganos genitales sino la propia persona, la cual tiene como tarea o vocación realizarse como varón o como mujer. La tendencia sexual no se reduce a un simple impulso que sucede en el cuerpo, o a una necesidad biológica que necesita satisfacerse al margen de otros valores personales; la tendencia sexual es una inclinación del ser humano, que responde a su propia condición natural y que necesita ser orientada por la voluntad hacia el perfeccionamiento de la persona y el desarrollo de sus propios fines.

La sexualidad humana posee un carácter evolutivo y dinámico. Se trata de una realidad



que acompaña el crecimiento de la personalidad y que atraviesa distintas etapas. Este crecimiento evoluciona desde el narcisismo (interés centrado en uno mismo), hacia la heterosexualidad adulta y madura. Este proceso se realiza a través de cambios continuos, en el cual a veces se dan regresiones y manifestaciones de la propia inmadurez. De ahí que la sexualidad tenga que ser conducida y educada por el sujeto hacia su desarrollo pleno.

La sexualidad humana posee también un carácter natural que es necesario respetar para que ésta alcance su desarrollo. El cuerpo revela al hombre, expresa a la persona, y por eso, es el primer mensaje de Dios al hombre mismo. La verdad de la sexualidad humana se manifiesta en las propias inclinaciones de su naturaleza, según el provecto creador de Dios, que ha puesto esas leyes (ley moral natural). Cuando el hombre intenta escapar de la verdad que encierran las leyes y normas, es presa de su propia arbitrariedad y acaba aprisionado por graves servidumbres (cf. VHL 24).

En correspondencia de la pertenencia simultanea del ser humano al mundo espiritual, psíquico y corpóreo, la persona humana posee fundamentalmente tres facultades o dinamismos operativos, a través de los cuales el sujeto actúa. Ellos constituyen, por tanto, tres dimensiones de la sexualidad humana y del amor conyugal, a las cuales se añade –para aquellos bautizados que han recibido el sacramento del Matrimonio— la dimensión sobrenatural de la caridad conyugal,

Nivel físico o corporal: donde se encuentran las raíces biológicas de la sexualidad, en las que se halla el placer sexual, que forma parte de la naturaleza del hombre y ha sido Sesión puesto por Dios para favorecer la comunión personal y la procreación.

Nivel psicológico o afectivo: que corresponde a los aspectos psicológicos del amor humano y que comúnmente se denomina mundo de los sentimientos. En este nivel, la comunicación profunda de los sentimientos es imprescindible para el crecimiento en el amor de la pareja. Cuando se da en el matrimonio aumenta el placer en el nivel físico. Por el contrario, cuando se encuentra ausente, se perjudica el amor en su expresión corporal que suele ser pospuesta y no deseada. Muchos de los fracasos matrimoniales de nuestros días, vienen por la falta de ternura en la relación y la falta de comunicación de los sentimientos.

Nivel espiritual: En este nivel la sexualidad tiende a la amistad y a la comunión interpersonal, y alcanza su verdadera dimensión personal cuando sirve a la comunión y a la complementariedad. Se trata de la dimensión natural más alta de la sexualidad humana y del amor conyugal, por medio de la cual el varón y la mujer se eligen voluntariamente de forma exclusiva. Ambos aspectos se hacen realidad cuando la amistad es expresión del verdadero amor conyugal que tiene como características: un amor plenamente humano, total, fiel, exclusivo y fecundo. Es necesario concretar en este nivel lo que podíamos llamar «el talante matrimonial» o «el proyecto de matrimonio»: todos aquellos valores y virtudes importantes de la vida matrimonial que queremos vivir de una manera ordenada y que van a afectar a la convivencia y a sus expresiones sexuales (el valor que vamos a dar al trabajo, al dinero, a las amistades, a los hijos, a otros familiares...).

**Nivel sobrenatural:** Este nivel de la sexualidad expresa **el amor en la donación de sí mismo**, sin límites ni condiciones por medio de la gracia liberadora de Cristo que sana, perfecciona y eleva al corazón humano, haciéndole partícipe de la caridad conyugal mediante el Sacramento del Matrimonio. Con este amor, el matrimonio puede hacer frente a cualquier situación conflictiva y vencer el poder del pecado que lleva a la sexualidad al individualismo y al egoísmo.

Todos los niveles o dimensiones guardan una relación y continuidad entre sí. Lo importante es lograr la integración entre ellos, de manera que construyan —como si de un edificio se tratara— la personalidad del sujeto y garanticen las bases de una verdadera comunión y promoción de la vida.

Es necesario el dominio de sí mismo y el control de las propias tendencias sexuales, para que los niveles físico y psicológico sean integrados personalmente y sean siempre expresión del amor fiel y procreador. De lo contrario, la sexualidad puede convertirse en una fuerza anárquica que destruye la dignidad personal propia y del otro. La virtud de la castidad ayuda al sujeto a realizar esta integración ética, regulando la sexualidad al servicio del verdadero amor y de la transmisión de la vida en el matrimonio.

# 5.-DIMENSIÓN RELACIONAL DE LA SEXUALIDAD.

La sexualidad es una forma específica de relación interpersonal vinculada estrechamente con la atracción natural entre los dos sexos diferentes, que se constituye en una fuerza dialogal al servicio de la comunicación amorosa y del encuentro personal íntimo.

La sexualidad es una forma de lenguaje que viene a expresar y a realizar el amor entre las personas. El cuerpo, en este lenguaje, sirve de mediación para el encuentro interpersonal. El cuerpo se hace lenguaje de amor a través de todos sus gestos: la mirada, el beso, el abrazo, las caricias, la íntima unión sexual... Entre todos ellos la relación sexual genital expresa el nivel más pleno de comunicación amorosa.

Esta íntima unión sexual ha de estar siempre precedida por un auténtico amor entre los esposos, y ser, en sí misma, realización plena de ese mismo amor. Para ello es necesario respetar la dignidad personal del otro y no tratarlo como mero objeto de placer. Exige la fidelidad y requiere estar abierto a la vida, como índice de entrega total y medio de prolongar el mismo amor.

La íntima unión sexual, como forma privilegiada de encuentro personal y de amor conyugal, no se agota en el ámbito de lo privado, sino que tiene una dimensión social y pública. Este amor expresado en la unión de los cuerpos requiere un carácter definitivo y exclusivo; por esto mismo, este encuentro íntimo es propio de los esposos que han manifestado ante la sociedad su voluntad de pertenencia y su compromiso de fidelidad. Por eso, la familia tiene su origen en el matrimonio y es considerada la célula primera y vital de la sociedad.

#### 6.-DIMENSIÓN PROCREATIVA DE LA SEXUALIDAD.

La sexualidad está vinculada a las fuentes de la vida. La procreación tal y como ha sido

Como conclusión, podemos afirmar que la sexualidad humana, que configura a la persona

como varón o como mujer, va unida indisolublemente a dos realidades fundamentales de todo ser humano: el amor y la vida. Esta es la verdad y el significado más profundo de la sexualidad humana. No aceptarlo sería tergiversar la verdad, instrumentalizar la sexualidad y

Es importante resaltar esta misión del matrimonio de colaborar con Dios en la transmisión de la vida, para poder entender que todo acto sexual conyugal ha de estar siempre abierto a la transmisión de la vida en lo que depende de la conducta de los esposos. Somos con-creadores

prevista por el Creador, está intrínsecamente unida a la comunión entre los esposos y deriva del propio amor conyugal. Como indica la Humanae Vitae: «Este amor fecundo no se agota en la comunión de los esposos, sino que está destinado a prolongarse suscitando nuevas vidas. El matrimonio y el amor conyugal están ordenados por su propia naturaleza a la procreación y educación de la prole. Los hijos son, sin duda, el don más excelente del matrimonio y con-

En el ejercicio de la sexualidad, el hombre no puede actuar como si fuera el dueño absoluto de las fuentes de la vida, sino como fiel administrador de un don que procede de Dios. Esta responsabilidad se debe a la intervención de Dios en la creación de toda persona humana: Dios se ha comprometido a infundir un alma espiritual cuando se encuentran una célula sexual masculina (espermatozoide) y una célula sexual femenina (óvulo), originándose un nuevo ser humano en el seno de la madre, que debe ser respetado desde el primer instante de su concepción. Aquí radica el fundamento de la dignidad de toda persona humana y la grandeza de la sexualidad humana, que mediante los actos propios de los esposos, prestan su cooperación necesaria e

tribuyen sobremanera al bien de los propios padres» (HV 9).

imprescindible para la transmisión de la vida.

falsificar el amor.

# 7.-ASPECTOS MORALES DE LA RELACIÓN SEXUAL CONYUGAL.

con Dios, pero nunca dueños de la vida. Sólo Dios es Señor de la vida.

Es conveniente al afrontar este tema, reafirmar la bondad de las relaciones sexuales llevadas a cabo rectamente en el contexto del amor conyugal (cf. GS 49. 2), y salir al paso de quienes consideran las relaciones sexuales en el matrimonio como un mal que se tolera, o una concesión al instinto de cara sólo a la procreación.

Conviene también, poner de manifiesto la importancia de la comunicación de los cuerpos, signo de la comunión interpersonal, superando dos actitudes equivocadas: la falta de confianza de los esposos y la resistencia al placer y al gozo de la unión sexual.

Los que despersonalizan la relación sexual y se obsesionan con la búsqueda del placer a toda costa, buscando continuamente nuevas técnicas y olvidando otros valores personales: el cariño, la ternura, el amor...en la relación.

Los valores morales que han de respetarse en el ejercicio de la sexualidad, para que el encuentro sexual conyugal sea ejercido en su verdad, ha de reunir las siguientes condiciones:

4

Que sea un encuentro verdaderamente humano: la relación sexual no es el resultado de la unión instintiva de dos cuerpos, sino el encuentro entre dos personas, varón y mujer, a través de todo lo que ellos son: alma, corazón y cuerpo, inseparablemente unidos. Por ello, debe ser un encuentro libre: realizado de forma dignamente humana, con conocimiento previo y aceptación mutua, lo que implica un diálogo cordial y respetuoso. La libertad personal exige la responsabilidad de velar para que no se perjudique el amor entre los esposos y la promoción de la vida.

**Debe ser también, un encuentro entre iguales:** La iniciativa corresponde indistintamente tanto al hombre como a la mujer, ya que ambos pueden sentir la necesidad de comunicación. Esta igualdad exige que el encuentro sexual se realice en un contexto de amistad y no sea un acto de dominio o de abuso del otro, utilizándolo como objeto de placer; por ello es necesario aprender a dominarse y a procurar el bien del otro.

Un encuentro de dos psicologías diferentes: En el ejercicio de la sexualidad el varón y la mujer se manifiestan muy distintos, ya que tienen sus propias peculiaridades, sus exigencias y modos de realización; de tal manera, que será necesario conocer y educar los modos de reacción de cada uno para adaptarlos a los del otro. De todas formas, la relación sexual, viene a ser reflejo de los demás aspectos de la vida conyugal, y la armonía y el gozo de la misma dependen del clima que rodea la vida del matrimonio.

Que este encuentro sea expresión del amor conyugal: La unión sexual es la expresión más profunda del amor conyugal. Se entregan sin reservarse nada, hasta con su cuerpo... en cuerpo y alma. Por eso, es un momento privilegiado de la comunión entre los esposos, la más bella y profunda expresión de su amor exclusivo y total.

Que sea siempre un acto responsablemente abierto a la transmisión de la vida: En el acto que expresa su amor conyugal, los esposos están llamados a la donación plena de sí mismos, sin reservarse nada en dicha entrega. La Iglesia enseña esto, fundándolo en la conexión inseparable que Dios ha querido, y que el hombre debe respetar, entre los dos significados del acto conyugal: el significado unitivo y el significado procreador (cf. HV 11 y 12).

De esta forma, cuando se da la presencia de ambos significados, los esposos no pueden ni separar arbitrariamente, ni querer promocionar uno a consta del otro, porque precisamente por esto, no fomentarán ninguno de los dos. Por ejemplo, aquellos esposos que, movidos en su intención a querer que su amor conyugal crezca mediante el acto sexual íntimo, si excluyen la fertilidad actual del mismo a través del recurso a algún método artificial (contracepción, esterilización, onanismo), por esto mismo, su entrega mutua no será plena ni total, y, por consiguiente, al excluir de su amor el carácter fecundo, no hacen crecerlo genuinamente, pues se trata de una entrega a medias, no plena (cf. FC 32). Porque los esposos no han respetado el significado procreador, por esto mismo, no han respetado verdaderamente tampoco el significado unitivo. Y viceversa, aquellos esposos que en su comportamiento sexual quisieran de forma unilateral fomentar el significado procreador, a costa del significado unitivo, por esto mismo tampoco fomen-

tarían ninguno de los dos. Es el caso, por ejemplo, de aquel cónyuge que impusiera por la fuerza al otro cónyuge su deseo de tener un hijo, yendo en contra de su voluntad. Si esto ocurriera, porque el hijo no ha sido fruto de un gesto de amor conyugal verdadero (no ha respetado el significado unitivo del acto sexual), por esto mismo, se transmitiría la vida humana de forma indigna, y sería ilícita; no ha respetado tampoco el significado procreador (significado ético).

Para finalizar el tema, añadir, que la visión cristiana de la sexualidad ha de entenderse dentro de un camino progresivo de crecimiento en la fe y siempre con la ayuda insustituible de la gracia de Dios. La gracia recibida en el Sacramento del Matrimonio capacita a los esposos a vivir el verdadero amor y la responsabilidad de transmitir la vida humana sin angustias, sino en la donación gozosa y libre de la propia vida.



# Paso 3: Dinámica de proyección

Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la cuarta parte, la duración es de unos 15 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 06 (Vida sexual sana)*.

Sesión



# Paso 4: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la cuarta parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del segundo encuentro, la comunicación.



#### Paso 5

Valoración ética de los comportamientos sexuales

#### Palabras relacionadas con: sexualidad

Se escribe en una pizarra la palabra: sexualidad. Se pide a las parejas que digan palabras, pensamientos, sentimientos o comportamientos que tengan relación con la palabra sexualidad.

Fácilmente salen unas 20 palabras que no son concretamente sexualidad pero que tienen relación con ella. Una vez terminada la lluvia de ideas, se pide al grupo que señalen las tres palabras que consideren más importantes o relevantes, las que no deberían faltar. Aparece así una primera selección de las palabras que son troncales o fundamentales, y ésta selección nos da pie

117

4

a indicar al grupo que se fijen en la riqueza de la misma sexualidad, por tanto nos encontramos ante un tema enormemente rico que no se puede vender de cualquier manera.

Probablemente entre las palabras elegidas nos encontraremos con las palabras: amor, respeto, placer, vida, proyecto, hijos, enamoramiento, etc... Si el animador encuentra a faltar alguna palabra que le parece importante la puede añadir.

El objetivo de esta primera parte seria descubrir la riqueza y el fundamento de la sexualidad.



A continuación se empieza un trabajo personal de parejas. Responder las preguntas que están escritas en el cuaderno.

Analizar las ideas que tiene la sociedad actual en materia sexual.

Esta visión, ¿ayuda a vivir el amor en el noviazgo y en el matrimonio?

¿Se recibe en la familia o en el colegio una educación sexual que integre el sexo, la amistad, la afectividad y el amor?

¿Creéis que es posible vivir la sexualidad en todas sus dimensiones: personal, relacional y procreativa?

**Puesta en común:** Una vez terminado el trabajo personal se propone a las parejas que expliquen al gran grupo una conclusión de las preguntas. Se ofrece la posibilidad, en total libertad, por si alguna de ellas quiere comentar algunas preguntas.

#### Proyección del video:

Cerebro dividido (Brain divided)

El animador puede concluir esta parte repasando las diferencia entre la sexualidad animal y la sexualidad humana

La **sexualidad animal se desarrolla en la parte reptiliana del cerebro** y es eminentemente material, de tipo olfativa, muy física dependiendo de las feromonas del otro o de si está en celo o no. La sexualidad animal reside en el macho dominante, en el instinto y en la supervivencia de la raza. Se mueve por las «ferencias», significa lo que mueve al animal, el instinto.

En cambio **la sexualidad humana es mucho más visual, comprensiva y racional**, preguntándose sobre las cualidades del otro. Esta se desarrolla en la parte del cerebro diferenciada de los animales llamada neocórtex. Se mueve por las «pre-ferencias», significa la elección de entre varias opciones una, es decir, racional. Un mismo estimulo en el Reino Animal suele tener una respuesta, entre los humanos un estimulo es

4

susceptible de tener varias respuestas. Por ejemplo: una persona casada se encuentra a otra persona guapísima en el bus y no se lanza sobre ella, porque piensa en su familia, su proyecto y a la mujer que quiere.

La sexualidad de los animales es muy pobre, en cambio la de los humanos es más rica. Los animales solo copulan cuando están en celo, en cambio los humanos son los animales que más copulan. El ritmo de la sexualidad humana no es el mismo que el de los animales, el ser humano tiene un excedente de sexualidad para cumplir la función reproductora.

#### Diferencias entre sexualidad masculina y femenina

La diferencia entre la sexualidad del hombre y de la mujer. Aquí hay todo un debate de fondo si la diferencia entre el hombre y la mujer es de tipo cultural, biológica o psicológica, probablemente hay una parte de cada una de ellas. La cultura ha ido conformando la sexualidad masculina y femenina diferente según los usos y roles sociales, pero la biológica también.

La sexualidad masculina está muy pegada a lo genital, física, muy rápida y la sexualidad femenina tiene un componente más fuerte de lo psicológico, de lo afectivo, es mucho más lenta en su funcionamiento y por lo tanto menos rápida. Se interesa por otras cuestiones y no solamente por lo sexual. La mujer por su condición social sabe que tiene que asumir algunas tareas como quedarse embarazada cosa que no asume el hombre.

Sesión

Durante la historia los roles culturales han marcado la vida de la sexualidad humana; el hombre con el problema de la eyaculación precoz y los problemas de la inseguridad sobre la mujer al no llegar a cumplir «¡no voy a ser capaz!»; y la mujer con el rol de ser la receptora en la relación y con la incapacidad de llegar al orgasmo, ya que el varón termina mucho antes que la mujer. Estos factores son importantes en la relación de la pareja y provocan disfunción y a veces son causa de muchos problemas. Antes las mujeres se callaban o fingían, han existido mujeres que se han pasado toda la vida sin tener orgasmos, hoy esta realidad ha cambiado bastante. El uso de la sexualidad ha provocado durante la historia diferentes maneras de entender la sexualidad.

Esta diferencia entre el ejercicio de la sexualidad es una llamada a la **complementariedad** y al **diálogo de intimidad** porque los ritmos son completamente distintos.

#### Provección del video:

La relación de pareja EL DESEO (Cristina Stellini)



El animador toma dos flores idénticas y las enseña a las parejas, quiere que todos vean que hermosas son esas flores. En un segundo momento guarda una flor y pasa la otra para que cada pareja la toque, la huela y le saquen un pétalo o dos, si quiere. Deja un tiempo determinado para que la pasen hasta que se vea estropeada. El animador toma de nuevo la flor que se estaban pasando las parejas y la muestra al conjunto.

También saca la flor que había escondido y pregunta a los novios:

¿cuál de estas dos flores prefieren tener? ¿cómo se sintieron al ver que la flor que estábamos pasando se estropeaba cada vez más? ¿de qué manera se parece la sexualidad a estas flores? Si en realidad amáramos a esta flor, ¿cómo la hubiéramos tratado?

El animador hace la reflexión: las flores son hermosas y están para que se las admiren y para que disfruten de su aroma. Pero nosotros admiramos esta flor tan rudamente que acabó lesionada. ¿En qué se parece la manera en que tratamos a esta flor al hecho detener relaciones sexuales? Se abre un breve diálogo.



# Paso 9: Trabajo personalizado

Se pide a los componentes del grupo que trabajen individualmente sobre las siguientes preguntas personales:

¿Son nuestros encuentros unos espacios de placer compartido?

¿Hay gestos o palabras, en el otro, que me molestan?

¿Cuáles son los gestos o palabras que me impulsan a ir hacia ti y que permiten un encuentro feliz?

¿Hasta qué punto son una ayuda en la construcción de nuestra pareja?

¿Cómo transmitimos nuestra felicidad?

Recordando a San Pablo cuando se pregunta por el sentido del amor: «El amor es paciente, bondadoso, no es envidioso ni jactancioso, no es orgulloso, no hace mal a nadie, no es egoísta» (1Cor 13,4-5) ¿Qué es lo que indica este texto sobre vuestros encuentros y compromisos sexuales? ¿A que os invita?

Una vez respondido personalmente, el animador da un tiempo a para que se junten las parejas y comenten el resultado de sus respuestas. Esta dinámica no se ponen en común.



# Paso 10: Juguemos a psicólogos:

Se pide a dos voluntarios de entre las parejas que salgan en medio del circulo. La dinámica consiste en que uno debe de hacer de psicólogo y el otro debe acudir a la consulta con una situación con su pareja. El psicólogo juega a resolver la situación de su paciente. Los problemas pueden ser los siguientes:



#### Situación de un chico:

«Entre mi pareja y yo, hemos tenido siempre un amor loco. Lo que más me llama la atención de Isabel, es su capacidad de darse cuenta de mis deseos, de mis necesidades, el estar atenta a estas pequeñas cosas que hacen que yo esté dispuesto o, por el contrario, que no sea el momento. Respeta mi negativa, se acomoda a mis deseos. Por eso pienso que estamos hechos el uno por el otro»

#### Situación de una chica:

«Cuando di a luz, yo no era la misma. Daniel no se dio cuenta de ellos. Pensaba que lo rechazaba. Sin embargo, yo seguía igual de afectuosa. El nacimiento de Elías me hizo descubrir otro mundo y es cierto que nuestras relaciones ya no tenían el mismo significado. Ser madre cambia las perspectivas. Tardé algún tiempo en recobrar mi deseo».

Al finalizar el role playing se comenta las situaciones, respuestas y reacciones de los actores



# **Paso 11:**

¿Cuáles son los fines de la sexualidad?

El animador puede continuar con una breve explicación de los fines de la sexualidad y preguntar a las parejas: ¿La sexualidad para que es? Somos seres sexuados pero, ¿cuál es la finalidad última de esta sexualidad?. Existen cuatro fines a los que se podrían añadir más, pero estos son los principales:

Sesión

- 1.-Relación
- 2.-Placer
- 3 -Amor
- 4 -Generación

La sexualidad es **relación**, probablemente la relación más íntima entre dos personas. Tan íntima que permite a una persona a que acceda a mi cuerpo como totalidad, toda mi epidermis la pongo en manos de la otra persona y viceversa. Por eso, normalmente el sexo no se práctica públicamente.

La segunda finalidad de la sexualidad es el **placer**, el placer que toda persona siente y necesita para vivir, un placer compartido, en el fondo consiste en que: «tu me das placer y yo te doy placer», no como ocurre en muchas situaciones «yo obtengo placer utilizándote a ti».

El tercer fin es el **amor** entre dos personas, hay sexo entre dos personas porque hay amor.

Y la cuarta finalidad es la **generación**, la apertura a la vida, la función reproductiva de las personas, la perpetuación de la descendencia y con ello el amor a los hijos.

Una sexualidad más rica y más madura es la que integra estos fines, si falta alguno de ellos queda un poco pobre, pensemos en una sexualidad que solo es placentera pero no hay relación, no hay amor, no hay generación es lo que se hace con una prostituta, pagar a cambio de un servicio. Por eso en una relación completa no se paga y en la otra si. Lo estricto físico-genital

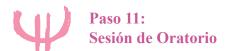
cambia totalmente según el envoltorio que se tenga, por lo tanto la validez ética de la sexualidad depende del tipo de la sexualidad que se de.

# La propuesta de la Iglesia Católica

La Iglesia católica hace una propuesta de la sexualidad bajo tres aspectos:

- 1.-Una sexualidad **heterosexual:** entre hombre y mujer.
- 2.-Una sexualidad **abierta a la vida:** a la procreación o a la adopción de niños en situaciones difíciles. Abierto a la vida es todo un compromiso de solidaridad con el mundo, de presencia en el mundo, de preocupación por la naturaleza, la ecología, lucha social, todo esto es apertura del hombre y especialmente del matrimonio a la vida, no se reduce a lo estrictamente biológico.
- 3.-Una sexualidad **institucional-sacramental** del matrimonio significa que lo celebramos con el sacramento es actualizar la Pascua de Cristo que es el AMOR con que Dios nos ha amado en **Jesucristo**, y esto se realiza en un contexto de **comunidad**, y una comunidad que es para el **Reino**.

Por lo tanto el SI que se dan dos personas en el matrimonio, es un SI a Cristo, un SI a la Iglesia, como comunidad, comunión, y es un SI al Reino de Dios. Esto es lo que constituye la sacramentalidad del matrimonio¹. De manera que para entender el matrimonio y la sexualidad en el matrimonio este es el contexto. La sacramentalidad consiste en amarnos como Cristo nos ha amado en un contexto de comunidad y de construcción del Reino, aquí es donde se da el SI, bajo este prisma. (¿cuántos matrimonios que se celebran son nulos?²).



# Gracias Señor por habernos dado la sexualidad

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartirán delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo.

La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión. El primer día se utilizaran técnicas de interioridad para ayudar a las parejas jóvenes que muy pocas veces han hecho silencio, meditación, reflexión y oración a Dios Padre.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación,

<sup>1</sup> Se pueden leer las notas introductorias en el praenotanda del Ritual del Matrimonio.

<sup>2</sup> Hoy día el Sacramento del Matrimonio es un contrato con bendiciones. No nos ha hecho bien insertar el Sacramento del Matrimonio en el Derecho Canónico. Para declarar o dispensar el vínculo habrá que pensar si hay vínculo sacramental, cuando falla la fe y los elementos básicos. Los ortodoxos no reconocen el matrimonio católico, el ritual católico afirma que los ministros del sacramento son los contrayentes cuando debería ser Cristo. La clave está en si ponemos el elemento en la persona, o si ponemos el énfasis en persona hombre o persona mujer.

el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, *Dreams of angels*, o *The Angel of Love*; Bill Douglas, *Deep peace*), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

#### a) La preparación de la oración

**1. Entrada en la capilla o lugar de oración.** Las parejas entrando una detrás de la otra, saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

- **3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...
  - a) En este momento un novio **enciende la vela**.

b) Preparación de la sesión con la técnica del minuto. Es necesario sentarse en una silla, Sesión con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural). de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c) Oración inicial del director del oratorio, los novios extienden sus manos hacía el cielo.

Te pedimos, Señor, que bendigas este amor que nace en nosotros, y que nos alegra e ilumina la vida; acompáñanos en nuestro caminar y permítenos que podamos disfrutar de este don de tu bondad, y que al mismo tiempo podamos vivirlo con generosidad, entrega, responsabilidad y sabiduría, para preparar el ámbito de nuestra familia futura. Ouédate con nosotros, Señor. Amén.

#### b) La oración del corazón

- **4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús.** En este momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.
- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas.
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

# c) La escucha de la palabra

- **7.-Introducción a la Palabra,** el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.
- **8.-La proclamación de la Palabra**, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

# Primera carta de San Pablo a los Corintios (1Cor 6, 13c15a. 1720)

Se dice: «Yo soy libre de hacer lo que quiera.» Es cierto, pero no todo conviene. Sí, yo soy libre de hacer lo que quiera, pero no debo dejar que nada me domine. También se dice: «La comida es para el estómago y el estómago para la comida.» Es cierto, aunque Dios va a terminar con ambas cosas. En cambio, no es verdad que el cuerpo sea para la inmoralidad sexual, sino que el cuerpo es para el Señor y el Señor es para el cuerpo. Y así como Dios resucitó al Señor, también nos resucitará a nosotros por su poder. [...] Huid, pues, de la inmoralidad sexual. Ningún otro pecado afecta al cuerpo de la persona que lo comete, pero el que comete inmoralidades sexuales peca contra su propio cuerpo. ¿No sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo que Dios os ha dado, y que el Espíritu Santo vive en vosotros? [...] Por eso debéis honrar a Dios en el cuerpo.

3

Al finalizar la lectura el que ha proclamado la Palabra besa la Biblia.

- **9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra.** Después de la proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- **10.-Repetición del versículo clave.** El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta
- **11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra.** Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).
- **12.-Gesto simbólico.** En la alfombra del centro del oratorio habrá la cajita de la felicidad (una caja con un pequeño letrero que diga: caja de la felicidad), también unos tarjetones y algunos rotuladores. El ejercicio consiste en escribir en un tarjetón la respuesta a la pregunta: ¿Qué es lo que tu pareja tiene y te llena de felicidad?. Cuando el director del oratorio lo indique las personas se levantan y van escribiendo en la tarjeta la respuesta a la pregunta y la colocan Sesión dentro de la cajita de la felicidad
- **13.-Canto meditativo.** Como respuesta al gesto se puede cantar un canto, repetir el mismo de antes, o poner música de fondo.

#### d) La oración personal

**14.-Las oraciones en común.** En este momento se invita a las parejas que expresen sus oraciones en voz alta. Al terminar, a dos coros recitarán la siguiente oración.

#### Oración sobre el amor

¡Qué maravilla, Señor, cuando llegamos a querernos de verdad!

"Ved, qué dulzura y qué delicia, vivir los hermanos unidos. Es como cuando nos echamos un preciado perfume en la cabeza o como el rocío que baja de las montañas a los prados. Una bendición de Dios, la vida para siempre".

Pero no siempre, Señor, es así.
¡Qué difícil es a veces amar!
Y no creo, Señor que sea por mala voluntad.
Es que somos torpes.
Y no nos sale.
En lo más profundo de nosotros mismos

están escondidos innumerables miedos, inseguridades, complejos, envidias, que nos dificultan mucho abrirnos y darnos con sencillez y naturalidad.

Pero, Señor, necesitamos urgentemente amar. Ante todo y sobre todo, porque los otros nos necesitan. Están solos y tristes, esperando que se fijen en ellos y les quieran. Pero también, lo necesitamos nosotros. Si no nos damos a manos llenas, nos quedamos vacíos.

Señor, todo esto es tan importante para nosotros y somos tan torpes para llevarlo a cabo que no sé qué decir.

**15.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.

**16.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**17.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén.

0

El Señor te bendiga y te guarde. Te muestre su rostro y tenga piedad de ti. Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz. El Señor te bendiga. R/. Amén. (San Francisco de Asís)

#### e) Salida del oratorio

**18.-Despedida y salida.** Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de

Sesión

Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.



Paso 9: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: «dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Qué es lo más bello que tienes y quieres compartir con tu pareja?

#### 6.4.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

#### a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Nosotros hemos sufrido crisis difíciles pero nos hemos enfrentado a ellas»
- «El divorcio de nuestros padres nos ha servido de ejemplo»
- «Nuestra vida de pareja no es asunto vuestro»
- «Sabemos que Dios nos va ayudar a vivir nuestro compromiso»

# b) Fragmento de la película

Aquí podemos recordar la ópera de *Don Juan*, un hombre que seduce a todas las mujeres que encuentra. Si no logra ser feliz es porque, en lugar de intentar construir un amor duradero, corre siempre tras el placer de poseer. En la ópera de Mozart, esta obsesión le conduce a la muerte. El placer no tiene sentido a no ser que esté al servicio de un amor que sea permanente.

Fragmento de la escena del sofá - Don Juan Tenorio

Otro fragmento interesante es el diálogo que se produce en la cama de un matrimonio que se ha peleado: Fragmento película (diálogo)

#### c) Textos para la reflexión

La vida del ser sexual se desarrolla en una sexualidad sana en la medida que logramos integrar y armonizar la combinación de nuestro masculino y femenino; de nuestra genitalidad y sexualidad en la globalidad sexual. Esta integración permite vivir nuestra sexualidad por medios positivos entre el varón y la mujer, de manera que potencian la comunicación, el amor, el placer, el encuentro, la realización plena y gozosa de las personas sexuadas en el gozo.

Sesión

# LOS DIEZ MANDAMIENTOS DE NUESTRA AUTOESTIMA SEXUAL

- 1) Hallar el coraje de amarse y expresarse como personas sexuadas y comprender que ese es un derecho propio que tenemos todos.
- 2) Saber aceptar que todos tenemos cualidades y defectos en nuestra vida sexual.
- 3) Poder liberarse de conceptos negativos de la propio sexualidad.
- 4) Aceptar que todos somos sexualmente importantes.
- 5) Vivir responsablemente con la realidad sexual, reconociendo lo que nos gusto y lo que no nos gusta.
- 6) Aprender a aceptarse o través de lo que se siente y de lo que se es sexualmente.
- 7) Liberarse de la culpa al evaluar lo que se quiere y se piensa en el campo sexual.
- 8) Sentirse responsable de la propia sexualidad, ya que el hacerse responsable de la propio sexualidad genero lo confianza en sí mismo y en los demás.
- 9) Vivir auténticamente al aprender o ser congruente entre la forma de sentir y de actuar con la sexualidad.
- 10) Fomentar lo autoestima sexual en los otros, ya que la honestidad al fomentar la autoestima sexual de las personas que nos rodean es reflejo de nuestra autoestima sexual.

# d) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

Amor y sexualidad

#### 6.4.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo hagan a solas en su casa.

#### Conversando sobre la vida sexual

#### A. Califica tus relaciones sexuales

En la lista inferior se presentan seis cualidades, pon un círculo en el número de cada categoría para (A) ti y para (B) tu pareja, que consideras describe mejor sus relaciones sexuales, donde 1: no muy buena y 5: muy buena.

# CUADRO PÁGINA SIGUENTE

#### B. Identificar áreas con problemas

1. ¿Cuáles, si existen, son las diferencias entre tú y tu pareja, sobre la manera de responder sexualmente? ¿Estas diferencias están teniendo un efecto positivo o negativo en su matrimonio? Si son positivas, explica la razón principal:

Si son negativas, explica la razón principal:

2. ¿Tu autoestima y tu imagen corporal, afectan tus relaciones sexuales negativamente? Si es así, explica por qué:

¿Cómo puede ayudarte tu cónyuge?

128



CUALIDADES										
	A	. <b>T</b> (	ú			B. Tu cónyuge				
1	2	3	4	5	Comunicación	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Ternura	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Sensibilidad	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Romance	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Anticipación	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Variedad	1	2	3	4	5

¿En qué área(s) necesitan mejorar?

3. ¿Cuáles emociones sin resolver, si las hay, (p. ej.: resentimiento, heridas, falta de perdón, ansiedad o culpa) afectan tu vida sexual de alguna manera?

Si es así, explica por qué:

¿Cómo se pueden resolver?

4. ¿Hacer el amor entre la pareja carece de excitación?

Si es así, ¿cuál nuevo elemento te gustaría que se incluyera en su vida sexual?

5. ¿Tiene el cansancio un alto impacto en la frecuencia con que hacéis el amor?

Si es así, identifica las razones de ese cansancio:

¿Qué podría darte un nuevo impulso? (Por ejemplo, hacer ejercicio, una mejor comunicación, resolver las heridas del pasado, planear y priorizar las vida sexual, dormir más, salir menos, mayor diversión y menos trabajo).

6. ¿Te sientes libre de conversar con tu cónyuge sobre sus relaciones sexuales?

Si la respuesta es sí, escribe dos o tres cosas que tu cónyuge te haya dicho recientemente que hayan mejorado sus relaciones sexuales:

Si la respuesta es no, identifica algunas de las razones para tu dificultad:

Sugiere algo que te gustaría escuchar de tu cónyuge, que nunca has oído:

#### C. Escribe el guión

A continuación escribe los diferentes criterios que podrían crear, para ti, una buena relación sexual.

Debes ser específico sobre ciertas cosas como el momento, tomar la iniciativa, la posición, la atmósfera, el lugar, el romance, la ternura, la seducción y la excitación juegos preliminares, el momento después. (No podemos adivinar las expectativas de cada uno).

