

LA REVISTA DE SUSCRIPCIÓN GRATUITA MÁS LEÍDA POR LAS FAMILIAS CATÓLICAS DE ESPAÑA

Misión

Guía

Para
vivir un
matrimonio
santo

10 CLAVES PARA SUPERAR
UNA CRISIS MATRIMONIAL

RESPUESTA A PREGUNTAS
SOBRE ÉTICA SEXUAL

HISTORIAS DE MATRIMONIOS
QUE SE HAN HECHO MÁS FUERTES
EN LA ADVERSIDAD

PROYECTO AMOR
CONYUGAL, FORTA,
SPONSUS:
CONOCE
ESTOS

itinerarios
PARA
MATRIMONIOS
CATÓLICOS

MATRIMONIOS DE ALTURA

Durante siglos se pensó que para ser santo había que consagrarse por entero a Dios en el sacerdocio o en la vida religiosa. En este tercer milenio se ha despejado toda sombra de duda de que el sacramento del matrimonio es una vocación igualmente querida por Él en la que los esposos están llamados a vivir en total consonancia con el plan de Dios. Y es ahí, en su familia, donde Él les pide que sean grandes santos.


Carta a los lectores

En esta "Guía *Misión*" te presentamos un compendio de los mejores artículos que a lo largo de nuestra historia hemos preparado para ayudarte a vivir tu matrimonio como un camino luminoso de santidad. Como bien sabes, durante siglos en la Iglesia se pensó que para ser santos los cristianos tenían que consagrarse en celibato a Dios, es decir, optar por la vida religiosa o sacerdotal. Ese era el camino que ofrecía la mejor "garantía" para vivir en plena consonancia con la voluntad de Dios. Ha sido en este milenio, concretamente en 2001, cuando **san Juan Pablo II** beatificó a la vez al matrimonio italiano de **Luigi Beltrame Quattrocchi** y **María Corsini**, y en 2015, cuando el papa **Francisco** proclamó santos a los esposos **Celia** y **Luis Martin**, padres de **santa Teresita de Lisieux**, en el aniversario de su boda. Así se ha despejado cualquier duda de que el sacramento del matrimonio confiere a los esposos toda la gracia, toda la fuerza y toda la capacidad unitiva para que juntos puedan llegar a reflejar Su rostro. Y que, unidos en Dios hasta la médula, hagan presente su imagen hasta en el lugar más escondido e íntimo de su propio hogar.

Eso no quiere decir que a lo largo de la historia no hubieran existido ya matrimonios santos, ¡y hasta familias enteras que han llegado a los altares! Para no ir muy lejos, en España tenemos a los esposos **san Isidro** (1079-1172) y **santa María de la Cabeza** (c. 1100-1175), que dieron muestra de una singular piedad y una elevación sublime en las cosas de Dios en medio de sus ocupaciones diarias y de sus obligaciones como esposos y padres. Y muchos otros a los cuales hoy podemos pedir su patrocinio en la vida esponsal, como **san Joaquín** y **santa Ana**, padres de la Virgen, y **san Zacarías** y **santa Isabel**, padres de **san Juan Bautista**. O **santa Emmelia de Cesarea** y **san Basilio el Viejo** (s. IV), de cuyos diez hijos cinco fueron santos, y **san Esteban Rey de Hungría** y la **beata Gisela** (s. XI), padres de **san Emerico** (1007-1031), por citar sólo algunos. Pero ha sido sólo en el actual milenio cuando se ha afirmado este "modelo" de santidad, no a pesar de estar casados, sino precisamente por ello. Así lo irás constatando en estas páginas que hemos dividido en seis bloques. El primero aborda esta sobrecogedora maravilla de quienes son (o quieren llegar a

serlo) "**Esposos... ¡y santos!**" (pp. 4-11). Muestra el modo particular en que los cónyuges han de practicar la perfección de la caridad cristiana y llevar una vida contemplativa en su trabajo y en la educación de sus hijos. Luego encontrarás una serie de temas dedicados a "**La liturgia del cuerpo**" (pp. 12-23) para conocer el lugar de la entrega corporal en la espiritualidad conyugal, y cómo la unión de los esposos se hace fecunda en la acogida de los hijos que van llegando y en el testimonio de su vida donde quiera que vayan. La sección "**Contra viento y marea**" (pp. 24-31) te dará chispas de luz para nunca perder la perspectiva de este sacramento bello y grande, también en las crisis y en las cruces. "**Renovar a diario el amor**" (pp. 32-39) ofrece varias iniciativas que actualmente ayudan a los matrimonios a recorrer su senda de santidad propia: Proyecto Amor Conyugal, FORTA y Sponsus. Existen otros, claro está, pero estas son las tres que hemos destacado.

No podían faltar las historias con nombre propio de quienes, ante situaciones "límite" como la muerte del cónyuge, una enfermedad terminal o una crisis aparentemente sin remedio se mantienen "**Abrazados a la Cruz**" (pp. 40-49). Por último, cerramos "**Con broche de oro**" (pp. 50-55): hacemos una selección de títulos para quienes quieren profundizar en este tema de la espiritualidad conyugal, te damos 7 claves para llevar a tu vida los conocimientos de esta guía, y te presentamos una colaboración emblemática sobre el matrimonio de cada uno de nuestros queridos columnistas habituales: **Isis Barajas**, **Enrique García-Máiquez** y **Juan Manuel de Prada**.

Si te gusta esta guía, envíanos tus comentarios y compártela. A partir de aquí cuenta con que en la revista *Misión* rezaremos a diario por ti, para que, a imitación de los matrimonios santos que nos han precedido, puedas ir plasmando en la intimidad de tu hogar este ambiente favorable para que todos los tuyos, comenzando por tu cónyuge, respondan a la llamada a la santidad. 

Isabel Molina E.

Isabel Molina Estrada

Directora revista *Misión* / directora@revistamision.com



Misión www.revistamision.com

Edita: Fundación Logos, vinculada al Regnum Christi y a la Universidad Francisco de Vitoria (www.ufv.es) • **Directora:** Isabel Molina Estrada, directora@revistamision.com • **Consejo editorial:** José Ángel Agejas; Ángel Barahona; Macarena Botella; Amalia Casado; Javier Cereceda, LC; Manuel Diego, LC; Isabel Molina Estrada; Alberto Ramírez; Álex Rosal y Daniel Sada • **Guía elaborada por:** Isabel Molina Estrada, Javier Lozano y Marta Peñalver • **Ilustraciones de la guía:** Emilia Armijo, Rikki Vélez y Tina Walls • **Fotografía:** Abraham Domínguez, Dani García, Daniel Ibáñez e Isabel Permy • **Incluye colaboraciones de:** Isis Brajas, Clara de Cendra Núñez-Iglesias, Ángeles Conde Mir, Beatriz López-Roberts, Javier Lozano, José Antonio Méndez, Isabel Molina Estrada, Marta Peñalver y Juan Luis Vázquez Díaz-Mayordomo • **Corrección ortotipográfica y de estilo:** Francisco Rodríguez Criado • **Administración y donativos:** María José Arranz, donativos@revistamision.com • **Publicidad y distribución:** Viviana Mourgeon, publicidad@revistamision.com • **Responsable de marketing y fundraising:** Javier Ugarte • **Gestión de base de datos:** José María Peña • **Suscripciones revista • Misión:** Daniel Santos, suscripciones@revistamision.com, Tel.: 900 31 34 34 • **Webmaster:** Christine Davies/Oficina de Comunicación del Regnum Christi en España • **Dirección postal:** Calle Praderas 1, 28221 Majadahonda, Madrid. Tel.: 91 110 13 32 • **Envíanos tus comentarios a:** redaccion@revistamision.com

Sumario

Guía Misión

Para vivir un matrimonio santo



4

Esposos... ¡y santos!



12

La liturgia del cuerpo



24

Contra viento y marea



32

Renovar a diario el amor



40

Abrazados a la Cruz



50

Con broche de oro

- 4 Matrimonios que inspiran.
- 6 Esposos y santos: Una vida ordinaria vivida de manera extraordinaria.
- 8 La Santa Misa y la vida conyugal: La “revolución radical” de los matrimonios eucarísticos.
- 10 La oración conyugal: “Es Dios quien va llenando nuestro matrimonio”.

- 12 La espiritualidad conyugal: La vida sexual de los esposos es el centro de su vida espiritual.
- 15 “En el lecho conyugal ‘todo’ vale”.
- 18 Los métodos naturales no son el “anticonceptivo católico”.
- 20 ¿Por qué tener hijos? Ser padre es cuidar a un hijo para que con nuestro amor pueda ver el amor de Dios.
- 22 La fecundidad de lo cotidiano. Cambiar el mundo desde el matrimonio

- 24 Cómo desarrollar la capacidad de asombro en el matrimonio: Un amor que se renueva cada día.
- 26 El arte de descansar en el matrimonio.
- 28 El amor al cónyuge y la familia política: “Ante la duda, es siempre prioritario tu marido o tu mujer”.

- 32 Una ITV matrimonial “para volver a mirarnos a los ojos”.
- 34 Proyecto amor Conyugal: Un itinerario espiritual para matrimonios católicos.
- 36 Talleres matrimoniales FORTA: “Soy la mano de Dios que te acaricia en Su nombre”.
- 38 “Sponsus nos ha permitido vivir el matrimonio que el Señor había pensado para nosotros”.

- 40 Enrico Petrillo: “Chiara nos enseñó a ser felices ya en este mundo”.
- 44 José María Zavala y Paloma Fernández: Una apuesta total.
- 46 La vida con tu cónyuge enfermo: “El Señor está en mi mujer enferma”.
- 48 José Luis y Magüi: “Que nadie dé por perdido su matrimonio, porque la Virgen no lo haría”.

- 50 Nuestra selección: libros de espiritualidad conyugal.
- 52 Gananciales, por Enrique García Máiquez.
- 53 Volver a casa, por Isis Barajas.
- 54 La donación conyugal, por Juan Manuel de Prada.
- 55 Quédate con esto.

SANTIDAD PARA DOS

Matrimonios que inspiran

Estos matrimonios tienen mucho en común. Los tres vivieron el resplandor de la caridad conyugal en la cotidianidad de su hogar. Sus historias son un ejemplo de que es posible ser santo no a pesar del matrimonio, ¡sino gracias a él!



Nos inspira...

1. Su prioridad siempre estuvo puesta el uno en el otro. "Soy muy feliz con él, me hace la vida muy dulce", decía Celia. 2. Nunca trabajan ni compran en domingo, a pesar de ser el día de mercado. 3. Son austeros consigo mismos, pero generosos con los demás: "Da, da siempre y haz feliz a la gente". 4. Reciben a cada hijo como un don, sea cual sea la situación financiera o de salud que atraviesen. 5. Celia dice estar muchas veces "enferma de cansancio", aun así, se dedica a acudir a la llamada de unos y otros sin descanso. Ella cuida maternalmente de las criadas que tuvo en casa cuando estaban enfermas, y de sus trabajadoras, rehaciendo ella el trabajo cuando estas no lo hacían bien para no despedirlas y negándose a vender la empresa, cuando estaba muy enferma, porque el comprador no iba a tratarlas bien. 6. Ante la enfermedad de Celia se abandonan y confía en que Dios seguirá cuidando de su familia.