# D. Tratar de entenderse mejor el uno al otro.

- Una vez hayas terminado, lee las respuestas de tu cónyuge para las secciones A, B y C.
- Ahora comienza a dialogar acerca de lo que tu pareja ha expresado, comenzando por donde te sientas más cómodo.
- Dale la oportunidad a tu cónyuge de hacer preguntas acerca de lo que has escrito. Dile a tu pareja lo que más te sorprendió. Solicita que te aclare aquello que no entendiste completamente.



«Si no tengo amor, no soy nada» (1Cor 13, 1-13).

# 6.5. El quinto encuentro

#### Del amor romántico al amor maduro

Jesucristo nos demostró su amor de estas cinco maneras:

#### 1. Palabras

«Así como el Padre me ha amado a mí, también yo os he amado» (Jn 15,9)

# 2. Tiempo

«Venid conmigo a un lugar tranquilo» (Mc 6,31)

#### 3. Acciones

«Luego echó agua en un recipiente y comenzó a lavarles los pies a sus discípulos» (Jn 13,5)

#### 4. Tacto

«Jesús extendió la mano y tocó al hombre» (Lc 5,13)

#### 5. Regalos

«Jesús tomó entonces los panes, dio gracias y distribuyó a los que estaban sen-Sesión tados todo lo que quisieron» (Jn 6,11)

El amor no es sólo un sentimiento, también requiere de un acto de voluntad para satisfacer las necesidades del otro. Todos hemos sido llamados para imitar y obedecer a Jesús.

«Y éste es mi mandamiento: que os améis los unos a los otros, como yo os he amado» (Jn 15,12)

#### 6.5.1. Planteamiento teórico de la sesión

«El amor sólo es posible cuando dos personas se comunican entre sí desde el centro de sus existencias, por lo tanto, cuando cada una de ellas se experimenta a sí misma desde el centro de su existencia. Sólo en esa «experiencia central» está la realidad humana, sólo allí hay vida, sólo allí está la base del amor. Experimentado en esa forma, el amor es un desafío constante; no un lugar de reposo, sino un moverse, crecer, trabajar juntos; que haya armonía o conflicto, alegría o tristeza, es secundario con respecto al hecho fundamental de que dos seres se experimentan desde la esencia de su existencia, de que son el uno con el otro al ser uno consigo mismo y no al huir de sí mismos. Sólo hay una prueba de la presencia de amor: la hondura de la relación y la vitalidad y la fuerza de cada una de las personas implicadas; es por tales frutos por los que se reconoce al amor¹»

Cada pareja es algo único. Más allá de las expectativas, de las necesidades y de las pasiones, el Amor, con «A» mayúscula, es perceptible en la vida de cada uno. Quizá, más allá del deseo de estar juntos, existe un sentimiento más profundo que mueve la pareja a seguir adelante. Estar

fuerza interior constituye el fundamento de lo que el hombre y la mujer van a construir juntos.

No obstante, permanecen ciertos interrogantes. Hay posibles fallos, dudas y temores. Al empezar el camino hay que distinguir lo que es el verdadero deseo de unión y justifica un compromiso duradero.

«La responsabilidad podría degenerar fácilmente en dominación y posesividad, si no fuera por un tercer componente del amor, **el respeto**. Respeto no significa temor y sumisa reverencia; denota, de acuerdo con la raíz de la palabra (*respicere* = mirar), la capacidad de ver a una persona tal cual es, tener conciencia de su individualidad única.

Respetar significa preocuparse por que la otra persona crezca y se desarrolle tal como es. De ese modo, el respeto implica la ausencia de explotación. Quiero que la persona amada crezca y se desarrolle por sí misma, en la forma que les es propia, y no para servirme. Si amo a la otra persona, me siento uno con ella, pero con ella tal cual es, no como yo necesito que sea, como un objeto para mi uso. Es obvio que el respeto sólo es posible si yo he alcanzado independencia; si puedo caminar sin muletas, sin tener que dominar ni explotar a nadie. El respeto sólo existe sobre la base de la libertad: *l'amour est l'enfant de la liberté*, dice una vieja canción francesa; el amor es hijo de la libertad, nunca de la dominación<sup>2</sup>»

Es importante saber que mueve a cada uno de los componentes de la pareja a seguir. Indagando lo que sostiene la vida, la voluntad de amar más allá de las crisis y dudas pasajeras, recordando los muchos momentos de felicidad y superando las indecisiones, buscando lo que ha fortalecido la esperanza, de que una vida en común es posible.

«El amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una actitud, una orientación del carácter que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad, no con un «objeto» amoroso. Si una persona ama sólo a otra y es indiferente al resto de sus semejantes, su amor no es amor, sino una relación simbiótica, o un egotismo ampliado. Sin embargo, la mayoría de la gente supone que el amor está constituido por el objeto, no por la facultad. En realidad, llegan a creer que el hecho de que no amen sino a una determinada persona prueba la intensidad de su amor.

Trátase aquí de la misma falacia que mencionamos antes. Como no comprenden que el amor es una actividad, un poder del alma, creen que lo único necesario es encontrar un objeto adecuado —y que después todo viene solo—. Puede compararse esa actitud con la de un hombre que quiere pintar, pero que en lugar de aprender el arte sostiene que debe esperar el objeto adecuado, y que pintará maravillosamente bien cuando lo encuentre. Si amo realmente a una persona, amo a todas las personas, amo al mundo, amo la vida. Si puedo decirle a alguien «Te amo», debo poder decir «Amo a todos en ti, a través de ti amo al mundo, en ti me amo también a mí mismo³»

<sup>3</sup> Ibidem, 60

# 5

#### Sesión

# 6.5.2. Planteamiento teológico de la sesión

La palabra teológica clave es el Amor, aunque es ambigua, Jesucristo con su entrega en la cruz la hizo clave en el camino de seguimiento cristiano. Sus motivaciones fueron claras, para la salvación del género humano. Pero al ser un hombre o una mujer débiles, ¿qué motivaciones se esconden detrás del Amor que uno entrega al otro?

Se pueden señalar tres motivaciones básicas:

- Tanto el uno como la otra puede buscar un reconocimiento. Ofreciendo ese Amor al otro, ambos esperan ser correspondidos: uno y otro desean ser amados.
- Otra motivación es la satisfacción que cada uno siente al ofrecerlo. Su actitud se vuelve entonces hacia el otro, porque la alegría de la amistad, de unos regalos compartidos e intercambiados, les complace, les hace felices: uno y otro desean amar.
- ¿Es, sin embargo, un gesto gratuito?

El discernimiento en el Amor entregado, puede convertirse en amor romántico, amor de compañeros, amor necio o amor verdadero, maduro y consumado. Y este Amor maduro y consumado será capaz de cortesía el día en que el otro se encuentre menos dispuesto, desagradable o insoportable; será el verdadero Amor gratuito que hizo a Dios humanarse para entregarse por nosotros.

El buen Maestro es aquel que ama y no utiliza; aquel que es sabio, porque conoce a fondo quién es el hombre y lo salva de todas sus limitaciones; aquel que cura en la Iglesia —Casa de salud, hogar de la gran familia de los hijos de Dios— con el bálsamo del Espíritu las heridas y deformaciones del corazón del hombre, para darle la salud del amor joven y entregado, hermoso y verdadero.

No son los libros ni las lecciones teóricas los que enseñan a amar. La «revelación» primera y fundamental del sentido de la vida y del amor, del valor de la persona, consiste en ser y brotar del amor de los padres, participación del mismo Amor del Padre eterno.

#### 6.5.3. Planteamiento bíblico de la sesión

La Biblia nos habla de amor.

«Al ver lo bien que Jesús había contestado a los saduceos, uno de los maestros de la ley, que les había oído discutir, se acercó a él y le preguntó: ¿Cuál es el primero de todos los mandamientos? Jesús le contestó: El primer mandamiento de todos es: 'Oye, Israel, el Señor nuestro Dios es el único Señor. Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas» (Mc 12,28-30)

«Amarás a tu prójimo como a ti mismo». Uno se contenta con amar, ser amado o desear amar, ya que abrir su corazón a una verdadera gratuidad es difícil y hasta perece peligroso. Jesús amó a los hombres hasta el final y un final de cruz.

Jesús con esta frase y su modo de vida, nos impulsa, hacia un amor cada vez más universal y más fuerte.

#### 6.5.5. Guión de la sesión



#### Paso 0:

Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: **The gift** ¿Cómo funciona el amor?



# Paso 1: Bienvenida y presentación

En un primer momento y dentro de un ambiente distendido se da la **bienvenida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el quinto tema. En el cuaderno está escrita la siguiente oración que todos leen en voz alta:

En mi corazón, Señor, se ha encendido el amor por una criatura que tú conoces y amas.

Tú mismo la pusiste delante mío y un día me la presentaste. Te doy gracias por este don que me llena de alegría profunda, que me hace semejante a Ti, que eres amor, y que me ayuda a comprender el valor de la vida que me has dado. Ayúdame para que no malgaste esta riqueza que tú pusiste en mi corazón:

Enséñame que el amor es don y que no puede mezclarse con ningún egoísmo. Que el amor es puro y que no puede quedar en ninguna bajeza. Que el amor es fecundo y desde hoy debe producir un nuevo modo de vivir en los dos.

Te pido, Señor, por quien me espera y piensa en mí; por quien camina a mi lado;

5 Sesión haznos dignos el uno del otro; que seamos ayuda y modelo.

Ayúdanos en nuestra preparación al matrimonio, a su grandeza, a su responsabilidad, a fin de que desde ahora nuestras almas dominen nuestros pensamientos y los conduzcan en el amor. Amén.



Introducción del tema que se tratará en esta sesión: Del amor romántico al amor maduro.

El animador o acompañante un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

# 1.- EL AMOR, ORIGEN, FUNDAMENTO Y META DE LA VIDA CONYUGAL.

Cuando un hombre y una mujer «entran en relación», decimos que han recibido la llamada del amor. Con ello queremos indicar el punto de partida de un camino que, pasando por las etapas del noviazgo y del matrimonio, está llamado a prolongarse durante toda la vida. Lo que Sesión provoca iniciar este recorrido es la atracción hacia la otra persona, en la que se descubren una serie de valores que la hacen amable. El amor lleva a salir de la soledad de uno mismo para buscar la comunión con el otro.

Este amor, considerado como origen y causa del noviazgo y del matrimonio, constituye también su verdadero fundamento. Más allá de otros intereses, **lo que da estabilidad a la vida de la pareja es el amor mutuo y la voluntad de procurarse el bien**. Contando con esta base, uno se puede arriesgar a llevar adelante la más sublime de las aventuras: el matrimonio, origen de la familia.

Unido a los dos aspectos anteriores, el amor es también la meta que persigue la vida conyugal. El noviazgo es una etapa de preparación y crecimiento que tiende a formar de las dos personas, hombre y mujer, una íntima comunión de vida y amor. Este es el verdadero contenido del matrimonio, que viene a dar cumplimiento a la voluntad de Dios, quien creó al hombre y a la mujer por amor y los destinó a amar.

#### 2.- NATURALEZA DEL AMOR CONYUGAL.

El amor conyugal es una variante del amor humano. Este amor no se agota en el mutuo deseo entre los esposos, ni siquiera en la voluntad recíproca de procurarse el bien. Lo propio del amor conyugal es el don de sí mismo, la donación mutua de las personas en todo lo que ellas son, alma, corazón y cuerpo. Así lo expresa el Concilio Vaticano II al tratar sobre la dignidad del amor conyugal: «Dicho amor lleva a los esposos a una libre y mutua donación de sí mismos, demostrada con sentimientos de ternura, e impregna toda la vida» (GS 49).

5

Lo mismo expresó Pablo VI cuando, refiriéndose al matrimonio dice: «Los esposos, mediante su recíproca donación personal, propia y exclusiva de ellos, tienden a la comunión de sus seres en orden a un mutuo perfeccionamiento personal, para colaborar con Dios en la generación y en la educación de nuevas vidas» (HV 8).

Ahora bien, si la esencia del amor conyugal consiste en la donación mutua y plena de las personas, esto requiere de cada uno de los esposos el don de sí mismo y la acogida incondicional del otro. De este modo, a través del doble movimiento que genera este amor conyugal, el darse y acogerse mutuamente, surge la «pareja» como un modo nuevo de afrontar la existencia.

#### 3.- CARACTERÍSTICAS DEL AMOR CONYUGAL.

Esta donación mutua entre el hombre y la mujer posee unas características muy especiales. El Papa Pablo VI en la Encíclica *Humanae Vitae* indica que **el amor conyugal es un amor: plenamente humano, total, fiel y exclusivo, y fecundo.** 

Es un amor plenamente humano. El amor conyugal, que implica la libre y mutua donación de los esposos, como se indica en el nº 9 de la *Humanae Vitae*, «es, ante todo un amor plenamente humano; es decir, sensible y espiritual al mismo tiempo. No es por tanto una simple efusión del instinto y del sentimiento, sino que es también, y principalmente, un acto de la voluntad libre, destinado a mantenerse y a crecer mediante las alegrías y los dolores de la vida cotidiana, de forma que los esposos se convierten en un solo corazón y en una sola alma y juntos alcanzan su perfección humana».

El amor conyugal, precisamente por ser humano, abarca todas las dimensiones de la persona: física, afectiva y espiritual, ordenadas según una jerarquía de valores. Este amor tiene como meta la comunión y la relación de persona a persona en la que interviene tanto el cuerpo como el espíritu. El Señor ha enriquecido este amor con el don de la gracia y de la caridad, de modo que los esposos puedan llegar a la libre y mutua donación de sí mismos. Desde esta perspectiva, hemos de afirmar que «el matrimonio expresa y realiza este amor de una manera propia. Por eso los actos mediante los cuales los esposos se unen entre sí íntima y castamente son honestos y dignos; y si se llevan a cabo de modo verdaderamente humano, manifiestan y fomentan la mutua donación y enriquecen a los esposos recíprocamente con sentimientos de alegría y agradecimiento».

Un amor fiel y exclusivo. La fidelidad es la lógica consecuencia que se deriva del amor total, de la recíproca donación personal sin reservas ni límites. Un amor con estas características no puede menos que ser exclusivo y para siempre.

El amor conyugal no se agota en la comunión entre los esposos, sino que está destinado a prolongarse suscitando nuevas vidas. (cf. GS 50). La razón última de este amor fecundo podemos verla en la conexión entre el precepto del Creador «creced y multiplicaos» (Gn 1, 28) y su voluntad de que los dos sean «una sola carne» (Gn 2, 24). Ambos elementos, comunión y procreación (o apertura a la vida), están intrínsecamente unidos como exigencia del mismo amor conyugal.

#### 4.- EL AMOR CONYUGAL: ETAPAS Y CRISIS.

El itinerario de crecimiento en el amor conyugal conoce sus propias crisis e involuciones. Son las pruebas necesarias que conducen al fracaso de la relación o colaboran a construir la pareja desde un amor más real.

La consolidación del amor durante el noviazgo cristaliza en una sólida amistad. Partiendo de ella los novios deciden responsablemente unir sus vidas mediante el sacramento del matrimonio, lo que supone la confirmación social de su amor. El matrimonio celebrado ante la Iglesia y la sociedad, ratifica su compromiso de amor y les sitúa en un nuevo estado: ser marido y mujer, que reclama el don recíproco de sus personas.

En los primeros pasos de la vida matrimonial es decisiva la adaptación a la vida de pareja; ello supone: **Abandonar la mentalidad de solteros y algunos de sus hábitos**. Amoldarse el uno al otro y acostumbrarse a un ritmo de vida compartida.

En el **primer año de casados suele suceder lo que se denomina la crisis de la realidad**. Durante el noviazgo juegan un papel importante el sueño y la imaginación. La vida de pareja, en cambio, supone el paso a la realidad de la convivencia diaria, al encuentro sexual continuado... En esta situación los cónyuges han de quitarse las máscaras, han de adaptarse a los gustos, aficiones y deseos de cada uno. Para afrontar esta nueva realidad necesitan poner en práctica su capacidad de diálogo y de amor sincero.

Sesión

La aparición de los hijos es otro momento crucial en la vida de todo matrimonio, y de manera especial, el nacimiento del primero. Su presencia origina un replanteamiento serio de la vida de la pareja, que si no es afrontado con lucidez puede provocar una crisis de la relación amorosa. Debe ser una gran oportunidad para descubrir cómo ha de ser la relación entre los esposos ante esta nueva situación, cual su actitud y dedicación al hijo o a los hijos, y cómo hay que reajustar la relación con el mundo exterior a la familia: abuelos, tíos, primos, amistades. Cumplir con

la vocación de padres no significa olvidar la importancia de la vida en pareja. Lo decisivo ante la realidad de los hijos, es aprender a guardar el justo equilibrio entre la dedicación a ellos y el cultivo necesario de la relación amorosa entre los esposos.

La vida larga de todo matrimonio supone otras etapas en las que pueden hacerse presentes la rutina, los conflictos, la falta de ilusión, la tentación de la infidelidad; las propias crisis personales, o las que dependen de las mismas etapas de la vida: la menopausia, la emancipación de los hijos, la vejez, la viudedad, etc.

A estas situaciones hay que añadir **los problemas propios derivados de la limitación de la existencia humana o de la condición social**: problemas de salud, de trabajo, dificultades económicas, conflictos familiares... Todo ello forma parte del bagaje de la vida y conviene ser considerado de una manera realista antes de iniciar el matrimonio.

Es verdad que cada uno de estos problemas dependerá de muchas circunstancias concretas,



adecuada.

Paso 3: Dinámica de proyección

Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película Comprométete. Proyección de la cuarta parte, la duración es de unos 16 minutos.

que no siempre son previsibles. Pero también es verdad, que cuando se ha cultivado el amor conyugal, y se ha aprendido a afrontar los problemas como pareja, se cuenta con los resortes necesarios para discernir la dimensión de cada problema y para buscar la solución

En cualquiera de las circunstancias, siempre será necesario recordar las palabras del Apóstol Pablo, y descubrir que cuando el amor es verdadero en el matrimonio estas palabras se cumplen en la historia que Dios va realizando con cada uno de los que han sido llamados al amor en el matrimonio: «el amor es paciente... no toma en cuenta el mal. Todo lo excusa. Todo lo cree.

«Tener amor es saber soportar, ser bondadoso; es no tener envidia, no ser presumido, orgulloso, grosero o egoísta; es no enojarse ni guardar rencor; es no alegrarse de las injusticias, sino de la verdad. Tener amor es sufrirlo todo, creerlo todo, soportarlo todo. El amor nunca dejará de ser. Un día cesarán las profecías, y no se hablará más en lenguas ni será necesaria la ciencia. Porque la ciencia y la profecía son imperfectas y tocarán a su fin cuando venga lo que es perfecto. [...] Hay tres cosas que permanecen: la fe, la

Todo lo espera. Todo lo soporta. El amor no pasa nunca» (1Cor 13, 4-8).

esperanza y el amor; pero la más importante es el amor.»

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: Curso para matrimonios Sesión 07 (Amor en acción).



# Primeras impresiones del film

Un vez visionado la sexta parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del primero encuentro, flechazo y noviazgo.



# Paso 5: Toma de contacto de lo que significa y es la palabra Amor

En primer lugar se propone un trabajo personal entre parejas, más tarde compartirán en un grupo más grande de otras parejas. Consiste en dialogar y responder a las siguientes preguntas.

- ¿Cómo nació vuestro amor?
- ¿Cómo lo habéis hecho madurar?
- ¿Cuál es vuestra experiencia del Amor?
- ¿Qué dificultades tenéis a la hora de amaros?

Después del diálogo con la pareja se propone que se reúnan en grupos de diversas parejas y compartan alguna de las respuestas dadas a las preguntas ofrecidas. El objetivo no es que contesten todas las preguntas, ni que den solución de las respuestas, más bien lo que nos interesa es el debate y la entrada en situación sobre el tema del día.

Al terminar el animador les propone leer el texto del Cantar de los cantares a dos coros hombres y mujeres:

Ella
¡Ya viene mi amado!
¡Ya escucho su voz!
Viene saltando sobre los montes, viene saltando por las colinas.
Mi amado es como un corzo, como un cervatillo.
¡Aquí está ya, tras la puerta, asomándose a la ventana, espiando a través de la reja!

El

Mi amado me dijo:
«Levántate, amor mío;
anda, cariño, vamos.
¡Mira! El invierno ha pasado
y con él se han ido las lluvias.
Ya han brotado flores en el campo,
ya ha llegado el tiempo de cantar,
ya se escucha en nuestra tierra
el arrullo de las tórtolas.
Ya tiene higos la higuera,
y los viñedos esparcen su aroma.

Los dos Levántate, amor mío; anda, cariño, vamos.

El

«Paloma mía que te escondes en las rocas, en altos y escabrosos escondites, deja que mire tu rostro, deja que escuche tu voz. Porque mirarte es grato, y escucharte, delicioso.»

Ella

Llévame grabada en tu corazón, ¡llévame grabada en tu brazo!
El amor es inquebrantable como la muerte; la pasión, inflexible como el sepulcro. ¡El fuego ardiente del amor es una llama divina! El agua de todos los mares no podría apagar el amor; tampoco los ríos podrían extinguirlo. Si alguien ofreciera todas sus riquezas a cambio del amor,

(Cantar de los cantares 2,8-10; 14;16a. 8, 6-7a.)



# Paso 6: Juego del Amor

burlas tan sólo recibiría.

Se invita a las parejas a jugar al Juego del Amor. Para ello deberán sentarse en círculo para que todas ellas se vean las caras. El animador tendrá preparados unos sobres con unas preguntas dentro de ellos. El juego consiste en colocar todos estos sobres en una bandeja en el centro del círculo. Cuando el animador da la señal, alguien de los participantes se levanta, coge un sobre de la cesta, lee la pregunta que esta preparada y señala a alguien del grupo para que la responda. El señalado se levanta de su asiento y responde la pregunta en voz alta y delante de todos los participantes. Seguidamente este elegido puede coger un sobre de la cesta, leer la pregunta y señalar a alguien del grupo para que la lea, y así sucesivamente hasta que todos los novios hayan participado.

Las preguntas pueden ser las siguientes o similares:

1-Dicen que el amor no es atracción. Atracción es la fuerza natural por la que los cuerpos se atraen mutuamente.

¿Te sientes atraído por alguien o por algo? ¿Qué o quién?

¿Crees que el resultado de la atracción es la gratificación? ¿Por qué?

2-Lo más importante del amor es el sexo y la gratificación del uno con el otro. El amor se mantiene con el deseo sexual.

¿Se puede mantener una relación sólo por gratificación?

¿Qué pasará cuando uno no encuentre gratificación dentro de la pareja?

3-Dicen que el amor no es deseo, no es fijación. Apasionarse es el punto opuesto del amor. La pasión es una enfermedad.

¿Estás de acuerdo con esta afirmación? en que si y en que no.

¿Qué entiendes por deseo y por pasión?

¿Qué significa para ti estar «enfermos de amor»?.

5 Sesión 4-Muchas veces cuando nos enamoramos, estamos ciegos y solo vemos en la otra persona un ideal y no la verdadera realidad. El enamoramiento crea celos y sufrimiento, porque se vive en la inseguridad, y en la desconfianza, pensando que un día el sueño se puede terminar.

¿Crees que hay parejas que se han casado o que se piensan casar y realmente sólo están enamorados idealmente? ¿Qué les diríais?

¿Son buenos los celos? ¿Cómo se superan?

5-Amar significa claridad de percepción y precisión de respuesta, es decir ver al otro claramente como es. A veces se busca en el otro la imagen de lo que yo quiero.

¿Cómo ves a tu pareja? Descríbela un poco.

6-El día de la boda una novia/o dijo estas palabras a su novio: Sólo te puedo amar en libertad. Quiero estar toda mi vida junto a ti, pero sin casarme. ¿Si tu fueras el novio/a qué le dirías?

7-El amor se demuestra dentro de la pareja, por ese motivo hay que alejarse de los amigos porque son elementos de conflicto en el amor.

¿Qué importancia tienen los amigos en ti?

¿Se puede vivir dentro del matrimonio sin amigos?

¿Qué pasaría si un día tu mascota te roba el amor de tu pareja?

8-El yo, es un impedimento para amar, porque considero a las personas queridas como mías. Amo mi esposo, mi familia, mi hija...

¿Es posible un amor egoísta? que solo se quiera a si mismo.

¿En donde empieza la libertad de cada uno?

¿Dónde empieza la unión de los dos?



Paso 7: El Amor, ¿qué amor?

Este triángulo viene del campo de la psicología y del estudio de la sexología<sup>4</sup> pero puede servirnos para explicar el sentido del amor y de la sexualidad en la relación de personas. El triángulo combina las diferentes relaciones entre amor y sexualidad en el ámbito del hombre y de la mujer.

ESQUEMA DEL TRIANGULO MADURO DE STERNBERG DE LA PÁGINA SIGUIENTE

<sup>4</sup> Este esquema procede de Félix García profesor en Salamanca, y que tiene muchas cosas publicadas sobre el tema de la educación sexualidad. *Para comprender la sexualidad*, Verbo Divino.



# Teoría triangular del amor propuesta por Robert Sternberg.

La teoría triangular del amor que propuso Robert Sternberg (1986) demuestra las complejidades que supone establecer relaciones amorosas. Afirma que el amor tiene tres componentes, como se observa en la figura.

El primero es la **INTIMIDAD**, sensación de cercanía que ocurre en este tipo de relaciones. Es sentirse unido o vinculado al ser querido. Queremos hacer cosas para que la persona amada tenga una vida mejor. Nos une a ella un auténtico cariño y nos sentimos felices cuando está cerca de nosotros. Contamos con ella cuando la necesitamos y procuramos darle a cambio todo nuestro apoyo. Los que se aman comparten actividades, posesiones, pensamientos y sentimientos. En efecto, el compartir es quizás el factor decisivo que convierte un noviazgo en un matrimonio amoroso o en una relación parecida al matrimonio.

La **PASIÓN** es el segundo componente del amor. Indica la atracción física, la excitación y el componente sexual de la relación. Las necesidades sexuales son importantes, pero no son la única fuente de motivación. También intervienen las necesidades de autoestima, afiliación y afecto. Unas veces, la intimidad culmina en la pasión; otras, la pasión aparece primero. En ocasiones hay pasión sin intimidad o intimidad sin pasión (como sucede en una relación fraternal).

El tercer componente del triángulo amoroso de Sternberg incluye **DECISIÓN Y COM-PROMISO.** Dicho componente presenta aspectos a corto y a largo plazos. El primero es la decisión o el darse cuenta de estar enamorado. El aspecto a largo plazo es el compromiso de cultivar ese amor. Una vez más puede variar la relación entre este componente y los dos restantes.

Por supuesto la mayoría de la gente desea una relación matrimonial en la que predomine el amor consumado. Pero más de una pareja ha confundido el apasiona- miento con el amor; en muchos matrimonios la pasión desaparece y entonces la esencia de la relación se torna no romántica.

La intimidad puede destruirse si se niegan los sentimientos, en especial el enojo. El temor al rechazo también la bloquea, sobre todo cuando produce una falsa identidad que tiende a satisfacer al otro y no las necesidades personales más importantes. El cortejo tradicional y los patrones del noviazgo pueden desalentar incluso la intimidad, si sólo abarcan intercambios superficiales y apariencias. Hay conductas que son aún más nocivas para la intimidad: el sexo informal, la franqueza brutal y una falsa indiferencia no son tierra fértil para la intimidad.

Vamos a unir esos tres elementos, empezamos en la punta de arriba del triángulo hacia la derecha.

# 1.- AMOR DE COMPAÑERISMO (intimidad + compromiso)

Cuando sumamos el cariño y el afecto entre dos personas solo puede surgir la intimidad. Solo hay sexo. Se convierte en un **amor de compañerismo (intimidad + compromiso)**, existe la intimidad y un cierto compromiso de estabilidad, de continuidad, pero sin que suponga un compromiso de por vida, tiene un carácter permanente hasta que se rompe. El **amor vacío-decisión (compromiso)** correspondería a solo la decisión y el compromiso sin los elementos de cariño y afecto hacia la otra persona, como los matrimonios de conveniencia. Es un mero amor de institución, como en la Edad Media. Sería el matrimonio entre personas que no se quieren, o que no se conocen. Hacia Sesión compromiso de estabilidad pero no existe el amor, el afecto, no hay amistad, no hay un proyecto solido, solo algo vacío, falta enamoramiento, falta pasión.

# 2.- AMOR NECIO (pasión + compromiso)

En cambio el **amor necio (pasión + compromiso)** es cuando se construye solo sobre la pasión y el compromiso. Ejemplos como: ¡Esta y yo tenemos mucha química! A penas nos vemos, nos ponemos locos de amor, y eso que nos conocimos el otro día. Y con este pensamiento se casan, pero no se conocen, no son amigos, no saben si son compatibles, ni saben si tienen un proyecto de vida en común, no se han hablado. Es un **amor de solo pasión-encaprichamiento**.

# 3.- AMOR ROMÁNTICO (intimidad + pasión),

El otro tipo es el **amor romántico (intimidad + pasión)**, cuando solo hay intimidad y pasión pero no hay proyecto de vida entre la pareja. Esto se da mucho en los ligues extramatrimoniales, cuando no hay compromiso y única y exclusivamente se limita al sexo y a la pasión.

#### 4.- AMOR MADURO Y CONSUMADO (intimidad + pasión + compromiso),

El **amor maduro y consumado (intimidad + pasión + compromiso)**, es el que implica los tres elementos básicos en la relación, la intimidad, la pasión y el compromiso. Para que un matrimonio sacramental sea valido es necesario que se cumplan estas tres funciones, si falta una de ellas, el matrimonio no sería valido. Tienen que darse las tres, por supuesto pasión, deseo, capacidad de vivir la relación sexual, intimidad, amistad, cariño, atracción psicológica, etc... Para formar una familia hay que ser buenos amigos.

Para que un matrimonio cumpla con todas sus funciones es necesario que sean amigos, la amistad supone confianza, dedicar tiempo uno al otro para conversar.

Cuando una pareja entiende este esquema se puede llegar a captar la riqueza de la sexualidad y lo importante que es hacer las cosas bien hechas. Y es bueno reflexionar, dialogar, no tener prisa y pensar en todo lo que ofrece el amor.

# Proyección del vídeo:

Placard (El dinero principal causa de divorcio)



#### Paso 8

Lectura de la 1era carta de San Juan

El sentido último de toda persona está en la necesidad de amar y ser amado. Para conocer en qué consiste el verdadero y auténtico amor tenemos que ir a la fuente: Dios es Amor. Dios nos ha creado por amor porque somos Hijos suyos.

El animador invita a todas las parejas a escuchar un texto del evangelio de la Primera Carta de San Juan. Alguien lo proclama en voz alta y todos siguen el texto desde sus cuadernos:

«Queridos hermanos, amémonos unos a otros, porque el amor procede de Dios. Todo aquel que ama es hijo de Dios y conoce a Dios. El que no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es amor. Dios ha mostrado su amor hacia nosotros al enviar a su Hijo único al mundo para que tengamos vida por él. El amor consiste en esto: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros y envió a su Hijo, para que, ofreciéndose en sacrificio, nuestros pecados quedaran perdonados. [...] Así hemos llegado a saber y creer que Dios nos ama. Dios es amor, y el que vive en el amor vive en Dios y Dios en él. [...] Nosotros amamos porque él nos amó primero. El que dice: "Yo amo a Dios", pero al mismo tiempo odia a su hermano, es un mentiroso. Pues quien no ama a su hermano, al que ve, tampoco puede amar a Dios, al que no ve. Jesucristo nos ha dado este mandamiento: que el que ama a Dios ame también a su hermano.» (1Jn 4,7-21)

El animador puede continuar explicando los diversos tipos de amor. Los griegos tenían tres palabras para designar los distintos grados del amor.

- a) Eros: se refiere al amor que uno tiene a personas y cosas en proporción a lo que hemos pueden ofrecer.
- **b)** Filia: se refiere al amor del amigo, la amistad.
- c) Ágape: significa el que cada uno está dispuesto a hacer y dar por la felicidad del otro.

Erich Fromm, en su libro *El arte de amar*, realiza una explicación del amor. Parte del concepto que el amor es un arte que debe ser aprendido, desde lo práctico como lo teórico, y que esto último es lo difícil y no el hecho de no encontrar a quien amar, como se cree popularmente.

El hombre sufre porque necesita superar la separatividad, o sea, la soledad, a la que experimenta como angustiante, y el amor es la forma de afrontar la separatividad humana.

Cuando habla de amor maduro se refiere a «la paradoja de dos seres que se convierten en uno, y no obstante, siguen siendo dos<sup>5</sup>». Este amor implica cuidado, responsabilidad, respecto y conocimiento. Distingue distintos tipos de objetos amorosos:

El **amor fraternal** es el que habla del amor a todos los seres humanos, el que comienza a desarrollarse solo cuando se ama a quienes no se necesita por un fin egoísta.

El **amor maternal** es el que se refiere al amor dependiente que contribuye al desarrollo del niño y que inculca amor a la vida. En este amor se encuentran dos seres unidos que luego se deben separarse.

El **amor erótico** es la unión única con una persona exclusiva. Es además de una atracción individual y concreta entre dos persona, un acto de voluntad y un compromiso.

El **amor así mismo** se diferencia del egoísmo, diciendo que son opuestos. Para poder amar a los demás, hay que saber amarse a sí mismo. Es más, afirma que una madre que se ame a sí misma será la más indicada para enseñar a su hijo a conocer la felicidad, el amor y la alegría.

El **amor a Dios** se relaciona con la necesidad de amar que tiene el ser humano debido a la superación de la angustia del estado de separación. El amor a Dios es el acto de experimentar la unidad con Dios y no sólo conocerlo a través del pensamiento.

Cuando la Escritura habla de amor se refiere a Ágape, que es el amor de Cristo. Este amor tiene estas características:

- a) **Es un amor de entrega**: Al igual que Jesucristo se entregó en la cruz para redimirnos, y entregó la vida por nosotros. Así en el Matrimonio uno se entrega al otro.
- b) **Es un amor servicial**: Al igual que toda la vida de Jesús es servicio, detectando las necesidades del otro. Así en el Matrimonio se detectan las necesidades de la pareja.
- c) Es un amor comprensivo y sin envidia: Al igual que Jesús fue un hombre comprensivo, tolerante, abierto, respetuoso y sabía comprender todas las situaciones de la gente. Al igual debe de ser la vida matrimonial.
- d) **Es un amor que sabe perdonar**: Las últimas palabras de Jesús en la cruz fueron: «Padre, perdónalos por que no saben lo que hacen». Así también en el Matrimonio se debe recibir el perdón.

## Proyección del fragmento de la película:

Un paseo para recordar

El fragmento de la película *Un paseo para recordar* de Adam Shankman (2002). Cuenta la historia de una pareja de jóvenes. El chico es un estudiante de preparatoria y sus amigos pretenden aprobar a la chica como nuevo miembro. Debido a un accidente del chico es perseguido por un policía y castigado por el director de la escuela que encontró cervezas en su taquilla. Según el director es hora de que el joven escarmiente y de que trate con gente distinta, por lo cual deberá ayudar en el trabajo de limpieza de la escuela, dar clases como tutor a niños de la escuela hermana en los fines de semana y participar en la obra de teatro de primavera.

«El amor es sufrido y considerado, nunca es dejado. El amor nunca es jactancioso o engreído, nunca es grosero o egoísta, nunca se ofende ni es resentido. El amor no haya placer en los pecados de los demás y se deleita en la verdad. Siempre está dispuesto a excusar, confiar, esperar y soportar todo lo que venga.» Fragmento de la película *Un paseo para recordar.* 01:27:54



## Paso 9: Lectura del texto de John Powell

En este paso se puede leer, en voz alta, el texto del escritor John Powell entre los miembros del grupo y compartir las sensaciones que les produce dicha lectura.