LUIS MARTIN Y CELIA GUÉRIN Empresarios y padres de nueve hijos

Celia y Luis Martin fueron un matrimonio profundamente moderno. Ella dirigía una empresa de punto de Alençon con mujeres trabajando a su cargo, mientras él regentaba una relojería. Ambos conciliaban sus trabajos con la educación esmerada de sus hijos (nueve en total, de los cuales sobrevivieron cinco hijas; los demás murieron en tierna edad). El uno era la prioridad del otro, siempre hablaban las bondades del cónyuge públicamente y, aunque se peleaban, nunca



Nos inspira...

1. La permanente novedad de su relación: vivieron medio siglo juntos sin tener momentos de aburrimiento o cansancio. Su conversación era siempre "nueva" y fluida. 2. Dedicaron su vida a hacerse felices el uno al otro: "¿Qué otra cosa puedo darte, amor, más que toda mi alma, toda mí misma? He aquí lo que te ofrezco y que tú haces el bien de acoger", escribió María. 3. Su entrega a los hijos: "Desde el nacimiento del primero [...] sentimos que teníamos una tremenda responsabilidad sobre aquellas almas ante el mismo Dios, que nos las había confiado". 4. Comenzaban el día con la Misa: María admiraba la "pasión por la liturgia" de Luigi que llevaba siempre consigo su misal, aunque conocía el "ordinario" de memoria. 5. Su capacidad para crear un clima hospitalario para recibir a todos en casa, ya fueran fugitivos de la guerra o bebés huérfanos.

LUIGI BELTRAME QUATTROCCHI Y MARÍA CORSINI

Una casa siempre abierta

El camino de la santidad de María pasa por el de Luigi, y el de Luigi, por el de María. Este matrimonio italiano de la Roma de mediados del siglo xx vivió "una vida ordinaria de modo extraordinario", en palabras de san Juan Pablo II el día de su beatificación (2001), la primera en la historia de la Iglesia de un matrimonio de forma conjunta. Padres de cuatro hijos (tres de ellos serían religiosos), los Beltrame Quattrocchi se caracterizaron por dar una dimensión espiritual y social a su vida familiar, basada en un profundo amor conyugal. En palabras de María, que fue una prolífica escritora sobre temas de mujer, educación y familia, vivió su vida "en el pensamiento perenne, inspirado por Dios mismo, de hacer feliz a la persona amada, en cuanto de mí dependa". Una relación matrimonial rica y fecunda sin "un instante de aburrimiento, de saciedad, de cansancio", cuyo secreto era una rutina diaria sostenida por Dios. Rezaban todas las noches el Rosario y siempre comenzaban el día acudiendo juntos a misa. "Al salir de la iglesia me decía [Luigi] 'buenos días', como si sólo entonces la jornada hubiese recibido su razonable comienzo", escribe ella. "Nos reencontrábamos a la hora de cenar. ¡Con cuánta alegría esperaba y oía cómo metía su llave en la cerradura de la puerta, todos los días, bendiciendo siempre con toda el alma al Señor!". Educaron a sus hijos para

dejaban que la relación se envenenara. Con sus hijas siempre buscaron una educación adecuada para cada una y destacan los esfuerzos por sacar adelante a la tercera, Leonia, una niña que desde siempre manifestó una personalidad difícil y rebelde.

Años después descubrieron que había sufrido malos tratos por parte de una de sus cuidadoras.

Celia se entrega de lleno a su trabajo y a su familia, hasta el punto de no reservarse nada para ella: “He renunciado a todo tipo de descanso”, llegó a decir, de modo que no son pocas las veces que, tras pasar una jornada con sus hijos, recupera trabajo por la noche: “Me he divertido como un niño con los pasatiempos y he pagado mi chiquillada: tenía que hacer un envío urgente de encaje y me ha tocado recuperar el tiempo perdido quedándome hasta la una de la madrugada”. Eso sí, a las 6 de la mañana ella y su marido no faltaban a misa: “Esta mañana me dormía mientras me vestía, casi me he dormido mientras iba de camino, me he dormido en la primera misa, de rodillas, de pie, sentada y rezando”.

Viven momentos difíciles cuando, en tres años, mueren cuatro de sus hijos, y aunque el dolor es agudo (“tengo el corazón destrozado por el dolor y al mismo tiempo, lleno de un consuelo celestial”). Dicen que su misión es llevar a los hijos al Cielo y toman por costumbre encomendarse a sus hijos del Cielo, a través de los cuales reciben numerosas gracias.

Celia morirá de cáncer de mama con 45 años, cuando su hija pequeña, la que se convertiría en santa Teresa del Niño Jesús, sólo contaba cuatro. Su marido vio cómo sus cinco hijas recibían el hábito (cuatro de ellas de carmelitas y una de visitandina) y él murió anciano, con una demencia senil. El matrimonio fue canonizado –el primero de la historia– el 18 de octubre de 2015. Además, el 2 de julio de ese mismo año, se inició el proceso de beatificación de Léonie, aquella hija “difícil”.



PIETRO MOLLA Y GIANNA BERETTA “No dudéis: elegid al niño”

Gianna Beretta Molla es patrona de las madres, los médicos y los no nacidos, fue canonizada por san Juan Pablo II el 16 de mayo de 2004. Esta italiana fue esposa del ingeniero Pietro Molla, madre de cuatro hijos y médica con especialización en cirugía y pediatría. Es una santa de nuestro tiempo especialmente recordada porque, durante su cuarto embarazo, tomó la heroica decisión de negarse a abortar a su hija o a que se le practicara una histerectomía para quitarle un fibroma en el útero. Tras su muerte, su esposo –primer hombre en la historia que ha asistido a la canonización de su esposa–, contaba que, durante esos largos meses de embarazo, Gianna nunca pronunció una sola queja, aún sabiendo, como médico que era, lo que le esperaba.

¿Cómo se explica su valiente decisión de entregar la vida teniendo en cuenta que tenía ya tres hijos pequeños –el mayor de apenas cinco años– que también la necesitaban y a quienes ella amaba entrañablemente? El mismo Pietro escribía: “Estabas convencida de que no realizabas un acto de injusticia hacia nuestros tres hijos porque, en esa dolorosa circunstancia, quien más necesidad tenía de ti era el niño de tus entrañas y, aun considerando tu deber de ayudar a crecer, educar y formar a nuestros hijos, no era menos importante el deber de garantizar el nacimiento después de la concepción”. Antes del parto, Gianna le dijo a su marido: “Si tenéis que decidir entre el niño y yo, no dudéis: elegid –y lo exijo– al niño; le salváis a él”. Su hija, Gianna Emanuela, sobrevivió, pero ella murió a la semana de dar a luz de una dolorosa peritonitis séptica. Cuando Gianna murió, Pietro se dedicó a contar la historia y el heroísmo de su esposa hasta que falleció en 2010.

Nos inspira...

1. Su entrega matrimonial hasta el martirio: “El derecho a la vida de la criatura que todavía llevabas dentro de ti te exigía la donación de ti misma, que en esa dolorosa circunstancia podía pedirte el holocausto de tu vida”, escribió Pietro.
2. Entendieron su vida profesional como una misión “casi sacerdotal”. Como médico Gianna veía en su trabajo la oportunidad de acercar los enfermos a Dios.
3. Ejemplo de padres de familia actuales. Gianna tenía siempre para sus hijos una sonrisa y daba gracias a Dios continuamente por ellos.
4. Su esmero por conciliar familia y trabajo: “A pesar de los compromisos de nuestra familia, quisiste continuar tu misión de médica”, escribió su marido.
5. Su intensa vida de fe: sabían que hay que ser santos y que eso no es posible sin la misa diaria y la oración constante. “Nunca he olvidado el consejo que nos diste para nuestra boda: el objetivo de nuestra vida, y sobre todo, de nuestra nueva vida matrimonial, es el de ser santos”, en palabras de Pietro.

mirar “tejas hacia arriba” y ellos siempre recordaban que en su casa natal “era natural respirar lo sobrenatural”. Durante el cuarto embarazo, un célebre ginecólogo les dijo que o abortaban o ella moriría. Se negaron y, no sólo la niña nació bien, sino que María vivió 51 años más y fue esa cuarta hija quien la cuidó al final de su vida.

Cuando sus hijos abandonaron el hogar familiar, los padres tuvieron la oportunidad de profundizar en su espiritualidad conyugal, recuperando tiempo para el diálogo, el amor recíproco y la oración. Su casa, llamada por Luigi “pequeña Betania”, estaba abierta para acoger a quien lo necesitara. En ella ocultaron a muchas personas durante la II Guerra Mundial; no había en casa menos de dos fugitivos a la vez y llegaron a acoger a tres bebés, cuyos padres habían muerto por una epidemia.

María encontraba energías y tiempo no sólo para dedicarse a su familia, sino también para dar catequesis y participar en apostolados vinculados a la atención de enfermos. Mujer de una resistencia física prodigiosa, no ocultó su dolor cuando su marido falleció: “Nunca como en aquel momento sentí que había perdido a mi cabeza, mi patrón, mi rey, y me incliné reverente, aterrorizada por quedarme sin él. Bloque querido por Dios en el sacramento del matrimonio, compuesto, plasmado, hecho compacto e irrompible por la mutua comprensión del amor”.

ESPOSOS Y SANTOS

Una vida ordinaria vivida de manera extraordinaria

De origen francés, este matrimonio afincado en EE. UU., ha preparado a cientos de novios al matrimonio. En esta entrevista con **Misión Christian y Christine Meert**, creadores de *Agapé Catholic Ministries*, hablan sobre lo que han aprendido de los matrimonios santos. Y es que la Iglesia tiene también un modelo de santidad para la vida familiar: la santidad en comunión con el cónyuge.

¿PUEDE UN matrimonio ser santo?

¿Por qué no? Tendemos a pensar que sólo los sacerdotes y religiosos pueden llegar a ser santos; pero no, la santidad es cumplir con la vocación de cada hombre y de cada mujer en la tierra, sea cual sea su estado de vida: “Sed santos porque yo, el Señor, vuestro Dios, soy santo” (Levítico 19,2). Ser santos es amar como Dios ama, ¿y qué mejor lugar para aprender el amor de donación que el matrimonio?

¿Y eso cómo se hace? Parece complicado...

En realidad es sencillo, lo cual no significa que sea fácil, porque tenemos que luchar contra nuestro propio egoísmo. Pero Dios nunca nos pide algo imposible. Además, Él nos da los medios. Los sacramentos –entre ellos, el matrimonio– son los escalones que conducen al Cielo.

¿Tienen que dedicarse a rezar?

Unos padres no pueden desatender a sus hijos por dedicar su tiempo a visitar a los pobres y a los enfermos, o a hacer oración. Su principal misión es cuidar de su familia. Pero sí pueden comenzar el día en oración y terminarlo en oración, hacer un esfuerzo para ir a misa a diario y, juntos –una vez atendida su familia–, ayudar a los pobres y a los enfermos. La espiritualidad para los esposos se desprende de

las prioridades de su estado de vida. Nosotros pasamos 15 años en un monasterio con una comunidad religiosa. Éramos una familia que vivía entre monjes. ¡Y fue duro! Mientras estuvimos allí, nos costaba lograr un equilibrio entre la familia y la vida religiosa, y no encontrábamos tiempo para orar en familia, aunque pasábamos cuatro horas diarias en la capilla... ¡La tradición de la Iglesia es sabia en lo que pide a las familias, a diferencia de lo que pide a los religiosos!