Son las actitudes las que hacen que una misma experiencia sea agradable o dolorosa. En el matrimonio también sucede así: es necesario mantener una actitud positiva hacia la pareja, educando los ojos y la mente para encontrar lo positivo que tiene incluso el rasgo que menos agradable nos resulta:

- -Si crees que tu esposa es «chismosa», dale a ese rasgo la característica de una cualidad: es sociable, abierta y expresiva, y sus comentarios nunca son hirientes.
- -Si sientes que tu esposo habla demasiado, trata de ver que podría ser introvertido, huraño y difícil de trato. Y de esta manera, siempre sabes cómo piensa y se siente.
- -Si crees que tu pareja es demasiado «seria y aburrida», trata de agradecer que siempre dará a las cosas el peso y la importancia que merecen, que ponderará lo que dice y hace, evitando malos entendidos y discusiones impulsivas.
- -Si te parece que el otro es «demasiado débil y no sabe decir que no», valora su buen carácter, su amabilidad, su capacidad de comprender y ayudar a los demás.
- -En lugar de calificar a tu esposo como «demasiado estricto», seguro que puedes describirlo también como disciplinado, maduro, reflexivo y fiel a sus principios.
- -Además de «excesivamente extrovertida», es muy probable que tu mujer sea a la vez vitalista, positiva, entusiasta y alegre.

## Gracias Señor por amarnos y hacer que ame a mi pareja

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartirán delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo. La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación, el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, *Dreams of angels*, o *The Angel of Love*; Bill Douglas, *Deep peace*), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

## a) La preparación de la oración

**1. Entrada en la capilla o lugar de oración.** Las parejas entrando una detrás de la otra, saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

Sesión

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

- **3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...
  - a) En este momento un novio **enciende la vela**.
  - b) Preparación de la sesión con la técnica del minuto. Es necesario sentarse en una silla, con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural). de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c) Oración inicial del director del oratorio, los novios extienden sus manos hacía el cielo.

Te pedimos, Señor, que bendigas este amor que nace en nosotros, y que nos alegra e ilumina la vida; acompáñanos en nuestro caminar y permítenos que podamos disfrutar de este don de tu bondad, y que al mismo tiempo podamos vivirlo con generosidad, entrega, responsabilidad y sabiduría, para preparar el ámbito de nuestra familia futura. Quédate con nosotros, Señor. Amén.

## b) La oración del corazón

- **4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús.** En este momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.
- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas.
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

## c) La escucha de la palabra

- **7.-Introducción a la Palabra,** el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.
- **8.-La proclamación de la Palabra**, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

# 5

## Lectura del santo Evangelio según San Mateo (Mt 22, 3540)

En aquel tiempo, uno de los fariseos, que era experto en la Ley, le preguntó a Jesús para ponerlo a prueba:

- Maestro, ¿cuál es el mandamiento principal de la Ley? Él le dijo:
- Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con todo tu ser. Este mandamiento es el principal y primero. El segundo es semejante a él: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. Estos dos mandamientos sostienen la Ley entera y los profetas. Palabra del Señor.

Al finalizar la lectura el que ha proclamado la Palabra besa la Biblia.

- **9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra.** Después de la proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- **10.-Repetición del versículo clave.** El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta.
- **11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra.** Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).
- **12.-Gesto simbólico.** En la alfombra del centro del oratorio habrá una maceta llena de arena y una cajita con velitas (como las de la vigilia pascual). El animador invita a encender una vela para ofrecer su pareja a Dios: para que Dios la cuide, la ame y la bendiga con toda clase de cosas buenas. Cuando el director del oratorio lo indique las personas una detrás de la otra se levantan y van encendiendo la vela del cirio pascual y clavándola en la arena de la maceta dispuesta para ello.
- **13.-Canto meditativo.** Como respuesta a la Palabra se puede cantar un canto o repetir el mismo de antes.

#### d) La oración personal

**14.-Las oraciones en común.** En este momento se invita a las parejas que expresen sus oraciones en voz alta. Al terminar, a dos coros recitarán la siguiente oración.

#### Amar a todos

Señor, enséñanos a no amarnos sólo a nosotros mismos, a no amar solamente a nuestros amigos, a no amar sólo a aquellos que nos aman. Maestro y Amigo, enséñanos a pensar en los otros, y a amar, sobre todo, a aquellos a quienes nadie ama.

Concédenos la gracia de comprender que, mientras nosotros vivimos una vida demasiado feliz, hay millones de seres humanos, que son también tus hijos y hermanos nuestros, que mueren de hambre, cuando nosotros tiramos el pan que nos sobra; que mueren de frío, cuando nosotros tenemos dificultad para escoger el conjunto adecuado; que mueren en las guerras, sin haberlas declarado.

Señor, ten piedad de todos los pobres del mundo. Y no permitas, Maestro y Amigo, que nosotros vivamos felices en solitario. Enséñanos, a compartir con una caridad llena de imaginación. Haznos sentir la angustia de la miseria universal, y líbranos de nuestro egoísmo. Amen. (Sobre una Oración de Raul Follereau)

**15.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.

**16.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**17.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén. El Señor te bendiga y te guarde. Te muestre su rostro y tenga piedad de ti. Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz. El Señor te bendiga. R/. Amén. (San Francisco de Asís)

## e) Salida del oratorio

**18.-Despedida y salida.** Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.



## Paso 11: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Cuáles son las cosas que amo más de mi pareja?
- ¿Qué tipo de amor quiero entregar a mi pareja?

#### 6.5.5.-Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Queremos vivir lo más posible, los hijos vendrán más tarde»
- «No solo los niños. Hay otras muchas cosas a las que atender y ser fecundos»
- «Nos queremos casar porque deseamos tener hijos»
- «Nosotros no hemos hablado jamás sobre este tema»

## b) Fragmento de la película

Existen multitud de películas que tratan el tema del amor maduro. Podemos localizar el fragmento de la película *Camino* de Javier Fresser (2008). Esta película narra una aventura emocional en torno a una deslumbrante niña de once años, muy religiosa, que se enfrenta al mismo tiempo a dos acontecimientos que son completamente nuevos para ella: enamorarse y

Sesión

morir. Camino es el nombre de la chica, y es, sobre todo, una luz brillante capaz de atravesar todas y cada una de las tenebrosas puertas que se van cerrando ante ella, y que pretenden en vano sumir en la oscuridad su deseo de vivir, amar y sentirse definitivamente feliz. La película está inspirada en la verdadera historia de Alexia González Barros, la hija menor de una familia perteneciente al Opus Dei, que falleció en 1985 a los 14 años de edad, y que actualmente está en proceso de canonización.

- «— ¿Tú crees que puedes enamorarte de una persona con la que sólo has hablado una vez?
- Yo, creo que eso sólo pasa en las películas.» Fragmento de la película Camino.

Fragmento de la película *interstellar* de Christopher Nolan (2014). Esta película narra una historia futurista situada en el siglo XXI. La crisis mundial ha obligado a muchas personas a buscar refugio en la agricultura, única fuente de sustento, pero que se encuentra amenazada por terribles fenómenos atmosféricos que castigan a la tierra desde hace años. Un ex astronauta, que nunca viajó al espacio, descubre que para dar un futuro a sus hijos solo queda una solución: un agujero de gusano, que la NASA ha descubierto en completo secreto. Este agujero podría dar lugar a la vida en una galaxia. A partir de aquí comienza su misión.

«El amor es lo único que somos capaces de percibir que trasciende las dimensiones del tiempo y del espacio.» Fragmento de la película *Interstellar*. 01:25:00

## c) Textos para la reflexión

El amor tiene 5 etapas y la mayoría de las parejas no logran superar la tercera.

Dicen que el amor transita por varias etapas, es decir, no siempre todo es de color rosa, se llega a un punto de la relación en que uno de los dos parece ya no dar más, tal vez por monotonía, falta de interés o muchas veces simplemente se cae en la rutina, lo cual termina definitivamente matando el amor. Y por más que una de las partes luche por sacar la relación a flote, hay que aceptar que esto no funciona así pues es de dos.

Después de tanta *«lucha»* se llega a lo esperado pero no deseado: una ruptura, la cual creo que la gran mayoría sabemos lo dolorosa que puede resultar. Lo típico casi siempre es justificarla con la frase: **«no éramos el uno para el otro o no era el indicado».** 

Y lo cierto es que no hay relación perfecta, simplemente las cosas pasan, algo sale mal y todo termina. El psicólogo Jed Diamond explica este fenómeno de la siguiente manera: «las personas sí llegamos a conocer a nuestra media naranja; e incluso, las relaciones perfectas existen, sólo que no todas las personas son capaces de enfrentar estas 5 etapas de una relación».

¿Quieres saber cuáles son?.

#### 1. Enamoramiento:

Es considerada la mejor etapa de la relación debido a que en ella todos somos sumamente felices. Nadie puede controlar sus hormonas, los sentimientos siempre suelen estar a flor de piel. Es



tanta la alegría que sentimos que nos vamos creando la ilusión de una vida junto a esa persona, idealizamos mil cosas, hacemos planes a futuro y pensamos que en algún momento todos se cumplirán. Te gusta tanto que te olvidas del mundo entero y vives por y para esa relación.

#### 2. Inicio de la relación:

Va de la mano con la anterior pero aquí la relación es más formal ya que ambos han adquirido por voluntad propia ciertas responsabilidades para que la relación marche bien. El trato comienza a ser más profundo, se llega a la intimidad, se comparte más tiempo juntos y se comienzan a realizar algunos planes que se idealizaron en la primera etapa. En esta etapa muchas parejas toman la decisión de comenzar una vida juntos y formar una familia. La manera en que te sientes no tiene explicación y se suele gritar a los cuatro vientos dicha felicidad, pues crees estar con la persona indicada y el amor de tu vida.

## 3. Decepción:

En la segunda etapa que es en la que conocemos más a nuestra pareja, sus gustos, defectos, errores, etcétera, en esta tercera etapa muchas relaciones fracasan. Y como en la primera etapa idealizábamos tanto a esa persona, toda la realidad nos cae como un balde de agua helada, hay de dos: que ocurra lentamente o en un pestañeo.

Suele pasar que todo lo bueno comienza a apagarse poco a poco y nos cuestionamos de que porque las cosas han cambiado tanto y la realidad es que no han cambiado, la realidad es que nunca quisimos verlas como en realidad eran. Entonces, finalmente deciden que lo mejor es Sesión darse un tiempo para volver a ser las personas que solían ser antes y determinar si desean continuar juntos.

## 4. Superación de la crisis y amor real:

Lamentablemente pocas relaciones son las que suelen superar esta etapa, sin embargo, al hacerlo todo es mucho mejor, pues ambos se han desnudado a como realmente son y se aceptan. Ahora que han dejado las apariencias de lado, saben que ambos son seres humanos y que suelen cometer errores. En esta etapa el amor se vuelve real.

#### 5. Uso del potencial de ambos para cambiar al mundo:

Ahora que ambos están conscientes de que ninguna relación es perfecta y que ustedes tampoco lo son, están en toda la disposición de enfrentar juntos cualquier adversidad, saben que su amor superará toda prueba que se les presente. El lazo entre ambos se ha vuelto fuerte e indestructible. Ahora se enfocan en lograr todos aquellos planes que alguna vez idealizaron y trabajan cada día a la par para que eso sea posible. Se alientan, se motivan y uno es el apoyo del otro y viceversa. Y entonces has llegado a la etapa en que definitivamente sabes que estas con la persona indicada.

## d) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

Cariño de los animales ¿Qué es el amor?

Cuento ámela

Cuento Reunión de todos los sentimientos, no dejes morir el amor

El amor es...

El amor

Eso no es amor

Expresarse con amor

Si crees... Eso no es amor

#### 6.5.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo hagan a solas en su casa.

## Descubriendo los lenguaje de amor tuyos y de tu pareja

Por favor contesta las preguntas 1 y 2 individualmente, comparte tus respuestas con tu pareja antes de completar las preguntas 4 y 5.

1. Escribe un máximo de 12 ocasiones específicas a través de las cuales has reconocido el amor de tu pareja por ti. (Puede haber sido en cualquier etapa de tu relación, antes o después del tiempo de noviazgo. Pueden ser situaciones corrientes o poco frecuentes, y se pueden considerar de mayor o menor importancia).

He reconocido tu amor por mí cuando:

Por ejemplo: Nos sentamos bajo las estrellas a hablar acerca de nuestro futuro. Me regalaste ese reloj en nuestro aniversario. Cocinaste una cena especial para mi cumpleaños. Me dijiste lo orgulloso que te sentías de mi cuando me promovieron. Cuando estamos esperando que inicie una película, y espontáneamente me abrazas.

2. Teniendo en cuenta tus respuestas a la pregunta 1, coloca en orden de importancia para ti, los cinco lenguajes del amor donde 1 es el más importante y 5 el menos importante. Luego piensa el orden de importancia que crees que tendrán para tu cónyuge.

LEGUAJES DEL AMOR		
	PARA TI	PARA TU CONYÚGE
Palabras de afirmación		
Recibiendo regalos		
Afecto físico		
Tiempo de calidad		
Actos de servicio		
		numera del 1 al 5

- 3. Ahora, comparen y discutan lo que cada uno escribió en las preguntas 1 y 2.
- 4. Observando el primer lenguaje del amor para tu pareja, es decir el más importante, haz una lista con tres formas en las cuales puedes comunicarle tu amor durante esta semana o este mes. ¡Trata de mantenerte dentro de los límites de la realidad!
- 5. Observando el segundo lenguaje del amor para tu cónyuge, es decir el segundo más importante, haz una lista con tres formas en las cuales puedes comunicarle tu amor durante esta semana o este mes.
- 6. ¡Experimenta y observa cuáles son los resultados!

5

Sesión



«Creced y multiplicaos» (Gn 1,28)

## 6.6. El sexto encuentro La paternidad y maternidad responsable, la educación de los hijos.

Es muy importante que quienes van a colaborar con Dios en la transmisión de la vida humana, engendrando nuevos hijos, se planteen a las puertas de su matrimonio el tema de la paternidad y maternidad responsable, conociendo los criterios que la Iglesia, Madre y Maestra les enseña, y que deben asumir en libertad y vivir en responsabilidad.

Cuando hablamos de paternidad y maternidad responsable, no podemos entenderlo como sinónimo de paternidad y maternidad calculadas. La Encíclica *Humanae Vitae*, después de recordar que el matrimonio y el amor conyugal están ordenados por su propia naturaleza a la procreación y educación de la prole, añade:

«Por ello el amor conyugal exige a los esposos una conciencia de su misión de "paternidad responsable" sobre la que hoy tanto se insiste con razón y que hay que comprender exactamente» (HV 10).

#### 6.6.1. Planteamiento teórico de la sesión

Jesucristo nos invita a ser felices y dichosos y tenemos el ejemplo en las bienaventuranzas. Pero la felicidad que proviene de diferentes acciones que el hombre realiza: de la sonrisa de un hijo, de un encuentro, de una fragancia o de un olor, etc... En cambio esta felicidad es efímera.

Hay también sentimientos más intensos y duraderos a los que uno llama alegría y felicidad. Cuando se trata de sentimientos no pasajeros sino de un estado recibido de fuera y que lleva a la persona más allá de ella misma.

«El mejor modo de ser padres, es ser una pareja que se ama» En efecto, es el amor exagerado de los padres que hace a los hijos más afectuosos, les proporciona el placer de vivir y progresar es, probablemente, el testimonio de una pareja que se ama e irradia alegría amando a los demás

El verdadero amor se alimenta de una imitación, «queremos ser como». Tiene su seguridad en todas las fuerzas recibidas de fuera que hacen vibrar los corazones de las personas, para seguir adelante y sobreponerse a las pequeñas tentaciones egoístas e individualistas.

En la pareja son necesarias algunas ayudas referenciales: las parejas que ayudan a progresar, los amigos que comparten la vida, los consejeros conyugales, la Iglesia mediante sus sacerdotes, los laicos comprometidos que trabajan para ayudar a preparar o vivir el matrimonio y, sobre todo, Dios que, con su Palabra, orienta la elección.

Dentro del planteamiento del Dios de Jesucristo surge el tema de la vida, de la familia como comunidad de vida y amor, abierta a la procreación. El desear un hijo es común a la pareja, se basa en numerosos parámetros y tiene el origen en los recuerdos infantiles, esto pervive

en el ADN de la persona humana. Pero la paternidad alimenta los miedos y la imaginación (separaciones, violencias, secretos, conductas impropias), y puede frenar el sentirse bien.

En el fondo de la pareja existe una certeza que anida el deseo de fundar algo que sea común a ambos. Este deseo tiene varias facetas: formar una sola carne; dar sentido a la unión; y hacer fecunda esta unión.

Los hijos, nacidos o por nacer, sobrepasan la simple vida de pareja. Ellos hacen que se abra todo un mundo de amor, más allá de los temores y los deseos.

## 6.6.2. Planteamiento teológico de la sesión

Una de las claves teológicas y antropológicas del Sacramento del Matrimonio es la «vida». Vida recibida, compartida, donada, transmitida. Vida que proporciona esperanza, vida que crece y que repercute. La aceptación de una vida, tanto en su novedad como en su aparición, proporciona a la pareja una tercera dimensión. Por el hijo, los hijos (concebidos o adoptados) o cualquier otra elección fecunda, consensuada y asumida en la pareja (social, asociativa, política ...), la pareja se hace parte de una sociedad en construcción. Acogiendo la vida, la pareja se convierte en conductores de su propia vida, de lo que viven y de lo que les preocupa. Cuando el ser humano se abre a la vida, se da cuenta de cómo se enriquece el sentido mismo de la unión.

La teología cristiana dice que la verdadera alegría es la que se recibe de Dios. Pasar de la felicidad a la alegría sería percibir que los actos de las personas tienen su origen en un proyecto más amplio, el de Dios respecto a su creación. Esta visión nos hace penetrar en la contemplación de este prodigioso proyecto de un Dios que ha creado el mundo para invitarlo a la vida verdadera.

Celebrar la fiesta toma así una nueva dimensión, la celebración de los que saborean la alegría de los dones de Dios y desean hacer partícipes de ellos a quienes les rodean. De esta forma, se convierten en signos que irradian una profunda alegría.

#### 6.6.3. Planteamiento bíblico de la sesión

La vida fecunda, desbordante y gozosa es, para los cristianos, el centro del proyecto de Dios. Dios en el génesis cuando nos habla de pasar a ser una sola carne, no consiste de pasar de un hogar a otro, sino de abrirse a la vida.

Esta apertura a la vida se realiza en una doble dinámica: un camino libre, una paternidad/ maternidad responsable, donde la elección del número de hijos y su acogida se fundamente en el discernimiento de los esposos, en vistas a encontrar un equilibrio para cada uno de los miembros de la familia; y en unos lugares de apertura donde la pareja, basándose en el amor compartido se convierta en transmisora de vida y de proyectos para toda la sociedad. Poniéndose al servicio de los demás, la pareja manifiesta su fecundidad y se hace signo del amor recibido de Dios y que la supera.

«El Señor se apareció a Abraham en el encinar de Mambré, mientras Abraham estaba

0

Sesión

sentado a la entrada de su tienda de campaña, como a mediodía. Abraham alzó la mirada y vio a tres hombres que estaban de pie frente a él. Al verlos, se levantó rápidamente a recibirlos, se inclinó hasta tocar el suelo con la frente y dijo: Mi señor, por favor te suplico que no te vayas en seguida. Si te parece bien, haré traer un poco de agua para que os lavéis los pies, y luego descansad un rato bajo la sombra del árbol. [...] Abraham entró en su tienda de campaña y dijo a Sara: ¡Date prisa! Toma unos veinte kilos de la mejor harina y haz unos panes. Luego Abraham corrió a donde estaba el ganado, escogió el mejor de los becerros y se lo dio a uno de sus sirvientes, quien lo preparó inmediatamente para la comida. Además del becerro, Abraham les ofreció cuajada y leche, y estuvo atento a servirles mientras ellos comían debajo del árbol. Al terminar de comer, los visitantes preguntaron a Abraham: ¿Dónde está tu esposa Sara? Allí, en la tienda de campaña —respondió— Entonces uno de ellos dijo: El año próximo volveré a visitarte, y para entonces tu esposa Sara tendrá un hijo. Mientras tanto, Sara estaba escuchando toda la conversación a espaldas de Abraham, a la entrada de la tienda. Abraham y Sara ya eran muy ancianos, y Sara había dejado de tener sus periodos de menstruación. Por eso Sara no pudo contener la risa, y pensó: "¿Cómo voy a tener ese gusto, ahora que mi esposo y yo somos tan viejos?" Pero el Señor dijo a Abraham: ¿Por qué se ríe Sara? ¿No cree que puede tener un hijo a pesar de su edad? ¿Hay acaso algo tan difícil que el Señor no pueda hacerlo? El año próximo volveré a visitarte, y para entonces Sara tendrá un hijo. [...] Entonces el Señor pensó: "Debo decirle a Abraham lo que voy a hacer, ya que él va a ser el padre de una nación grande y fuerte. Le he prometido bendecir por medio de él a todas las naciones del mundo. Yo le he escogido para que mande a sus hijos y descendientes que obedezcan mis enseñanzas y hagan todo lo que es bueno y correcto, para que yo cumpla todo lo que le he prometido."» (Gn 18,1-19)

El plan de Dios sobre el hombre es una invitación a la vida, a la fecundidad en sentido amplio. Se trata de los hijos, pero es también una llamada a la responsabilidad del hombre, a quien Dios ha confiado la tierra y todo lo que ella contiene.

La alegría de la pareja cuando siente el amor es tan desbordante que desean que se expanda, que sea una esperanza para la humanidad. Este texto bíblico nos invita a reflexionar en este sentido:

«El reino de los ciclos se parece a un tesoro escondido en un campo. Lo descubre un hombre y lo vuelve a esconder y, lleno de alegría, vende todas sus posesiones para comprar aquel campo. También: el reino de los ciclos se asemeja a un mercader de perlas finas. Al descubrir una de gran valor, va, vende todas sus posesiones y la compra» (Mateo 13,44-46)

La alegría desbordante ocupa el centro de la celebración del matrimonio. Más allá de la fiesta de un día, es, para los cristianos, un don de Dios, llamado a desbordar el amor, a encarnarse en los hijos y en el corazón de los amigos que encontrarán en los esposos la fuerza de una nueva esperanza. En esto el amor de la pareja irradia la abundancia del amor de Dios.

## 6.6.4. Guión de la sesión



## Paso 0: Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: **Padre de familia parado en la clase del colegio de su hijo** 



## Paso 1: Acogida de las parejas

En un primer momento y dentro de un ambiente distendido se da la **bienvenida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el sexto tema. En el cuaderno está escrita la siguiente oración que todos leen en voz alta:

Te pedimos Señor que quites todo egoísmo de nuestro amor.

Que nuestro cariño sea puente que une. Que sea un impulso para participar más, para ayudar más, para buscar juntos los caminos de la verdad.

Que juntos amemos más al prójimo. Que juntos seamos más humildes, más libres, más fuertes.

Y apoyados en ti podamos desafiarlo todo, por seguirte. Amén.



Paso 2: Introducción del tema

Presentación del tema que se tratará en la sesión: La paternidad responsable y la educación de los hijos. Proyección del vídeo: Transmisión de la fe a los hijos

El animador o acompañante un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

#### 1.- CRITERIOS DE PATERNIDAD/MATERNIDAD RESPONSABLE

Para comprender bien la «paternidad/maternidad responsable», hay que considerarla bajo diversos aspectos relacionados entre sí; los dos primeros criterios hacen referencia a las fuentes de la vida y el tercer criterio al número de hijos.

«En relación con los procesos biológicos, paternidad responsable significa conocimiento y respeto de sus funciones; la inteligencia humana descubre, en el poder de dar la vida, leyes biológicas que forman parte de la persona humana.» (HV 10).

El cristiano tiene obligación de conocer su cuerpo, qué leyes hay inscritas en su naturaleza para respetarlas. Un ejemplo que puede ilustrar este criterio para entenderlo bien, puede ser el siguiente: Yo tengo un taller mecánico, y necesito contratar a un empleado para trabajar en el taller. Pongo un anuncio en la puerta, y me viene un muchacho que ha estudiado farmacia, pero que no tiene ni idea de mecánica, pero que quiere trabajar. Le preguntaríamos si conoce el motor, si sabe el funcionamiento de las bujías, de los frenos, de la batería. Nunca se nos ocurriría contratarlo, porque seguro que desarmaría el motor, lo armaría a su manera, pero el coche no funcionaría. El mecánico, no sólo debe conocer el funcionamiento del motor, sino respetar cada una de sus piezas y la función que desempeñan.

En definitiva este es el primer criterio de paternidad responsable: quienes van a colaborar con Dios en la transmisión de la vida humana, deben conocer los procesos biológicos de su cuerpo y respetarlos. Hay quienes acusan a la Iglesia Católica de ser tremendamente biologista en este tema, y no en otros. Las leyes biológicas que Dios ha puesto en la naturaleza del ser humano, no son un añadido de la persona, sino parte integral y esencial de la misma persona, y por lo tanto, manifestación de la voluntad de Dios Creador.

«En relación con las tendencias del instinto y de las pasiones, la paternidad responsable comporta el dominio necesario que sobre aquellas han de ejercer la razón y la voluntad.» (HV 10).

El cristiano debe dominar su cuerpo. Cuando decimos «dominar», no nos referimos a «reprimir». La inteligencia humana descubre un instinto sexual y unas pasiones afectivas muy fuertes que deben ser dirigidas por la voluntad al servicio del verdadero amor entre los esposos. El ser humano está llamado a ser señor y dueño de su ser, y a no dejarse dominar ciegamente por las pulsiones y pasiones. Para conseguir este dominio ético de sí mismo, el matrimonio cristiano cuenta con la virtud de la castidad matrimonial, que lejos de impedir el amor en el matrimonio, lo encauza y lo ordena al bien total de la persona y de su entrega.

Cuando un matrimonio decide no poner límites al instinto sexual, sino que movido por un falso concepto de libertad se deja dominar por las pasiones, se perjudica el amor entre ambos, se falsifica la entrega y degradan su dignidad personal, puesto que en el ejercicio de la sexualidad se utilizan como objetos de placer. El dominio de pulsiones y pasiones comporta una actitud

de comprensión hacia el otro, respeta sus ritmos, su situación personal, e integra el ejercicio de la sexualidad siempre al servicio del verdadero amor y del respeto a la transmisión de la vida.

Detrás de muchos fracasos matrimoniales, se encierra una falta de dominio del instinto sexual, que en algunos casos, incapacita a la persona para el amor y llega a ser una obsesión enfermiza con necesidad de tratamiento: «obsesos sexuales»; en otros casos, hay una búsqueda continua de nuevas formas de expresión sexual dentro y fuera del matrimonio que sólo buscan satisfacer el deseo de placer y degradan la dignidad personal.

A la hora de tomar una decisión, serán los dos esposos juntos, en común, quienes juzguen, ante Dios, y de forma generosa, si ellos deben o no poner los medios para aumentar o no el número de hijos. Se podrán aconsejar de otras personas, pero es a ellos dos y a Dios, a quienes corresponde en definitiva esta decisión. Quien se casa se presupone que es para también tener hijos; no al revés. Es decir, hace falta tener razones graves –y las puede haber– para no aumentar el número de hijos. Pero, ¿cómo saber la voluntad de Dios? Dios habla también a través de ciertas circunstancias de la vida de los esposos.

«En este oficio de transmitir la vida humana y educarla, que han de considerar los esposos como misión propia, saben ellos que son cooperadores del amor de Dios y en cierta manera sus intérpretes. Por eso cumplirán su deber con responsabilidad humana y cristiana mientras, con un respeto dócil para con Dios, con un esfuerzo y deliberación común, tratarán de formarse un Sesión recto juicio, atendiendo tanto a su propio bien como al bien de los hijos, nacidos o todavía por venir, considerando para eso las condiciones materiales o espirituales de cada tiempo o de su estado de vida, y, finalmente, teniendo siempre en cuenta los bienes de la comunidad familiar, de la sociedad temporal y de la misma Iglesia. Este juicio se lo han de formar los mismos esposos en última instancia ante Dios.» (GS 50).

La aplicación práctica de este criterio de paternidad responsable en el matrimonio, debe llevar a los esposos a preguntarse si deben tener un hijo, o si ya tienen alguno, si deben tener otro hijo más. La decisión la toman los esposos, teniendo en cuenta la voluntad de Dios que se manifiesta en las circunstancias de su vida matrimonial: físicas, económicas, psicológicas y sociales; pero su decisión debe ser sincera, generosa, y en conciencia, ante Dios, aceptando la ley divina, y dóciles al magisterio de la Iglesia que interpreta esa ley a la luz del Evangelio (cf. GS 50).

Cuando un matrimonio debe tener un hijo más, ha de estar abierto a la vida y por lo tanto, en la unión íntima de los esposos a la posibilidad de que Dios les regale un nuevo hijo. El problema para muchos matrimonios surge cuando después de emitir una decisión ponderada y sincera delante de Dios y en conciencia, deben evitar un nuevo nacimiento durante algún tiempo o por tiempo indefinido. ¿Qué hacer? ¿Qué método utilizar? ¿Cómo estar abiertos a la vida si no debemos tener un hijo? ¿Cómo respetar la naturaleza del amor conyugal y las normas morales de la transmisión de la vida humana?

Antes de dar respuesta a todos estos interrogantes y clasificar los métodos de regulación de la fertilidad es necesario conocer las vías ilícitas y las vías lícitas en la regulación de los nacimientos. Para ello nos acercamos una vez más al Magisterio de la Iglesia expresado fundamentalmente en la *Humanae Vitae* de Pablo VI y a la *Familiaris Consortio* de Juan Pablo II.

## 2.- VIAS ILÍCITAS PARA LA REGULACIÓN DE LOS NACIMIENTOS.

El magisterio de la Iglesia, apoyándose en la fidelidad al plan divino, manifestado en la «estructura del acto conyugal» y en «el inseparable nexo entre el significado unitivo y procreador del acto conyugal», distingue con rigor el modo ilícito de la regulación de los nacimientos, y el moralmente recto. Estas vías se encuentran en el capitulo 14 de la *Humanae Vitae* 

- Hay que excluir absolutamente, como vía lícita para la regulación de los nacimientos, la interrupción directa del proceso generador ya iniciado, y sobre todo el aborto directamente querido y procurado, aunque sea por razones terapéuticas.
- Hay que excluir igualmente, como el Magisterio de la Iglesia ha declarado muchas veces, la esterilización directa, perpetua o temporal, tanto del hombre como de la mujer.
- Queda además excluida toda acción que, o en previsión del acto conyugal, o en su realización, o en el desarrollo de sus consecuencias naturales, se proponga, como fin o como medio, hacer imposible la procreación.
- Tampoco se puede invocar como razones válidas, para justificar los actos conyugales intencionalmente infecundos, el mal menor o el hecho de que tales actos constituirían un todo con los actos fecundos anteriores o que seguirán después, y que, por tanto, compartirían la única e idéntica bondad moral. En verdad, si es lícito alguna vez tolerar un mal moral menor a fin de evitar un mal mayor o de promover un bien más grande, no es lícito, ni aún por razones gravísimas, hacer el mal para conseguir el bien, es decir, hacer objeto de un acto positivo de voluntad lo que es intrínsecamente desordenado y, por lo mismo, indigno de la persona humana, aunque con ello se quisiese salvaguardar o promover el bien individual, familiar o social. Es, por tanto, un error pensar que un acto conyugal hecho voluntariamente infecundo, y por esto intrínsecamente deshonesto, pueda ser cohonestado por el conjunto de una vida conyugal fecunda.

## 3.- LICITUD DEL RECURSO A LOS PERÍODOS INFECUNDOS.

En el capítulo 16 de la *Humanae Vitae* responde de esta manera a la licitud de los periodos infecundos:

Si para espaciar los nacimientos existen serios motivos, derivados de las condiciones físicas o psicológicas de los cónyuges o de circunstancias exteriores, la Iglesia enseña que entonces es lícito tener en cuenta los ritmos naturales inmanentes a las funciones generadoras para usar del matrimonio sólo en los períodos infecundos y así regular la natalidad sin ofender los principios morales.

La Iglesia es coherente consigo misma cuando juzga lícito el recurso a los períodos infecundos, mientras condena siempre como ilícito el uso de medios directamente contrarios a la fecundación, aunque se haga por razones aparentemente honestas y serias. En realidad, entre ambos casos existe una diferencia esencial: en el primero, los cónyuges se sirven legítimamente de una disposición natural; en el segundo, impiden el desarrollo de los procesos naturales.

Es verdad que, tanto en uno como en otro caso, los cónyuges están de acuerdo en la voluntad positiva de evitar la prole por razones plausibles, buscando la seguridad de que no se seguirá; pero es igualmente verdad que solamente en el primer caso renuncian conscientemente al uso del matrimonio en los períodos fecundos cuando por justos motivos la procreación no es deseable, y hacen uso después en los períodos sgenésicos para manifestarse el afecto y para salvaguardar la mutua fidelidad. Obrando así, ellos dan prueba de amor verdadero e íntegramente honesto.

#### 4.- ALGUNAS DIRECTRICES PASTORALES

Es muy conveniente al exponer la doctrina de la *Humanae Vitae*, no ocultar la dificultad que puede tener en la práctica para muchos matrimonios vivir la norma moral de la Iglesia en toda su profundidad. Pero conviene, en honor a la verdad, ser fieles a su contenido sin caer en la trampa de adaptar la norma moral a las dificultades de la vida, cayendo en la gradualidad de la ley. Si no vivimos como pensamos, terminaremos pensando como vivimos (cf. FC 34; HV 20).

No debemos ocultar también, que la Iglesia, Madre y Maestra, no ha sido la autora de esta norma, ni puede, por tanto, ser su árbitro, sino solamente su depositaria e intérprete, y que al defender la moral conyugal en su integridad contribuye a la instauración de una civilización verdaderamente humana, y que defiende la dignidad personal de los cónyuges. Como Maestra, enseña la verdad que ha recibido de Jesucristo; como Madre, quiere la plenitud del bien para sus hijos, sin ahorrarles esfuerzos y sufrimientos; pero acogiendo en su seno con misericordia a todos los que por debilidad sucumben al egoísmo y recorren el camino equivocado. Lo que nunca puede hacer, por bien nuestro, es enseñar que es blanco lo que es negro y no fomenta genuinamente el amor conyugal (cf. HV 18; FC 33).

Es imprescindible, también, integrar la moral conyugal dentro del proceso de crecimiento en la fe. El problema que hoy tienen muchos matrimonios de fondo, no es una cuestión moral, sino un problema de falta de fe y de madurez cristiana. «Ante el problema de una honesta regulación de la natalidad, la comunidad eclesial, en el tiempo presente, debe preocuparse por suscitar convicciones y ofrecer ayudas concretas a quienes desean vivir la paternidad y la maternidad de modo verdaderamente responsable» (FC 35).

Sin la luz de la fe, sin la ayuda insustituible de la gracia, y sin el recurso a los sacramentos de la Penitencia y de la Eucaristía, y de la oración conyugal, es imposible vivir responsablemente la paternidad y la maternidad (cf. HV 26).

#### Proyección del vídeo:

SI QUIERO DVD 8 ¿Cuantos hijos?



Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la tercera parte, la duración es de unos 16 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 05 (El impacto de la familia, pasado y presente).* 



## Paso 4: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la tercera parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del tercer encuentro, la realidad, fidelidad y libertad.