¿Qué ejemplos de santidad presenta hoy la Iglesia a los matrimonios?

La Iglesia siempre había reconocido la santidad de muchos cónyuges, pero no por su vocación al matrimonio. Algunos porque fueron mártires y muchos porque fueron laicos, casados, que se hicieron religiosos

“Unos padres no pueden dedicar todo su tiempo libre a visitar a los pobres o a hacer oración. Su familia es lo primero”

Prácticas compartidas por los matrimonios santos

- ✓ Centralidad de Cristo en sus vidas
- ✓ Obediencia a la Iglesia
- ✓ Recepción frecuente de la Eucaristía
- ✓ Oración diaria
- ✓ Devoción a la Virgen María
- ✓ Confesión habitual
- ✓ Lecturas espirituales
- ✓ Práctica del caminito de santa Teresita del Niño Jesús: “Mi caminito es el camino de la infancia espiritual, el camino de la confianza y de la entrega absoluta”
- ✓ Don de sí a la familia y a los pobres
- ✓ Sentido de eternidad al hacer planes porque “la verdadera felicidad no es de este mundo”, como decía santa Teresa.

al enviudar y luego fundaron órdenes religiosas, como **santa Juana de Chantal**, fundadora de la Orden de la Visitación. Pero en estos últimos tiempos la Iglesia ha beatificado a la vez a **Luigi Quattrocchi** y **María Corsini** (Italia) y a **Józef y Wiktoria Ulma** (Polonia), y ha canonizado a **Luis Martín** y **Celia Guérin** (Francia) y tiene abiertas las causas de beatificación de otros matrimonios, como por ejemplo el de **Cyprien** y **Daphrose Rugamba** (Ruanda), no sólo por su martirio –fueron asesinados junto a seis de sus diez hijos durante el genocidio–, sino también por la heroicidad de sus virtudes como matrimonio.

¿Qué podemos aprender de ellos?

¡Muchas cosas! **San Juan Pablo II** dijo en la ceremonia de beatificación de los Quattrocchi: “Vivieron una vida ordinaria de una manera extraordinaria”. Estuvieron casados 50 años y tuvieron una vida sencilla, tan ocupada como la de todos nosotros. **Enrichetta Quattrocchi** dijo de sus padres: “Su vida juntos era una verdadera combinación de respeto, amor que se entrega, dependencia amorosa y obediencia mutua, en la que buscaban siempre lo mejor para el otro”.

Y de los Martín, ¿qué destacarían?

Su vida sencilla, alegre y virtuosa. Pasaban las noches conversando,



rezando y jugando –a Luis le encantaba jugar al billar (tal vez se convertía en el patrón de los jugadores de billar, ¿por qué no?)– y, a la vez, vivían una vida centrada en Cristo. Su libro favorito era *La vida de los santos*. Él renunció a su trabajo de relojero para trabajar con su esposa, de modo que ella pudiera pasar más tiempo con los niños y así aliviarla de la ansiedad que suponía la gestión de su negocio de bordado de encaje. De esta manera, hicieron un equipo que lo compartía todo y pudieron pasar más tiempo juntos. Tanto los Martin como los Quattrocchi practicaron la hospitalidad, amaron a los pobres y tuvieron una muerte santa.

¿Qué aspectos de sus vidas les han ayudado más a ustedes?

Al igual que los Martin, nosotros trabajamos juntos en la preparación de novios al matrimonio. Compartimos todo: las alegrías y las dificultades de la vida familiar y de la vida laboral. Es una bendición ser capaces de pasar todo el tiempo juntos; no cambiaríamos nada de esta forma de vida. Y de los Quattrocchi nos ha ayudado rezar el Rosario juntos, todos los días. Al principio no encontrábamos tiempo, hasta que nos dimos cuenta de que todos los días hacíamos una caminata de cuarenta minutos para conversar.

Decidimos dedicar 20 minutos a rezar el Rosario en voz alta y guardarnos los otros 20 para conversar. Nuestra vida cambió por completo. Recibimos muchas bendiciones tangibles y nos sentimos mucho más cerca el uno del otro. ¡Es una maravilla!



El 18 de octubre de 2015 fue canonizado el primer matrimonio de la historia: Celia Guérin y Luis Martin, padres de santa Teresita. En esta postal conmemorativa de agapecatholicministries.info aparece el puente de Normandía donde Luis y Celia se encontraron por primera vez. Un día, los dos iban cruzándolo por lados opuestos y, de repente, Celia escuchó en su interior una voz que le decía que ese era el hombre elegido para ella. Tres meses después, el 12 de julio de 1858, se casaron. En esta fecha, aniversario de su boda, la Iglesia celebra la fiesta de estos santos.

Tanto los Martin como los Quattrocchi entregaron todos sus hijos a Dios. ¿Es ese un signo de su santidad?

Juzgamos el árbol por sus frutos... **Enrichetta**, la menor de los hijos Quattrocchi, fue laica consagrada, pues se quedó con sus padres para cuidarlos. Y una de las hijas de los Martin también se quedó con su padre para cuidarlo, hasta que un día le dijo que también ella quería entrar al convento, y Luis le contestó: “Vamos juntos a visitar al Santísimo para agradecer a Dios el honor que me hace al elegir a todas las hijas de mi casa para ser sus novias. Si tuviera algo mejor, no dudaría en ofrecérselo”. Esto no quiere decir que los hijos tienen que ser consagrados o religiosos para que un matrimonio sea santo. Nosotros queremos ser el próximo matrimonio santo con nuestras cinco hijas casadas y madres de muchos niños. Nuestra generación necesita familias santas que muestren el “carácter sagrado e incuestionable de la familia y de su belleza en el plan de Dios”, como dice el **Papa Francisco**. La santidad no requiere de talentos específicos, pero sí de caminar a contracorriente. Para lograrlo podemos hacer nuestro el lema de san Luis Martin: “Dios primero servido y todo lo demás encajará en su lugar”.

¿Qué le dirían a unos esposos que piensan: “A lo mejor es posible ser santos... ¡vamos a intentarlo!”?

Que se apoyen mutuamente y se ayuden a desarrollar sus talentos y a llegar a ser la mejor versión de sí mismos que puedan ser; que se sacrifiquen el uno por el otro; que busquen primero dar, antes que recibir del otro; que reciban con frecuencia la Eucaristía; que eviten el pecado y acudan a menudo a la Confesión. Todo esto es posible si se aprovecha la gracia propia del matrimonio sacramental. ☒



CÓMO FORTALECE LA SANTA MISA LA VIDA CONYUGAL

La “revolución radical” de los matrimonios eucarísticos

Eucaristía y matrimonio son los dos sacramentos del cuerpo por excelencia: el de la entrega de Jesús en la cruz por su esposa la Iglesia y el del don total de los esposos entre sí en cuerpo y alma. De ahí que la fusión íntima y radical a la que están llamados los esposos sólo se alcanza en el encuentro frecuente con Cristo en cuerpo, sangre, alma y divinidad: Cristo Eucaristía.

ENRAIZAR LA vida en la Eucaristía para cualquier católico es esencial, pero para los matrimonios tiene un valor añadido. Como explica el francés **Yves Semen**, reconocido experto en Teología del Cuerpo y en sexualidad esponsal, en su libro *La espiritualidad conyugal según Juan Pablo II* (Desclée De Brouwer, 2011), “la Eucaristía es una obra de entrega nupcial” pues “Jesús se hace ofrenda de sí mismo, hasta el extremo, por su esposa la Iglesia”. Y añade: “Así es como los esposos están llamados a entregarse el uno al otro: hasta la ofrenda extrema de sí mismos”.

En esta misma línea, el teólogo **Juan José Pérez-Soba**, quien ha guiado e instruido a muchísimos matrimonios, explica a *Misión* que “en la Eucaristía, Cristo realiza de modo eminente ese ‘ser una carne’ que viven los esposos porque se hace una carne con la Iglesia. Y de esa

comunidad indisoluble de Cristo con la Iglesia se alimenta el amor indisoluble de los esposos, que participan en un amor eterno”. Por eso se dice que el matrimonio es el más eucarístico de los sacramentos y el único que no acaba en la celebración sacramental: para ser total, se necesita que el consentimiento de los novios en el altar se consume en el lecho nupcial, en “el acto de la entrega de los cuerpos, que forma parte constitutiva de la cele-

“Cuando pasamos baches, cuando el cansancio nos puede, siempre recuperamos la vida en la santa misa”

bración litúrgica del matrimonio”, en palabras de Yves Semen.

Matrimonios eucarísticos

La radicalidad de la entrega que supone el sacramento del matrimonio –darse el uno al otro como Cristo en la cruz–, y que supone una revolución frente a la mentalidad divorcista extendida en la sociedad, sólo es posible si los esposos anclan su unión en Jesús Eucaristía. Algo que han vivido matrimonios santos que gozan de reconocimiento eclesial, como **Luis y Celia Martín**, y muchos otros anónimos.

En su biografía *Santos de lo Ordinario* (Homo Legens, 2009), la autora, **Hélène Mongin**, cuenta que la misa era para los padres de **santa Teresita de Lisieux** “el centro de su vida y la primera actividad de cada día”. Es llamativa la anécdota de que para poder cumplir luego con sus ocupaciones diarias, ambos asistían

Revitalizador y sedante



a la primera misa del día, a las cinco y media de la mañana, y al cruzar la puerta de la calle solían despertar a sus vecinos, que comentaban: “Son los santos esposos Martín que van a la iglesia. Aún podemos dormir un rato”.

Para los Martín, “la misa diaria no era una rutina, sino una necesidad vital, un descanso y una fiesta”, incluso en los malos tiempos que atravesaron por las dificultades económicas, físicas o familiares, explica Mongin. De hecho, la autora de esta biografía que no tiene desperdicio asegura que los dos demostraron a la Eucaristía una fidelidad heroica hasta el final y, ya muy enfermos, “consagrarán a la Eucaristía los últimos esfuerzos para moverse”.

Centro de gravedad

Como enseña la Teología del Cuerpo de **san Juan Pablo II**, el mayor anhelo del corazón humano –aunque a veces no lo sabe– es recuperar la gracia primera que disfrutó en la creación en ese estado originario en el que Dios lo puso en el paraíso, donde no existía nostalgia de la unión con Él. Por eso en el matrimonio los esposos buscan saciar esa sed inagotable de fusión, de comunión, de hacerse uno. Y por eso también a veces surgen traspiés y riñas cotidianas, como expresión de cierta frustración por no poder alcanzar esa unión total de cuerpos, almas y corazones a la que se sienten llamados.

Sin embargo, también la Teología del Cuerpo ofrece claves para que los esposos, dos corazones sedientos y hambrientos de comunión perfecta, se puedan ir fundiendo en una sola alma: como el encuentro que pasa por la Eucaristía.