## Paso 5: Trabajo de parejas

A continuación se empieza un trabajo personal de parejas. Responder las preguntas que están escritas en el cuaderno.

- ¿Os habéis planteado juntos y habéis dialogado alguna vez sobre los criterios de la paternidad y maternidad responsable?
- Analizar los motivos que tienen muchos matrimonios para no tener hijos.
- ¿Creéis que el nacimiento de un hijo es un bien para el matrimonio, para los hijos ya nacidos y para la sociedad?
- ¿Qué ventajas e inconvenientes tiene el recurso a los períodos infecundos, la virtud de la castidad y el dominio de sí mismo en el matrimonio?

Después el animador propone un breve diálogo para comentar las preguntas sobre la paternidad responsable.



## Paso 6: Paternidad y maternidad responsable

¿Qué es la paternidad responsable? Termino que surge por primera vez en el Magisterio de la Iglesia en la *Humanae Vitae*. Y consiste en el proceso de discernimiento que realizan los

esposos, de mutuo acuerdo, con generosidad y delante de Dios.

La paternidad o maternidad responsable consiste en utilizar la inteligencia rectamente en la transmisión de la vida. Supone ser consciente de que engendrar una nueva vida no es algo simplemente biológico, sino que implica a los padres en su razón, en su voluntad y en su dimensión espiritual. Supone buscar, de manera consciente y generosa, la voluntad de Dios sobre la dimensión de la propia familia y decidir el modo concreto de realizarla.

Para comprender el pensamiento cristiano en este punto hay que tener en cuenta un principio fundamental: el magisterio de la Iglesia afirma que tener un hijo es un bien, no algo que hay que evitar a priori, y un don, no un derecho. La paternidad responsable consiste sobre todo en la actitud de los esposos hacia ese nuevo hijo: el quid de la cuestión es si ellos son «dueños», o más bien «administradores» de esa paternidad.

Al plantearse tener un hijo o evitar un nuevo nacimiento, los esposos valoran sus condiciones físicas, económicas, psicológicas y sociales.

Muchos matrimonios tienen problemas, y problemas serios, a la hora de considerar el tema de los hijos: ¿Más hijos? ¿Cuántos? Y si no deben de tener más hijos, bien de forma temporal o definitiva ¿cómo fomentar el amor mutuo por la intimidad conyugal?.

El matrimonio cristiano y el amor conyugal están ordenados por su propia naturaleza a la Sesión procreación y educación de los hijos. Pero qué hacer cuando el número de hijos no puede o no debe aumentarse.

- «—¿Qué pasa Mena?
- —Ya no puedo quedarme en esta casa. Los niños no se tiran a la basura.
- —¿Por qué no lo entiendes? No podíamos tenerlo
- —No, no lo entiendo. Verás, en mi casa éramos ocho hermanos y vo he visto nacer a todos los pequeños. Al llegar el momento venía mamá y le decía a mí padre: chico otra vez. Entonces él no decía nada pero se iba a la bodega y abría una botella de vino del bueno. Y cuando la abría se echaba a reír. Luego se aguaba un poco más la sopa y nadie se murió de hambre en nuestra casa.» Fragmento de la película *Comprométete*.

Hay quienes se atreven a dar soluciones inmorales a estos problemas. El aborto, legalizado o no, y el infanticidio son crímenes abominables. Como es bien sabido, hay varios métodos de regulación o limitación de nacimientos. La Iglesia católica, sin embargo, recuerda que «no puede haber contradicción entre las leyes divinas de la transmisión de la vida y el fomento del genuino amor conyugal» (GS 51).

Una persona moralmente responsable es aquella que trata de analizar y sopesar los riesgos, las ventajas y desventajas de sus acciones. En el campo concreto de la fecundidad debemos ser especialmente responsables. Los hijos no pueden ser fruto del azar, del instinto, de la improvisación, de la irreflexión. Al plantearse la posibilidad de un hijo, los esposos han de pensar sin egoísmos ni angustias si tal eventualidad es razonable o no, si el momento es el mejor o conviene esperar.

Paternidad responsable es la decisión libre, razonada y amorosa de los hijos a tener. La paternidad responsable supone también la responsabilidad educativa de los hijos ya tenidos.



## Paso 7: Juego de la paternidad y la maternidad responsable

Se invita a una pareja que se presente voluntaria para jugar a la paternidad y maternidad responsable. El juego consiste en que se colocaran en medio del círculo del grupo y se sentarán en dos sillas, la curiosidad de estas dos sillas es que están dándose la espalda, uno contra el otro. Se presta a los dos novios una pizarra y un rotulador. La dinámica empieza cuando el animador hace unas preguntas a las que los dos novios deben responder escribiendo en la pizarra su opinión, lo importante es que se marca un tiempo determinado para sus respuestas, el tiempo debe ser muy corto para que las parejas no tengan mucho tiempo para pensar (5 segundos). Al toque de silbato las parejas tiene que levantar sus pizarras y descubrir si han respondido igual y sobre todo responsablemente. Al terminar la batalla de preguntas pueden pasar por el juego otros dos novios.

Las preguntas a realizar pueden ser estas o similares:

- -¿Cuántos hijos quieres que tenga tu familia?
- -¿Cuántas hijas? ¿Cuántos hijos?
- -¿Quién de los dos cambiará los pañales al hijo o hija?
- -En qué colegio quieres que vayan tus hijos ¿público o privado?
- -¿Qué educación quieres para tu hijo?
- -Propone tres valores fundamentales en la educación de tu hijo
- -¿Quieres bautizar a tu hijo? ¿Por qué?

Se termina con una pequeña encuesta a las parejas sobre los sentimientos y emociones que han tenido al afrontarse ante una batalla de preguntas tan difíciles de responder en 5 segundos. La idea central de la dinámica es descubrir la importancia que tiene la paternidad y maternidad responsable, y que no se puede improvisar de la noche a la mañana.



## Paso 8: La paternidad responsable.

El amor en la pareja humana y en el matrimonio tiende a ser fecundo; la relación entre los esposos tiene dos significados: **el significado unitivo** (realización interpersonal e intrapersonal) y **el significado procreativo** (los hijos). Al actuar así «son cooperadores del amor de Dios Creador» (CEC 2367); la procreación es una responsabilidad humana para la pareja. Los hijos son la redundancia del amor de la pareja y de la constitutiva apertura de la sexualidad a la vida.

El vínculo indisoluble del matrimonio cristiano y el bien de los hijos necesita que **el amor mutuo entre los esposos crezca y madure constantemente.** 

Por causas ajenas a los esposos, éstos pueden encontrarse en una situación conflictiva que puede llegar a poner en peligro la estabilidad familiar y la fidelidad conyugal. **Se da en la siguiente situación**: no pueden aumentar el número de hijos, y al interrumpir la intimidad conyugal hay peligro de infidelidad y se perjudicaría a los hijos.

«La fidelidad expresa la constancia en el mantenimiento de la palabra dada. Dios es fiel. El sacramento del matrimonio hace entrar al hombre y a la mujer en el misterio de la fidelidad de Cristo para con su Iglesia. Por la castidad conyugal dan testimonio de este misterio ante el mundo.» (CEC 2365)

Si por razones justificadas los esposos deciden distanciar los nacimientos de nuevos hijos, «deben cerciorarse de que su deseo no nace del egoísmo, sino que es **conforme a la justa generosidad de una paternidad responsable**. Por otra parte, ordenarán su comportamiento según los criterios objetivos de la moralidad» (GS 51,3) Cuando en situaciones concretas el tener más hijos entre **en conflicto grave** con otros valores importantes como la paz y la estabilidad en el hogar o la fidelidad conyugal, después de un sereno y sincero discernimiento, **optarán, en conciencia, por el bien mayor para los esposos y para los hijos**.

Las parejas, normalmente jóvenes, que evitan la paternidad por motivos egoístas, como estar más libres, disfrutar más del sexo, tener más medios económicos, etc. deberían cuestionarse sus comportamientos para ver si tienen un proyecto de amor fiel y pleno, o si por el contrario tienen un planteamiento reduccionista de la sexualidad y un proyecto de pareja poco estable.

También resultan extraños algunos comentarios de parejas que dicen querer vivir la ética cristiana y en fidelidad al magisterio; para ello, añaden, que aprovechan los días no fértiles para relacionarse, y se aguantan en los días fértiles. Dicho así, resulta llamativo la poca importancia a los aspectos psicológicos, existenciales y de motivación ética. En todo momento debe aparecer en primer lugar la importancia del amor, de la relación interpersonal y de la responsabilidad en el ejercicio de la paternidad responsable, y no el mero sometimiento a los ritmos biológicos.

Hay parejas que, como expresión de paternidad responsable y de amor a los más necesitados, además de los hijos propios adoptan a otros niños abandonados y, a veces, también con enfermedades minusvalías graves, para que tengan un hogar donde crezcan con cariño y cuidado. Este modo de proceder trasluce el ideal cristiano de la vivencia del amor y de la apertura a la vida. Seguramente estos esposos tiene una visión de la sexualidad amplia, rica y muy relacionada con todo lo que en la pareja apuesta por el amor solidario y el compromiso con los más pobres.

#### Proyección del vídeo:

Si quiero (DVD 8) ¿Cuantos hijos?



Paso 9

Juego de la educación responsable de los hijos

Se hacen dos grupos los chicos a un lado y las chicas a otro lado. El juego consiste en descubrir

cual de los dos grupos son padres o madres más responsables delante de la educación de sus hijos. Para ello responderán a modo de concurso las preguntas que les indique el animador:

1.-¿Es correcta la siguiente afirmación? ¿Porqué?

Los hijos deben compartir con la madre las tareas domésticas.

Respuesta: SI / NO / NO LO SÉ

2.-¿Es correcta la siguiente afirmación? ¿Porqué?

Con los hijos se debe tener una relación afectuosa e incondicional y proveerles económicamente.

Respuesta: SI / NO / NO LO SÉ

3.-¿Es correcta la siguiente afirmación? ¿Porqué?

La educación de los hijos consiste en ser partícipe y actor del cuidado diario con acciones como: cuidarle, alimentarle, hacerle dormir, vestirle, pasearle, enseñarle, etc.

Respuesta: SI / NO / NO LO SÉ

4.-¿Es correcta la siguiente afirmación? ¿Porqué?

Promover un vínculo cariñoso, de apego mutuo, de cercanía afectiva con tu hijo/a, para que sea tu mejor amigo/a

•Respuesta: SI / NO / NO LO SÉ

5.-¿Es correcta la siguiente afirmación? ¿Porqué?

Ser un padre/madre responsable no incluye estar involucrado en todos los momentos del desarrollo de tu hijo o hija: embarazo, nacimiento, infancia temprana, niñez y adolescencia.

Respuesta: SI / NO / NO LO SÉ

- 6.-¡Qué le aporta un padre/madre responsable a su hijo/a?
  - a) mejor autoestima
  - b) más habilidades sociales
  - c) mejor desempeño escolar
- 7.-¿Cuál de estas situaciones son los enemigos de la paternidad/maternidad activa?
  - a) el estrés (laboral, económico, etc.)
  - b) ser un padre/madre trabajador
  - c) los conflictos (constantes y/o alta tensión) con la madre/padre de tu hija/o
- 8.-¿Cuál es el pensamiento de padre/madre responsable?
  - a) creer que el cuidado de los hijos es tarea de las mujeres
  - b) el rol de padre es de ayudante
  - c) creer que tu presencia como padre no es tan importante o que es reemplazable
  - d) dar herramientas para enfrentar las dificultades de la vida

- 9.-¿Cuál de estas acciones con los hijos sobran en una paternidad/maternidad responsable?
  - a) Quiérelo/a con amor incondicional.
  - b) Dale todo lo que te pida.
- c) Mira y escucha con atención lo que quiere contarte o expresarte sin palabras.
  - d) Tómalo/a en brazos cuando sienta pena, miedo o rabia.
- 10.- ¿Cuál de estas acciones con los hijos sobran en una paternidad/maternidad responsable?
  - a) Comparte con él o ella juegos y diversiones.
  - b) Sé firme y respetuoso para ponerle límites.
  - c) Acompáñale a la hora de comer y acostarse.
- d) Aprovecha de que tenga las necesidades cubiertas: televisión, ordenador y teléfono.



## Gracias Señor por darnos la vida

Terminadas las dinámicas y reflexiones, viene el momento de la oración. Los animadores y Sesión parejas se desplazaran a un lugar preparado para la ocasión, y compartirán delante de Dios todo aquello vivido durante la sesión y durante el tiempo de noviazgo. La oración será muy sencilla recordando los textos bíblicos preparados para la ocasión.

Una oración bien preparada ayudará a las parejas en su vida ordinaria. Cuidar la ambientación, el aroma de la sala, la música (Se aconseja Christopher Walcott, Dreams of angels, o The Angel of Love; BILL DOUGLAS, Deep peace), los lectores, y ayudar catequéticamente (guiando la oración) a que vivan un momento intenso de relación personal con Dios. Antes de marchar al lugar de la oración se explicará muy bien lo que se va a realizar y como deben hacer.

## a) La preparación de la oración

1. Entrada en la capilla o lugar de oración. Las parejas entrando una detrás de la otra, saludan mirando al Sagrario y se distribuyen en las sillas colocadas formando una U. Es importante cuidar la postura corporal y que las sillas estén dispuestas para que puedan mantener la columna recta y los pies tocando el suelo.

El saludo a Jesús en el Sagrario se hace de distintas formas, como mejor le vaya a cada persona: de pie delante del sagrario, de rodillas, con una genuflexión, pero siempre estando unos segundos para presentarse a Jesús en este momento de oración profunda desde el propio corazón.

**3.-Oración inicial:** Todos se ponen de pie y el director del oratorio empieza realizando el signo de los cristianos: En el nombre del Padre...

- a) En este momento un novio enciende la vela.
- b) Preparación de la sesión con la **técnica del minuto.** Es necesario sentarse en una silla, con las piernas en una posición cómoda, fija y relajada. Enderezar la espalda y estírala hacia arriba de manera cómoda y relajada. Para no estar preocupados por el tiempo, se puede utilizar un temporalizador que nos avise cuando ha pasado el minuto. Colocar las manos sobre las rodillas. Cerrar los ojos. Empezar a respirar: las cuatro fases de la respiración son: 1. La inspiración (introducir aire en los pulmones), 2. La anea inspiratoria (pequeños instantes después de tener los pulmones llenos en los que no se efectúa ningún movimiento respiratorio); 3. La expiración (expulsar el aire de los pulmones; 4. La apnea espiratoria (parada respiratoria natural). de manera relajada y profunda. Observar, de manera tranquila, cada inhalación y cada exhalación.

El desarrollo de la técnica consiste en hacer seis respiraciones. Las seis inspiraciones se hacen de la misma forma, subiendo los hombros hacia la cabeza. Las espiraciones son distintas, las tres primeras se hacen soltando el aire a la vez que se bajan los hombros de golpe; y las tres últimas son muy lentas, bajando los hombros también lentamente y focalizando la atención hacia el sonido propio del aire que es expulsado por la boca y hacia la mano del animador que desciende a un ritmo lento acompañando la espiración. Durante las tres últimas respiraciones se focaliza la atención en una persona de la Trinidad, en primer lugar de Dios, Padre y creador, es segundo lugar en Jesucristo, liberador y muerto por Amor, y en tercer lugar al Espíritu Santo, la fuerza que nos mueve y da sentido a la vida. Si la mente se distrae, tomar consciencia y, simplemente, regresar a la atención de la respiración. Cuando suene la alarma del temporalizador, terminar.

c) **Oración inicial** del director del oratorio, los novios unan sus manos con las de su pareja y lean juntos esta oración.

#### Señor, nos ponemos en tus manos

Señor, nos ponemos en tus manos.

Tú que estás siempre donde está el amor,
donde hay hombres y mujeres que se aman,
acompaña y conduce nuestro amor.
Enséñanos a amar como Tú nos amas,
a beber en la fuente de tu amor.
Acrecienta, día a día nuestro amor;
que se haga realidad en nuestra vida
el «hoy te quiero más que ayer».
Y enséñanos, especialmente, Señor,
a saber encontrarte en lo más íntimo de nuestro amor,
a verte en nuestras miradas, a oírte en nuestras palabras,
a sentirte en nuestras caricias,
a percibirte presente y cercano siempre, a vivir en tu amor. Amén.

## b) La oración del corazón

- **4.-Memoria del encuentro anterior y de las presencias y recuerdos de Jesús.** En este momento se les pregunta a los novios por las experiencias de Dios y las presencias de Jesús durante el pasado mes. Las experiencias de Dios pueden ser las cosas buenas que les han sucedido durante el mes y las presencias de Jesús pueden ser las personas con las que ha podido ver el rostro del bien en su vida.
- **5.-Oración del corazón.** Todas estas presencias experimentadas por los novios las presentan en forma de acción de gracias, «gracias Señor por ...». Tienen que ser frases muy cortas y concretas
- **6.-Canto meditativo:** El canto se elige según el tema de la sesión y debe ser una frase corta, con muy poco letra para que ayude a la memorización y repetitivo como un mantra, al estilo de la espiritualidad de Taizé.

## c) La escucha de la palabra

- **7.-Introducción a la Palabra,** el director del oratorio estimula a los novios para que abran el oído y escuchen atentamente las palabras que Jesús tiene para decirnos hoy. No está de mal explicar el texto que se va leer, el contexto, los personajes que intervienen, es decir, poner la mente de las parejas en situación para la escucha.
- **8.-La proclamación de la Palabra**, es el director que coge la Biblia y lee el fragmento directamente de la Biblia.

## Lectura de San Pablo a los Efesios (Ef 6, 1-4)

Hijos, obedeced a vuestros padres por amor al Señor, porque esto es justo. El primer mandamiento que contiene una promesa es: «Honra a tu padre y a tu madre, para que seas feliz y vivas una larga vida en la tierra.» Y vosotros, padres, no irritéis a vuestros hijos, sino criadlos con disciplina e instruidlos en el amor al Señor. Palabra de Dios

Al finalizar la lectura el que ha proclamado la Palabra besa la Biblia.

- **9.-Un momento de silencio y comentario dialogado de la Palabra.** Después de la proclamación se deja un breve espacio de tiempo para que los novios puedan pensar sobre el texto leído. El director del oratorio les preguntará sobre lo que les ha parecido, si recuerdan alguna palabra y a través de preguntas sencillas abren un pequeño diálogo
- **10.-Repetición del versículo clave.** El director del oratorio habrá seleccionado anteriormente un versículo clave para que al finalizar el diálogo de los novios puedan repetir esas palabras de Jesús en voz alta.
- 11.-La aplicación a la vida como respuesta a la Palabra. Se les pregunta a los novios de que forma pueden vivir en su vida cotidiana lo que Jesús les propone, no se trata tanto de tomar un

6 Sasión

Sesión

compromiso como que cada uno reflexione sobre como puede hacer posible en su vida lo que Jesús nos transmite a través de su Evangelio (Buena Noticia).

**12.-Canto meditativo.** Como respuesta a la Palabra se puede cantar un canto o repetir el mismo de antes.

## d) La oración personal

**13.-Las oraciones en común.** En este momento se invita a las parejas que expresen sus oraciones en voz alta. Al terminar, a dos coros recitarán la siguiente oración.

## Oración por la familia

Oh Dios, de quien procede toda paternidad en el cielo y la tierra; Padre, que eres Amor y Vida, haz que cada familia humana sobre la tierra se convierta, por medio de tu Hijo, Jesucristo, «nacido de mujer» y del Espíritu Santo, y fuente de caridad divina, en verdadero santuario de la vida y del amor para las generaciones que siempre se renuevan.

Haz que tu gracia guíe los pensamientos y las obras de los esposos hacia el bien de sus familias y de todas las familias del mundo.

Haz que los jóvenes encuentren en la familia un fuerte apoyo para su humanidad y su crecimiento en la verdad y en el amor.

Haz que el amor, confirmado por la gracia del Sacramento del matrimonio, se demuestre más fuerte que cualquier debilidad y cualquier crisis, por las que a veces pasan nuestras familias.

Haz finalmente, te lo pedimos por intercesión de la Sagrada Familia de Nazaret, que la Iglesia, en todas las naciones de la tierra, pueda cumplir su misión en la familia y por medio de la familia.

Tú que eres la Vida, la Verdad y el Amor, en la unidad del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

**14.-La oración del Padrenuestro.** El director concluye las oraciones en común invitando a las parejas a levantar sus manos hacía el cielo y rezar la oración que nos enseño Jesús o una



oración a la Virgen María dependiendo del tiempo litúrgico en el cual se encuentren.

**15.-Bendición final.** Si el director del oratorio es sacerdote puede realizar la bendición ordinaria: «El Señor esté con vosotros... La bendición de Dios...» Si el director no es sacerdote puede utilizar la siguiente formula:

Que el Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos lleve a la vida eterna. Amén (De la liturgia de las horas)

**16.-Imposición de manos.** Las parejas una detrás de la otra se acercan al director del oratorio y este les impone las manos diciendo la oración en voz alta.

El Dios del amor y de la paz habite en ti, dirija tus pasos y confirme tu corazón en su amor. R/. Amén.

0

El Señor te bendiga y te guarde.
Te muestre su rostro y tenga piedad de ti.
Vuelva a ti su rostro y te conceda la paz.
El Señor te bendiga.
R/. Amén.
(San Francisco de Asís)

#### e) Salida del oratorio

**17.-Despedida y salida.** Es conveniente que la salida se desarrolle al igual que se ha realizado la entrada, los novios uno a uno se van levantado acercándose al Sagrario y despidiéndose de Jesús con una genuflexión, una inclinación, un beso o simplemente tocando con la mano el mismo sagrario.



Paso 11: Final

Una vez terminada la oración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: «dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Qué tipo de responsabilidad asumo en mi relación de pareja?

#### 6.6.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

6

Sesión

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Queremos vivir lo más posible: los hijos vendrán más tarde»
- «No solo los niños. Hay otras muchas cosas a las que atender y ser fecundos»
- «Nos queremos casar porque deseamos tener hijos»
- «Nuestros hijos nos preguntan por qué no estamos casados»

Un buen video para enviar por whatsapp podría ser el siguiente: Charla Emilio Calatayud (Lección Magistral)

## b) Fragmento de la película

Esta vez se puede invitar a la pareja que vea la película *Family Man* de Brett Ratner (2000). Narra la historia de un egocéntrico *broker* de Wall Street cuya única obsesión es el trabajo y una vida llena de lujo. Un día, tras un incidente en una tienda el día de Nochebuena, se despierta viviendo otra vida: es un humilde vendedor de neumáticos de Nueva Jersey, casado con su antigua novia, a la que había abandonado hacía años para que no obstaculizara su carrera en el mundo de las finanzas.

«Después de trece años de matrimonio seguimos plenamente enamorados, y no quieres que hagamos el amor hasta que te digo las palabras mágicas. Hemos hecho muchos sacrificios pero seguimos juntos... ¿Sabes? Eres mejor persona que yo, y estar a tu lado me ha convertido en otro hombre, no sé, puede que todo haya sido un sueño, me fui a la cama una noche solitaria y lo imagine todo pero te aseguro que nada me ha parecido más real, y si ahora subes a ese avión desaparecerá para siempre, sé que los dos podríamos seguir con nuestras vidas y que nos iría bien, pero he visto como podría ser nuestra vida juntos, y creo en nosotros, por favor Kate, solo te pido un café, siempre podrás irte a París pero, por favor, esta noche no.» Fragmento de la película Family Man.

## c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

¿Qué es la familia? ¿Qué significa familia en inglés? Cuento Un nudo en la sabana El amor a los hijos en el matrimonio Entrevista al juez Emilio Calatayud Mi hijo quiere ser como tu



«Si os enojáis, no pequéis: procurad que el enojo no os dure todo el día. No deis oportunidad al diablo. [...] No digáis palabras groseras, sino solo palabras buenas y oportunas que ayuden a crecer y traigan bendición a quienes las escuchen. No hagáis entristecer al Espíritu Santo de Dios, con el que habéis sido sellados para distinguiros como propiedad de Dios el día de vuestra liberación definitiva. Echad fuera de vosotros la amargura, las pasiones, el enojo, los gritos, los insultos y toda clase de maldad. Sed buenos y compasivos unos con otros, y perdonaos unos a otros como Dios os perdonó en Cristo» (Ef 4,26-30)

## 6.7. El séptimo encuentro El perdón y la reconciliación

«Si tu hermano te ofende, habla con él a solas para moverle a reconocer su falta. Si te hace caso, has ganado a tu hermano. Si no te hace caso, llama a una o dos personas más, porque toda acusación debe basarse en el testimonio de dos o tres testigos» (Mt 18,15-16)

#### 6.7.1. Planteamiento teórico de la sesión

El diálogo nunca es sencillo. Con frecuencia, las impaciencias y las tensiones llegan a romper las ilusiones. Una imagen que puede ayudar a comprender cómo funciona el diálogo de una pareja, cuáles son sus limitaciones y la sugerencia de algunas pistas para mejorarlo, es lo que se denomina el «diálogo de las torres¹» o el «diálogo de sordos».

Sesión

Inconscientemente, el ser humano se encierra en una torre construida a base de conocimientos y deseos, esta construcción es, al mismo tiempo, un lugar de retiro, de protección o de encerrarse en sí mismo. Los intentos de dialogar con el otro toman, entonces, la forma de contienda o lucha. Cada uno, desde lo alto de su torre fortificada, lanza flechas o flores, que vuelan sin alcanzar su diana. Fluyen las críticas, se hacen preguntas, pero la escucha no es posible. Está bloqueada por la distancia, por un caparazón interior.

El reto para un verdadero encuentro exige «descender de la torre», realizar un camino interior para, al mismo tiempo, perder sus seguridades y descubrir lo que vibra en el otro. Así es posible ver, más allá de las apariencias, los sufrimientos y las esperanzas del otro, como algo que nos concierne. Al abandonar la propia torre, uno se encuentra un espacio más auténtico para la pareja.

Realizar este ejercicio es descubrir realmente que la escucha y la atención a los sufrimientos ocultos, tanto de uno como de otro, permiten tomar conciencia de la fragilidad de cualquier diálogo. Situarse más allá, en un lugar desacostumbrado, permite estar dispuesto para otra cosa, para el otro; permite llegar al lugar del «nosotros» que se puede construir, que no es ni el «yo» personal ni el «tú» imaginado por el otro.

Es necesario romper con la rutina que ahoga, y hacer un paréntesis para estar disponibles a la reconciliación, esto posibilita a una escucha más amplia, a una atención hacia el otro y también a una palabra más profunda y veraz.

## 7 Sesión

## 6.7.2. Planteamiento teológico de la sesión

En este camino, **el perdón aparece como la llave que nos abre hacia el otro**. Una pareja que realmente sabe salir de su «torre» y acepta reconocer sus fragilidades esta en buen camino. Es necesario ponerse en el camino con toda humildad hacia el encuentro del otro, si la pareja es capaz de pedirse perdón, entonces descubre que el diálogo es posible, que aunque no es nada fácil, hace progresar, libera y llega al corazón.

#### 6.7.3. Planteamiento bíblico de la sesión

El hombre intenta llegar a Dios y reemplazarlo, construyendo una torre que llegase hasta el cielo, pero Dios les desvía de su sueño y les invita a un camino más humilde, a un «descendimiento», Dios nos invita a abandonar nuestras certezas para alcanzar un lugar de reposo interior en el que la escucha del otro, contando sus dificultades, sea posible.

«En aquel tiempo todo el mundo hablaba el mismo idioma. Cuando salieron de la región oriental, encontraron una llanura en la región de Sinar, y allí se quedaron a vivir. Un día se dijeron unos a otros: "Vamos a hacer ladrillos y a cocerlos en el fuego" Así, usaron ladrillos en lugar de piedras, y asfalto natural en lugar de mezcla. Después dijeron: "Venid, vamos a construir una ciudad y una torre que llegue hasta el cielo. De este modo nos haremos famosos y no tendremos que dispersarnos por toda la tierra." Pero el Señor bajó a ver la ciudad y la torre que los hombres estaban construyendo, y pensó: "Ellos son un solo pueblo y hablan un solo idioma; por eso han comenzado este trabajo, y ahora por nada del mundo van a dejar de hacerlo. Es mejor que bajemos a confundir su idioma, para que no se entiendan entre sí." Así fue como el Señor los dispersó por toda la tierra, y ellos dejaron de construir la ciudad. En aquel lugar el Señor confundió el idioma de todos los habitantes de la tierra, y de allí los dispersó por todo el mundo. Por eso la ciudad se llamó Babel» (Gn 11,1-9)

Jesús nos desvela el inmenso amor del Padre hacia todos los hombres y mujeres. En lugar de la envidia y la crítica, Jesús lleva al hombre a descubrir que la justicia del Padre no es una justicia común.

«Contó Jesús esta parábola: "Un hombre tenía dos hijos. El más joven le dijo: 'Padre, dame la parte de la herencia que me corresponde.' [...] Cuando ya no le quedaba nada, [...] comenzó a pasar necesidad. [...] Al fin se puso a pensar [...] Volveré a la casa de mi padre y le diré: Padre, he pecado contra Dios y contra ti, y ya no merezco llamarme tu hijo: trátame como a uno de tus trabajadores.' Así que se puso en camino y regresó a casa de su padre. "Todavía estaba lejos, cuando su padre le vio; y sintiendo compasión de él corrió a su encuentro y le recibió con abrazos y besos. [...] El padre ordenó a sus criados: 'Sacad en seguida las mejores ropas y vestidlo; ponedle también un anillo en el dedo y sandalias en los pies [...] porque este hijo mío estaba muerto y ha vuelto a vivir; se había perdido y le hemos encontrado!' Y comenzaron, pues, a hacer fiesta. "Entre tanto, el hijo mayor se hallaba en el campo. Al regresar, llegando ya cerca de la casa, oyó la música y el baile. Llamó a uno de los criados y le preguntó qué pasaba, [...] Tanto irritó esto al hermano mayor, que no quería entrar; así que su padre tuvo

que salir a rogarle que lo hiciese. Él respondió a su padre: 'Tú sabes cuántos años te he servido, sin desobedecerte nunca, y jamás me has dado ni siquiera un cabrito para hacer fiesta con mis amigos. [...] "El padre le contestó: 'Hijo, tú siempre estás conmigo y todo lo mío es tuyo. Pero ahora debemos hacer fiesta y alegrarnos, porque tu hermano, que estaba muerto, ha vuelto a vivir; se había perdido y lo hemos encontrado» (Lc 15,11-32)

El proceso del primer hijo, el que «entra en sí mismo», y hace un camino interior, le conduce a este amor del Padre. En la pareja ocurre lo mismo si es capaz de abrir los brazos al otro, después de «entrar en uno mismo», se puede encontrar el camino del amor verdadero y humilde.

#### 6.7.4. Guión de la sesión



## Paso 0: Convocatoria al encuentro

En este encuentro la convocatoria se hace mediante un video enviado por whatsapp, para presentar el tema y entrar en ambiente. El vídeo es: Momentos (Perdona siempre)



## Paso 1: Acogida de las parejas

En un primer momento y dentro de un ambiente distendido se da la bienvenida a las parejas. Sesión Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un tercer momento se entrega el cuaderno con el sexto tema. En el cuaderno está escrita la siguiente oración que todos leen en voz alta:

#### Se acerca nuestra boda

Padre Bueno, se va acercando el día de nuestra boda después del gozoso recorrido del noviazgo.

Te damos gracias porque hemos profundizado en la relación mutua y en una comunicación cada día más honda.

Tú nos has enseñado a compartir y a limar las diferencias, haciendo de aquella primera atracción del comienzo del noviazgo un amor más maduro, más hondo, más auténtico, más intenso.

A Ti, en vísperas de nuestra boda, volvemos la mirada, pidiéndote que la palabra de matrimonio, que nos vamos a dar, la sepamos mantener con libertad y alegría; que sepamos amarte a Ti y amarnos y respetarnos todos los días de la nuestra vida; que el matrimonio sea para ambos fuente de crecimiento espiritual y humano; y, que si Tú quieres, veamos fructificado nuestro amor en los hijos. Amén



## Paso 2: Introducción del tema

Presentación del tema que se tratará en la sesión: El perdón y la reconciliación



Paso 3:

Dinámica de proyección

Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la quinta parte, la duración es de unos 14 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección de la sesión: *Curso para matrimonios Sesión 04 (El poder del perdón)*.



#### Paso 4:

## Primeras impresiones del film

Un vez visionado la quinta parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 5 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del quinto encuentro.



#### Paso 5

## Experiencias de mal e injusticia en el mundo

Se empieza por entablar un diálogo sobre el mal y las injusticias que existen en nuestro mundo, para llegar a concretar en nosotros mismos y nuestra relación con la pareja. Se reúnen en grupos de varias parejas y se propone que respondan a las siguientes preguntas, posteriormente

las presentan al gran grupo para entablar un debate.

- ¿Existe el mal en el ser humano? ¿A qué crees que se debe?
- ¿Haz un listado de 5 males o injusticias de nuestro mundo?
- ¿Nosotros podemos hacer mal a nuestra pareja?
- ¿Cita 5 detalles que hacen daño a nuestra pareja?
- ¿Qué solución ves para arreglar el mal hecho?
- ¿Cuál es la respuesta de Jesús al mal estructural y personal?

¿Qué es el pecado?

A esta pregunta podremos dar tres respuestas según la dimensión que demos a la acción que denominamos como pecado:

- **A. Dimensión meramente humana:** El pecado se puede definir como una incoherencia en el comportamiento de la persona. El sujeto tiene unas convicciones, una ética y una moral. Si obra en contra de ellas, peca. La conciencia de cada persona es la que dictamina la situación de pecado.
- **B. Dimensión religiosa:** Definimos el pecado como una desobediencia al plan que sobre nosotros tiene el dios (cada religión el suyo) en quien creemos. Coincidiría esta perspectiva con la humana, aunque dando a la acción un sentido trascendente.
- **C. Dimensión cristiana:** Cristo nos enseña, con respecto al pecado, que este tienen lugar cuando se falta al amor al prójimo, entendiendo por prójimo el cercano, el que está a nuestro lado y necesita nuestra ayuda, aunque sea éste un enemigo como en el caso de la parábola del buen samaritano (Lc 10, 25-37), contada por Jesús precisamente para dar contestación a dos preguntas: ¿qué hay que hacer para heredar la vida eterna? y ¿quién es el prójimo?. Así pues, podemos afirmar que, para nosotros los cristianos, pecado es toda acción u omisión que perjudique al prójimo. Ciertamente la acción ha de ser consciente y libre.

De las tres dimensiones del pecado inferimos su **dimensión social**: si el hombre viviera solo no pecaría. Todo pecado es tal porque se perjudica a otra persona. Incluso en el caso del suicidio el perjudicado no es sólo el individuo sino aquellas personas que van a sufrir los efectos sociales que ocasiona un suicidio, así como los seres más cercanos, a quienes se les priva de su trabajo y afecto.

## No confundir error con pecado

Sería conveniente hacer una aclaración: no debe confundirse «pecado» con «error». Para que haya pecado han de concurrir tres condiciones simultáneamente:

- 1) Qué sea una acción mala.
- 2) La persona que la hace debe saber que tal acción es mala.
- 3) La persona que la realiza la hace libremente.

Sesión

7

Si falta la segunda o la tercera condición no hay pecado sino error: aunque la acción sea mala no existe culpabilidad moral.

## Proyección del fragmento de la película:

Cometas en el cielo de Marc Forster (2007)

«Sólo existe un pecado, sólo uno. Y es el robo. Cualquier otro pecado es una variante del robo. Cuando matas a un hombre, le robas la vida, robas marido a una esposa y el padre a unos hijos. Cuando mientes, le robas al otro el derecho a la verdad. Cuando engañas, robas el derecho a la equidad.» Fragmento de la película *Cometas en el cielo*.