Esta es la experiencia de matrimonios eucarísticos como el de **María Luisa y José María**, afincados en Madrid y padres de cuatro hijos, que

“El sacrificio eucarístico es la fuente misma del matrimonio cristiano”, apuntó **san Juan Pablo II** en su exhortación *Familiaris Consortio*. “En este sacrificio de la Nueva y Eterna Alianza los cónyuges cristianos encuentran la raíz [...] que configura interiormente y vivifica, desde dentro, su alianza conyugal”. Así lo han comprobado **María Luisa y José María** una y otra vez: “Después de recibir al Señor en la Eucaristía o estar un rato ante el Santísimo salimos los dos como si nos hubieran puesto un sedante y al mismo tiempo un revitalizador. Él nos da un conocimiento lleno de cariño y comprensión hacia el otro, más delicadeza, más detalles de cariño. En resumen, Él vigoriza nuestro amor”, aseguran.

han permanecido anclados en la Eucaristía desde su noviazgo hace ya 40 años. “Nuestro noviazgo empezó en la santa misa y así ha continuado desde aquel verano de 1981–rememora María Luisa–. En la misa se arreglaban los enfados, los encontronazos o las faltas de entendimiento”. Y añade José María: “Siempre que mi novia y yo nos enfadábamos, nos volvíamos a encontrar en la misa. Una, dos, cincuenta veces, el Señor hacía de centro de gravedad: nos atraía y nos volvía a juntar. De Jesús Hostia recibíamos la fuerza y el amor para continuar juntos. ¡Qué cierto es que, si das a Jesús todo, aunque nuestro todo es bien poca cosa, con ese poco Él forma una familia como la de Nazaret!”.

José María venía de un ambiente donde no se frecuentaba la Eucaristía,

pero una vez comenzó a salir con María Luisa, empezó a asistir a misa a diario. “Cuando conocí a la que iba a ser mi esposa, yo no pensaba en ir a misa, ni en tantas otras cosas que después fui descubriendo. Sin embargo, Dios me llevó a un ambiente en el que se deseaba estar cerca de la Eucaristía. Hoy sé que el ambiente en el que se elige vivir es el que define tu vida, los frutos que darás y los que recogerás”.

Su matrimonio ha girado siempre alrededor de su encuentro cotidiano con el Señor. También cuando comenzaron a llegar los hijos. “No sé decirte qué nos impulsaba, pero todo estaba ordenado a ese momento. Pasaron los años, y nunca fallamos a la santa misa, y el Señor nos recompensó dándonos fuerzas cada día. Disfrutábamos de estar unidos en la Eucaristía, aunque eso conllevara una maratón de atascos, calor, lluvia...”, asegura María Luisa.

Transformación en Cristo

La Eucaristía “es principio de toda espiritualidad conyugal”, expone Pérez-Soba. “Cuando el Señor dice ‘nadie viene a mí si el Padre no lo atrae’, habla de que es el Espíritu Santo quien atrae a los esposos a la Eucaristía para vivir de ella. Gracias a ese encuentro eucarístico, los esposos van alcanzando una perfección nueva, una transformación en Cristo que hace crecer la intimidad común y la convivencia familiar”, añade.

Así lo corrobora María Luisa, quien comenta que para ella y su marido, “todas las fuerzas, ilusiones y alegrías salen de la Eucaristía. De ella manan a raudales las gracias para vivir cada momento: cuando pasamos baches, cuando no vemos claro, cuando el cansancio nos puede, siempre recuperamos la vida en la santa misa. Una y otra vez, el Señor disipa las brumas que se enganchan en nuestro corazón”.

LA ORACIÓN CONYUGAL

“Es Dios quien va llenando nuestro matrimonio”

Ya lo dijo Jesús: “Cuando dos o más se reúnen en mi nombre, ahí estoy yo”, y el lugar más natural para hacer viva su presencia entre nosotros es la familia. De la oración personal nace la oración conyugal, y de ella, a su vez, se nutre la oración familiar. Las tres tienen un orden, como una escalera de tres peldaños, para transmitir la fe a los hijos y que el hogar sea un foco que irradia a Dios en la sociedad.

HAY UNA parte del diálogo entre los esposos que cuesta más. Temas muy íntimos que cada uno logra hablar a solas con Dios en la oración personal, pero que luego no consiguen transmitir al cónyuge en el diálogo cotidiano. También existen ciertos temas “sensibles” que no pueden comentarse sin que el diálogo se tense: preocupaciones financieras, dificultades con la familia política... Cuando salen a relucir, es como si, de repente, se levantara un muro entre los dos que dificulta alcanzar la anhelada comunión (común-uniión) que hace del matrimonio imagen de Dios en el mundo.

Todo matrimonio experimenta en mayor o menor medida estas dificultades, ya que el Enemigo del amor está al acecho para hacerles creer que no se comprenden entre ellos, o que hay más cosas que les dividen de las que los unen. Sin embargo, por el don que han recibido en el sacramento, marido y mujer tienen en sus manos una llave

maestra para abrir todos los compartimentos del corazón de su cónyuge y fundirse en esa “una sola carne, un solo corazón, una sola alma, una sola intimidad” a la que están llamados, en palabras de la doctora en Teología dogmática **Carmen Álvarez Alonso**. Esa llave maestra es la oración conyugal y familiar por medio de la cual Dios entra de lleno en su matrimonio, lo ilumina, lo atraviesa y lo transforma.

Inés y Nacho dan fe de esta realidad: “Desde que hacemos oración conyugal, hemos seguido teniendo crisis y momentos difíciles, pero los vivimos de otra manera. Estamos aprendiendo a no querer tener siem-

pre la razón, a dejar nuestro orgullo y nuestra forma de hacer las cosas, para salir al encuentro del otro, respetando sus tiempos y sus maneras”, cuentan a *Misión*.

Orar es aprender a amar

Ellos descubrieron la oración conyugal gracias a dos realidades que encontraron a la vez: el Máster de Familia del antiguo Instituto de Juan Pablo II, hoy la Asociación Persona y Familia (www.personayfamilia.es) y Proyecto Amor Conyugal (www.proyectoamorconyugal.es). Allí aprendieron en qué consiste de verdad el matrimonio, y este hallazgo se ha convertido en “el mayor regalo que hemos recibido después de la gracia y los sacramentos”. Con la ventaja de



Orar juntos ayuda
a los esposos a ser
un solo corazón y
una sola alma

El examen conyugal: “Avanzar con las botas de Pulgarcito”

Además de rezar juntos a diario, **Álvaro** y **Amparo** cuentan a *Misión*: “Cada mes hacemos una sentada en la que nos ponemos en presencia de Dios y hablamos de lo que nos preocupa de nuestro matrimonio, las dudas, nuestro proyecto de vida en común...”. Esta práctica, que recomienda vivamente la profesora **Carmen Álvarez Alonso**, se conoce como “el examen conyugal”.

Al igual que hacemos un examen de conciencia personal cuando nos vamos a confesar o al final del día, “el matrimonio necesita un tiempo (diario, semanal o mensual) para sentarse cara a cara y hacer balance”. Se trata de reflexionar juntos sobre su matrimonio en general, o comentar un aspecto que les preocupa o

impide la comunión. Por ejemplo: ¿Hay algo que nos distancia? ¿Hacemos alguna actividad para crecer como matrimonio? ¿Cómo estamos viviendo el perdón?, etc. Álvarez advierte de que es importante hablar también de lo positivo, lo que va bien... Para terminar, el matrimonio puede pedir luz al Espíritu Santo y marcar un tiempo en el que trabajar un punto concreto, y anotarlo en un lugar visible para repasarlo en la oración conyugal. Por último, Álvarez recomienda que el examen conyugal se haga en un ambiente de oración y mucha intimidad, y asegura que quienes lo practican dan fe de que “es como las botas de siete leguas de Pulgarcito: el matrimonio avanza a pasos agigantados”.

La oración con los hijos se nutre de la vida espiritual de los esposos

“desborda” a través de la oración conyugal, a su vez, la oración conyugal se refleja en la vida de toda la familia.

En palabras de Carmen Álvarez, “la oración conyugal culmina en la oración doméstica y familiar. Tal y como indica Juan Pablo II en *Familiaris Consortio*, hay una oración que hacen el marido y la mujer, y otra que hacen en común padres e hijos. Son oraciones distintas, pero íntimamente ligadas, ya que de la vida espiritual, intensa y sincera de los esposos, se nutre la oración doméstica. La forma en la que rezan los hijos y en cómo los padres rezan con los hijos es sintomática de cómo los esposos rezan juntos”, explica Álvarez.

Pero, además de orar juntos, la tarea de los esposos va más allá. Consiste en hacer de su matrimonio un culto permanente a Dios. Una liturgia. “No es sólo ir a misa o rezar el rosario juntos. Es vivir un culto que se realiza, ante todo, en el templo que son ellos mismos”, puntualiza Álvarez. ¿Y esto cómo se consigue? Muy sencillo: la idea es ir entretejiendo la oración personal en la vida cotidiana de la familia, porque el hogar y todo lo que se vive dentro de sus paredes es el lugar por excelencia del culto a Dios. **M**

que “esta enseñanza, lejos de quedarse en ideas que calan en el corazón pero que se pasan con los días, la recordamos a diario en la oración conyugal”.

¿De qué enseñanza se trata?, les preguntamos. Contesta Nacho: “Que yo, con todas mis limitaciones, soy para Inés un don, y sólo en la entrega amorosa de mi persona encuentro la felicidad a la que estoy llamado. No se trata de compartir momentos, sacramentos, aficiones o tener complicidad... Sino que el sentido de mi vida es entregarme a Inés, con mi persona que es cuerpo y alma, que tiene dones y carencias. Y viceversa, porque el don es recíproco”.

Nacho e Inés rezan juntos a diario cuando sus niños duermen. “Tenemos cuatro niños pequeños, así que ese es el momento en que estamos sin el ruido ni las gestiones de la casa ni

las agendas de los niños o las nuestras. Una vez nos ponemos en presencia de Dios, leemos y comentamos el Evangelio del día y, a continuación, iniciamos nuestra oración compartida”.

El matrimonio hecho culto

Amparo y **Álvaro** comenzaron a rezar juntos a diario ya desde el noviazgo. Eso les ayudó a conocerse, a comprenderse, a perdonarse... y a descubrir qué quería Dios de ellos. Tras ocho años de matrimonio y tres hijos, tienen claro que la oración es vital para ellos y para su familia.

Si la oración personal es un regalo que poco a poco se llena como una copa y se



Amparo y Álvaro

Las oración conyugal en 3 claves

1. Intentad que haya siempre un momento al día para rezar juntos: al levantaros, cuando se acuestan los niños, antes de ir a la cama... Si os quedáis esperando a que aparezca el momento idóneo o a tener tiempo libre, nunca lo haréis.

2. Perseverad. No sucumbáis a la pereza por cansancio o porque tenéis muchas cosas que hacer. Cuidar la vida espiritual en el matrimonio cambia la sintonía diaria con Dios y con nuestro cónyuge a través del corazón de Dios.

3. No hay una única fórmula para rezar juntos. Lo importante no es cómo orar, sino buscad la que se adapte a vuestro matrimonio. Podéis comenzar con el rezo de laudes o vísperas, el rosario o el Evangelio del día, y continuar con la oración en común.



LA ESPIRITUALIDAD CONYUGAL

“La vida sexual de los esposos es el centro de su vida espiritual”

La espiritualidad matrimonial no consiste únicamente en que los esposos recen juntos y realicen prácticas de piedad que los unan más a Dios. La vivencia de la espiritualidad en esta vocación particular pasa, necesariamente, por la donación total y recíproca del cuerpo. Es más, **Yves Semen**, autor de *La espiritualidad conyugal según Juan Pablo II* (Desclée De Brouwer, 2011) asegura que “la vida sexual de los esposos no puede ser un paréntesis en su vida espiritual, sino al contrario: su corazón y su centro”.