¿Y el pecado contra Dios? ¿Puede el hombre ser tan arrogante de pretender causar daño a Dios?.

De todas las obligaciones que nos recuerda Jesús a los cristianos, cifradas en las bienaventuranzas y en los mandamientos, sólo hay tres preceptos que hacen referencia a Dios:

- -Amarle sobre todas las cosas, aunque enseguida Jesús añade que para amar a Dios hay que amar al prójimo (Mt 22, 34-40).
- -No jurar en falso, aunque Jesús añade que en adelante no se jure más, sino que ha de bastar con la propia palabra (Mt 5, 33-37).
- -Y santificar las fiestas, aunque Jesús añade que si el día de fiesta hay que ocuparlo en el servicio al necesitado, este precepto está antes (Mt 12, 9-14; Mc 2, 23-28; Jn 5, 8-11).

Todos los demás preceptos hacen referencia al prójimo y, por lo mismo los pecados también.



Paso: 6 ¿Qué respuesta da Jesús a la experiencia del mal?

El animador pide que se reúnan por parejas y elijan un texto del Evangelio para leer y comentar. Dejado un tiempo suficiente para leer y comentar se reúne el gran grupo y cada pareja presenta su personaje, comenta su situación y la respuesta de Jesús.

Jesucristo vive la misericordia de Dios buscando y perdonando a los pecadores. Jesús, efectivamente, manifiesta en su vida una clara predilección por los pecadores porque, como él mismo lo dijo: *«no son los sanos los que necesitan médico, sino los enfermos»* (Lc 5,31). Jesucristo enseña la misericordia de Dios por medio de parábolas: el hijo pródigo (Lc 15,11-32), la oveja perdida (Lc 15,4-7).

La respuesta de Jesús al mal es la denuncia de la injusticia y el perdón a los enemigos.

## 1-Evangelio de San Lucas (Lc 7, 36-50)

«Un fariseo invitó a Jesús a comer, y Jesús fue a su casa. Estaba sentado a la mesa, cuando una mujer de mala fama que vivía en el mismo pueblo y que supo que Jesús había ido a comer a casa del fariseo, llegó con un frasco de alabastro lleno de perfume. Llorando,

se puso junto a los pies de Jesús y comenzó a bañarlos con sus lágrimas. Luego los secó con sus cabellos, los besó y derramó sobre ellos el perfume. Al ver esto, el fariseo que había invitado a Jesús pensó: "Si este hombre fuera verdaderamente un profeta se daría cuenta de quién y qué clase de mujer es esta pecadora que le está tocando." Entonces Jesús dijo al fariseo:

- -Simón, tengo algo que decirte.
- -Dímelo, Maestro -contestó el fariseo.

Jesús siguió:

-Dos hombres debían dinero a un prestamista. Uno le debía quinientos denarios, y el otro cincuenta: pero, como no le podían pagar, el prestamista perdonó la deuda a los dos. Ahora dime: ¿cuál de ellos le amará más?

Simón le contestó:

-Me parece que aquel a quien más perdonó.

Jesús le dijo:

-Tienes razón.

Y volviéndose a la mujer, dijo a Simón:

−¿Ves esta mujer? Entré en tu casa y no me diste agua para los pies; en cambio, esta mujer me ha bañado los pies con lágrimas y los ha secado con sus cabellos. No me besaste, pero ella, desde que entré, no ha dejado de besarme los pies. No derramaste aceite sobre mi cabeza, pero ella ha derramado perfume sobre mis pies. Por esto te digo que sus muchos pecados le son perdonados, porque amó mucho; pero aquel a quien poco se perdona, poco amor manifiesta.

Luego dijo a la mujer:

-Tus pecados te son perdonados.

Los otros invitados que estaban allí comenzaron a preguntarse:

−¿Quién es este que hasta perdona pecados?

Pero Jesús añadió, dirigiéndose a la mujer:

-Por tu fe has sido salvada. Vete tranquila.»

El perdón del pecado está en función directa del amor que se muestra en el arrepentimiento. Observemos, además que la mujer arrepentida no hace verbalmente la lista completa de sus múltiples pecados, aunque sí realiza un rito que significa que está arrepentida: llora a los pies de Jesús y se los seca con los cabellos. Jesús la despide en paz.

#### 2-Evangelio de San Lucas (Lc 18, 9-14)

«Jesús contó esta otra parábola para algunos que se consideraban a sí mismos justos y despreciaban a los demás: "Dos hombres fueron al templo a orar: el uno era fariseo, y el otro era uno de esos que cobran impuestos para Roma. El fariseo, de pie, oraba así: 'Oh Dios, te doy gracias porque no soy como los demás: ladrones, malvados y adúlteros. Ni tampoco soy como ese cobrador de impuestos. Ayuno dos veces por semana y te doy la décima parte de todo lo que gano.' A cierta distancia, el cobrador de impuestos ni siquiera se atrevía a levantar los ojos al cielo, sino que se golpeaba el pecho y decía: '¡Oh Dios, ten compasión de mí que soy pecador!' Os digo que este cobrador de impuestos volvió a su casa perdonado por Dios; pero no el fariseo. Porque el que a sí mismo se engrandece será humillado, y el que se humilla será engrandecido.»

Con esta parábola Jesús nos enseña que hay dos actitudes ante el arrepentimiento:

**-La del publicano**: que se salta las fórmulas rituales, pero está arrepentido de corazón y por eso pide perdón.

La conclusión de Jesús: Os aseguro que éste bajó justificado a casa y no aquel.

## 3-Evangelio de San Lucas (Lc 19, 1-10)

«Jesús entró en Jericó e iba atravesando la ciudad. Vivía en ella un hombre rico llamado Zaqueo, jefe de los que cobraban impuestos para Roma. Quería conocer a Jesús, pero no conseguía verle, porque había mucha gente y Zaqueo era de baja estatura. Así que, echando a correr, se adelantó, y para alcanzar a verle se subió a un árbol junto al cual tenía que pasar Jesús. Al llegar allí, Jesús miró hacia arriba y le dijo:

-Zaqueo, baja en seguida porque hoy he de quedarme en tu casa.

Zaqueo bajó aprisa, y con alegría recibió a Jesús. Al ver esto comenzaron todos a criticar a Jesús, diciendo que había ido a quedarse en casa de un pecador. Pero Zaqueo, levantándose entonces, dijo al Señor:

-Mira, Señor, voy a dar a los pobres la mitad de mis bienes; y si he robado algo a alguien, le devolveré cuatro veces más.

Jesús le dijo:

-Hoy ha llegado la salvación a esta casa, porque este hombre también es descendiente de Abraham. Pues el Hijo del hombre ha venido a buscar y salvar lo que se había perdido.»

Zaqueo está auténticamente arrepentido y por tanto está dispuesto a reparar en cuanto pueda su pecado. Por eso le dice Jesús: Hoy ha llegado la salvación a esta casa.

## 4-Evangelio de San Lucas (Lc 23, 39-43)

«Uno de los malhechores allí colgados le insultaba, diciéndole:

-¡Si tú eres el Mesías, sálvate a ti mismo y sálvanos a nosotros!

Pero el otro reprendió a su compañero diciendo:

−¿No temes a Dios, tú que estás sufriendo el mismo castigo? Nosotros padecemos con toda razón, pues recibimos el justo pago de nuestros actos; pero este no ha hecho nada malo.

Luego añadió:

-Jesús, acuérdate de mí cuando comiences a reinar.

Jesús le contestó:

-Te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso.»

Los dos ladrones que están crucificados con Jesús muestran actitudes contrapuestas. El uno quiere librarse de las consecuencias de sus malas acciones, el otro las acepta porque reconoce que las merece. A este le dice Jesús: «Te lo aseguro. Hoy estarás conmigo en el Paraíso», Este pasaje nos recuerda la escena habitual de los adolescentes a los que su padre ha castigado sin salir el domingo. Con cara de mucha compunción (un poco antes de la hora de salir) dicen al padre: «papá perdóname, que ya no le haré más». Realmente están diciendo: «¡déjame salir!» Si estuvieran realmente arrepentidos aceptarían el castigo merecido.

7 Sesión

## Paso 6: El perdón herramienta de sanación

En el Matrimonio es muy importante y sanadora la herramienta del perdón, evita muchas veces rupturas innecesarias. El perdón es un acto de voluntad y de razón (quiero perdonar y perdono). No es un sentimiento, porque el sentimiento puede aparecer de nuevo. El perdón acoge a la otra persona, porque la quiere, quiere acogerla independientemente de que cueste y produzca un sentimiento de inferioridad, de humildad, de abajamiento. Perdonar a quienes nos han ofendido, es un acto voluntario de disculpar interiormente las faltas que han cometido otros hacia mi persona. El perdón enriquece el corazón de las personas porque le da mayor capacidad de amar; si perdonamos con prontitud y sinceramente, estamos en posibilidad de comprender nuestras equivocaciones y las equivocaciones de los demás, actuando generosamente en ayudar a que las corrijan.

## Proyección del fragmento de la película:

Los miserables de Tom Hoper (2012)

Este fragmento recuerda la historia narrada por Víctor Hugo en el que un obispo que ha sido víctima de un robo, libera al ladrón de la policía y le dice: «Jean Valjean, hermano mío, vos no pertenecéis al mal sino al bien. Yo compro vuestra alma; yo la libro de las negras ideas y del espíritu de perdición y la consagro a Dios».

Soción

Comentar las emociones y sentimientos que nos ha producido y entablar un pequeño diálogo.

No se puede vivir sin perdón porque sería exigir a los demás que sean perfectos. «Perdonar setenta veces siete». Debemos mirar a nuestra pareja como el obispo a Jean Valjean, que es la forma en que Cristo nos ve (parábola del hijo pródigo), mirada que debe iluminar a cada uno hasta ver a Cristo en el otro.

A veces ocurre que el perdón cuesta más otorgarlo a uno mismo que al otro, así como hay que tener en cuenta que toda ofensa a otra persona es siempre una ofensa a Dios.



## Paso 7: Trabajo personalizado

En este momento será bueno un trabajo individual, reflexionar sobre todo lo hablado y dialogado y dejar un tiempo prudencial para que cada individuo responda por escrito a las siguientes tres preguntas. Se advierte que estas preguntas son personales y no se compartirán ni en grupo ni con la pareja.

- Enumera tres cualidades de tu pareja de las que careces y mejoran la relación.
- ¿Qué cambiarías de ti mismo y ayudarían en tu relación?
- Tres características que dan calidad al diálogo con vuestra pareja



## Paso 8: ¿Qué propone la Iglesia ante la situación del pecado?

La Iglesia propone el Sacramento de la Reconciliación como fuente de renovación del amor. En él nos reconocemos pecadores «de pensamiento, palabra, obra u omisión» y en él celebramos y acogemos el perdón de Dios. Conviene aclarar que a este sacramento generalmente se le llama de tres maneras: confesión, penitencia y reconciliación. El último es el más adecuado.

Es un sacramento que nos ayuda en el camino de nuestra realización y crecimiento personal, y también en nuestro crecimiento como pareja y comunidad.

Con la experiencia del amor misericordioso y del perdón de Dios a través de la Iglesia, los novios aprenden a perdonarse: «Sed entrañables entre vosotros, perdonándoos mutuamente como Dios os perdonó en Cristo» (Ef 4,32)

El sacramento de la reconciliación, en el tiempo del noviazgo, lleva a la continua renovación del amor. La reconciliación con Dios, con la Iglesia y con la pareja trae consigo también que se tome conciencia de los propios límites. Esta conciencia constituye el punto de partida para abrirse a la comunicación y diálogo recíproco, y para analizar las causas que provocan discordias en la relación de pareja.

«A quien poco se perdona, poco ama» (Lc 7,47)

#### Lo que no es el Sacramento de la Reconciliación

- 1) Aprender una lista de pecados y decirla al sacerdote. Durante mucho tiempo la *«confesión»* (*«decir los pecados»*) ocupó el lugar central de este sacramento. Lo importante era *«decir* todos los pecados», sin olvidar ninguno. A veces se caía en la obsesión de confesar algunos detalles y pormenores inútiles. Lo más importante es la conversión. Por eso, hoy no hablamos de *«confesión»*, sino de Sacramento de la Reconciliación ya que así se expresa mejor lo esencial de este sacramento: el amor dado por Dios y la respuesta de conversión del hombre.
- 2) Descargar mi conciencia para quedarme tranquilo. La reconciliación no es un medio para tranquilizar la conciencia o un camino para descargar nuestras irresponsabilidades. No es un refugio. Tampoco es un consuelo. La reconciliación es, más bien, un compromiso de continuar viviendo responsablemente nuestros deberes cotidianos de hombres creyentes.
- 3) Someterme a un rito negativo y desagradable. Muchos jóvenes acuden a este sacramento «de mala gana», para muchos, es un rito desagradable por el que hay que pasar necesariamente parar «lavar» los propios pecados. Quien piensa así, ignora que lo más importante de la reconciliación es la misericordia de Dios que comunica el gozo del perdón y la renovación de nuestra vida de fe.

## Lo que si es el Sacramento de la Reconciliación

En el Sacramento de la Reconciliación aparecen «tres personajes principales»: **Dios-Padre**, que toma la iniciativa de la reconciliación y la hace posible por amor. La Iglesia, que por medio del sacerdote colabora y hace visible este encuentro de perdón y paz. La **persona pecadora**, que busca, recibe y participa activamente en la reconciliación con su compromiso de sincera conversión.

- 1) El sacramento de la misericordia de Dios. La iniciativa del perdón viene de Dios. La reconciliación es posible, pues, por el amor misericordioso de Dios hacia todo pecador. La misericordia de Dios es tan grande y tan inagotable que siempre, a pesar de cualquier pecado, es capaz de perdonar y de renovar al hombre.
- 2) Jesús nos perdona a través del sacerdote. La Iglesia, por medio del sacerdote, colabora y hace visible el perdón que brota del mismo Cristo. Así, pues, cuando la Iglesia perdona los pecados, es Cristo mismo quien perdona, como lo hacía en su vida terrena.
- Y por que el sacerdote tiene poder para perdonar en nombre de Cristo? Porque se lo dio el mismo Jesús cuando resucitó: «Reciban el Espíritu Santo, a quienes perdonen los pecados, les quedan perdonados, y a quienes se los retengan, les quedan retenidos» (Jn 20,22-23).

El sacerdote, por tanto, es solamente un servidor de la Reconciliación que: representa el perdón del mismo Cristo. No suplanta a Dios, pues su perdón es perdón de Dios. Representa el perdón de toda la Iglesia, a quien se ofende también por el pecado. Ayuda al pecador a levantarse y Sesión superarse. No juzga al penitente, sino que le ayuda a comprender las dimensiones de su pecado y la exigencia de una auténtica conversión.

3) Un sacramento que compromete la vida. Quien acude a este sacramento adquiere un compromiso serio de convertirse. La conversión es el cambio interior que hace pasar del egoísmo al amor y que mueve a vivir según el Evangelio de Cristo. La conversión se realiza en lo más profundo de la persona y tiene muchas implicaciones: deseo de vivir en el amor, nueva confianza en Dios, firme decisión de seguir luchando contra todo tipo de pecado, aceptación de una vida auténticamente comprometida por los más pobres y necesitados... Y todo esto debe manifestarse en signos visibles, en verdaderos «frutos de conversión».

Proyección de dos fragmentos de la película: Fireproof

Fireproof (el amor/el perdón) 01,32,00 Fireproof (el perdón de Dios) 00,52,00



Celebración del Sacramento de la Reconciliación

En este encuentro será bueno realizar una celebración de la Reconciliación. Para ello se pedirá la ayuda de otro sacerdote y durante la celebración se ayudará a las parejas a que vivan el Sacramento de la Reconciliación como pide la Iglesia. Con un examen o toma de conciencia del estado de nuestra infidelidad. Con un sentimiento y arrepentimiento de haber hecho el mal. Con un propósito firme de conversión, de cambio de las actitudes, con humildad. Con la confesión de los pecados como momento culminante del proceso de reconciliación, que contiene la fór-

mula de la absolución sacramental. Y con el cumplimiento de la penitencia que el presbítero impone como prenda de la voluntad de conversión del penitente.

En el Anexo de las Celebraciones litúrgicas está desarrollada la Celebración de la Reconciliación. La celebración se centrará en la parábola del hijo prodigo u otras que uno desee.



Una vez terminada la celebración, el animador hace entrega de un sobre cerrado a cada componente del grupo dándoles las siguientes instrucciones: dentro del sobre hay una pregunta que debe contestar personalmente cada uno sin poder compartirla con su pareja.

- ¿Qué tengo que aprender para perdonarme?
- ¿Qué tengo que aprender para perdonar a mi pareja?
- ¿Qué tengo que aprender para pedir perdón a Dios, por mi falta de amor?

#### 6.7.5. Continuación de la sesión en las redes sociales

Durante el mes previo al siguiente encuentro se trabajará a nivel de redes sociales con el envío por parte de los animadores de las siguientes dinámicas:

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Tengo miedo del futuro. Tengo miedo de no saber responder»
- «Somos una pareja libre, lo importante son nuestros hijos»
- «Él promete muchas cosas pero no cumple sus compromisos»
- «Cuando llegué a ser madre, dejo de interesarse por mí. Ya no somos pareja, sino padres»

#### b) Fragmento de la película

Se puede elegir algún fragmento de la película *Orgullo y prejuicio* de Joe Wright (2005). Es una novela de Jane Austen en la que narra la importancia de los prejuicios y las apariencias de los dos protagonistas. Estos no son capaces de hablarse con claridad y de reconocer sus sentimientos amorosos. Al final de un largo camino, hecho a base de sufrimientos y de perdón, es cuando se dan cuenta de lo grande, profundo y duradero que es el amor. El orgullo es el pero enemigo del amor.

«—Señorita Elizabeth, he luchado en vano y ya no lo soporto más. Estos últimos meses han sido un tormento. Vine a Rossins con la única idea de verla a usted. He luchado contra el sentido común, las expectativas de mi familia, su inferioridad social,

mi posición y circunstancias, pero estoy dispuesto a dejarlas a un lado y pedirle que ponga fin a mi agonía.

- —No comprendo.
- —La amo, ardientemente.» Fragmento de la película *Orgullo y prejuicio*.

## c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

El perdón

#### 6.7.6. Evaluando tu matrimonio

Se les entrega el siguiente ejercicio para que lo hagan a solas en su casa.

#### Identificando heridas sin sanar

Este ejercicio se concentra particularmente en identificar las áreas de dolor y tratar de entender mejor los sentimientos del otro. El ejercicio se enfoca en la disculpa y el perdón.

## 1.-Trata de identificar la herida de tu cónyuge

Piensa en las formas en que has herido a tu pareja, afectado tu matrimonio, y que no han sido resueltas. Recuerda los primeros encuentros, cuando se comprometieron y los primeros años de novios, así como los tiempos recientes. (Ninguno de nosotros es perfecto).

- ¿Qué he dejado de hacer, que debería estar haciendo?
- ¿Qué he hecho, o estoy haciendo, que no debería hacer?
- ¿En qué he fallado para satisfacer las necesidades de mi cónyuge?
- ¿Qué he dicho que ha sido hiriente?
- ¿Qué he dejado de decir que podría haber demostrado amor y animo?

No des excusas o culpes a tu pareja. Los siguientes ejemplos muestran la diferencia:

Dando excusas / culpando a tu cónyuge:

Yo sé que ayer te critiqué en frente de los amigos, pero no lo habría hecho sí no nos hubieras hecho llegar veinte minutos tarde.

#### Disculpa apropiada:

Ayer te herí al criticarte en frente de los amigos, fue poco amable de mi parte. Lo siento.

Dando excusas / culpando a tu cónyuge:

Yo se que anoche estuve malhumorado y grosero contigo, pero es que tú no entiendes bajo cuánta presión he estado en el trabajo las últimas dos semanas.

Sesión

Sesion

## Disculpa apropiada:

Anoche, fue muy egoísta e insensible de mi parte haber sido grosero y estar malhumorado contigo. Discúlpame por haberte herido.

Escribe una lista de las cosas que se te vienen a la mente. Sé específico. Por ejemplo: He dejado de ser afectuoso y rechazo tus iniciativas cuando quieres que hagamos el amor; me he quedado dormido frente al televisor en vez de conversar contigo; he estado saliendo más con mis compañeros de trabajo o mis amigos, que contigo; te dije cosas poco amables, hace dos semanas, cuando tuvimos esa fuerte discusión sobre el dinero.

## 2.-Identifica tus propias heridas

Identifica las formas en las cuales has sido herido por tu pareja. La causa de la herida puede ser reciente o haber sucedido hace algún tiempo. Es posible que tu pareja se haya dado cuenta o no de que te hirió, puede que haya sido un incidente aislado o que se haya repetido varias veces. Debes asegurarte de ser específico y de describir cómo te sentiste. Habla siempre en primera persona (yo, me, etc).

Por ejemplo: Me sentí sin apoyo y poco apreciado cuando no te diste cuenta del esfuerzo que hice para decorar la casa en Navidad; me sentí herida cuando no dijiste nada especial acerca de mí ascenso; yo no he podido sobreponerme al hecho de que me hayas mentido la primera vez que salimos juntos; me sentí rechazada cuando fuiste al bar la noche que regresamos de nuestra luna de miel; yo me siento frustrada porque tú no discutes las decisiones financieras conmigo.

- 1. Cuando ambos hayan terminado, intercambiad vuestras listas.
- 2. Leed en silencio las formas como cada uno ha herido al otro.
- 3. Luego, cada uno reflexione acerca de la razón de la herida de su pareja y de los sentimientos que le produjo, sin tratar de interpretar lo que escribió o sin defenderse a sí mismo. Para aclarar lo que sienten, haz preguntas como «¿Qué querías decir con eso?» o, «¿Hay algo más que quisieras decirme?».
- 4. Luego, La otra pareja debe hacer lo mismo. Deben estar seguros que cada uno ha entendido los sentimientos que han sido descritos.
- 5. Devuelve la lista a tu pareja. Luego aumenta o revisa tu lista con las formas en que lo has herido. Pasa un tiempo considerando cada aspecto de la herida. Trata de observarla a través de los ojos de tu pareja.
- 6. Durante la próxima semana, permite que Dios te dé la oportunidad de ver nuevos elementos acerca del porque tu cónyuge se siente herido y tu participación en su dolor.
- 7. Es importante realizar la tarea con el fin de completar el proceso de «Abandonar toda amargura, ira y enojo» (Efesios 4,31) mediante la disculpa y el perdón.

«No quiero decir que ya lo haya conseguido todo ni que ya sea perfecto; pero sigo adelante con la esperanza de alcanzarlo, puesto que Cristo Jesús me alcanzó primero. Hermanos, no creo haberlo alcanzado aún; lo que sí hago es olvidarme de lo que queda atrás y esforzarme por alcanzar lo que está delante, para llegar a la meta y ganar el premio que Dios nos llama a recibir por medio de Cristo Jesús» (Fl 3,12-14)

7 Sesión



«Como Pueblo elegido de Dios, sea vuestro uniforme: la misericordia entrañable» (Col 3, 12-17)

## 6.8. El octavo encuentro Celebrar el amor y la felicidad

«La alianza matrimonial por la que el varón y la mujer constituyen entre sí un consorcio de toda la vida, ordenado por su misma índole natural al bien de los cónyuges y a la generación y educación de la prole, fue elevada por Cristo Nuestro Señor a la dignidad de sacramento entre bautizados» (CIC 1055).

#### 6.8.1. Planteamiento teórico de la sesión

En el momento que la pareja decide celebrar el matrimonio por la Iglesia, hay una fecha, una iglesia, unos testigos a los que quiere invitar para un día tan importante. Pero quizá no se dan cuenta de que la celebración no tiene sentido si no se entra en comunión con lo que allí se celebra.

La boda es, sin duda, más que un tiempo privilegiado de la vida de la pareja. Se inserta en la historia y da sentido a la misma. Durante la celebración matrimonial, se intercambian los anillos.

Si todas las relaciones sociales se basan en el intercambio, los antropólogos han demostrado que la relación con el extranjero, sea de la cultura que sea, pasa por un intercambio de bienes, «yo te hago un regalo y espero que tú me hagas otro». Pero lo que se juega en el matrimonio Sesión no es un intercambio. Algunos ven en ese acto la manifestación de un pacto sellado entre dos personas, en presencia de los que les rodean. Puede significar, también, el signo de una alianza con Dios a quien desean confiar su unión.

El intercambio que conduce a un «gracias» de palabra, podría quedarse en un simple trueque, comentado anteriormente. El agradecimiento no siempre es natural, requiere una atención particular, una toma de conciencia de que uno recibe algo de otro, más de lo que uno le da. Decir gracias puede ser una expresión sin contenido. Incluso en la pareja se tiende a tener en cuenta los esfuerzos mutuos y detalles que uno hace por el otro, intentando buscar un equilibrio. Dar las gracias de verdad es otra cosa.

## 6.8.2. Planteamiento teológico de la sesión

El matrimonio cristiano se manifiesta, de modo especial, en el intercambio, al afirmar que los esposos quieren dar una parte de ellos mismos aceptando el riesgo de no ser correspondidos, aquí reside el sentido profundo de la palabra «gracias».

El cristiano da gracias a Dios por la vida que le traído hasta el día de hoy. Estas gracias significan entrar en el «recibir», dándose cuenta de que más allá de lo que el otro da, puede haber un don más grande, esto significa abrirse a la gratuidad divina.

#### 6.8.3. Planteamiento bíblico de la sesión

En el origen de todo esta la gracia de Dios sobre todos los hombres, el don que hace que sean felices conviviendo, porque Dios da discretamente, sin exigir nada a cambio.

La comunidad de dones, reside en el centro mismo del matrimonio. Tomar conciencia de esto, da otro sentido a toda celebración. Más allá de las palabras y los gestos llevados a cabo en una casa, se oculta una realidad más profunda.

«Queridos hermanos, amémonos unos a otros, porque el amor procede de Dios. Todo aquel que ama es hijo de Dios y conoce a Dios. [...] Si Dios nos ha amado así, también nosotros debemos amarnos unos a otros. A Dios nunca lo ha visto nadie; pero si nos amamos unos a otros, Dios vive en nosotros y su amor se hace realidad en nosotros. [...] Y nosotros mismos hemos visto y declaramos que el Padre envió a su Hijo para salvar al mundo. Todo aquel que reconoce que Jesús es el Hijo de Dios, vive en Dios y Dios en él. Así hemos llegado a saber y creer que Dios nos ama. Dios es amor, y el que vive en el amor vive en Dios y Dios en él» (1Jn 4,7-16)

Lo que está en juego es la celebración del Dios amor que vive en nosotros, nos llena de sus dones, comenzando por el don de aquel que viene a compartir nuestra vida, y siguiendo por la pareja que reuniéndose en la Iglesia, se hace signo de este amor.

Mateo nos dice que este «camino es imposible para el hombre», después de habernos puesto sobre aviso ante el adulterio, inmediatamente afirma que el hombre no se entrega de por vida valiéndose de sus propias fuerzas, sino que necesita la ayuda de Dios. Y añade que todo es posible para Dios.

«Pero tú, Israel, eres mi siervo. Yo te elegí, Jacob, estirpe de Abrahán, mi amigo. Yo te traje de los confines de la tierra y te llamé de las regiones lejanas, diciéndote: «Tú eres mi siervo. Yo te elegí y no te he rechazado». No temas, que yo estoy contigo; no desmayes, que yo soy tu Dios; yo te fortaleceré y vendré en tu ayuda y con la diestra de mi justicia te sostendré. [...] Porque yo, Yahvé, tu Dios. fortaleceré tu diestra, y te digo: «No temas, yo voy en tu ayuda"» (Isaías 41,R-13)

El amor que llega hasta el extremo no es de orden humano, sino que encuentra su fuente en el amor de Dios. Por eso es esencial abrir el corazón a este amor que viene de otra parte. Amar hasta el final no es posible si no se fundamenta uno en el «como». «Amaos los unos a los otros como yo os he amado» De este modo, Jesús nos enseña el camino del amor que permanece hasta la muerte. La dinámica del matrimonio cristiano va en esta dirección. Esta apuesta es una locura. Es la apuesta del cristianismo. Un amor que parece no tener sentido:

«Maridos, amad a vuestras mujeres como Cristo amó a su Iglesia y se entregó por ella para purificarla con el baño del agua y la palabra, y consagrarla para presentar una Iglesia gloriosa, sin mancha ni arruga ni cosa semejante, sino santa e irreprochable. Así tienen que amar los maridos a sus mujeres, como a su propio cuerpo. Quien ama a su mujer se ama a sí mismo; nadie ha odiado jamás a su cuerpo, antes lo alimenta como Cristo a la Iglesia» (Efesios 5,25-29)

«Como» Cristo amó a su Iglesia. Esta orientación que nos transmite el apóstol, es la del amor sin límites. Es la que caracteriza el amor cristiano. Al comienzo de una vida amorosa, esta dimensión del amor no parece estar incluida en el «contrato». Y sin embargo, aunque los pasos

de la pareja sean frágiles, la esperanza, que es don de Dios, permite creer que él está ahí para ayudaros a crecer en un amor más grande, un amor sin límites.

#### 6.8.4. Guión de la sesión



## Paso 1: Acogida de las parejas

En un primer momento y dentro de un ambiente distendido se da la **bienvenida a las parejas**. Será bueno que se puedan servir algunos refrescos, galletas, dulces o que con una máquina se pueda servir un café o un té, todo ello para romper el hielo del primer momento y que la presentación sea más casera y amigable.

En un **segundo momento** se puede hacer un resumen de lo que se hizo en el anterior encuentro. También se puede compartir aquellas cosas que se han trabajado en el grupo de Whatsapp, animando a las personas que han compartido cosas bellas e interesantes. El animador o acompañante pide a las parejas como va su Proyecto de Vida, si tienen alguna pregunta y si lo van construyendo poco a poco, decidles si tienen preguntas y que en algún encuentro lo compartiremos.

En un **tercer momento** se entrega el cuaderno con el sexto tema. En el cuaderno está escrita la siguiente oración que todos leen en voz alta:

## Se acerca nuestra boda

Padre Bueno, se va acercando el día de nuestra boda después del gozoso recorrido del noviazgo.

Te damos gracias porque hemos profundizado en la relación mutua y en una comunicación cada día más honda.

Tú nos has enseñado a compartir y a limar las diferencias, haciendo de aquella primera atracción del comienzo del noviazgo un amor más maduro, más hondo, más auténtico, más intenso.

A Ti, en vísperas de nuestra boda, volvemos la mirada, pidiéndote que la palabra de matrimonio, que nos vamos a dar, la sepamos mantener con libertad y alegría; que sepamos amarte a Ti y amarnos y respetarnos todos los días de la nuestra vida; que el matrimonio sea para ambos fuente de crecimiento espiritual y humano; y, que si Tú quieres, veamos fructificado nuestro amor en los hijos. Amén

Sesión

Sesion



Presentación del tema que se tratará en la sesión: Celebrar el amor y la felicidad.

El animador o acompañante un breve resumen de 5 minutos para explicar el tema. Puede servir la siguiente catequesis:

#### 1.- EL MATRIMONIO EN EL PLAN DE DIOS.

La Sagrada Escritura se abre **con el relato de la creación del hombre y de la mujer a imagen y semejanza de Dios** (Gn 1, 26-27) y se cierra con la visión de las «bodas del Cordero» (Ap 19, 7.9). De un extremo a otro la Escritura habla del matrimonio y de su «misterio».

El mismo Dios es autor del matrimonio (cf. GS 48). La vocación al matrimonio se inscribe en la naturaleza misma del hombre y de la mujer, según salieron de la mano del Creador. A pesar de que la dignidad de esta institución no se transluzca siempre con la misma claridad, existe en todas las culturas un cierto sentido de la grandeza de la unión matrimonial.

Dios ha creado al hombre por amor y lo ha llamado al amor, vocación fundamental e innata de todo ser humano. El hombre fue creado a imagen y semejanza de Dios, que es Amor. El amor mutuo entre el hombre y la mujer se convierte en imagen del amor absoluto e indefectible con que Dios ama al hombre. Este amor está llamado a ser fecundo y a realizarse en la obra común del cuidado de la creación (cf. Gn 1,28).

La Sagrada Escritura afirma que el hombre y la mujer fueron creados el uno para el otro. (Gn 2, 18-25). No es bueno que el hombre esté solo. Por ello, Dios le da a la mujer, «carne de su carne», su otra mitad, su igual, su «auxilio». Por eso deja el hombre a su padre y a su madre y se une a su mujer, y se hacen una sola carne.

#### El matrimonio en el Señor.

La alianza nupcial entre Dios y su pueblo Israel había preparado la nueva y eterna alianza mediante la que el Hijo de Dios, encarnándose y dando su vida, se unió en cierta manera con toda la humanidad salvada por El (cf. GS 22), preparando así «las bodas del Cordero» (Ap 19, 7-9).

La presencia de Jesús en las bodas de Caná tiene mucha importancia. La Iglesia ve en ella la confirmación de la bondad del matrimonio y el anuncio de que en adelante el matrimonio será un signo eficaz de la presencia de Cristo.

Jesús enseñó sin ambigüedad el sentido original de la unión del hombre y la mujer (cf. Mt 19, 6-8): la unión matrimonial del hombre y de la mujer es indisoluble.

La indisolubilidad del vínculo matrimonial puede aparecer como una exigencia irrealizable, una carga imposible de llevar. Pero Cristo concede la fuerza y la gracia para vivir el matrimonio en la dimensión nueva del Reino de Dios. Esta gracia del Matrimonio cristiano es un fruto de

8

la Cruz de Cristo, fuente de toda la vida cristiana.

Toda la vida cristiana está marcada por el amor esponsal de Cristo y de la Iglesia. El bautismo es un misterio nupcial, que precede al banquete de bodas, la Eucaristía. El matrimonio cristiano viene a ser por su parte signo eficaz, sacramento de la alianza de Cristo y de la Iglesia (cf. Ef 5, 25-32). Puesto que es signo y comunicación de la gracia, el matrimonio entre bautizados es un verdadero sacramento de la Nueva Alianza (DS 1800; CIC 1055).

## 2.- LA CELEBRACIÓN DEL MATRIMONIO.

En la Iglesia latina se considera que los ministros del sacramento son los esposos. En las liturgias orientales, el ministro de este sacramento (llamado «Coronación») es el sacerdote o el obispo, que recibe en nombre de la Iglesia el consentimiento de los esposos.

Las diversas liturgias son ricas en oraciones de bendición y de epíclesis, pidiendo a Dios su gracia y la bendición sobre la nueva pareja, especialmente sobre la esposa. El Espíritu Santo es el sello de la alianza de los esposos, la fuente siempre generosa de su amor, la fuerza con que se renovará su fidelidad. (Existen otros ritos complementarios: entrega de las alianza y de las arras).

## 3.- EL CONSENTIMIENTO MATRIMONIAL.

Los protagonistas de la alianza matrimonial ante Dios son un hombre y una mujer bautizados, **libres para contraer el matrimonio** y que expresan libremente su consentimiento. El consentimiento es el elemento indispensable. Si falla, no hay matrimonio.

El consentimiento consiste en «un acto humano por el que los esposos se dan y se reciben mutuamente» (GS 48). Encuentra su plenitud en el hecho de que los dos «vienen a ser una sola carne».

Si falta la libertad en el consentimiento el matrimonio es inválido. Por esto la Iglesia, tras examinar la situación por el tribunal eclesiástico competente, puede declarar la nulidad del matrimonio, es decir, que nunca ha existido.

El sacerdote o diácono recibe el consentimiento en nombre de la Iglesia y da la bendición de la Iglesia. Su presencia expresa visiblemente que el matrimonio es una realidad eclesial.