YVES SEMEN, fundador y presidente del Institut de Théologie du Corps de Lyon (Francia), y autor de *La espiritualidad conyugal según Juan Pablo II* (Desclée De Brouwer, 2011) asegura que “no es a pesar de nuestra sexualidad –y menos contra ella– como debemos crecer en cuanto esposos en la vida espiritual, sino por y a través de su ejercicio ordenado, es decir, conforme a su finalidad”. Su innovador planteamiento se basa en muchos años de estudio y divulga-

ción de la *Teología del Cuerpo* de **Juan Pablo II**. El autor nos descubre que, durante casi veinte siglos, no existió en la Iglesia “una espi-

Cuando los esposos intentan vivir una espiritualidad de celibato en el matrimonio, se extravían

ritualidad específicamente conyugal”. Aunque la literatura espiritual había sido siempre abundante en una espiritualidad para sacerdotes y religiosos, era pobre en una espiritualidad que tuviera en cuenta la grandeza y profundidad de la vocación matrimonial como un camino específico de santidad. Los matrimonios se veían “obligados” a alimentarse de una espiritualidad que no correspondía a su estado ni a su vocación. Gracias a la *Teología del Cuerpo* de Juan Pablo II, hoy sabemos que “tanto el matrimonio como la entrega de sí mismo a los demás a través del celibato ‘por el Reino’ suponen el don total de sí, y que ambas vocaciones –matrimonio y virginidad– pueden conducir a la santidad”.

¿En qué consiste la espiritualidad de las personas casadas?

Su espiritualidad es la propia de las parejas casadas, no la transposición de una espiritualidad de religiosos o



Yves Semen es doctor en Filosofía Política por la Université de Paris-Sorbonne, está casado y es padre de ocho hijos. Es presidente y fundador del Institut de Théologie du Corps de Lyon (Francia), el cual se creó para promover la enseñanza de la Teología del Cuerpo de san Juan Pablo II.

Recrear la imagen de Dios

La llamada de la vocación matrimonial consiste en recrear la imagen de Dios. Cuando los esposos se entregan totalmente el uno al otro en el matrimonio, reproducen en su comunión esa imagen: “El hombre no es imagen de Dios por el solo hecho de ser una criatura dotada de espiritualidad. **Si la imagen de Dios fuera una cualidad conferida por la sola espiritualidad, los ángeles merecerían ser calificados, infinitamente más que el hombre, como imágenes de Dios, puesto que son puros espíritus**”, afirma Yves Semen. Pero no es así: “Los ángeles –aun siendo significativamente superiores a los hombres en el orden de la perfección objetiva del ser– no procrean, no dan la vida. Sin embargo, Dios es Vida y don de vida. **Así que la imagen de Dios es más perfecta en el hombre que en el ángel**”. De igual manera, el ser mismo de Dios, a pesar de su carácter inconmensurable, no se encuentra tanto en su inteligencia, sino en la entrega total que cada persona de la Trinidad (Padre, Hijo y Espíritu Santo) hace a las demás. **Dios es entrega y, por eso, la comunión eterna de amor trinitario es el corazón de Dios. Y esta es precisamente la imagen que los esposos están llamados a replicar en su comunión en una sola carne.**

conyugal, y están intrínsecamente unidos: la comunión de los esposos los lleva a querer dar la vida, ya que cualquier comunión auténtica tiende a la fecundidad. Además, el don de la vida completa y perfecciona la comunión. Por tanto, debemos mantener unidos estos dos significados del acto conyugal –que se condicionan el uno al otro–, como ya pedía **Pablo VI** en su encíclica *Humanae Vitae*, en 1968. **¿Cómo se unen en el matrimonio la espiritualidad y la vivencia de la corporalidad?**

Este es el reto de todo matrimonio que quiera llevar una vida auténticamente cristiana. Esto no sucede de repente ni sin dificultad, pero no es imposible. De lo contrario, la

religiosas a la vida matrimonial. Es decir, debe articularse en lo que distingue la vida matrimonial de la vida consagrada: el don del cuerpo. El que elige el “celibato por el Reino” –en palabras de Cristo–, busca encontrar la unión con Dios en una relación directa con Él. En cambio, en el matrimonio, se recibe una llamada interior para encontrar la unión con Dios por y a través de la donación de uno mismo –incluida la donación carnal– a otra persona. Compartir la vivencia carnal –no sólo sexual, sino también del afecto, la ternura y de todo lo que Juan Pablo II llamó el “lenguaje del cuerpo”– es constitutivo de la espiritualidad conyugal. Y es esencial entenderlo bien porque, de lo contrario, se intenta vivir una espiritualidad de celibato en el matrimonio y los esposos se extravían. Así, observamos a personas casadas que buscan a Dios fuera de su matrimonio o a pesar de su matrimonio, cuando precisamente su vocación al matrimonio debería llevarles a buscar a Dios por y a través de su matrimonio, es decir, por y a través de la donación a su cónyuge.

¿En qué momento se da cuenta la Iglesia de que existe una espiritualidad “específicamente conyugal”?

Los primeros elementos de una espiritualidad conyugal se encuentran en **san Francisco de Sales**, pero es sobre todo en el siglo XX cuando la Iglesia comienza a poner el foco en ella y empiezan a surgir movimientos de espiritualidad conyugal. Pienso, por ejemplo, en lo que tuvo

lugar en Francia bajo la influencia del **Padre Caffarel** y los Equipos de Nuestra Señora.

¿Por qué tardó tanto la Iglesia en presentar esta espiritualidad?

Es difícil saberlo. Pero después de siglos durante los cuales se ha desplegado toda la belleza de la espiritualidad religiosa y sacerdotal, la Iglesia está llamada hoy a desplegar otra dimensión del tesoro que ha recibido: la espiritualidad conyugal. Se espera así lograr un equilibrio entre las dos modalidades posibles de una misma y única vocación de todo hombre y toda mujer: el don de sí mismo, lo que Juan Pablo II llamó la “vocación sponsal” de la persona. Esta puede realizarse en el don de sí mismo a Dios, a través de la vocación sponsal virginal (consagrada, religiosa o sacerdotal), o en el don de sí mismo a otra persona: la vocación sponsal conyugal.

¿Qué importancia tiene el acto conyugal, más allá de la procreación?

Ante todo, no hay que reducir el acto conyugal a una simple necesidad para dar la vida. Tanto la procreación como la comunión son fines del acto

Unir espiritualidad y corporalidad es el reto de todo matrimonio que quiera llevar una vida auténticamente cristiana

Una vocación exigente

Yves Semen asegura que los esposos también están llamados a vivir los consejos evangélicos de pobreza, castidad y obediencia, ya que los tres conforman el camino de perfección de la vida cristiana, es decir, el camino a la santidad. “Todos los cristianos estamos llamados a vivirlos, cada uno según su estado de vida”, asegura. Pero, ¿cómo pueden trasladarlos al matrimonio?

POBREZA. “Cuando nos casamos, no podemos desposeernos de nuestros bienes, a diferencia de los religiosos; pero sí debemos practicar una cierta pobreza que consiste en poseer bienes sin ser poseídos por ellos y en hacer uso común de ellos”, explica Yves Semen. Asegura, además, que es posible vivir la pobreza evangélica en el matrimonio a través de la apertura a la vida: “Acoger de una manera generosa a los hijos, lo que no significa de una manera nada razonable”.

CASTIDAD. La persona casada no está llamada a vivir una continencia sexual absoluta, pero sí la necesaria “para respetar el ritmo de fecundidad de la esposa en una actitud de paternidad y maternidad responsables”. Yves Semen se atreve a afirmar, incluso, que puede ser “más fácil renunciar definitivamente al ejercicio de nuestra sexualidad que renunciar a ella regularmente, cada mes [...] cuando no es deseable un nuevo nacimiento”. Esto muestra que “los esposos también están invitados a practicar una exigencia de vida heroica y que no es posible sin la ayuda de la gracia”.

OBEDIENCIA. “Tampoco se está llamado a obedecer al superior de la comunidad, pero los cónyuges tienen que ser sumisos el uno con el otro en el amor”, indica Yves Semen, quien concluye que la vocación matrimonial es también “una vocación terriblemente exigente cuando no se quiere vivirla en la mediocridad o en la ‘mundanidad’ del amor”.

No al individualismo espiritual

“Los que esperan que el matrimonio les conduzca a la santidad deben combatir la tentación del individualismo espiritual de una manera resuelta”, indica Yves Semen. En este contexto, la oración compartida juega un papel crucial, pues “al producir la unidad de las almas, prepara para la unión de los cuerpos en auténtica libertad”, añade. Esto explica que, cuando la comunión entre los esposos se vuelve desabrida, una de las cosas que dejen de hacer con mayor frecuencia es rezar juntos. Por eso, él invita a los novios a que se preparen para la desnudez de los cuerpos mediante la unión de las almas en la oración: “Ese hábito de la oración juntos es la roca sobre la que deben construir su futuro matrimonio y lo que les permitirá, cuando llegue el momento, superar las pruebas inevitables por las que atraviesa toda vida conyugal”.

Iglesia nos estaría engañando si nos presentase el matrimonio como una vocación cristiana a la santidad. Es, a la vez, la exigencia y la grandeza del matrimonio.

¿Es la vocación al matrimonio inferior a la del sacerdocio o la vida religiosa?


Por supuesto que no. Juan Pablo II declaró enfáticamente: “En las palabras de Cristo sobre la castidad ‘para el Reino de los Cielos’, no hay ninguna referencia a una ‘inferioridad’ del matrimonio en lo que se refiere al cuerpo o a la esencia del matrimonio (el hecho de que el hombre y la mujer se unen para convertirse en una sola carne)”. Y de nuevo: “El matrimonio y la castidad [‘por el Reino’] no son opuestos, y no dividen a la comunidad humana y cristiana en dos campos, digamos: el de los ‘perfectos’, gracias a la castidad [en celibato], y el de los ‘imperfectos’ o menos perfectos, por culpa de la realidad de su vida matrimonial”. ¡No se puede ser más claro! Sin embargo, la práctica total de los votos de pobreza, castidad y obediencia de la vida religiosa permiten llegar con mayor facilidad a la caridad plena, que es la única medida válida de la vida cristiana.

¿Es más difícil llegar a la santidad acompañado que solo?

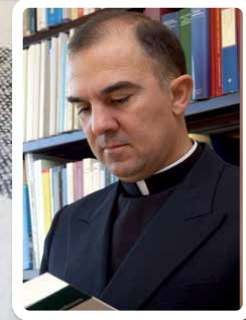
Hay un proverbio chino que dice: “Sólo se llega rápido; acompañado se llega lejos”. Cuando se es dos,

hay que llevarse el uno al otro; pero, al mismo tiempo, estamos llamados a tener en cuenta a la otra persona para avanzar juntos. Tentaciones no faltan para huir de esta exigencia del matrimonio... Si no nos sentimos llamados a avanzar así en la vida cristiana, puede ser que no tengamos vocación matrimonial y eso es legítimo.

Usted dice que el perdón es necesario para la comunión conyugal; ¿cuántas veces hay que perdonar al cónyuge?