La iglesia exige ordinariamente la forma eclesiástica de celebración del matrimonio, porque el matrimonio sacramental es un acto litúrgico, porque introduce en un ordo eclesial, crea deberes y derechos en la Iglesia, porque al ser un estado de vida en la Iglesia se precisa certeza sobre él, con la presencia de testigos, porque el carácter público fortalece el «Sí» dado.

Para que el «sí» de los esposos sea un acto libre y responsable y para que la alianza matrimonial tenga fundamentos humanos y cristianos, sólidos y estables es necesaria una buena preparación prematrimonial.

Atención especial merecen los matrimonios mixtos (entre católico y bautizado no católico) y los matrimonios con disparidad de cultos (entre católico y no bautizado). Suponen una gran dificultad. Pueden acarrear el caer en la tentación de la indiferencia religiosa. Los matrimonios mixtos necesitan para su licitud permiso expreso de la autoridad eclesiástica. Los segundos necesitan dispensa expresa para su validez. La parte católica contrae obligaciones en cuanto al bautismo y la educación de los hijos en la Iglesia católica. En los matrimonios con disparidad de cultos la parte católica tiene una tarea importante: lograr mediante la práctica humilde y paciente de las virtudes familiares y la oración perseverante la gracia de la conversión libre del otro cónyuge.

#### 4.- LOS EFECTOS DEL SACRAMENTO DEL MATRIMONIO.

El **vínculo matrimonial** es establecido por Dios mismo, de modo que el matrimonio celebrado y consumado entre bautizados no puede ser disuelto jamás. Este vínculo que resulta del acto humano libre de los esposos y de la consumación del matrimonio es una realidad ya irrevocable y da origen a una alianza garantizada por la fidelidad de Dios.

8 Sesión

La gracia del sacramento del Matrimonio. En virtud del Sacramento recibido –surge la «gracia de santificación» para los esposos. Esta gracia está destinada a perfeccionar el amor de los esposos, a fortalecer su unidad indisoluble. Por medio de esta gracia «se ayudan mutuamente a santificarse con la vida conyugal y en la acogida y educación de los hijos» (LG 11).

Cristo es la fuente de esta gracia. Mediante este sacramento sale al encuentro de los esposos, permanece con ellos, les da fuerzas para seguirle tomando su cruz, para levantarse tras las caídas, para perdonarse mutuamente, para llevar unos las cargas de los otros y para amarse con un amor sobrenatural, delicado y fecundo. En las alegrías de su amor y de su vida familiar les da, ya aquí, un gusto anticipado del banquete de las bodas del Cordero.

#### 5.- LOS BIENES Y LAS EXIGENCIAS DEL AMOR CONYUGAL.

#### Unidad e indisolubilidad del Matrimonio.

El amor de los esposos exige, por su misma naturaleza la unidad y la indisolubilidad de la comunidad de personas que abarca la vida entera de los esposos. Están llamados a intensificar día a día la comunión entre ellos, a través de la fidelidad cotidiana. Esta comunión humana es confirmada, purificada y perfeccionada por la comunión en Jesucristo dada mediante el sacramento del matrimonio. Se profundiza por la vida de la fe común y por la Eucaristía recibida en común.

La unidad viene exigida por la igual dignidad del hombre y la mujer. La poligamia es contraria a esta igual dignidad de uno y otro y al amor conyugal que es único y exclusivo.

#### La fidelidad del amor conyugal.

El amor conyugal exige de los esposos, por su misma naturaleza una unidad inviolable. El auténtico amor tiende por sí mismo a ser algo definitivo, no algo pasajero.

Su motivo más profundo consiste en la fidelidad de Dios a su Alianza, de Cristo a su Iglesia. Así, por el Sacramento, la indisolubilidad del matrimonio adquiere un sentido nuevo y más profundo.

Hoy puede parecer difícil e incluso imposible. Pero la gracia de Dios hace que no sea así. En situaciones en que la convivencia se hace prácticamente imposible por razones diversas, la Iglesia admite la separación física de los esposos y el fin de la cohabitación. Los esposos no dejan de ser marido y mujer y no son libres para contraer otro matrimonio. La comunidad cristiana tiene que ayudar a estas personas a vivir cristianamente esta situación difícil.

## La apertura a la fecundidad.

«Por su misma naturaleza, la institución misma del matrimonio y el amor conyugal están ordenados a la procreación y a la educación de la prole y con ellas son coronados como su culminación» (GS 48).

La fecundidad se extiende a los frutos de la vida moral, espiritual y sobrenatural que los padres transmiten a sus hijos por medio de la educación. Los padres son los primeros y principales educadores de sus hijos.

La tarea fundamental del matrimonio y de la familia es estar al servicio de la vida (FC 28). Los esposos a los que Dios no ha concedido tener hijos pueden llevar una vida conyugal plena de Sesión sentido, humana y cristianamente. Su matrimonio puede irradiar una fecundidad de caridad, de acogida y de sacrificio.

#### 6.- LA IGLESIA DOMÉSTICA.

Cristo quiso nacer y crecer en el seno de la Sagrada Familia de José y María. La Iglesia no es otra cosa que la «familia de Dios».

### La familia cristiana en la Iglesia

El Concilio Vaticano II llama a la familia «iglesia doméstica» (LG 11). La familia cristiana, es una comunidad de fe, esperanza y caridad. Por eso, la podemos llamar «iglesia doméstica».

«De este consorcio procede la familia, en la que nacen nuevos ciudadanos de la sociedad humana, quienes, por la gracia del Espíritu Santo, quedan constituidos en el bautismo hijos de Dios, que perpetuarán a través del tiempo el Pueblo de Dios. En esta especie de Iglesia doméstica los padres deben ser para sus hijos los primeros predicadores de la fe, mediante la palabra y el ejemplo, y deben fomentar la vocación propia de cada uno, pero con un cuidado especial la vocación sagrada.» (LG 11)

Esto quiere decir que el futuro del hogar puede llegar a ser como una «iglesia en pequeño», una iglesia doméstica, que está llamada a realizar a su escala la misión misma de la Iglesia. La misión de evangelizar, antes que nada a los hijos y a todos cuantos los que la rodean. El apoyo mutuo, la oración en común, la hospitalidad, la apertura a los problemas de la sociedad, los hijos, todo hará del hogar una iglesia doméstica.

La familia cristiana es el primer lugar donde se transmite y educa en la fe, la misión educativa comporta que la familia transmita e irradie el Evangelio, en la familia todos los miembros evangelizan y son evangelizados.

Los padres son los responsables del despertar religioso en los hijos, de enseñarles a rezar y a tratar a Dios en todas las ocasiones ordinarias de la vida.

En la familia cristiana no solo se desarrollan las vivencias religiosas, también se genera una cultura impregnada de valores, y que permite al hombre desarrollarse integralmente. La cultura de la vida implica educar a los hijos en valores auténticos, en la formación de criterios básicos de comportamiento, en un espíritu crítico frente a tantas ofertas de la sociedad, en forma de convivencia y diálogo, de diversión y entretenimiento que hacen de la familia la mejor «escuela de humanismo».



## Paso 3: Dinámica de provección

Explicación de la dinámica de proyección, visionado y trabajo posterior de la película *Comprométete*. Proyección de la última parte, la duración es de unos 15 minutos.

Si no se prefiere la película *Comprométete* puede cambiarse por la proyección del video: Boda con testigos.



## Paso 4: Primeras impresiones del film

Un vez visionado la última parte se pregunta a las parejas sobre las impresiones de la película:

- 1) ¿Qué sentimientos les ha producido?
- 2) Fotograma o palabra que les ha impresionado o impactado más

Empezar con un pequeño diálogo de 10 minutos para romper el hielo. Acabado este tiempo los animadores pueden realizar un breve comentario de lo más destacado en referencia con el tema del segundo encuentro, la comunicación.



## Paso 5: Trabajo personal sobre el matrimonio cristiano

Se reúne a las parejas y se pide que trabajen personalmente durante unos minutos sobre las preguntas que se les presentan. Posteriormente y para abrir un diálogo, expondrán en gran grupo la reflexión obtenida.

Antes de reunirse en parejas y trabajar el cuestionario se les presenta el diálogo de la película *Comprométete*.

«—Perdonad pero no entiendo estas cosas. ¿Quién les ha obligado a casarse? Hoy en día hay un montón de alternativas. Se puede estar soltero, de novios, vivir juntos, ser

pareja abierta, cerrada, semiabierta, homosexual, bisexual, trisexual. ¿Qué sentido tiene? ¿Qué necesidad hay de casarse?

- —Casarse es un compromiso que se contrae para toda la vida. Cuando uno contrae un compromiso lo contrae y basta. No lo hace pensando que un día cambie de idea y ya no vale. Te dan un préstamo en el banco, cambias de idea y ¿Qué haces? ¿No lo pagas? Además, nadie te obliga a contraer un compromiso tan importante si sabes que no lo cumplirás.
- —¿Desde cuando piensas así?
- —Desde que la conocí a ella.» Fragmento de la película *Comprométete*.

Las preguntas presentadas pueden ser estas o similares:

- De los bienes y exigencias del amor conyugal: unidad, indisolubilidad, fidelidad, apertura a la vida... ¿cuáles son hoy los menos apreciados y vividos?
- ¿Cómo podéis preparar bien la celebración de vuestro matrimonio?
- ¿Qué podéis hacer para que vuestra familia sea una «Iglesia Doméstica»?



#### Paso 6

El Sacramento del Matrimonio

Proyección del fragmento de la película: Fireproof (2018)

Fireproof (sal y pimienta) 00,29,23

## A) ¿Qué es un sacramento?

- Es la presencia misteriosa del Dios cristiano en la realidad humana. No se puede describir científicamente porque estamos hablando de un Misterio, que el hombre siente pero no puede explicar.
- Para el cristiano es un encuentro del hombre con el Dios cristiano que es un Misterio inefable e inexplicable.
- Para el cristiano el Sacramento es un signo eficaz de la gracia y salvación que nos da el Dios de los cristianos. El Sacramento del Matrimonio es, por sí mismo, principio y causa de la gracia (regalo) conferida por Dios.
- Mediante el Sacramento el cristiano cree que Dios comunica su vida a los hombres y les da la plena felicidad.

## B) ¿Qué significa el Sacramento del Matrimonio?

- Es **algo sagrado**, un acto que realiza el hombre y la mujer y que trasciende los meros actos normales de la vida cotidiana.

8

Sesión

- Los cristianos creen que con el Sacramento del Matrimonio nace un **compromiso con Dios de formar una familia cristiana**, comunidad de vida y de amor.
- Los seres humanos necesitan signos visibles que hacen de lo simbólico realidad material. Cuando el hombre y la mujer aceptan la alianza del matrimonio, se convierten en imagen y semejanza de la alianza de Dios con los hombres.
- En el matrimonio, los esposos son los ministros del Sacramento.
- La **fe es esencial para el Sacramento**, es condición y presupuesto necesario. Para alguien que no cree la celebración del Sacramento del Matrimonio es como algo insignificante.

«—Tenéis toda la razón, lo habéis dicho, es exactamente así. El matrimonio es un asunto privado. Les atañe solo a ellos dos. Y ahora debo pediros un gran favor: Salid de la Iglesia. Dejad a Tomaso y Stefania en la intimidad de este momento. Que el único recuerdo sea el suyo. Es su matrimonio y solo de ellos.» **Fragmento de la película** *Comprométete*.

## C) ¿Qué características tiene esta unión?

El Matrimonio exige unas características para que pueda ser en su realidad Sacramento:

- a) **Libertad:** Al igual que Jesús se entregó libremente y sin coacción. Los esposos se entregan en plena libertad y conscientes de lo que implica el hecho.
- b) **Fidelidad:** Al igual que Dios es fiel al Pueblo durante toda la Historia de la Salvación y es fiel a nosotros por regalarnos el don del amor. Y al igual que Jesús es fiel a la misión que le encomienda su Padre. Los esposos deben ser fiel uno al otro, reflejo de Dios.
- c) **Indisolubilidad:** Es decir para siempre. Es la otra característica del Sacramento del Matrimonio, para toda la vida.
- d) **Fecundidad:** Destinado a dar fruto. Al igual que Dios Padre nos entrega unos talentos a cada uno de nosotros y con ellos debemos dar fruto. Así el fruto del Matrimonio son los hijos, las obras y las acciones.

## Proyección del fragmento de la película:

El diario de Noa de Nick Cassavetes (2004)

La película narra la historia de un matrimonio mayor que se encuentra en una residencia. El hombre lee a una mujer una historia de amor escrita en su viejo cuaderno de notas. Es la historia de Noah, dos jóvenes adolescentes de Carolina del Norte que, a pesar de vivir en dos ambientes sociales muy diferentes, se enamoraron profundamente y pasaron juntos un verano inolvidable, antes de ser separados, primero por sus padres, y más tarde por la guerra. Al final de la película resulta que es su propia historia.

«Tu buscas seguridad [...] Te falta algo [...] Eso es lo que hacemos discutir [...] Va a ser muy duro y hay que esforzarnos todos los días [...] Imagina tu vida dentro de 30 o 40 años [...] No tomes la vía fácil ¿tu que quieres?» Fragmento de la película El Diario de Noa



## Paso 7:

Dinámica: ¿Por qué casarse por la Iglesia?

En este momento el animador dividirá a los participantes en dos grupos. Intentará que las parejas vayan por separado, es decir, en el grupo contrario. La dinámica consiste en que cada uno de los grupos debe defender la postura diferente al otro. Un grupo defenderá la postura de: Casarse por la Iglesia, y el otro grupo defenderá la postura de: Casarse por lo civil.

Empieza el debate y se elige un portavoz para que defienda ante el otro grupo su postura. El animador se coloca en el lugar del moderador y da paso a uno u a otro portavoz. Será bueno escuchar los argumentos esgrimidos por uno u otro grupo. No es necesario hacer una reflexión final, bastará con que cada uno escuche la postura del otro.

## La importancia de casarse por la iglesia

Si es importante casarse como contrato social (casarse por el juzgado), lo es más casarse por la Iglesia, es un Sacramento.

Casarse por la Iglesia posee un sentido religioso, que no es sólo pedir la bendición y protección de Dios, como cuando se bendice una casa, un coche, o un comercio, sino un compromiso mutuo de dos personas con Dios, para ser presencia suya y signos de Dios en el mundo (sacramento)

Si el matrimonio civil lleva ya, en sí, un **proyecto de vida**, el matrimonio como sacramento es un proyecto más arriesgado y que lleva a lo trascendente.

Por eso, para casarse por la Iglesia se requiere fe, madurez de la persona y de la fe (sería absurdo casarse con el «traje de la primera comunión», pues muchas veces se llega al matrimonio con menos fe que en la Celebración de la Eucaristía), conciencia de lo que se hace y por qué se hace, y desde ahí, la libertad que brota de la fuerza del Espíritu, para tomar una decisión responsable, sincera, honrada y para siempre.



Celebración del Sacramento del Matrimonio

En este momento es necesario entregar a los novios el cuaderno del esquema (ritual) de la celebración del Sacramento del Matrimonio. Se lee detalladamente y se comenta aquellos elementos que sean importantes para los novios y para el sacerdote. El Ritual del Matrimonio se encuentra en el apartado del anexo: Celebraciones litúrgicas.



En este último encuentro será bueno celebrar la Eucaristía de Acción de gracias. El transcurso de ella se encuentra en el apartado de las Celebraciones litúrgicas.



# Paso 9: Final

En este último encuentro se reparte unas hojas de revisión y evaluación del IPM. Después de la cena compartida en la parroquia o en la casa particular se hace entrega del Certificado de asistencia al IPM: DOCUMENTO 3

#### 6.8.5.-Continuación de la sesión en las redes sociales

## a) Resonancias

La dinámica consiste en que la pareja de novios debe encontrar un momento para dialogar y compartir las siguientes sentencias. La pregunta que se plantea puede ser la siguiente u otra: ¿Cómo reaccionáis ante estas frases?.

- «Una fiesta del amor para que nuestros amigos sientan hasta qué punto esta elección es una elección de vida»
- «Es un mensaje de alegría, de esperanza y de amor»
- «Queremos que nuestro matrimonio transpire este amor que nos une»
- «Vamos a tirar la casa por la ventana para organizar el gran día»

#### b) Fragmento de la película

Se invita a las parejas que visualicen la película *En el estanque dorado* de Mark Ridell (1981). La película narra la historia de un matrimonio anciano que pasa sus vacaciones en un paradisíaco lugar: el Estanque Dorado. El marido, un hombre muy activo, soporta muy mal las limitaciones de la vejez y la cercanía de la muerte. Inesperadamente, llega de visita de la hija del matrimonio, que siempre ha mantenido unas relaciones muy tensas con su padre y empieza toda una historia familiar de aceptación, de vida y de muerte.

«Quizás este muerto [...] Esta es la primera vez que soy consciente de que debemos morir. [...] ¿Como se siente alguien que está muerto?» Fragmento de la película *En el estanque dorado*.

#### c) PowerPoint para trabajar la sesión

He aquí una lista de PowerPoint para trabajar la sesión de hoy.

¿Porqué nos casamos por la Iglesia?

El matrimonio cristiano, el Reino de Dios está dentro de vosotros

El Sacramento del matrimonio

Què dius qui és Jesús?

Tomaté tiempo (George Galin)



## 7. Anexo de textos, canciones y películas

## 7.1. Textos para los encuentros, seguimientos o acompañamiento

Presentamos en este apartado unos textos que se pueden utilizar en las sesiones de los encuentros o para el seguimiento en las redes sociales. Son un complemento a los temas que se van desarrollando a medida que se vive el IPM.

#### 1.- Los tres ancianos

Una mujer salió de su casa y vio a tres ancianos sentados en la calle. Y pensó: «Deben de estar hambrientos». Entonces les dijo: «Por favor, entren en mi casa y les daré algo de comer». Ellos preguntaron: «¿Está su marido en casa». «No –les dijo-, está trabajando». «Entonces no podemos entrar». Al anochecer, cuando su esposo llegó a casa, le contó lo que había ocurrido: «Ve a decirles que ya estoy en casa e invítalos a entrar». La mujer salió e invitó a los tres hombres. «Nosotros no entramos a ninguna casa juntos», contestaron. —«¿Por qué?», quiso saber la mujer. Uno de los ancianos, señalando a otro de ellos, explicó: «Su nombre es Abundancia —y luego, señalando a otro dijo—: él es Éxito y yo soy Amor. Ahora entra a tu casa y pregunta a tu esposo a cuál de nosotros quiere invitar». La mujer le contó a su esposo lo que le habían dicho. —«Ya que nos lo proponen, invitemos a Abundancia para que llene nuestra casa de ella», dijo el esposo. «¿Y por qué no invitamos a Éxito?», le respondió su esposa. Y así intercambiaron opiniones hasta que su hija pequeña, que estaba escuchando, les sugirió: «¿No sería mejor invitar a Amor? Nuestra casa se llenaría de él». «Sigamos el consejo de nuestra hija –dijeron los dos-. Que Amor sea nuestro invitado». La mujer salió y le preguntó a los tres ancianos: «¿Quién de ustedes es Amor? Por favor entre, es usted nuestro invitado». Amor se levantó y empezó a caminar hacia la casa. Los otros dos se levantaron y le siguieron... Sorprendida la señora le preguntó a Abundancia y a Éxito: «¿No me dijeron que los tres juntos no podían entrar? Si solo he invitado a Amor, ¿por qué vienen ustedes también?». Los ancianos entonces le dijeron: «Si hubieras invitado a Abundancia o a Éxito, nosotros dos nos hubiéramos quedado afuera, pero como invitaste a Amor, a dondequiera que él vaya vamos nosotros con él. Porque sólo donde hay verdadero Amor puede llegar la Abundancia y el Éxito». Dios es Amor. ¿Qué dispuestos estáis a invitarlo a vuestra casa?

## 2.- Las reglas de oro de la pareja en el matrimonio

- 1. Nunca os enfadéis los dos al mismo tiempo. Para lograrlo es necesario ser prudente, y saber, con fortaleza, reprimir la ira que se levanta en nuestro interior.
- 2. Nunca os gritéis el uno al otro a menos que la casa esté en llamas. Hay que tener templanza y moderación de las pasiones.
- 3. Si uno de los dos tienen que vencer en una discusión, deja que el otro sea el ganador. En el fondo de esta actitud hay amor del bueno, que prefiere ceder para obtener la paz. La aparente «derrota» se convierte en una gran victoria sobre sí mismo.

- 4. Si tienes que criticar, hazlo con amor. Lealtad: decir las cosas serenamente, sencillamente, y sobre todo pensando en el otro, en su bien. ¡Es preciso ser fuerte, prudente y recto para actuar de esta manera!
- 5. Nunca os echéis en cara los errores del pasado. Debe llegar tu amor para con los defectos y las debilidades del otro. Amarle de verdad, incluso con sus defectos.
- 6. Sé obstinado con cualquiera antes que con el otro. Tenemos que preocuparnos antes de los más cercanos a nosotros.
- 7. Nunca os vayáis a dormir con un desacuerdo sin resolver. Claridad en las relaciones. Humildad para reconocer la parte de culpa propia. Olvido de los rencores y los enfados. Confianza en el otro.
- 8. Por lo menos una vez al día trata de decirle algo bondadoso o un cumplido agradable al otro. Esto suena algo así como detalles pequeños en el cariño, cordialidad y galantería.
- 9. Cuando hayas hecho algo equivocado, prepárate para admitirlo y pedir perdón. Sinceridad y sencillez, porque no es mejor quien no se equivoca nunca.
- 10. Dos no pelean si uno no quiere, y el que está equivocado es el que más habla. Lógicamente, el que está más sereno es el que mejor puede ceder. Las cosas se ven mejor con cierta distancia. Sentido común, amor a la paz.

#### 3.-Claves para un proyecto de vida

- **1. Elegir bien los motivos por los que vivir**. Un proyecto de vida consiste en decidir qué es lo que se quiere que dé sentido a la vida. Hay ideales y valores en la vida que desarrollan más la felicidad que otros. Cuando la persona los descubre, orienta su vida en torno a esos grandes valores que ha elegido.
- **2. Jesús, centro de proyecto de vida cristiano.** El cristiano construye su proyecto de vida a partir del encuentro con Jesús, dando así sentido a su vida. Profundiza en la relación con Jesús y orienta sus decisiones desde esa relación. Como Zaqueo va abandonando en su vida todo aquello que no se corresponde con el mensaje de Jesús.
- **3. Jesús, referencia para la conducta del cristiano.** En los evangelios el cristiano encuentra las orientaciones para construir su proyecto de vida y para decidir su manera de actuar. Jesús siempre estuvo cerca de los que sufren, los enfermos, los marginados... Jesús nos dejó orientaciones para un proyecto de vida cristianos: el mandamiento nuevo del amor (Mt 22,34-40) y las Bienaventuranzas (Mt 5, 1-12).
- **4. Un valor muy concreto**. Si cada persona es la imagen de Dios, única e irrepetible, no hay en la vida nada más importante que el amor y respeto a las personas. En el proyecto de vida cristiana el respeto por la dignidad de la persona y la lucha contra cualquier forma de manipulación o de opresión ocupa un lugar central.

- **5.** Un valor muy central. La persona debe avanzar en la libertad y la responsabilidad para reflejar en su vida esa imagen que Dios quiere hacer presente. El cristiano intentará evitar todo aquello que pueda herir o hacer sufrir a los demás. Aceptará que todas las personas son iguales por encima de sus riquezas o de sus razas. Descubrirá que toda persona, desde su concepción hasta su muerte, es el reflejo de Dios, por muy pobre, anciana o enferma que pueda estar.
- **6. El valor de la persona punto de encuentro.** El cristiano se une a otras religiones para trabajar en este mundo por la dignidad de todas las personas. Desde 1948 la Declaración de los Derechos Humanos: derecho a la vida, a la integridad física, a la seguridad, a la libertad de pensamientos, de conciencia y de religión, el derecho a la libertad de expresión, reunión y asociación, a la educación etc.
- **7. Los motivos de cada uno para actuar:** Hinduismo: no deberíamos comportarnos con los demás de un modo que no nos gustase a nosotros mismos. Budismo: una condición que no es buena para mí, no lo debe ser tampoco para los demás. Judaísmo: no hagas a los demás lo que no quieres que ellos te hagan a ti. Islam: ninguno de vosotros es creyente hasta que no desee para su propio hermano lo que desea para sí mismo. Cristianismo: tratad a los demás como queráis que ellos os traten a vosotros.

## 4.-Tú y yo

El amante llamó a la puerta de la amada.

- ¿Quién es?, preguntó la amada desde dentro.
- Soy yo, dijo el amante.
- Entonces márchate.
- En esta casa no cabemos tú y yo

El rechazado amante se fue al desierto, donde estuvo meditando durante meses, considerando las palabras de la amada. Por fin regresó y volvió a llamar a la puerta.

- ¿Quién es?
- Soy tú, y la puerta se abrió inmediatamente.

Attar de Naishapur

#### 5.-La magia del perdón

Según los entendidos en medicina preventiva, es imprescindible aprender a liberarnos de las ataduras dolorosas del pasado con el fin de adquirir y mantener una salud mejor. Un modo de conseguir esta liberación, es mediante la práctica del perdón.

Esto es así porque nosotros experimentamos estrés no solo cuando vivimos una situación que genera resentimiento, sino que volvemos a experimentarlo cada vez que recordamos la situación.

El **perdón** es una opción, una decisión que esta a nuestra disposición.

El **perdón** puede ser para nosotros el primer paso para una vida más plena, una vida en la que no tengan cabida el miedo ni la culpa, una vida más centrada en el momento presente, en el

ahora mismo. Creo que el mayor desafío con que nos enfrentamos en nuestras vidas es el de sanar nuestras relaciones personales. Rabia, dolor, furia, distanciamiento, insomnio, tristeza, incomodidad, estancarse en el pasado, este puede ser el denominador común de nuestra historia personal. La actitud de reparación de estos estados pasa por el perdón, que contiene la promesa de libertad y alivio.

**Perdonar** no es justificar comportamientos negativos o improcedentes. El perdón no quiere decir que apruebes o defiendas la conducta que te ha causado sufrimiento, ni tampoco excluye que tomes medidas para cambiar la situación o proteger tus derechos. **Perdonar** no es hacer como que todo va bien cuando sientes que no es así. A veces confundimos negar o reprimir la rabia y el dolor con perdonar.

El **perdón** es una decisión, la de ver mas allá de los límites de la personalidad de otra persona, de sus miedos, neurosis y errores.

El **perdón** es una actitud que supone estar dispuesto a ver las diferencias de la otra persona.

El **perdón** es un proceso que nos exige cambiar nuestras percepciones una y otra vez. No es algo que suceda de una vez por todas. Nuestra visión habitual esta empañada por los juicios y percepciones del pasado proyectados al presente. Cuando elegimos cambiar nuestra perspectiva por una visión mas profunda y amplia, podemos reconocer y afirmar la imagen de quienes somos y quienes son los demás. Como resultado de este cambio, surge de un modo natural, una mayor comprensión y compasión por nosotros mismos y por los demás. Cada vez que hacemos este cambio nos capacitamos para dejar marchar, liberar y olvidar el pasado.

El **perdón** es una forma de vida que nos convierte gradualmente de víctimas de nuestras circunstancias en poderosos creadores de nuestra realidad.

El **perdón** nos enseña que podemos estar resueltamente en desacuerdo con alguien sin retirarle nuestro cariño. El motivo más obvio para perdonar es liberamos de los efectos debilitadores de la rabia y el rencor.

**Perdonar** es sanar nuestra actitud ocupándonos simplemente del cambio de nuestros propios pensamientos, no es cambiar las situaciones ni las personas de nuestra vida.

Ilana Blumenfeld

## 7.2. Canciones y karaokes para las sesiones

Aquí estoy yo (Canción)

Bendita tu luz (Mana con Juan Luis Guerra)

Celebra la Vida (Axel)

El amor es una cosa simple (Malú y Tiziano Ferro)

El amor es una cosa simple (Tiziano Ferro Feat Malú)

El poder de tu amor (Ricardo Montaner)

El Regalo Más Grande (Tiziano Ferro y Amaia Montero)

Eres tú (Mocedades)

Hasta mi final (Il Divo)
Para tu Amor (Juanes)
Por ti volaré (Andrea Bocelli)
Si no te hubiera conocido (Christina Aguilera-Luis Fonsi)
Te amaré (Miguel Bosé-Laura Pausini)
Tenemos que Hablar (Presuntos Implicados)
Toda una vida (Trío de Guitarras)

## 7.3. Otras películas sobre la problemática matrimonial

He aquí un listado de películas que pueden servir para trabajar algún aspecto específico de las parejas.

- *Fireproof* (2008)
- *Trash* de Carles Torras (2009)
- *Fireproof* (2008)

La traducción al castellano es: A prueba de fuego (Alex Kendrick 2008) y cuenta la historia de un bombero al borde del divorcio que, con la ayuda de su padre, lucha por reconquistar a su mujer y salvar su matrimonio.

**Argumento:** Trata de un matrimonio que, pasados los años, ya no funciona muy bien como pareja, o al menos eso cree Catherine, que es la esposa de Keiler. Después de varias peleas, Catherine decide pedirle el divorcio a Keiler y este acepta en un principio, hasta que su padre, que es cristiano, le habla de las cosas de Dios y le da un cuaderno que se llama «un día a la vez» y ese libro sirve para darle consejos a Keiler de cómo debe tratar a su esposa con amor y tener paciencia con ella.

A pesar de los esfuerzos de Keiler por llevarse en paz con Catherine, ella no le cree y piensa que él lo hace porque quiere quedarse con todo en la pelea del divorcio. Además de que ella se esta enamorando de otro hombre, que es un doctor que trabaja en el mismo hospital que ella, que por cierto también es casado.

Keiler hace de todo para reconquistar a su esposa, incluso paga un equipo para su mamá porque está enferma de un derrame cerebral. Finalmente eso es lo que hace reaccionar a Catherine, ya que antes él era muy egoísta y es ahí donde se da cuenta de que en verdad algo cambio en él y que en verdad la ama. Es entonces que se da cuenta de que está a punto de perder a un buen hombre y al gran amor de su vida. Al final ella lo busca y le pide perdón y le dice que lo ama y no quiere perderlo. Al fin se reconcilian y empiezan de nuevo.

La idea es recordar que la vida matrimonial no está exenta de dificultades, y si uno la estima como valiosa, ha de poner empeño para fortalecerla día a día, con pequeños detalles y contando con la ayuda de Dios. Ya sólo el coraje de desarrollar abiertamente este planteamiento resulta loable en una sociedad individualista y en la que solo se busca el bien personal.

El guión es muy positivo en relación al tema de las crisis matrimoniales. Resulta muy eficaz el simbolismo de los incendios y del trabajo en equipo –nunca dejes solo a un compañero– para recordar el modo en que deben abordarse los problemas del hogar.

A pesar del evidente didactismo, el film presenta situaciones muy reales en la convivencia diaria del matrimonio —escapismo y adicciones de internet, amargos reproches que buscan herir, impaciencia, descuidos, devaneos, confundir los planos del amor y el sentimiento..., y pinta bien la camaradería de los bomberos. Además, están bien insertadas en las escenas de acción las emergencias que deben resolver los bomberos.

## - Trash (2009)

Ahonda en el complicado universo de las relaciones de pareja desnudando el alma de estos personajes y mostrando al mundo las heridas que forman parte de nuestra condición humana. Un viaje emocional que no dejará a nadie indiferente.

**Argumento:** refleja la realidad social que atraviesan en la actualidad las relaciones sentimentales: el famoso rollo de una noche o las parejas de «usar y tirar». Nacho debe superar una obsesión que le está volviendo loco, Cristian tendrá que lidiar con muchas tentaciones para darse cuenta de lo que realmente quiere, Carmen descubrirá que el destino tiene muchas sorpresas preparadas para ella y Clara tiene que aceptar el desengaño amoroso que ha sufrido.

**Temas:** falta de autoestima, sexualidad, corrupción, cáncer, homosexualidad.

## 7.4. Aspectos jurídicos del matrimonio

«Lo que Dios ha unido que no lo separe el hombre». (Mt 19, 3-6)

El Capítulo I del Derecho Matrimonial Canónico aparece bajo el siguiente título: «De la atención pastoral y de lo que debe preceder a la celebración del matrimonio».

Nos ocupamos de lo que conocemos como Expediente Prematrimonial que son las diligencias previas a la celebración del sacramento del Matrimonio y cuyo objetivo es constatar que nada se opone a la válida y lícita celebración del matrimonio, cc. 1066 ss. A estos cánones debemos añadir el modelo de expediente prematrimonial elaborado por la Conferencia Episcopal Española<sup>1</sup>.

Analizamos el expediente prematrimonial, para conocer mejor sus contenidos, y saber de forma más clara a qué se comprometen cuando prestan el consentimiento para el matrimonio. Sería muy conveniente que los novios tuvieran delante un modelo del expediente que luego tendrán que rellenar en sus respectivas parroquias.

<sup>1</sup> Conferencia Episcopal Española, Primer Decreto General sobre las normas complementarias al nuevo Código de Derecho Canónico, Anexo II, in: BOCEE 1, 1984, 95-113.

## 1. FILIACIÓN

La primera parte del expediente podemos llamarla de filiación, en ella se pregunta sobre algunos datos necesarios para celebrar el matrimonio.

Datos civiles: Nombre, apellidos, domicilio, profesión, estado civil.

Fecha y lugar de nacimiento, e inscripción en el Registro Civil. Este dato se encuentra en el libro de familia de los padres, o bien pidiendo en el Registro civil una certificación literal de nacimiento. Es aconsejable que cuando alguno de los contrayentes no sea natural y vecino de la parroquia donde pretende contraer matrimonio se pida dicha certificación literal.

Datos eclesiásticos: Partida de bautismo de cada contrayente que incluye: a) Fecha y lugar de bautismo de cada uno de los contrayentes, inscripción en el registro parroquial. b) Fecha y lugar de confirmación; este sacramento debe ser recibido antes del matrimonio, si es posible sin grave dificultad cf: c. 1065, &1. Lugar y fecha de preparación al matrimonio. Fecha de las proclamas. Estas proclamas son los anuncios que ponen generalmente en las puertas de las parroquias anunciando el matrimonio. Y que en el Itinerario Prematrimonial se sustituye per la Celebración de Presentación de los novios a la Comunidad de Cristianos.

#### 2. EXAMEN DE LOS CONTRAYENTES Y DE TESTIGOS

Esta parte tiene por objetivo interrogar a los contrayentes y a los testigos de forma separada sobre el matrimonio que los novios quieren contraer. Es una declaración jurada sobre algunas cuestiones, sobre las propiedades esenciales del matrimonio, sobre los impedimentos y algunas circunstancias que pueden perturbar la futura vida conyugal.