Tantas veces como Cristo nos pide que lo hagamos: setenta veces siete, es decir, ¡no hay límites! El perdón es el punto de paso obligado de la comunión, porque las faltas que los esposos tienen que perdonarse el uno al otro son siempre atentados contra esta. En este sentido, el perdón es lo que permite la perpetua restauración de la comunión. Por consiguiente, es preciso pasar por el perdón solicitado de una manera incansable y concedido con generosidad, a fin de preservar la comunión. Todos los indultos no concedidos, olvidados o negados, generan, poco a poco, una montaña que hace que finalmente la pareja estalle. Cuando uno se da cuenta, es, a menudo, demasiado tarde. Debemos por tanto, pedir perdón y perdonar todos los días, porque todos los días se puede hacer daño o ser herido. 

“En el lecho conyugal ‘todo’ vale”



Ramón Lucas, LC, recorre Europa e Hispanoamérica impartiendo cursos de ética sexual a grupos de matrimonios. Con frecuencia, al hablar de las relaciones conyugales, los participantes descubren con sorpresa: “¡Ah, entonces eso está bien!”. En *Misión* hemos asaltado a preguntas a este experto en bioética y sexualidad para identificar con certeza el espacio infranqueable, pero amplio y hondo, en el que los esposos pueden expresarse su amor en la intimidad de su alcoba.

ALGUNAS DE las respuestas que encontrarás en este artículo han cambiado ya la vida íntima de muchos matrimonios. De un modo claro y directo, y en total sintonía con el plan de Dios para la sexualidad conyugal, bien asido al Magisterio de la Iglesia y a la Teología del cuerpo de san Juan Pablo II, el padre **Ramón Lucas, LC**, contesta a las dudas más frecuentes que surgen a los esposos, para ayudarlos a vivir sus relaciones conyugales con mayor serenidad y libres de obsesiones.

¿De verdad que a Dios le importa el placer de los cónyuges?

Le importa muchísimo, por eso lo ha puesto. Si no le importara, no lo habría creado así. Y cuanto más

gocen los cónyuges donándose el uno al otro, más santo, divino y pleno es ese acto.

¿Conviene que los esposos se regalen mutuamente placer sexual?

Eso que se dice: “rapidito y a oscuras”, no tiene razón de ser. Los esposos tienen que tomarse tiempo para expre-

“Los animales se excitan, no se emocionan. En el ser humano, el goce físico está cargado de afectividad”

sar su intimidad, darle la intensidad que necesitan y gozar todo lo que puedan, porque el placer es parte integral del acto.

A veces da la sensación de que el hombre y la mujer están mal hechos, pues sus ritmos de excitación no coinciden...

Efectivamente, las curvas de excitación del hombre y de la mujer son asincrónicas. El varón se excita más rápidamente y, después del orgasmo, tiene un periodo hasta que se recupera. La mujer tiene un ritmo ondulatorio, más lento. Puede tener una pluralidad de orgasmos y, luego, desciende más lentamente. Si se toma sólo el dato fisiológico de sus curvas de excitación, podríamos decir que estamos mal hechos, y esto podría llevar al abandono, al abuso o a la falta de acuerdo mutuo...

¿Qué hacer ante esa diferencia?

Esa diversidad fisiológica es la única condición de posibilidad que tenemos los seres humanos de realizar ese acto de donación como un acto libre e inteligente porque comprendemos que no estamos sujetos a un instinto. El cónyuge que se quiere donar al otro entiende ese ritmo y prepara,

dispone, espera, ayuda... en vez de dejarse llevar por un impulso, como hace el animal. De ahí que, por su fisiología, el animal siempre acierte; en cambio el hombre puede fallar.

¿Qué debe hacer entonces para acertar?

Entender que los mal llamados “actos eróticos o preliminares” en realidad forman parte integral del acto conyugal. Reducir el acto al momento orgásmico es ejercer violencia contra los esposos. El acto conyugal es una catarata en continuo y, por eso, la disposición para que salga bien no comienza cuando el marido llega a casa y guiña el ojo a su mujer. Lleva todo un día de preparación. Si el día ha estado lleno de desaires, no vale pensar que se resolverán en el lecho.

“Reducir el acto conyugal al momento orgásmico es ejercer violencia contra los esposos”

Esto no es fácil, pues hay muchas emociones en juego...

Las emociones son otro elemento distintivo del acto conyugal. Los animales se excitan, pero no se emocionan. En el hombre, este acto profundamente personal y cargado de goce biológico, físico, orgánico, está también cargado de emoción, de sentimiento, de afectividad. Eso es lo que lo hace más excitante. Por eso podemos afirmar con certeza que ninguna relación sexual

fuera de un acto conyugal llegará al grado de excitación al que llega la relación de los esposos.

Hablemos claro: ¿qué está permitido hacer, y qué no, durante el acto conyugal?

Está permitido todo lo que forma parte del acto conyugal. ¿Puedes besarle el cuello? Sí. ¿Los pechos? Sí. ¿Los genitales? Sí. Puedes besarle lo que quieras, siempre que haya respeto, normas de higiene y aceptación. En el momento en que haya rechazo, no le puedes besar ni la nariz. Tú no puedes imponerle nada al otro, aunque digas “es que es mi mujer” o “es que es mi marido”. Aunque sea tu cónyuge, imponer algo sería un acto de violencia porque si un cónyuge sabe con certeza que el otro no está disfrutando, más aun, que está sufriendo, y sigue adelante, no está realizando un acto de donación. Esta es la clave de toda la vida sexual de la persona humana: apertura y donación, respeto y acogida, reciprocidad y alteridad. Cuando falla alguna de las tres dimensiones, se da el abuso.

Pero si hay alteridad y respeto entre ellos, ¿todo se puede?

Sí, pero siempre como parte del acto conyugal, que, lógicamente, debe conducir a la penetración y a la deposición del semen en la vagina. El marido no debe eyacular fuera de la vagina de su esposa. Ella puede estimularlo con caricias, pero llega un momento en que él tiene que hacer la penetración.

¿Qué hacer si uno de los dos alcanza primero la satisfacción?

Si uno llega antes al orgasmo y está satisfecho fisiológicamente, no debe abandonar al otro. Tiene que continuar amando a su cónyuge. Si es el varón, a lo mejor no podrá continuar dentro de su mujer, por su fisiología, pero deberá continuar cerca de ella



P. ¿EN QUÉ CONSISTE EL DÉBITO CONYUGAL?

R. *Debitum* significa deber, deuda. Quiere decir que, dada la naturaleza del amor conyugal, si no hay una razón de peso para decir: “No quiero amarte hoy en el acto de intimidad”, el cónyuge debe aceptar la petición del otro, si es respetuosa y de amor. Porque, a diferencia de cualquier otro amor, la relación íntima es constitutiva del amor conyugal. Es posible que un día no te apetezca y no pasa nada. Lo que no puedes es negarte sistemáticamente. Si eso ocurre, hay un problema que se debe tratar.

con besos, con caricias... Todo esto forma parte del acto conyugal.

¿Conviene a los esposos intentar llegar al orgasmo a la vez?

Xavier Lacroix, en su libro *Le corps de chair, les dimensions éthique, esthétique et spirituelle de l'amour*, (en español: El cuerpo de carne, la dimensión ética, estética y espiritual del amor), dice que llegar al orgasmo sincrónicamente es un problema muy difícil; pretenderlo, también. Y buscarlo a toda costa puede hacerle perder espontaneidad a la relación. Él recomienda preparar, disponer, para que, de alguna forma, los dos estén en la misma onda, observando los distintos ritmos de excitación.

¿Qué hacer en caso de que a la mujer le cueste alcanzar el orgasmo o tarde en llegar?

Si ella, por alguna razón, no es estimulada adecuadamente y no llega a la satisfacción, o no llega del modo adecuado, tiene que hablar con su cónyuge, pues una vez que el marido está satisfecho, tiene que seguir estimulándola. Esto también forma parte integral del acto conyugal.

¿Todo esto dónde está escrito?

En la naturaleza y en la fisiología humanas. No tienes que buscar más. Y lo que está escrito en la naturaleza humana, si la respetas, está bien. Entonces, ¿por qué hacer esto los cónyuges está bien y hacer lo mismo en un adulterio o en una filmación pornográfica está mal? Porque en un lugar se está respetando la naturaleza y la finalidad del acto, y en el otro no. Es como un cuchillo: lo puedes usar para cortar jamón o para sacar un tornillo. Uno corresponde a la naturaleza del cuchillo, el otro no. Me dirás: "Ah, pero es que también puede sacar el tornillo". Claro que puede, pero hasta el cuchillo más afilado pierde su filo si se usa mal.

¿Qué recomienda a unos esposos que, por una razón grave, como una enfermedad, o por motivos de paternidad responsable decide guardar abstinencia?

Quererse y amarse en las otras mil maneras que tienen para hacerlo, y no reducir la relación conyugal a la relación orgásmica. Aunque sé, por mi experiencia de acompañar a los matrimonios, que decirlo es fácil y vivirlo es muy difícil; sobre todo, si son jóvenes y tiene una esperanza de fertilidad de 15 o 20 años.

En esos casos, ¿qué les aconseja para manejar su deseo sexual?

Diversificar mucho la vida, con una variedad de valores, actividades e intereses. Y sublimar el deseo con otros actos y muestras de amor: ofrécele una cena, vete a dar un paseo, regálale una flor... Tienes que sublimar el deseo, no reprimirlo, porque si lo reprimes, tarde o temprano caes. Eso no quita que sea un sacrificio y que los dos tienen que estar de acuerdo en caminar juntos.

¿Qué diferencia a un matrimonio que, por razones de paternidad responsable, se abstiene en los períodos fértiles, de otro

“La sexualidad es como un cuchillo afilado: cuando respeta el plan de Dios hace al matrimonio muy fecundo. Si la domina el instinto, corta y daña”

que usa anticonceptivos?

Que el matrimonio que no usa anticonceptivos modifica su comportamiento sexual por un bien mayor, y el otro, no. El que los usa, sea fecundo o no, realiza el acto porque los anticonceptivos bloquean la concepción. En el otro matrimonio hay una deliberación entre ellos y un cambio de comportamiento sexual: "Hoy soy fértil... nos vamos al cine; pasado mañana soy fértil... nos vamos a dormir pronto. Al día siguiente ya no soy fértil... entonces hoy hacemos el amor".

¿Y si un día no se aguantan?

Nadie es perfecto. Si usas un anticonceptivo, reconoce que no está bien. Levántate y sigue adelante con normalidad. Pero no quebrantes la rectitud de tu conciencia. Una cosa es aceptar el límite y admitir la caída como parte de un proceso de maduración, y otra cosa es asumirla como norma.

Algunos matrimonios dicen que no son capaces de vivirlo así y se alejan de la Iglesia.

En ese caso, yo les digo: si usas un anticonceptivo, no abandones tu vida espiritual; Dios sigue amándote y tú puedes seguir amándolo. Haz el propósito de mejorar, ten claro el horizonte hacia el que caminas, y vuelve a intentarlo las veces que sea necesario.

¿Qué es importante decir que no hayamos preguntado?

Todo el comportamiento sexual en el hombre brota de su naturaleza racional; implica también su instinto, pero este no lo rige. Esto vale para todos. Y quienes creemos en Dios reconocemos que Él ha creado la sexualidad con toda su hermosura, sus valores y su responsabilidad. Este cuchillo afilado también puede cortarte y dañarte; por eso necesita un orden. Aunque cueste, démosle a Dios un voto de confianza. No nos creamos más inteligentes que Él. ☒

Por **Marta Peñalver**



Los métodos naturales no son el “ANTICONCEPTIVO CATÓLICO”

A pesar de la cantidad de información sobre sexualidad conyugal y sus implicaciones, con **Pablo VI** y **Juan Pablo II** entre sus pensadores más destacados, aún muchas personas identifican los métodos de planificación familiar natural con los anticonceptivos. La realidad es que son absolutamente opuestos. Te explicamos en qué consisten los métodos naturales y por qué no son “el anticonceptivo católico”.

NO SON pocas las veces que las familias cristianas (y cualquier pareja, en realidad) se encuentra ante la pregunta indiscreta de: “¿Cuántos hijos vais a tener?”. La respuesta, si nos ceñimos a las enseñanzas de la Iglesia, debería ser: “No lo sé, los que Dios quiera”. Pero la realidad es que, como explica el sacerdote **Juan de Dios Larrú**, experto en pastoral familiar, “vivimos inmersos en una mentalidad anticonceptiva, y por eso se tiende a relacionar los métodos de planificación familiar natural con anticoncepción, aunque no debería ser así”. Esta mentalidad impide ver con claridad que la vida sólo la da Dios y que, en ningún caso, somos sus dueños.

Pero ¿qué son los métodos de planificación familiar natural, frecuentemente conocidos como métodos

naturales, y por qué tanta gente aún piensa que son el “anticonceptivo católico”, aunque sean justo lo contrario?

Como señala Larrú para *Misión*, la primera premisa que se ha de tener en cuenta al considerar la planificación familiar natural es que Dios ha creado al hombre y a la mujer y, por tanto, su diseño es único y perfecto. Un hom-

Una relación sexual deja de ser un acto conyugal cuando se elimina su dimensión unitiva, o la procreadora

bre sano es fértil todos los días; sin embargo, una mujer sana sólo será fértil algunos días del ciclo. Por eso, un matrimonio que conoce cómo funciona su cuerpo y qué posibilidades tiene de embarazo en cada momento no está haciendo nada malo.

El acto conyugal también ha sido diseñado por Dios y tiene dos dimensiones, con inseparable conexión: unitiva y procreadora. “Separar la una de la otra es desdecir lo dicho por Dios”, explica Larrú. ¿Significa eso que un acto conyugal que no tiene como resultado un embarazo no es bueno? En absoluto: “El acto conyugal es bueno y está completo venga o no venga hijo. Los esposos se han donado en la totalidad, por lo tanto es bueno”. El acto anticonceptivo, sin embargo, tiene como objetivo impe-

dir la procreación. “Son actos diferentes porque son dos objetos diferentes: en uno hay un acto conyugal, y en otro hay un acto anticonceptivo”. Por tanto, una relación sexual deja de ser conyugal si eliminamos la dimensión procreadora, es decir, si usamos anticonceptivos y nuestro objetivo es que bajo ninguna circunstancia el resultado de esa unión sea un embarazo. Y también deja de serlo si eliminamos la dimensión unitiva, como cuando, por ejemplo, nuestro fin último es tener un hijo.

Más allá de los hijos

Eva Corujo, farmacéutica experta en reconocimiento de la fertilidad y en

Vivir la sexualidad de manera plena es algo fundamental para el matrimonio cristiano

educación afectivo sexual, explica a *Misión* que “hoy se ha perdido el sentido trascendente de la sexualidad” y se ha reducido a la convicción, en gran parte de la sociedad, de que sexo y amor son perfectamente separables.


En ese sentido, Corujo, que además está casada y es madre de familia numerosa, asegura que para el matrimonio cristiano vivir la sexualidad de una manera plena es algo fundamental: “Los métodos naturales ayudan a querernos y a fortalecer el matrimonio porque implican un enorme conocimiento y respeto mutuos”. Esto ayuda a que la entrega al otro sea total, “y esa entrega pasa, a veces, por tener una relación sexual, y otras, por no tenerla. Los métodos naturales van

mucho más allá de los hijos”, afirma. Y por el contrario, cuando el acto es anticonceptivo estamos reservándonos una parte importantísima de cada uno: la fertilidad. “No podemos decir, ‘te entrego todo menos mi fertilidad’, porque entonces la entrega ya no es total”, sentencia. Y la entrega en el acto conyugal es siempre con actitud de acoger la vida, pues es una parte inalienable del mismo: recibir los hijos que Dios nos quiera dar.

Paternidad magnánima

Entonces, ¿qué pasa si un matrimonio ve que no es momento de recibir un hijo? Como apunta Larrú, los esposos deben discernir si Dios les llama a una nueva paternidad o si, por el contrario, existe alguna razón de peso por la que deben recurrir a la abstinencia en periodo fértil y unirse sólo en los momentos infértiles del ciclo. ¿Y qué diferencia este acto de uno anticonceptivo? “Que el fin próximo de ambos es diferente: ambos quieren evitar el embarazo, pero el fin próximo de uno es la unión conyugal, y el del otro es evitar el embarazo”, explica Larrú.

Eso sí, los métodos de planificación familiar natural también pueden ser utilizados como anticonceptivos, convirtiendo el acto conyugal en un acto sexual sin más, “cuando el objetivo principal, el fin último, es impedir la procreación”, asegura Larrú. Y dado que la línea entre ambos planteamientos es muy fina, es tarea de los esposos discernir cuál es su motivación real.

Todo esto pertenece al ámbito de lo que tradicionalmente se ha llamado “paternidad responsable”, aunque Larrú propone, para concluir, hablar de “paternidad magnánima, pues dado que hoy tener hijos es visto en sí mismo como una irresponsabilidad, más allá de la responsabilidad, tener un hijo siempre es una grandeza”. 

¿De dónde nace esta MENTALIDAD ANTICONCEPTIVA?

“El deseo de descendencia sigue impreso en el corazón del hombre, pero se ha desvinculado del deseo conyugal de unirse al otro. Ahora el deseo sexual se vive de una manera individual. El deseo de un hijo ya no va ligado al de unirse sexualmente a la otra persona. Una cosa es unirse y otra es querer un hijo. Esto permite que el que quiera disfrute de una relación y el que quiera tenga hijos sin tener pareja, y sin siquiera mantener relaciones sexuales”. De hecho, la anti-concepción está muy ligada a las mil y una formas a través de las que hoy se puede tener un hijo: inseminación artificial, fecundación in vitro, donación de óvulos o espermatozoides, vientres de alquiler... “Hemos pasado de la premisa *sexo sin hijos* a la de *hijos sin sexo*, y estamos inmersos en esta mentalidad, por eso nos cuesta definir el objeto del acto conyugal”, explica Juan de Dios Larrú.



¿POR QUÉ TENER HIJOS?

SER PADRE ES...

cuidar a un hijo para que con nuestro amor pueda ver y entender el amor de Dios



Si los hijos supuestamente lastran nuestra carrera profesional, nos restan libertad y son un bien de lujo sólo apto para bolsillos llenos de dinero, ¿por qué tener hijos hoy en día?

EN 2019 diarios de todo el mundo se hicieron eco de esta noticia: “El príncipe **Harry** y **Meghan Markle** no tendrán más de dos hijos por razones medioambientales”. Los duques de Sussex afirmaban públicamente que tener más de dos hijos era una irresponsabilidad para con el medioambiente y que su deseo era no seguir trayendo potenciales seres contaminantes al mundo. El suyo es sólo un ejemplo más de los dispares motivos que se esgrimen para decidir que no haya más niños. Como resultado son cada vez más los matrimonios que se preguntan por qué tener hijos.

Amor unitivo y procreativo

La primera respuesta a esta pregunta la encontramos en la afirmación de que los hijos son la consecuencia lógica del amor que se vive en el matrimonio cristiano. “El amor en el matrimonio es unitivo (lo primero y fundamental) y procreativo

(que genera vida)”, explican **David González** y **Yolanda Martínez**, padres de cinco hijos y profesores del Diploma de Especialización en Pastoral Familiar de la Asociación Persona y Familia. Pero este amor debe ser un amor pleno, no un amor a medias. “Todo esto es posible gracias al sacramento recibido, por eso no es lo mismo casarse por la Iglesia que no hacerlo”, explican. La segunda respuesta la encontramos en la escritura: “Don del Señor son los hijos”

“Ser padres no es satisfacer un deseo, es acoger un hijo como un bien para tu vida y para la sociedad”

(Sal 127, 3). Así lo explican David y Yolanda: “Ser padres no es satisfacer un deseo, es acoger un hijo como un bien para tu vida y para la sociedad. Ser madre no es parir un hijo, es cuidar a un hijo para que en el amor de sus padres pueda ver y entender el amor de Dios, y que de esta manera la sociedad pueda verlo y creer en ese bien”.

Sin embargo, todo esto choca frontalmente con lo que vive la sociedad hoy en día. **Gabriele Kuby**, socióloga alemana, investigadora y autora de *La generación abandonada* (Didaskalos, 2021), afirma que “somos la sociedad de la anticoncepción masiva: una cultura que impide que los niños lleguen a existir. La sociedad más rica de la historia es también la que menos niños ha engendrado jamás”. ¿A qué se debe esto?

La respuesta, según Kuby, la tenemos en los años 60, cuando muy pocas voces advirtieron del peligro de

la píldora anticonceptiva. Separar el acto sexual de su dimensión procreadora ha derivado en la explosión del sexo sin compromiso y ha dado lugar a la desvirtualización del matrimonio, a la legalización y expansión descontrolada del aborto y a una bajada drástica de la natalidad.

A la promesa de los métodos anticonceptivos de tener sexo sin hijos le siguió la de tener hijos sin sexo. Empezó con la reproducción asistida para parejas con problemas de fertilidad y ha derivado en variopintas opciones de “hijos por encargo”, como es el caso de los vientres del alquiler.

Lo cierto es que la reproducción, algo naturalmente ligado al acto sexual, se ha “individualizado”. Ahora no es necesaria la figura del padre biológico para concebir y dar a luz un hijo. Ante esta situación, Kuby asegura que, una vez más, los niños son los más perjudicados al ser privados de la crianza de su padre y su madre.

Volver al diseño de Dios

El retorno a una vivencia de la paternidad en línea con el diseño de Dios pasa por entender el matrimonio como un sacramento del que brotan infinitos dones, no como un proyecto


La paternidad capacita a las personas para sacrificarse por algo más valioso que su propia libertad

humano, permanentemente abierto a la acción del Espíritu Santo. David y Yolanda han visto que la paternidad ha sido crucial en su matrimonio y en su vida de fe. “Hemos vivido momentos en los que los hijos han sido sellos de unidad del matrimonio. También momentos donde la enfermedad u otras necesidades de la vida que requerían de nuestra entrega nos han llevado a intentar vivir la unidad matrimonial de forma creativa. Y hemos visto que en medio de esas dificultades también Dios ha sido creativo: cuando teníamos miedo de tener otro hijo por motivos de salud [Yolanda había sufrido dos operaciones de espalda], Dios nos mandó el hijo ya andando... [Ismael, su sobrino, llegó a su casa con nueve años]”.