#### **Impedimentos:**

El matrimonio puede estar prohibido por el derecho natural o canónico a algunas personas. El impedimento se convierte en una barrera que inhabilita a la persona que lo tiene para contraer matrimonio. Citamos y explicamos someramente cada impedimento:

- Órdenes Sagradas: Están impedidos por derecho canónico para contraer matrimonio válido aquellos que han recibido el sacramento del Orden Sacerdotal.
- Voto público perpetuo en algún instituto religioso: se refiere a las personas que se han consagrado a Dios en la Vida Religiosa.
- Rapto: Aquel que ha raptado a la mujer con miras al matrimonio. Para que sea válido el matrimonio ella debe estar libre y segura, y elegir con libertad el matrimonio. Como dato curioso, la legislación solo contempla el caso del hombre que rapta a la mujer y no el contrario.
- **Crimen:** Aquel o aquella que para casarse con una persona mata a su cónyuge no puede contraer matrimonio.
- Parentesco: debemos distinguir:

- Consanguinidad: Ésta puede ser: a) Línea recta, es la relación entre abuelo, padre, hijo. En este caso siempre sería inválido el matrimonio por el derecho natural. b) Línea colateral: Es la relación entre hermanos, tíos y primos. Aquí siempre es inválido el matrimonio atentado entre hermanos. El parentesco entre Tío-Sobrina y primos no se puede contraer matrimonio válidamente, salvo que se conceda la dispensa.
- Afinidad: Es el parentesco que surge del matrimonio válido entre el varón y los consanguíneos de la mujer, y entre la mujer y los consanguíneos del marido. Es el caso de la suegra o el suegro, y los cuñados. Aquí es inválido el matrimonio en línea recta. Es decir uno no se puede casar con su suegra, ni una con su suegro.
- Parentesco legal: No se puede contraer matrimonio válido entre padres/hijos adoptivos, ni entre hermanos adoptivos.
- **Pública honestidad:** Algunas veces hay personas que conviven como si fuesen matrimonios válidos. Este impedimento afectaría a quien se quisiese casar con la madre de la persona con quien convive o con sus hijas en el caso del hombre. O casarse con el padre o hijos de la persona con quien convive.
- Edad: La edad puede ser un impedimento que hace nulo el matrimonio si este es entre un menor de 16 años y una menor de 14 años, pero además los que no son mayores de edad (18 años), no pueden casarse lícitamente, es necesario el permiso del Ordinario, y siempre se debe tener en cuenta los obstáculos que pone la ley civil para estos matrimonios que son nulos civilmente.
- Impotencia: Es de derecho natural y sería nulo un matrimonio cuando uno de los cónyuges es impotente, esto es, no puede realizar el acto matrimonial completamente. Distinto a la impotencia es la esterilidad que no hace nulo el matrimonio, aunque, si fuera conocida y se oculta, podría existir un engaño y por tanto, invalidar el consentimiento matrimonial.
- **Vínculo:** es uno e indisoluble, esto es, uno con una y para toda la vida. Sería nulo por tanto, el matrimonio atentado por alguien unido anteriormente por el sacramento del Matrimonio. Solo se puede celebrar uno nuevo cuando consta: la muerte del cónyuge o la declaración de nulidad, u otra causa de disolución del vínculo.
- **Disparidad de culto:** Este caso impide contraer matrimonio a un católico, que no se haya apartado de la Iglesia por acto formal, y una persona no bautizada.
- Consentimiento: El matrimonio lo produce el consentimiento del varón y de la mujer. Este acto de la voluntad no puede ser sustituido por nadie. El consentimiento matrimonial requiere que las partes conozcan lo que es el matrimonio y que conociéndolo en la teoría quieran realizar este consentimiento con una persona concreta, y queriendo consentir, sean capaces de asumir las obligaciones esenciales

al matrimonio. Supuesta la capacidad para poder consentir en el matrimonio, se pregunta sobre el consentimiento que se va a prestar en la boda.

- **Propiedades esenciales:** el matrimonio es consorcio entre el hombre y la mujer permanente que se ordena a la unión de los esposos y a la generación y educación de los hijos. Esta unión del hombre y de la mujer tiene como propiedades esenciales la unidad y la indisolubilidad, esto es: uno con una para toda la vida, lo que implica la fidelidad.

Excluir alguna propiedad esencial al matrimonio en el momento de la boda implica que no existe matrimonio, por tanto, la intención de contraer matrimonio incluye: la unidad, la indisolubilidad y la apertura al don de la vida en los hijos.

- Perturbaciones que pueden alterar el consentimiento matrimonial: Las personas somos seres complicados, y a veces podemos conocer y querer el matrimonio, pero podemos tener perturbaciones psíquicas que nos incapaciten para poder casarnos. Por ello, en el expediente se pregunta si se da alguna circunstancia que pueda perturbar la futura vida en común, generalmente se pone como ejemplo la esterilidad, pero aquí podemos citar otras enfermedades de naturaleza psíquica y alteraciones producidas por la dependencia de la droga, del alcohol...
- Condiciones al matrimonio: La condición es algo que estando fuera del contenido del matrimonio añadimos a éste, de forma que hacemos depender la eficacia del matrimonio de la verificación o no de la condición. Pues bien la Iglesia no admite condiciones al matrimonio, si éstas son de futuro. Por Ejemplo: Me caso con Fulano, si éste después inscribe sus bienes a mi nombre, de lo contrario no me caso. Ese matrimonio sería nulo. Sí se pueden admitir con permiso del Ordinario las condiciones impropiamente dichas, éstas son las de presente o de pasado, pues éstas ya se han cumplido en el momento del consentimiento matrimonial.
- **Libertad:** Uno se casa con una porque quiere, y en este acto de la voluntad nadie puede coaccionar, ni con violencia, ni con miedo grave, de forma que la violencia o el miedo obligue a elegir el casarse para librarse del mal amenazado.

A veces puede no darse violencia, pero hay personas débiles que se casan porque casi les obligan o coaccionan, en esta situación no se puede emitir un consentimiento matrimonial libre y voluntario. Un ejemplo de esto último son algunos casos de matrimonios de menores de edad o de novios (amigos) muy jóvenes, que ella ha quedado embarazada y casi se ven obligados a casarse; aquí debemos intentar persuadir de la boda a tenor del c. 1072.

#### 3. EL RESTO DEL EXPEDIENTE

El resto del expediente prematrimonial lo rellena el párroco del lugar donde se casen, o en su defecto el Ordinario del lugar. Señalo algunas cuestiones que pueden ser de interés para las parejas que van a contraer matrimonio:

**Dispensas:** si en la declaración o en la de los testigos se descubriera algún impedimento que pueda ser dispensable, se requeriría pedir a la autoridad competente ( Ordinario, Sede Apostólica) la oportuna dispensa que habilitaría para celebrar el matrimonio.

Licencias: El matrimonio sacramento es además un negocio jurídico, y el sacerdote actúa a modo de notario o testigo del sacramento del cual los contrayentes son los ministros, por ello se necesita obtener la licencia para asistir al matrimonio. Esta licencia la tiene el Ordinario del lugar, y el Párroco. Esto importa, si los contrayentes piensan que presida la celebración de la boda un sacerdote distinto al párroco de la parroquia donde se van a casar, deben comunicarlo al párroco para que dé la oportuna licencia. Puede suceder que sean de provincias distintas, y quizás de distinta diócesis, entonces los papeles los deben tramitar cuanto antes y en sus respectivas parroquias para que así puedan ir al Obispado, y desde allí dar licencias para la boda al párroco del lugar donde se casen. Hay circunstancias especiales, que contempla el c. 1071, en las que el párroco debe pedir licencia al Ordinario para poder celebrar el matrimonio. Señalo como la más típica la de la minoría de edad.

Celebración del matrimonio y comunicaciones: La última parte del expediente está destinada a constatar la celebración del matrimonio, el sacerdote que asistió al mismo, los testigos que lo presenciaron y la inscripción en el libro de matrimonios. Además la boda se debe comunicar al registro civil para que obtenga plenos efectos. También se comunica al lugar donde se bautizaron para escribir la nota marginal que testimonia el matrimonio.

#### 4. COMUNICACIÓN SOBRE LOS EXPEDIENTES MATRIMONIALES

Los contrayentes deben ir a su parroquia con tiempo suficiente antes de la boda, y comunicar al párroco la decisión de recibir el sacramento del matrimonio en la Iglesia, y acordar la fecha, la hora y el lugar. El párroco indicará cuándo deben realizar el expediente prematrimonial (dos o tres meses antes de la fecha de la boda).

#### Introducción

- 1. El matrimonio es una institución natural que Jesucristo ha elevado a la dignidad de sacramento entre los bautizados (cf. can. 1055 § 1). Los pastores deben cuidar, mujeres, que su preparación y celebración ayude a los contrayentes a vivir su vocación matrimonial.
- 2. Para la Iglesia el matrimonio es un derecho fundamental, por lo que los requisitos establecidos en el derecho canónico son mínimos para garantizar este derecho a todos los que están capacitados para contraerlo. Además, hay que tener en cuenta que las leyes meramente eclesiásticas (can. 11), como es la forma canónica de celebración del matrimonio, sólo afectan a los católicos. En coherencia con este principio, el matrimonio entre dos bautizados no católicos, o entre dos no bautizados, o entre un bautizado no católico y un no bautizado es considerado como válido por la Iglesia Católica (hay la excepción cuando se trata de un ortodoxo [can. 1127, & 1], porque esta confesión religiosa exige pera la validez la presencia de un ministro sagrado). Por lo que no se puede celebrar el matrimonio en el caso de no católicos divorciados sin obtener previamente la disolución del vínculo anterior, lo exclusivamente reservada al Papa.

210

- 3. Uno de los momentos importantes en la preparación del sacramento del matrimonio, junto con la formación catequética prematrimonial conveniente, es la elaboración del expediente matrimonial. Esta tarea no debe entenderse sólo en su vertiente administrativa, sino como un instrumento pastoral de aquel acompañamiento que los pastores llevan a cabo, para que la celebración del sacramento del matrimonio sea valida y provechosa, tanto humana como cristianamente.
- 4. Para mejorar este servicio pastoral, y ante la creciente complejidad y los nuevos retos que se van presentando, nuestra diócesis ha ampliado y reforzado el servicio de Notaría de Matrimonios, que aconseja y da asistencia notarial para la concesión de licencias y legalizaciones, así como también para poder ayudar a las parroquias sobre la forma más adecuada de instruir el expediente matrimonial, y que esta disponible de lunes a viernes de 8 a 15 h y los miércoles de 16 a 19 h.

## Quién puede instruir el expediente?

- 5. Sólo pueden instruir el expediente matrimonial los rectores y vicarios parroquiales de:
  - -La parroquia donde los contrayentes, o uno de ellos, tienen el domicilio;
  - -La parroquia donde los contrayentes, o uno de ellos, han residido durante el último mes;
  - -La parroquia donde los contrayentes, o uno de ellos, viva de hecho en previsión de vivir al menos tres meses (casi domicilio);
  - -Si se trata de indomiciliados, en la parroquia donde viven en ese momento.
- 6. Con licencia del Ordinario del lugar —normalmente el Vicario General—, o del rector propio, el puede instruir otro presbítero, un diácono o un laico competente. En este último caso, el laico debe tener la formación adecuada y debe contar con la autorización expresa, dada por escrito, del Ordinario del lugar.
- 7. En Mallorca, por disposición diocesana, también se puede instruir el expediente a la Catedral, en la Basílica de San Francisco, en la Porciúncula y en la iglesia de la Bonanova, para los que han de celebrar el matrimonio en estas respectivas iglesias.
- 8. Hay que tener en cuenta que si un contrayente vive en Mallorca, y el otro no, se hará medio expediente matrimonial en el lugar que corresponde al contrayente residente en Mallorca (cf n. 5), y el otro medio en el lugar de residencia de la parte no residente en nuestra diócesis. Si se casan fuera de Mallorca, también se deberá presentar el expediente a Notaría de Matrimonios.

## Orientaciones a tener en cuenta por quien instruye el expediente

9. El responsable de instruir el expediente debe explicar el sentido natural y católico del matrimonio para que los contrayentes tengan un conocimiento suficiente de los compromisos que asumen, de los fines del matrimonio (bien de los cónyuges, generación y educación de los hijos) y de sus propiedades esenciales (la unidad y la indisolubilidad), según consta en los can. 1055-1056.

- 10. En ocasión del primer contacto pastoral con los novios, se debe recordar a católicos que todavía no han recibido el sacramento de la Confirmación que deben recibir antes de celebrar el matrimonio, si no hay alguna dificultad grave. Se debe facilitar que al menos durante un curso tengan la preparación catequética conveniente o bien en la parroquia, o bien a la unidad pastoral o al arciprestazgo. También, antes de recibir el sacramento del matrimonio, se les recomendó que reciban los sacramentos de la Penitencia y de la Eucaristía para estar bien preparados pera la alianza matrimonial (cf. can. 1065).
- 11. Del mismo modo, en el caso de un contrayente no bautizado que desee incorporarse a la Iglesia Católica se le debe animar pastoralmente y respetuosamente a iniciar un catecumenado de adultos. Ahora bien, se debe evitar presentar el bautismo previo al matrimonio como si fuera un requisito imprescindible para poder desposarse, ya que el derecho a casarse, como hemos dicho anteriormente, es un derecho natural a toda persona no incapacitada o impedida canónicamente (en el caso de la parte católica) y porque, al sentirse presionados, no harían el discernimiento debido ni recibirían la formación suficiente.
- 12. El expediente matrimonial se debe llenar en todas y cada una de sus casillas: nombre de la iglesia que instruye el expediente, número de orden del expediente y año en que se inicia la instrucción , datos de los contrayentes, declaración jurada de los novios y los testigos, anotaciones y observaciones pastorales, previsión del lugar y de la fecha de la celebración, domicilio de casados ... En caso de que una casilla del expediente no tenga que responder , no se debe dejar en blanco, sino que hay que poner: "no", "no consta", "no corresponde", siempre pero escrito por quien instruye el expediente.
- 13. Toda la documentación debe ser original, o confrontada con el original, por el mismo responsable de la instrucción del expediente, que lo tiene que hacer constar en la copia con el sello de la parroquia. Si el documento está escrito en una lengua extranjera debe presentarse el documento original acompañado de la traducción al catalán o castellano debidamente legalizada por un traductor jurado y reconocido por la Curia diocesana, excepto si el original esta en inglés, francés, alemán, italiano o portugués.
- 14. La documentación debe tener una fecha inferior a los tres meses y debe estar legalizada, si proviene de fuera de la diócesis, perlas curias diocesanas de origen.
- 15. No se ha de celebrar ningún matrimonio hasta que conste el estado libre de los contrayentes y que no se opone nada a su celebración valida ilícita.
- 16. Siempre que los responsables de instruir el expediente matrimonial tengan carencia de la documentación pertinente, encuentren algún motivo extraño, de preocupación, de situación anómala o de dificultad, o sospecha de posible «matrimonio de conveniencia», se ruega consulten con la Notaría de Matrimonios de la Curia antes de iniciar el expediente pera recibir las orientaciones pertinentes. En cualquiera de estos casos, quien instruye el expediente debe advertir a los contrayentes que no tiene autorización para fijar la fecha de la boda hasta que la Curia diocesana dé el visto bueno a la celebración matrimonial, previa revisión de los documentos aportados.

## ¿Qué documentos deben solicitar a los contrayentes?

- 17. Para la instrucción del expediente matrimonial, se requieren los siguientes documentos para los afectos canónica:
  - Fe de bautismo de los contrayentes, si no están bautizados en la parroquia que instruye el expediente. Debe constar la confirmación, si se ha administrado;
  - Certificado del Itinerario Prematrimonial o de otra preparación;
  - Si hay algún impedimento dispensa o licencia a conceder, documento facilitado perla Notaría de Matrimonios (cf. Números 19-21 de esta Comunicación).
- 18. Para el reconocimiento civil del matrimonio canónico, se requieren los siguientes documentos:
  - DNI, Pasaporte o NIE, para acreditar la identidad de los contrayentes. Han de aportar el original y una copia compulsada por el mismo responsable que instruye el expediente y que lo tiene que hacer constar con el sello de la parroquia.
  - Certificado de empadronamiento, para determinar la parroquia competente para instruir el expediente, sobre todo en caso de que no se conozca la residencia de los contrayentes.
  - Certificado literal de nacimiento (ya no es útil la fotocopia del libro de familia, ya que no podemos obtener información sobre el estado civil de los contrayentes).
  - Fe de vida y estado o certificado de soltería. Estos dos últimos documentos certificado literal de nacimiento y certificado de soltería provengan del extranjero deberán estar legalizados debidamente con la apostilla de La Haya (sello pera la validez internacional de un documento) y traducidos oficialmente al castellano excepto si están en inglés, francés, alemán, italiano o portugués (es una documentación que se exige también peral matrimonio civil).
- 19. En caso de matrimonio de católicos divorciados de un precedente matrimonio meramente civil, se presentará también:
  - Certificado de matrimonio civil en el que conste en la nota marginal la sentencia firme de divorcio, que se puede solicitar en el registro civil del lugar donde se va., celebró el matrimonio civil.
- 20. En caso de matrimonios mixtos (entre parte católica y parte cristiana no católica), el contrayente no católico:
  - Debe acreditar su bautismo en una Iglesia o Confesión no católica o debe presentar declaración jurada donde conste su bautismo.
- 21. En caso de matrimonios con impedimento para disparidad de culto (entre una parte católica y el otro no bautizada), la parte no bautizada:

- Debe presentar declaración jurada que no ha sido bautizado y declaración de respeto a la fe de la parte católica, tal como consta en el número 23 de esta Comunicación.
- 22. Tanto en el caso de matrimonios mixtos comen los casos de matrimonios por disparidad de culto del expediente se presentará en el Obispado con la solicitud de concesión de la correspondiente licencia de matrimonio mixto la dispensa del impedimento de disparidad de culto, que debe ser motivada. En ambos casos:
  - La parte católica debe manifestar que no hay peligro de apartarse de su fe y prometió que hará lo posible para bautizar y educar a los hijos en la Iglesia Católica;
  - Se informará a la parte no católica de la promesa hecha por la parte católica;
  - Además, ambas partes deben ser debidamente instruidas sobre los fines 1 propiedades esenciales del matrimonio canónico.

Porque el Ordinario de lugar les conceda la licencia o dispensa, los contrayentes deberán aceptar y firmar estas condiciones anteriores que expresamente pone el Derecho para estos dos casos (cf. can. 1124 y 1125). La Notaría de Matrimonios facilitara el documento a firmar por los contrayentes para la obtención de la licencia o dispensa correspondiente, que deberá presentar debidamente firmado por los contrayentes y por quien instruye el expediente, con el sello parroquial.

#### Qué expedientes deben presentarse en la Notaría de Matrimonios de la Curia Diocesana?

- 23. Se deben presentar a la Curia diocesana todos los expedientes que necesiten la licencia o la dispensa del Ordinario del lugar. Es decir:
  - Cuando hay algún impedimento (de edad, impotencia, vínculo matrimonial, disparidad de culto, orden sagrado, voto público, rapto, crimen, consanguinidad, afinidad, pública honestidad, parentesco legal, cf. can. 1083 hasta 1094), por solicitar su dispensa;
  - Cuando hay alguna prohibición o veto, que se pone a veces a los que han obtenido la declaración de nulidad eclesiástica;
  - Cuando se quiere contraer matrimonio en otra diócesis;
  - Cuando los dos contrayentes son de fuera de la diócesis;
  - Cuando uno de los contrayentes es cristiano no católico;
  - Cuando alguno de los contrayentes, o ambos, son de otro país;
  - Cuando hay alguna duda sobre la veracidad de la documentación aportada.
- 24. También se deben presentar en los casos previstos en el can. 1071 § 1:
  - Los expedientes matrimoniales de indomiciliados;

- Cuando alguno de los contrayentes (o ambos) tiene obligaciones naturales para con alguna persona con quien ha convivido maritalmente con anterioridad y con los hijos de esta unión, si los hubiere y, cuando se trate de un católico, si existe también un matrimonio civil anterior y, sobre todo, si aún no ha obtenido el divorcio;
- Si alguno de los contrayentes ha abandonado claramente la fe católica;
- En los demás casos más extraordinarios previstos en el mismo perro. 1071 (los impedidos por censuras eclesiásticas, menores de edad no emancipados o con oposición de los padres, por procurador y cuando el matrimonio no puede ser reconocido por el Estado).
- 25. Vicaría General, en coordinación con la Notaría de Matrimonios de la diócesis, debe poder estudiar toda la documentación, verificar que sea correcta y decidir si se han de otorgar las dispensas y licencias requeridas, escuchando el rector y los propios contrayentes, si es necesario. Esta norma es particularmente indicada en los casos en que uno o ambos contrayentes sean de paises extranjeros. Por tanto, no se fijará fecha para la celebración del matrimonio, en todos los casos extraordinarios, hasta que la Curia lo autorice.

## Otras orientaciones establecidas por el Obispado de Mallorca

- 26. También se recuerda a los rectores de las parroquias donde se ha celebrado el matrimonio, o los encargados del archivo parroquial, que deben anotar el matrimonio en el libro de matrimonios de pronto que sea posible, y comunicarse a las parroquias de bautismo de los contrayentes para que se puedan anotar las correspondientes notas marginales. Si el documento tiene que ir a otra diócesis, se debe enviar la comunicación de matrimonio en nuestro Obispado, debidamente sellada y firmada lo más pronto posible, para su legalización y el reenvío al Obispado o Obispados interesados (cf. can. 1121 § 1 y 1122).
- 27. Finalmente, hay que tener en cuenta que los expedientes matrimoniales del año anterior se entregarán durante el mes de enero directamente al Archivo Diocesano para su custodia.



# 8. Celebraciones litúrgicas del IPM

#### 8.1. Celebración de la Bendición de los novios

Esta celebración está tomada del Apéndice II, del Nuevo Ritual del Matrimonio. Puede utilizarse al empezar el IPM, invitando a los amigos y familias. El equipo de responsables debe preparar muy bien esta celebración con las lecturas, cantos y moniciones oportunas.

#### **RITOS INICIALES**

#### Monición ambiental:

Queridas parejas que estáis participando del Itinerario de Preparación al Matrimonio, bienvenidos a esta celebración de bendición de los novios.

En esta celebración queremos dar las gracias al Señor por el amor que ha sembrado en vuestros corazones.

La bendición de Dios en esta celebración os guardará hasta el día de vuestra boda. Os invitamos a todos a participar con gozo de esta celebración.

Sacerdote: En el Nombre del Padre y del hijo y del Espíritu Santo. R/. Amén.

La gracia y la paz de nuestro Señor Jesucristo, que nos amó hasta

entregarse por nosotros, estén con vosotros. R/. Y con tu espíritu.

Sacerdote: Sabemos que la gracia de Dios es siempre necesaria para todos y en todo

momento; pero nadie duda que esta gracia la necesitan los cristianos de manera especial cuando se preparan para formar una nueva familia.

Así, para que estos hermanos nuestros crezcan en el mutuo respeto, se

amen cada vez más sinceramente y, con el debido trato y la oración en común, se vayan preparando para la celebración del santo Matrimonio,

imploremos para ellos la bendición divina.

#### LECTURA DE LA PALABRA DE DIOS

#### Monición

Escuchad ahora, hermanos, la Palabra de Dios dirigida a todos nosotros. Es anuncio de salvación y felicidad verdadera para todos los que la acogen con fe en su corazón. Lo que el Señor anuncia se cumplirá en nuestra vida.

#### Primera lectura:

1Co 13, 4-13 (Otras lecturas sugeridas: Os 2, 21-26; Flp 2, 1-5; Jn 4, 7-12)

Salmo responsorial (144): El Señor es bueno con todos o algún canto interleccional

El Señor es clemente y misericordioso, lento a la cólera y rico en piedad; el Señor es bueno con todos, es cariñoso con todas sus criaturas.

#### R/ El Señor es bueno con todos

Que todas tus criaturas te den gracias, Señor, que te bendigan tus fieles. Los ojos de todos te están aguardando, tú les das la comida a su tiempo.

#### R/. El Señor es bueno con todos

El Señor es justo en todos sus caminos, es bondadoso en todas sus acciones; cerca está el Señor de los que le invocan, de los que le invocan sinceramente.

#### R/. El Señor es bueno con todos

### **Evangelio**:

Jn 15, 9-12 (Otras propuestas: Mt 22, 35-40; Jn 2, 1-11; Jn 15, 12-16)

#### Homilía

El Sacerdote exhorta brevemente a los presentes, explicándoles las lecturas bíblicas, para que perciban por la fe el significado de la celebración. Conviene aclarar suficientemente que es una preparación para la mejor celebración del Sacramento, distinguiéndola claramente de la celebración del Matrimonio.

### ORACIÓN DE LOS FIELES

Se pueden realizar estas o algunas otras que preparen los novios, los amigos o sus familiares.

#### Sacerdote:

Invoquemos a Dios Padre, que tanto ama a los hombres que los hace hijos suyos en Cristo y los pone en el mundo como testigos de su amor. Digámosle confiadamente: "Haz que te amemos siempre, Señor".

#### Lector:

- Tú que has querido que tus verdaderos hijos, hermanos de Cristo, se hicieran conocer por su mutuo amor.

#### R/. Haz que te amemos siempre, Señor

- Tú que impones a los hombres las suaves exigencias de tu amor, para que, sometiéndose a ellas, encuentren la felicidad.

# R/. Haz que te amemos siempre, Señor

- Tú que unes al hombre y a la mujer con el amor recíproco, para que la familia que nace de esta unión se alegre con el gozo de los hijos.

# R/. Haz que te amemos siempre, Señor

- Tú que prefiguraste espiritualmente la plenitud del amor de los desposados en el sacramento del Matrimonio por el sacrificio pascual de tu Hijo, que amó a la Iglesia y, por su sangre, la presentó ante ti inmaculada.

# R/. Haz que te amemos siempre, Señor

- Tú que llamas a estos novios a aquella plena comunión de amor por la que los miembros de la familia cristiana llegan a tener un mismo pensar y un mismo sentir.

R/. Haz que te amemos siempre, Señor

# Manifestación del compromiso

Antes de la oración de bendición, de acuerdo con las costumbres de cada lugar, los que contraen esponsales pueden expresar su compromiso con la entrega de los anillos o de algún otro presente. Se pueden bendecir los anillos o los otros presentes de desposorios con la fórmula siguiente.

Sacerdote: El Señor haga que de tal manera guardéis estos dones,

que os habéis intercambiado, que a su tiempo llevéis a término

lo que os habéis prometido con esta donación recíproca. Amén.

# BENDICIÓN Y ORACIÓN DE DESPEDIDA

Sacerdote: Te alabamos, Señor, porque, en tu designio de bondad,

mueves y preparas a estos hijos tuyos

para que se amen mutuamente;

dígnate fortalecer sus corazones, para que, guardándose fidelidad

y agradándote en todo,

lleguen felizmente al sacramento del Matrimonio.

Por Jesucristo nuestro Señor. R/. Amén.

*Una pareja de novios:* (puede leer a dos coros)

Dios y Padre nuestro, danos un corazón como el de Jesús, firme en sus afectos e inquebrantable en su fidelidad.

Un corazón afectuoso que irradie ternura serena y no rehúse entregarse a los demás.

Un corazón delicado capaz de poner amor en los pequeños detalles y en los humildes servicios.

Un corazón abierto de par en par, que se goce con el gozo de los demás y que sepa beber la copa del dolor.

Un corazón dulce y bueno, que no condene a nadie y no se canse nunca de perdonar y de amar.

Dios y Padre, enséñanos a cuidar nuestro matrimonio, a educar cristianamente a nuestros futuros hijos; que sepamos ser en medio de nuestra sociedad presencia viva de Jesucristo.

Te lo pedimos a ti, María servidora en las bodas de Caná,

obediente a la voluntad del Padre, discípula de Jesucristo, tu Hijo, abierta a la acción del Espíritu. A ti, la esclava del Señor y Madre de la Iglesia. Amén.

El sacerdote: El Dios del amor y de la paz habite en vosotros, dirija vuestros pasos

y confirme vuestros corazones en su amor. R/. Amén.

8.2. Celebración de presentación de los novios a la comunidad cristiana y entrega de la Biblia.

Esta celebración de la Eucaristía tiene dos finalidades: presentar a los novios a la comunidad de creyentes y que las parejas descubran el valor de la Palabra de Dios en su vida personal, matrimonial y familiar; Dios habla a su pueblo y al corazón de las personas que escuchan su Palabra y la acogen con fe. Por eso es muy conveniente que se le dé mucha importancia a la entrega de la Biblia o de los Evangelios. También se deben invitar a los familiares y amigos más cercanos y al terminar la celebración de la Eucaristía celebrar un pequeño ágape para conocer a los familiares y amigos más cercanos.

#### **RITOS INICIALES**

#### Monición ambiental:

Querida comunidad de cristianos, ya hace un par de meses que unas parejas de nuestra parroquia están siendo acompañadas por unos animadores. Están reflexionando sobre el matrimonio cristiano y la vida familiar, hoy en esta celebración se presentarán a todos vosotros y recibirán de toda la comunidad cristiana la Palabra de Dios.

Os felicitamos por vuestra decisión libre, generosa, ponderada de optar por la vida matrimonial. Pero no olvidéis que la fidelidad en el matrimonio cristiano es un don de Dios, y que es necesaria la gracia de Cristo para que el egoísmo no empañe y debilite el amor. Por ello, pedimos la ayuda de Dios y la fuerza de lo alto. La presencia de Cristo en esta etapa final del noviazgo es garantía de éxito.

#### Introducción del sacerdote:

Queridas parejas: hoy quizás lleguéis a descubrir y a comprender la necesidad que tiene la Iglesia, y cada uno de sus miembros, de acoger la Palabra de Cristo con fe. En medio de un mundo con muchas confusiones, necesitamos luz para no perder el sentido de las cosas y de la realidad que estamos viviendo cada uno de nosotros.

¡Cristo es la Luz Verdadera! Su Palabra es lámpara para nuestros pasos. Por ello, hoy, le pedimos a Dios que tengáis el valor de recibir la Sagrada Escritura; Acudid siempre a ella. Cristo os guiará por el camino de la verdad y del amor.

Sacerdote:

Oremos: ¡Oh Dios, fuente de la verdad, del amor y de la vida! Mira con amor de Padre a quienes llamas a unirse en Matrimonio; ábreles el oído y el corazón, para que escuchen y acojan tu Palabra con fe, y ayúdales a cumplirla en su vida con la esperanza de agradarte en todas sus acciones. Por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.

#### LITURGIA DE LA PALABRA

(Se proclaman las lecturas del día. He aquí algunas si la celebración se hace en un día de entre semana)

#### Primera lectura

Estas lecturas se encuentran en el Nuevo Ritual del Matrimonio Gn 1, 26-28. 31a. (o bien alguna de las siguientes: 1Cor 6, 13c-15<sup>a</sup>. 17-20; Ef 5, 2<sup>a</sup>. 21-33; Ap 19, 1. 5-9<sup>a</sup>)

# Salmo responsorial:

111: Dichoso quien ama de corazón los mandatos del Señor (o bien el Salmo 33: Bendigo al Señor en todo momento)

#### **Evangelio**:

Mc 10, 6-9 (o bien: Mt 22, 35-40; Jn 17, 20-26; Jn 2, 1-11; Mt 19, 3-6; Mt 5, 13-16; Mt 6, 25-34)

#### Homilía.

El Sacerdote exhorta brevemente a los presentes, explicándoles las lecturas bíblicas, para que perciban por la fe el significado de la celebración.

# RITO DE PRESENTACIÓN DE LOS NOVIOS A LA COMUNIDAD

#### Monición a la presentación

En este momento de la celebración los novios que quieren recibir el sacramento del matrimonio este año se presentarán a la comunidad de cristianos.

Salen las parejas una detrás de la otra y se colocan en el presbiterio. Dicen su nombre, el día y lugar de la boda y el motivo de por qué quieren casarse por la Iglesia y ante Dios.

Finalizada la presentación, el sacerdote continúa con el ritual de entrega de la Palabra.

#### RITO DE ENTREGA DE LA BIBLIA

Sacerdote: Acercaos todos los que durante estos días habéis descubierto la importancia

de la Palabra de Dios en la vida cristiana, y deseáis compartir el Evangelio de la familia como norma de la «Iglesia doméstica» al servicio de la fe.

Cada pareja de novios se va acercando al sacerdote, quien ofrece la Biblia a los novios que ponen sus manos sobre ella.

Sacerdote: ¿Queréis vivir la Palabra de Dios juntos, ahora como novios cristianos,

y más adelante después de la boda, en vuestro matrimonio, en la nueva familia que vais a formar y en la transmisión de la fe cristiana a vuestros

hijos? R/. Sí, queremos.

221

Sacerdote:

¡Recibid la Palabra de Dios, que se cumpla en vosotros como lo creéis, y que anunciéis a todos los hombres con vuestra vida, las maravillas que Dios hace con vosotros! Por Jesucristo Nuestro Señor. R/. Amén.

Los novios vuelven a su sitio llevándose la Biblia o los Evangelios.

### ORACIÓN DE LOS FIELES

La oración de los fieles puede ser esta o la que preparen los novios, o la que surja del corazón de la celebración. Diversas parejas de novios hacen las peticiones:

Sacerdote: Invoquemos a Dios nuestro Padre que nos ama y pidamos que guarde a estos hijos suyos en su amor. Respondemos: Te lo pedimos, Señor.

- Que la envidia, el orgullo y el rencor no existan entre nosotros. Roguemos al Señor:
  R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que la verdad, la bondad y la sinceridad presidan nuestra casa. Roguemos al Señor:
   R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que nunca tengamos mala intención el uno con el otro. Roguemos al Señor:
  - R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que nunca termine el día sin habernos perdonado. Roguemos al Señor:
  - R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que seamos mutuamente agradecidos. Roguemos al Señor:
  - R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que juntos leamos el Evangelio de Jesús. Roguemos al Señor:
  - R/: Te lo pedimos, Señor.
- Que seamos capaces de rezar juntos cada día. Roguemos al Señor:

R/: Te lo pedimos, Señor.

Sacerdote:

Llenos de confianza en Dios nuestro Padre, nos dirigimos a él con la oración de los hijos, que Cristo nos enseñó en el Evangelio: Padrenuestro.

# ACCIÓN DE GRACIAS DESPUÉS DE LA COMUNIÓN

Las parejas de novios recitan el Magnificat

Proclama mi alma la grandeza del Señor, se alegra mi espíritu en Dios, mi Salvador; porque ha mirado la humillación de su esclava.

Desde ahora me felicitarán todas las generaciones, porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí: su nombre es santo, y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación.

Él hace proezas con su brazo: dispersa a los soberbios de corazón, derriba del trono a los poderosos y enaltece a los humildes, a los hambrientos los colma de bienes y a los ricos los despide vacíos.

Auxilia a Israel, su siervo, acordándose de la misericordia -como lo había prometido a nuestros padresa favor de Abrahán y su descendencia por siempre. Amén.

Sacerdote: Os bendiga Dios, Todopoderoso, Padre, Hijo y Espíritu Santo.

R/. Amen.

Podéis ir en paz. R/. Demos gracias a Dios.

#### 8.3. Celebración comunitaria de la Reconciliación

La celebración de la Reconciliación es muy importante en el proceso del IPM. Conviene que el equipo responsable y el sacerdote la preparen con todo lujo de detalles y cuiden mucho cada uno de sus elementos.

La elaboración de esta celebración sigue el esquema del Ritual de la Penitencia, en el capítulo II: Rito para reconciliar a varios penitentes con confesión y absolución individual.

#### I. RITOS INICIALES

Saludo del sacerdote:

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. El Señor esté con vosotros.

R/. Y con tu espíritu.

#### Monición ambiental

Queridos novios, a lo largo de este Itinerario de Preparación al Matrimonio hemos descubierto un nuevo rostro de Dios y de la Iglesia. La imagen de un Dios justiciero ha dado paso a la de un Padre misericordioso que nos ama y perdona en Jesucristo; y la imagen de una Iglesia solo de santos de altar ha dado paso a la de una comunidad de hermanos que son débiles y pecadores y que necesitan del perdón y de la reconciliación.

Uno de los grandes males del hombre de nuestro tiempo es creer que no tiene pecado, que todo lo hace bien, que no existe el pecado; sin embargo, el hombre de hoy sigue sufriendo a causa de la envidia, del rencor, del afán de poseer, de la búsqueda ilimitada del placer, de la injusticia, de la falta de amor...

Abramos el corazón al arrepentimiento y experimentemos que Cristo tiene poder para cambiar a cada uno de nosotros por su gracia.

Sacerdote: (Invita a todos a la oración con estas palabras.)

Oremos, hermanos,

para que Dios, que nos llama a la conversión, nos conceda la gracia de una verdadera y fructuosa penitencia. Escucha, Señor, nuestras súplicas humildes y perdona los pecados de quienes nos confesamos culpables para que así podamos recibir tu perdón y tu paz. Por Jesucristo Nuestro Señor. R/: Amén.

#### II. LITURGIA DE LA PALABRA

#### Primera lectura

1 Jn 3, 1-24 (u otras lecturas: Ef 2, 1-10; Rm 5, 6-11; Ap 3, 14-22.)

#### Salmo responsorial

Salmo 50: **Devuélveme la alegría de tu salvación** (u otros salmos: 12: Yo confio en tu misericordia; 94: ¡Ojalá escuchéis hoy la voz del Señor; 31: Confesaré al Señor mi culpa.

#### **Evangelio**

Lc 15, 11-32: Parábola del hijo pródigo u otra que al sacerdote y equipo de animadores les parezca mejor.

#### Homilía

El Sacerdote exhorta brevemente a los presentes, explicándoles las lecturas bíblicas, para que perciban por la fe el significado de la celebración.

La parábola del hijo pródigo es una catequesis preciosa propuesta por Jesús sobre la Penitencia. Observamos que el padre de la parábola realiza 5 acciones (verbos):

- lo vio de lejos,
- se conmovió profundamente,
- corrió hacia él,
- lo abrazó,
- lo cubrió de besos.

También hay 5 decisiones que toma el padre:

- le puso el mejor vestido,
- le coloca un anillo.
- le da unas sandalias,
- mata el becerro cebado,
- organiza una fiesta.

1. En primer lugar nos enseña en qué consiste el pecado: el hijo menor peca no por el hecho de pedir su herencia o de marchar de casa, pues ambas son leyes de vida, sino porque en lugar de utilizar su hacienda (la hacienda que Dios nos da son las cualidades que tenemos) al servicio del prójimo, lo hace para su propio placer viviendo como un perdido. Cuando se lo

ha gastado todo, pasa necesidad, y este es el motivo, que le lleva a reflexionar sobre su pecado. Bien podía haber propuesto Jesús otra motivación más sublime para que el joven entrara en razón, como por ejemplo que un amigo, un buen libro, o un eminente predicador le hubiese convertido. ¡Pues no!, es el hambre la que lo lleva a la conversión. ¡Qué buenazo es nuestro Padre Dios!

- 2. El joven reconoce que ha obrado mal y con su acción ha ofendido a Dios y a su padre. Es importante recalcar que si ofende a Dios es porque ha ofendido a su padre, pues las acciones del cristiano son trascendentes. El joven ensaya lo que le dirá a su padre: padre, he pecado contra Dios y contra ti, ya no merezco llamarme hijo tuyo; trátame como a uno de tus jornaleros.
- 3. Pide perdón a su padre, que es a quien había ofendido. Si al ofender al padre ofendió a Dios, al pedirle perdón al padre también se lo pide a Dios. Su arrepentimiento es auténtico porque no lo hace para recuperar su puesto de heredero, ya que pide a su padre que le dé el trato de jornalero.
- 4. El padre, que siempre está esperando, le vio de lejos, salió corriendo, se echó a sus brazos y le cubrió de besos y ni siquiera le dejó terminar el discurso que tan ensayado se tenía.
- 5. Finalmente, como en todo sacramento, se precisa la celebración. El padre dice: celebremos un banquete, porque este hijo mío se había muerto y ha vuelto a la vida, se había perdido y ha sido hallado y le restituye su puesto de hijo.

#### III. EXAMEN DE CONCIENCIA

El sacerdote invita a los novios a unos momentos de reflexión, especialmente revisando sus tres grandes relaciones: su relación con Dios; sus relaciones con los demás, especialmente con su pareja; y consigo mismo: se leen en alto las diversas preguntas

1. Un examen de conciencia, según el Evangelio: «amarás a Dios, amarás al prójimo, trabajarás por ser mejor».

# A) De cara a Dios y en la vida de fe

¿Tengo presente a Dios en mi vida?

¿Quiero encaminar hacia Dios todo lo que soy y todo lo que hago?

¿Pongo en Él la confianza fundamental de mi vida, o la posesión en otras cosas?

¿Tengo momentos de oración, de diálogo confiado con Dios?

¿Participo de la oración de la Iglesia, sobre todo en la Eucaristía de los domingos?

¿Mi manera de vivir es un buen testimonio del Evangelio, de modo que los demás, viéndome, se sientan atraídos a la fe?

¿Me he mostrado cristiano en la vida privada y en la pública?

¿Me preocupo de mi formación cristiana, escuchando y leyendo la Palabra de Dios, y participando en otros encuentros de reflexión?

¿Participo en la vida de la Iglesia, en las tareas de la parroquia, de las comunidades, de los movimientos?

¿Ayudo a sostener económicamente las necesidades de Iglesia?

# B) En la relación con los demás

¿Tengo claro que ser cristiano conlleva no desentenderse de los demás?

¿Tengo un verdadero amor a los demás, o bien me sirvo para mis intereses? ¿O bien quizás hago a los demás aquello que no quiero que me hagan a mí?

¿Sé escuchar a los demás, especialmente mi pareja, encontrar la parte de verdad que tienen? ¿Sé dialogar, comprender, aceptar las opiniones y pareceres de los demás?

¿He violado la vida, la integridad física, o los bienes de los demás? ¿Les he hecho algún daño?

¿He robado o he deseado injustamente y desordenadamente bienes de los demás o les he producido perjuicios? Si ha sido así, ¿he procurado restituir y reparar los daños que he causado?

Si he estado injuriado, ¿he procurado la paz y he estado dispuesto a perdonar, o bien conservo el odio y deseo de venganza?

¿Soy consciente de que el sexo no es un simple instrumento de placer, sino que está al servicio de la estimación?

¿He mantenido la verdad y la fidelidad, o bien he hecho daño a otros con palabras falsas, calumnias, juicios temerarios o violación de algún secreto?

¿Me gusta murmurar y criticar?

¿He hecho correr rumores que creaban mal ambiente y desánimo?

¿He esparcido insinuaciones maliciosas, medias palabras o juicios que contribuían a dar mala fama y a hacer daño a otros?

¿Cuando alguien ha sido acusado o criticado injustamente, me he desentendido en vez de defenderlo y dar testimonio a su favor?

¿He sentido envidia de las cualidades de los demás?

¿He intentado hacer quedar mal a alguien por envidia?

¿Respeto los derechos de los demás en las cosas pequeñas de cada día, por ejemplo en las colas de las tiendas o los autobuses, no queriendo pasar cuando no me toca?

¿Miro de hacer la vida más fácil y agradable a los demás?

¿Soy amable? Soy un buen amigo?

# C) En la vida de familia

En la relación con mis padres: ¿Les dedico tiempo?, ¿me preocupan los problemas de casa o me desentiendo?, ¿ayudo en las tareas del hogar?, ¿busco el diálogo con los padres, o más bien paso, o estoy permanentemente agresivo?, ¿quiero a mis padres?

A los abuelos y a las personas mayores de la familia, ¿les doy cariño y atención?

En la relación entre todos los miembros de la familia, ¿colaboro a que el clima familiar sea lo más positivo, de modo que todos puedan encontrarse bien?

¿Las mejores atenciones son para mi pareja? ¿o mis hijos?

# D) En el uso del dinero

¿Vivo pendiente del dinero? ¿pienso constantemente en la manera de tener más dinero? ¿Pienso que hay que espabilarse para tener más dinero, y dejarse de escrúpulos y preocupaciones morales?

¿Comparto mis bienes con los que tienen menos que yo?

¿Qué parte de mi dinero dedico a la solidaridad con los necesitados, de aquí o de los países pobres? Si tengo familiares o amigos que están en situación de estrechez, como los ayudo?

# E) En las relaciones laborales

Si soy estudiante, ¿cumplo mi trabajo con eficacia y dedicación?, ¿soy solidario con los demás compañeros, especialmente con los que están en peor situación que yo, o me desentiendo de los problemas colectivos?, ¿procuro actuar con inteligencia y honestidad en las reivindicaciones y los conflictos?

# F) En la vida social

¿Me preocupo del bien y de la prosperidad de la comunidad humana, de la que formo parte, o llevo una vida centrada en mí mismo?

¿Pienso que el progreso en la justicia, en la igualdad, en la superación de las diferencias económicas y sociales, forma parte del mensaje cristiano?

¿Me indigno ante las injusticias, o me dejan indiferente?

¿Defiendo a los oprimidos?

¿Ayudo a los que lo pasan mal?

¿Colaboro en una convivencia mejor para todos? O más bien ¿me desentiendo, o incluso desprecio, a los pobres, los débiles, los inmigrantes, los enfermos, los viejos? ¿Participo según mis posibilidades, en la promoción de una vida más digna para todos? ¿Conozco las diversas iniciativas y actividades que se realizan en este sentido, como la labor de Cáritas, los grupos de ayuda fraterna, de los grupos al servicio del Tercer Mundo, de las entidades políticas y sociales?

¿Participo en las actividades ciudadanas que ayudan a una mejor convivencia?

¿Procuro que se conserven y que no se estropeen las cosas que son de uso público?

¿Me preocupo por la protección de la naturaleza y del medio ambiente?

¿Cuando voy a lugares naturales, el mar, la montaña, cuido que donde he estado se mantenga limpio, y evito crear peligros de incendio o de degradación?

# G) Respecto a las actitudes personales

¿Me quiero tal y como Dios me ama?

¿Me acepto, con mis limitaciones y debilidades, como Dios me acepta?

¿Vivo la paz y la confianza que Dios me da?

¿Dejo por pereza de hacer lo que debería hacer?

¿Reacciono a menudo con ira?

¿Soy pendenciero y malcarado?

¿Lo encuentro siempre todo mal?

¿Afrento con buen espíritu las dificultades de la vida?

¿Procuro hacer rendir las posibilidades que tengo y que Dios me ha dado?

Se guardan unos momentos de silencio. Y a continuación se proclaman, por personas distintas, las peticiones de perdón.

# 2. Preces comunitarias de petición de perdón

#### -Tú nos dijiste: «Amarás a Dios sobre todas las cosas»

- Perdónanos, Señor, porque nos hemos alejado de ti; por nuestra falta de confianza en tu amor, porque apenas si hablamos contigo en la oración.
- Perdónanos, Señor, por no escuchar el Evangelio de tu Hijo ni participar en la Eucaristía; por nuestro alejamiento de la Iglesia.
- Perdónanos, Señor, por dar más importancia a las cosas –el dinero, la salud, el prestigio– que a ti, el único necesario; por organizar nuestra vida concreta como si tú no existieras.

# -Tú nos mandaste: «Amarás a tu prójimo como a ti mismo»

- Perdónanos, Señor, por la insensibilidad ante los problemas de los demás, por nuestro individualismo e insolidaridad con los pobres.
- Perdónanos, Señor, por poner la felicidad en el consumismo y el disfrute inmediato; por pretender mejorar nuestro nivel de vida por encima de la verdad, la honradez y la justicia.
- Perdónanos, Señor, por encerrarnos en el círculo de los amigos y los cercanos; por los juicios injustos y las opiniones precipitadas, por nuestras mentiras y violencias.

# -Tú nos exhortaste: «Amaos como yo os he amado»

- Perdónanos, Señor, por las faltas de diálogo y respeto, por el ansia de dominio mutuo. Por no querer ceder y no ponernos en lugar del otro; por la incomprensión y el egoísmo; por no saber perdonarnos como tú nos perdonas.
- Perdónanos, Señor, por nuestro amor tantas veces superficial y egoísta, por dejarnos llevar por lo fácil, por la falta de trasparencia y honestidad en nuestra entrega y relaciones mutuas.
- Perdónanos, Señor, porque aún no nos atrevemos del todo a cimentar nuestro amor en ti, y nuestro futuro matrimonio en tu Evangelio.

# IV. RITO DE RECONCILIACIÓN

Sacerdote: Recordando, hermanos, la bondad de Dios, nuestro Padre, confesemos

nuestros pecados, para alcanzar así misericordia.

Fieles: Yo confieso ante Dios todopoderoso y ante vosotros hermanos...

Sacerdote: Ahora, como el mismo Cristo nos mandó, oremos todos juntos al Padre,

para que perdonándonos las ofensas unos a otros, nos perdone él nuestros

pecados.

Fieles: Padre nuestro, que estás en el cielo...

Sacerdote: Oremos: Escucha Señor a tus siervos,

que se reconocen pecadores;

y haz que, liberados por tu Iglesia de toda culpa, merezcan darte gracias con un corazón renovado.

Por Jesucristo Nuestro Señor. R/: Amén.

# V. CONFESIÓN Y ABSOLUCIÓN INDIVIDUAL.

Se puede poner una música suave de fondo. Los novios se van acercando a los diversos sacerdotes.

# VI. RITO DE CONCLUSIÓN

Abrazo de paz:

El sacerdote invita a las parejas para que se den un abrazo de paz, símbolo del perdón que hemos recibido de Cristo.

Sacerdote: La paz del Señor este con todos vosotros.

Todos: Y con tu Espíritu.

Sacerdote: Podéis daros fraternalmente la paz.

#### Sacerdote:

Dios Omnipotente y Misericordioso, que admirablemente creaste al hombre y más admirablemente aún lo redimiste; que no abandonas al pecador, sino que lo acompañas con amor paternal. Tú enviaste a tu Hijo al mundo para destruir con su pasión el pecado y la muerte, y para devolvernos, con su resurrección, la vida y la alegría. Tú has derramado el Espíritu Santo en nuestros corazones para hacernos herederos e hijos tuyos. Tú nos renuevas constantemente con los sacramentos de la salvación para librarnos de la servidumbre del pecado y transformarnos, de día en día, en una imagen cada vez más perfecta de tu Hijo amado. Te damos gracias por las maravillas de tu misericordia y te alabamos con toda la Iglesia cantando para ti un cántico nuevo con nuestros labios, nuestro corazón y nuestras obras. A ti la gloria por Cristo en el Espíritu Santo, ahora y por siempre. R/: Amén.

Sacerdote: El Señor dirija vuestros corazones en la caridad de Dios y en la espera de

Cristo.
R/. Amén.

Para que podáis caminar con una vida nueva y agradar a Dios en todas

las cosas. R/. Amén.

Y que os bendiga Dios todopoderoso: Padre, Hijo + y Espíritu Santo.

R/. Amén.

Sacerdote: El Señor ha perdonado vuestros pecados. Podéis ir en paz.

R/. "Demos gracias a Dios".

#### 8.4. Celebración de Acción de Gracias al terminar el IPM

# Monición de entrada

Hemos llegado al final del IPM, y no queremos despedirnos, sin antes descubriros el secreto, la fuerza que nos ha movido a estar estos días con vosotros: **Jesucristo**. ¡Ojalá que durante estos días hayáis descubierto la necesidad de Dios en vuestra vida! Ahora que vuestra decisión de casaros por la Iglesia es mucho más consciente y plena, pedidle al Señor que os acompañe siempre y preserve vuestro amor de todo egoísmo.

#### I. LITURGIA DE LA PALABRA

- Primera Lectura: Del Cantar de los Cantares (Cantar 2,8-14).

**Monición:** El Cantar de los cantares presenta el auténtico amor humano como manifestación del amor de Dios, que es Amor; el amor es impulso a la comunión total, en que uno se entrega totalmente al otro, y donde ambos ya no se poseen sino mutuamente; es el amor que pone alas e ilusión a la vida.

# - Salmo responsorial

Monición: El Salmo 127 canta la bendición de Dios sobre el creyente y su esposa, como viña fecunda; sobre sus hijos, como brotes de olivo; y sobre su trabajo. Tras la bendición del hombre fiel y de su familia late la idea de la solidaridad de la comunidad creyente.

- Segunda Lectura: de la Primera carta de San Pablo a los cristianos de Corinto (1Cor 13,1-8) Monición: El matrimonio tiene su arranque y su objetivo en el amor; en este himno San Pablo canta primero las excelencias del amor; y a continuación describe las características del verdadero amor que se centran en el desapego de sí mismo y termina con la afirmación de la perennidad del amor: solo lo que hacemos por amor permanece para siempre.<sup>1</sup>

## - Lectura del santo Evangelio según San Mateo 7,24-27

Monición: La breve parábola sobre la casa edificada sobre roca, que finaliza el Sermón de la Montaña, tiene una fácil aplicación al hogar cristiano edificado sobre la palabra de Cristo: es la coherencia entre la fe y la vida, entre la teoría y la práctica; es el matrimonio cimentado sobre la roca firme de la fe en Cristo, y la firme decisión de mantenerse unidos toda la vida.<sup>2</sup>

#### II. ORACIÓN DE LOS FIELES

Sacerdote:

Ante la proximidad de vuestra boda, centremos nuestra mirada en Cristo, y recemos juntos, uno por el otro, llenos de gozo, por haber sido destinados a una misión tan preciosa como el matrimonio y la familia:

Leen los novios. Después de cada petición se guarda unos instantes de silencio.

- Por la Iglesia, para que siga preparando cada día mejor a los novios al sacramento del Matrimonio y a la Vida Cristiana. Roguemos al Señor: R/. Te rogamos, óyenos.
- Por el equipo responsable de impartir los encuentros de preparación al matrimonio, para que sus orientaciones y su ejemplo hagan hermosa y envidiable la imagen del matrimonio cristiano. Roguemos al Señor: R/. Te rogamos, óyenos.
- Por los jóvenes, para que entiendan la profundidad del Sacramento del Matrimonio y se preparen a recibirlo y a vivirlo con responsabilidad. Roguemos al Señor: R/. Te rogamos, óyenos.

<sup>2</sup> Otro posible texto evangélico: Las bodas de Caná (Juan 2,1-12).



<sup>1</sup> Otras posibles lecturas: (Ef 5,2.25-28.31-32).

- Por nosotros, para que el día de nuestra boda no sea un punto de llegada, sino el encuentro con Jesucristo que nos da su amor para querernos desinteresadamente en las alegrías y en las penas, en la salud y en la enfermedad todos los días de nuestra vida. Roguemos al Señor: R/. Te rogamos, óyenos.
- Por nuestros padres y padrinos, por nuestros hermanos y nuestros futuros hijos, para que puedan ver en no**sotros alegría, paz y unión que les arrastre a crecer en la bondad. Roguemos al Señor**: R/. Te rogamos, óyenos.
- Por los matrimonios que se encuentran al borde de la separación, por sus hijos, para que el amor de Cristo los renueve y restaure la unidad familiar. Roguemos al Señor: R/. Te rogamos, óyenos.

# III. ORACIÓN DEL PADRENUESTRO

Sacerdote: Terminamos nuestra oración con la oración que Jesús nos enseñó:

#### IV. ORACIONES DE DESPEDIDA

#### - HIMNO NUPCIAL

El sacerdote proclama el siguiente himno

Dios, que en el principio hizo de tierra a los hombres a imagen y semejanza suya para que fuesen la alegría uno de otro, Él os une como marido y mujer, para que seáis uno para el otro pan y vino y palabra fiel.

Así como desde el principio ninguna persona encuentra respuesta si otra no la ama profundamente, así también vosotros seréis desde ahora vuestra mutua respuesta y en la alegría y en el dolor un solo espíritu y un solo cuerpo.

Así como los hombres recorren de dos en dos sus largos caminos, con Dios que les acompaña, así será entre vosotros en la vida y en la muerte. Él se convierte en vuestro pan y en vuestro vino.

#### - ORACIÓN DE LOS FUTUROS ESPOSOS

Una pareja recita la siguiente oración

Señor, haz de nuestro hogar un sitio de tu amor. Que no haya injuria, porque Tú nos das comprensión. Que no haya amargura, porque Tú nos bendices. Que no haya egoísmo, porque Tú nos alientas. Que no haya rencor, porque Tú nos das el perdón. Que no haya abandono, porque Tú estás con nosotros. Que sepamos marchar hacia ti en nuestro caminar diario. Que cada mañana amanezca un día de entrega y sacrificio. Que cada noche nos encuentre con más amor de esposos.

Haz, Señor, de nuestros hijos lo que tú anhelas; ayúdanos a educarles y a orientarles hacia ti.
Haz de nuestro hogar un lugar abierto a los problemas de la sociedad. Que los que sufren y los pobres nos encuentren solidarios.
Que nuestros familiares y amigos nos sientan cercanos y solícitos.
Que nuestra familia sea una iglesia en pequeño.
Que participemos de la oración de los cristianos y de la vida de la Iglesia.
Que caminemos juntos muchos años hasta el gran Día de ir a tu encuentro para vivir juntos en tu hogar del Cielo.



# 9. Oraciones para los encuentros del IPM

# 1. Oración de acción gracias después de la comunión

Te alabamos, Padre, porque eres el origen de todo amor y nos diste a Jesús como hermano. Te bendecimos, Señor Jesús, porque como nosotros, quisiste nacer y vivir en el seno de una familia y nos has revelado el amor del Padre.

Te glorificamos, Espíritu Santo, porque en la familia nos invitas al diálogo y eres comunión desde la riqueza de nuestras diferencias. Te damos gracias, Trinidad Santa, por los dones que has derramado en nuestra familia.

Líbranos del egoísmo y la insolidaridad. Enséñanos a acogerte en las necesidades del prójimo. Fortalécenos en las dificultades y enséñanos a perdonar de corazón, como Tú lo haces con nosotros.

Edúcanos en la fidelidad, en la ternura y en la fiesta; descúbrenos tu voluntad como un designio de amor sobre nuestras vidas. Concédenos el trabajo que nos une a ti en la creación de un mundo nuevo; ayúdanos a construir la paz, fruto de la justicia.

Danos la fe que nos lleva a ti como Padre y a vivir desde nuestra familia la fraternidad universal por encima de razas y culturas. Concédenos la esperanza y el gozo que necesitamos para llevar a cabo juntos la tarea que Tú nos confías.

Da a nuestra familia ese amor paciente y servicial que no busque su interés, que disculpe siempre, se fie siempre, espere siempre.

Te lo pedimos, Padre, por Jesús, María y José. Amén.

### 2. Un amor siempre nuevo

Señor, tu amor siempre es nuevo y fresco como el amor de los novios.
Haz que, unidos siempre a ti, por la gracia de nuestro bautismo, nuestro amor tome de ti su vigor, su alegría, su juventud.

Tú has querido que nos encontráramos; te damos por ello las gracias, a ti que eres la fuente del amor.

Enséñanos a conocernos bien, para conocerte mejor. Ayúdanos a ser, por la lealtad de nuestra conducta, por las finezas de nuestro cariño, por la intensidad de nuestra caridad, novios verdaderamente cristianos.

Haz que, en el dolor y la alegría, nuestro amor se parezca al que Tú tienes a tu Iglesia, del cual seremos nosotros un día testigos en el mundo por medio de nuestro Matrimonio.

Virgen María, prometida esposa de Dios, te confiamos nuestro difícil amor. Que tu fidelidad a Dios sea para nosotros modelo y prenda de nuestra fidelidad. Amén.

#### 3.-Oración de San Francisco de Asís

Señor, haz de mí un instrumento de tu paz.

Donde haya odio, que yo ponga amor.

Donde haya ofensas, que yo ponga perdón.

Donde haya discordia, que yo ponga unión.

Donde haya error, que yo ponga verdad.

Donde haya duda, que yo ponga fe.

Donde haya desesperanza, que yo ponga esperanza.

Donde haya tinieblas, que yo ponga luz.

Donde haya tristeza, que yo ponga alegría.

Haz que yo no busque tanto el ser consolado como el consolar, el ser comprendido como el comprender, el ser amado como el amar.

Porque dando es como se recibe; olvidándose uno a sí mismo, es como se encuentra; perdonando, es como se es perdonado; y muriendo, es como se resucita a la vida. Amén.

# 4. Oración de los esposos

Te damos gracias, Dios todopoderoso y eterno, porque has dejado la imagen de tu propio amor en nuestra unión matrimonial.

Queremos bendecirte, porque con el yugo suave del amor y el vínculo indisoluble de la unidad has hecho fuerte nuestra alianza.

El sacramento del Matrimonio es para nuestras vidas un recuerdo constante de tu amor inefable.

Acepta complacido, Padre, nuestra alabanza y nuestra súplica: que en la alegría siempre te alabemos y en la tristeza te busquemos; que en el trabajo encontremos el gozo de tu ayuda y en la necesidad sintamos cercano tu consuelo; que, en todo momento, demos testimonio de ti entre los hombres y, después de una feliz ancianidad, lleguemos al reino de los cielos. Por Jesucristo nuestro Señor. Amen.

# 5. Oración por la vida

Oh María,
aurora del mundo nuevo,
Madre de los vivientes,
a ti confiamos,
la causa de la vida:
mira, Madre,
el número inmenso de niños a quienes se impide nacer;
de pobres a quienes se hace difícil vivir;
de hombres y mujeres víctimas de violencia inhumana;
de ancianos y enfermos muertos a causa de la indiferencia
o de una presunta piedad.

Haz que quienes creen en tu Hijo sepan anunciar con firmeza y amor a los hombres de nuestro tiempo el Evangelio de la vida.

Alcánzales la gracia de acogerlo como un don siempre nuevo, la alegría de celebrarlo con gratitud durante toda su existencia.

y la valentía de testimoniarlo con solícita constancia, para construir, junto con todos los hombres de buena voluntad, la civilización de la verdad y del amor, para alabanza de Dios Creador y amante de la vida. Amén.

# 6. Nuestro hogar, un sitio de tu amor

Señor, haz de nuestro hogar un sitio de tu amor.
Que no haya injuria
porque Tú nos das comprensión.
Que no haya amargura
porque Tú nos bendices.
Que no haya egoísmo
porque Tú nos alientas.
Que no haya rencor
porque Tú nos das el perdón.
Que no haya abandono
porque Tú estás con nosotros.

Que sepamos marchar hacia Ti en nuestro diario vivir. Que cada mañana amanezca un día más de entrega y sacrificio. Que cada noche nos encuentre con más amor de esposos.

Haz, Señor, de nuestras vidas que Tú quisiste unir, una página llena de ti. Haz, Señor, de nuestros hijos lo que Tú anhelas. Ayúdanos a educarles y orientarles por tu camino.

Que nos esforcemos en el consuelo mutuo. Que hagamos del amor un motivo para amarte más. Que demos lo mejor de nosotros para ser felices en el hogar. Que cuando amanezca el gran día de ir a tu encuentro, nos concedas el hallarnos unidos para siempre en Ti. Amén.

#### 7. Himno a la caridad (1Cor 12, 31-13, 8)

Ambicionad los carismas mejores. Y aún os voy a mostrar un camino mejor. Ya podría yo hablar las lenguas de los hombres y de los ángeles; si no tengo amor, no soy más que un metal que resuena o unos platillos que aturden.

Ya podría tener el don de predicación y conocer todos los secretos y todo el saber; podría tener una fe como para mover montañas; si no tengo amor, no soy nada.

Podría repartir en limosnas todo lo que tengo y aún dejarme quemar vivo; si no tengo amor, de nada me sirve.

El amor es comprensivo, el amor es servicial y no tiene envidia; el amor no presume ni se engríe; no es mal educado ni egoísta; no se irrita, no lleva cuentas del mal; no se alegra de la injusticia, sino que goza con la verdad.

Disculpa sin límites, cree sin límites, espera sin límites, aguanta sin límites.

El amor no pasa nunca. Amen.

# 8. «Aún me quedas tú» (Salmo 138)

Señor, tú me sondeas y me conoces; me conoces cuando me siento y me levanto, de lejos penetras mis pensamientos; distingues mi camino y mi descanso, todas mis sendas te son familiares.

No ha llegado aún la palabra a mi lengua, y tú, Señor, ya la conoces.
Tanto saber me sobrepasa, es sublime y no lo abarco.
¿Adónde iré lejos de tu aliento, adónde escaparé de tu mirada?
Si escalo el cielo, allí estás Tú; si me acuesto en el abismo, allí te encuentro.

Tú has creado mis entrañas, me has tejido en el seno materno. Te doy gracias, porque me has escogido portentosamente. ¡Qué incomparables encuentro tus designios, Dios mío, qué incalculable su conjunto! Si los cuento son más que la arena del mar, y aunque termine, aún me quedas Tú.

¡Señor, sondéame y escruta mi corazón; ponme a prueba y conoce mis sentimientos; mira si mi camino se desvía; guíame por el camino eterno, que lleva hasta ti!

# 9. Aprender a ama, oración del joven (Michel Quoist)

Quisiera amar, Señor, necesito amar, todo mi ser no es ya más que un deseo: mi corazón, mi cuerpo se alargan en la noche hacia un desconocido a quien ya amo y braceo en el aire sin encontrar el alma que abrazar.

Estoy solo y quisiera «ser dos», hablo solo y no hay quien escuche vivo y vivo, y nadie saca jugo a mi vida. ¿Para qué ser tan rico si no enriquezco a nadie? ¿Y de dónde viene ese amor? ¿A dónde va?

Quisiera amar, Señor, necesito amar. He aquí, Señor, en esta noche, todo mi amor estéril.

Escucha, pequeño.

Párate un momento
y haz silenciosamente un largo viaje hasta lo más
profundo de tu corazón.

Avanza a lo largo de tu amor recién hecho,
como a contracorriente del río hasta encontrar la fuente.
Y, al principio y al fondo del infinito misterio de tu amor inquieto,
me encontrarás a Mí.
Pues Yo me llamo Amor
y soy Amor, ya desde siempre,
y el Amor está en ti.
Soy yo quien te hizo para amar,
para amar eternamente:
y tu amor pasará a «otro-tú-mismo».

Es ella a quien buscas, ella está en tu camino, en tu camino desde siempre sobre el camino de mi amor. Ahora es preciso esperar su llegada: ella se acerca, tú te acercas, y os reconocéis.

238

Pues yo hice su cuerpo para ti y el tuyo para ella, yo hice tu corazón para ella y el suyo para el tuyo, y por eso os buscáis en la noche, en mi noche, que se hará luz si confiáis en Mí. Resérvate para ella, amigo mío como ella se reserva para ti. Yo os guardaré al uno para el otro. Y, mientras, como tú tienes hambre de amor; he ido poniendo en tu camino a todos tus hermanos para que vayas amando. Créeme, el amor necesita un largo entrenamiento, y no hay diversas clases de amor sino una sola: Amar es olvidarse de sí mismo para ir a los demás.

Señor, ayúdame a olvidarme de mí mismo por mis hermanos los hombres para que, siempre dándome, aprenda a amar.

# 10. Acción de gracias por el amor

Señor, gracias porque nos diste el verdadero amor, ancho y difícil, el más alto y misterioso de tus dones.

Tan fuerte, que nos llena la vida de extremo a extremo, desde el sueño mismo y hasta la esperanza incalculable de la eternidad.

Amor tan grande que en él caben ya todos los hombres, y nos sentimos hermanos suyos: aunque nos duelan más los más cercanos: la familia, por la que queremos darte nuestra vida.

Tan excelente, que adaptarnos a él nos fue costoso, hasta que Tú nos enseñaste el arte de ser libres.

Tan tuyo, que eres Tú quien te entregas en el misterio del amor, y cada día nos sorprendes.

Ven, Señor Jesús, y pues habitas en nosotros, haz fuertes y sin límites nuestros dos espíritus, para que seamos uno, para que seamos un reflejo de la inmensidad de tu Amor. Amén.



# 10. Bibliografía utilizada

#### 10.1. Documentos oficiales

Asamblea de Obispos del Quebec, Proponer hoy la fe a los jóvenes

CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA

CONCILIO VATICANO II

Conferencia Episcopal Española, Directorio de la Pastoral Familiar de la Iglesia

Conferencia Episcopal Española, *La Familia, santuario de la vida y esperanza de la sociedad,* Edice, Madrid 2001

Conferencia Episcopal Española, Matrimonio y familia, hoy, Edice, Madrid 1979

Conferencia Episcopal Española, Preparación al matrimonio cristiano, Edice, Madrid 2000

Congregación para la Educación Católica, *Orientaciones educativas sobre el amor humano*, 1983

Consejo Pontificio para la familia, Preparación al Sacramento del Matrimonio, 1996

Consejo Pontificio para la familia, *Sexualidad humana: verdad y significado*, 1995 *en España*, Edice, Madrid 2003

Francisco, Evangelii Gaudium

JUAN PABLO II, Carta a las Familias, 1994

JUAN PABLO II, Carta Encíclica Evangelium vitae, 1995

Juan Pablo II, Exhortación Apostólica Christifideles Laici, 1988

Juan Pablo II, Exhortación Apostólica Familiaris Consortio sobre la familia, 1981

Juan Pablo II, Redemptoris misio, 1990

Pablo VI, Encíclica *Humanae vitae* sobre la transmisión de la vida, 1968

Santa Sede, Carta de los derechos de la Familia, 1983

Unión Familiar Española. El Matrimonio y la Familia. 100 cuestiones y respuestas sobre el concepto cristiano de familia y matrimonio. 1998

V Conferencia general del episcopado latinoamericano y del caribe, Documento de Aparecida

#### 10.2. Manuales y libros

Angulo. T., El amor es mucho más que decir te amo, Grupo editorial mesa redonda, Perú, 2012

Arxiprestat de Miramar-Vall de Sóller, *Comprometre's*, Ed. Arx. Miramar-Vall de Sóller, Esporles 2009

Baco, P. y Christoph Theolbald (Eds.) *Una nueva oportunidad para el evangelio. Hacia una pastoral de engendramiento*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 2011

Barghiglioni, E. y M., - L. Meddi, *Adultos en la comunidad cristiana*, Sal Terrae, Santander 2011

Congregación Salesiana del Perú, Sacramento del Matrimonio (Catequesis- Rito), Perú, 2008

Fromm, E. El arte de amar, Buenos Aires, 1979

García De Andrés, I., «Pedagogía, núcleos temáticos y tiempos de la preparación al matrimonio», en Conferencia episcopal española (CEAS), *Preparación al matrimonio cristiano*, Madrid 2000, 277

García, F., *Para comprender la sexualidad*, Verbo Divino, Estella 1990 HÉRIRAD, C., *¡Nos casamos!*, Editorial CCS, Madrid 2013 JUAN PABLO II, *Hombre y mujer lo creó. El amor humano en el plano divino*, Ediciones Cristiandad, Madrid 2000

#### 10.3. Internet

www.enelcel.com www.parroquia-inmaculada.es www.cofmallorca.com

# 10.4. Documentos oficiales en la página web: www.enelcel.com

Amoris laetitia El noviazgo a la luz de las Escrituras Catequesis de Tobias Familiaris Consortio Humanae Vitae Sentido del noviazgo

# **DOCUMENTO 1**

Parròquia de: Data inici Itinerari Prematrimonial: _	
† ELL †	ELLA
Nom i llinatges:	Nom i Ilinatges:
On viviu?:	On viviu?:
Mòbil (Whatsapp):	Mòbil (Whatsapp):
Correu electrònic:	Correu electrònic:
Facebook:	Facebook:
Horari de feina	Horari de feina
Baptisme SI 🗆 NO 🗅 Confirmació SI 🗆 NO 🗅	Baptisme SI 🗆 NO 🕒 Confirmació SI 🗆 NO 🗅

# **DOCUMENTO 3**





una mica junts

244

# **DOCUMENTO 3**

ITINERARIO
PREMATRIMONIAL
Bisbat de Mallorca
CERTIFICADO
ii
Han participado en el Itinerario Prematrimonial, organitzado por
En fecha de del mes del 20 Firma del responsable Sello







Carrer seminari, 4 - 07001 - Palma (Illes Balears) vicariaepiscopalanunci@gmail.com