Lo que aporta la paternidad

Kuby explica que desde que una mujer da a luz se convierte en un ser distinto, que antepone para siempre

los intereses de otro por delante de los propios. “Esta es –agrega– una evolución maravillosa, fruto del hecho de haberse convertido en madre”. Asegura que la paternidad llena de sentido la vida de las personas, que son capaces de sacrificar su propia libertad por algo mucho más valioso. El esfuerzo y la dedicación de unos padres por sus hijos no es comparable al que supone ninguna otra relación humana.

Por su parte, David y Yolanda afirman que “ser padre te ayuda a priorizar, organizar, rentabilizar y aprovechar el tiempo, a innovar, a formarse, a ser creativo, a trabajar en equipo. Todas estas son habilidades necesarias hoy en los puestos de trabajo. Es cierto que no es fácil, y que hay trabajos donde existe una dificultad especial para poder cumplir con tu cometido profesional y atender a tu familia. En este sentido, la sociedad debe avanzar en comprender que la mirada no puede estar puesta permanentemente en el aquí y el ahora, y en la productividad inmediata, y que, si las familias no se pueden cuidar, no habrá familias que cuidar el día de mañana; es decir, no habrá economía que mantener ni en la que crecer.” 



PATERNIDAD RESPONSABLE

La Iglesia habla de paternidad responsable, un término que no siempre se entiende en toda su plenitud. David y Yolanda explican que “la paternidad responsable no es sólo, como tiende a verse, la decisión de los padres de no tener hijos en un determinado tiempo, sino que incluso puede ser al revés: la decisión firme de su búsqueda como un acto de responsabilidad. Así lo hemos vivido tanto con alguno de nuestros hijos, como cuando acogimos a nuestro sobrino como un hijo más en la familia. Las circunstancias de la vida y de cada matrimonio sólo las conocen ellos y Dios. Y un matrimonio responsable sabe buscar a Dios en esos momentos de duda a través de la oración y de la ayuda de la Iglesia”. En este sentido, es clarividente la visión de Chesterton cuando afirma: “Hay padres tan preocupados de dar a sus hijos lo que ellos no tuvieron, que se olvidan de darles lo que sí tuvieron”. Esta obsesión es lo que está haciendo insostenible y débil a la sociedad actual. David y Yolanda aseguran que “es bueno crecer y mejorar, es bueno tener recursos, pero lo que es realmente importante se ha evaporado de nuestras vidas: unos padres que se quieran, unos hijos que lo vivan, y una sociedad que lo vea”.

LA FECUNDIDAD EN LO COTIDIANO

Cambiar el mundo desde el matrimonio



Un matrimonio fecundo es un foco de luz porque “de lo que rebosa el corazón habla la boca”. Quien está lleno de amor de Dios lo transmite por todos los poros de su cuerpo, hasta de manera inconsciente. Los esposos que viven así pueden conseguir transformar su entorno, ya sea a través de grandes acciones, pero sobre todo con los pequeños gestos de cada día.

PABLO OLIVERA y Esther García revolucionaron su vecindario sin pretenderlo. En tan solo cinco años, gracias a ellos, parejas que convivían desde hacía años decidieron casarse, varios adultos se bautizaron, otros matrimonios que vivían alejados de la Iglesia decidieron bautizar a sus hijos... ¿Cómo lo hicieron? Dejándose hacer por Dios e intentando cumplir su voluntad en cada instante. El suyo es un ejemplo de vida fecunda, desde la acogida y educación de los hijos que han ido llegando, a gestos cotidianos que transforman la existencia de los que les rodean. Es la fecundidad del día a día.

Una casa abierta

¿Cuál es su secreto? “La fecundidad es la sobreabundancia del amor de Dios. Es su amor que se desborda. Nosotros somos sólo el recipiente. Lo que se vive en el matrimonio se vuelve fecundo porque Dios está en medio y esto la gente lo acaba percibiendo”, cuentan Pablo y Esther a *Misión*.

Para poder dar hay que recibir primero, de otra manera es imposible ser fecundo. Esa es la clave de este matrimonio. “En la Eucaristía recibes a Dios, tienes esa relación con Él y te sientes querido por el Señor. Luego es en el matrimonio donde ese amor se refleja, pues nos posibilita donarnos por completo”, explican.

En su caso, este amor se hace luego fecundo de una manera muy concreta: abriendo su casa de par en par y ofreciendo su mesa a todo el que llega. “Es ahí donde el amor de Dios salpica, se materializa en nosotros y se contagia a los demás”, comenta Pablo.

Lo que ellos llaman la “casa abierta” ha propiciado que esta fecundidad se haya extendido a sus vecinos provocando tantos hechos extraordinarios. Son muchos los que han pasado por su casa para desahogarse, buscar consejo... Desde matrimonios de la urbanización, padres o profesores del colegio de sus hijos, hasta matrimonios en crisis a los que en su día impartieron cursillos prematrimoniales.

Esther asegura que “la gente se sorprende, porque no es algo del todo común que las familias te abran su casa, pero vienen y nos cuentan sus cosas, aunque apenas nos conocen. Al final, las personas necesitan sentirse queridas y encontrar gente que las quiera. Abrir la casa, darles de comer, escucharlos y preocuparte por ellos es amar. Y la gente lo está deseando”.

“La fecundidad es la sobreabundancia del amor de Dios que se desborda”

Fertilidad y fecundidad

Un error habitual es confundir fecundidad con fertilidad. Según explica a *Misión* el padre **Juan de Dios Larrú**, D.C.J.M., catedrático de Moral Fundamental, “la fecundidad es mucho más grande que la fertilidad”, aunque un matrimonio sea infértil nunca podrá “renunciar a ser fecundo, al igual que no puede renunciar a ser feliz”. Y cuando lleguen los hijos, el matrimonio está llamado a ser fecundo mucho más allá. La clave está en que cuando los esposos se entregan en totalidad, sin guardarse nada para sí mismos, su amor “siempre está generando algo nuevo”, advierte el catedrático.

Por tanto, el padre Larrú puntualiza que “el amor está en la fuente de la fecundidad y el amor verdadero siempre es fecundo”. Este religioso de los Discípulos de los Corazones de Jesús y María incide en que si los esposos se entregan sin reserva, con el tiempo irán reconociendo cuál es la fecundidad de su vida y en qué se traduce. Porque los frutos, según explica, no siempre son visibles. No es algo inmediato, por ello es fundamental la paciencia. Un árbol da fruto a su tiempo, pero ya desde mucho antes se prepara para ello.

“Nuestra vida se mueve en las cosas menudas, y son esas acciones pequeñas las que pueden cambiar la vida del

8 formas de dar fruto cada día

1. Practica la hospitalidad. Abre tu casa de par en par. No es necesario tener una casa de revista, pero sí el calor que desprende un matrimonio que se ama y una familia acogedora.

2. Entrégate sin medida a tu cónyuge. “Si el grano de trigo caído en tierra no muere, queda solo; si en cambio muere produce mucho fruto” (Jn 12,24). La verdadera fecundidad de una familia va unida a la capacidad de morir a sí mismos como Cristo murió por nosotros.

3. Vive un matrimonio eucarístico. Para dar así, sin medida, el matrimonio

necesita estar anclado en la Eucaristía, fuente y raíz de toda fecundidad.

4. Pon atención a las cosas pequeñas. Una sonrisa, un saludo o ponerte en disposición de escuchar al otro puede llegar a cambiar la vida de esa persona.

5. Educa a tus hijos para dar fruto. No se trata de que el matrimonio se dedique a ayudar y descuide su terreno primordial de fecundidad: hacer de sus hijos personas íntegras.

6. Perdona siempre. Quien sabe perdonar es porque ha encontrado la fuente viva de donde brotan todos



los dones, el Perdón con mayúscula, el Amigo que todo lo perdona.

7. Aleja de ti el pesimismo. El agradecimiento, la esperanza y la paciencia son propias de una persona fecunda.

8. Sé un misionero del día a día. En un mundo poscristiano todas las familias católicas están llamadas a vivir en estado de misión, a fecundar la tierra a su paso. El amor es expansivo.

otro. Hay mucha gente haciendo bien en lo oculto con pequeños gestos, ofrecimientos y acciones, y es así como podemos tener una vida grande”, añade este sacerdote.

La atención a lo cotidiano

Esto es precisamente lo que les ha ocurrido a Pablo y Esther, aunque ellos aseguran que el mérito no es suyo. Insisten en que lo único que han hecho es “dedicar tiempo a su amor y dejarse hacer por el Señor”.

En una época en la que los vecinos ya no se conocen entre sí llaman la atención las oportunidades que se le presentan a este matrimonio en el ascensor, en las escaleras o en el patio. El mero hecho de mostrar interés (otros lo llamarían perder su tiempo) les ha permitido ayudar a muchos vecinos. “Me siento escuchado por vosotros’, nos dicen. Nos han contado desgracias, problemas, grandes sufrimientos y de estas conversaciones ha llegado a surgir en algunos de ellos el deseo de acercarse a Dios”, relatan.

Recuerdan el caso de un vecino que les dijo que se sentía engañado por el mundo de hoy. Había dedicado su vida a conseguir el éxito con la promesa de que sería feliz, pero no lo era. Y veía que esta familia con tantos hijos, que cambiaba pañales todo el día y vivía en precariedad sí lo era.

Cada matrimonio, con el tiempo, va reconociendo en qué se traduce su fecundidad

Fecundidad en la infertilidad

Cristina López del Burgos es médico y profesora de Sexualidad en la Universidad de Navarra. Tanto ella como su marido anhelaban formar una familia numerosa, pero los hijos nunca han llegado. **¿Se puede ser fecundo siendo infértil? “¡Claro que se puede!”**, afirma a *Misión*. Al principio no entendían por qué Dios no les concedía aquello que tanto deseaban. Pero tras compartir su dolor con otras personas recibieron una respuesta: **“La fecundidad matrimonial no se limita a tener hijos biológicos”**. Cristina decidió dedicarse a ayudar a matrimonios con infertilidad a través de su cuenta de Instagram @clopezdelburgo y de un programa de acompañamiento. **“Esta es mi**



manera de dar fruto. Si hubiese tenido hijos, mi vida habría ido por otro camino y habría dado otros frutos”, concluye.

La fecundidad espiritual

La fecundidad tiene su origen en Dios y a Él tiende. Es esta relación la que hace posible que cada uno pueda dar fruto, cada uno según sus dones. En el caso de los matrimonios, los esposos tienen la obligación de generar vida, que no es únicamente engendrar hijos, sino que va mucho más allá. Son instrumentos para que aquellos de quien Dios les ha hecho custodios en esta tierra puedan llegar a la vida eterna.

De hecho, la mayor fecundidad de los padres se manifiesta en la educación de sus propios hijos para dar fruto en la tierra y llegar a la vida eterna, pues está en el centro de su misión generar personas. Se trata de pasar de una paternidad netamente biológica a una mucho más grande: la paternidad espiritual.

“Queremos que nuestros hijos sean felices, pero con ‘mayúsculas’”, aseguran Pablo y Esther. “No podremos dejarles una gran herencia, pero sí la más importante: la fe. Por eso les hablamos de Jesucristo, de que con Él se puede ser feliz. Nada que tengan materialmente les hará felices si no es con Cristo.”, agregan.

En definitiva, concluye Larrú, la fecundidad siempre vendrá de “descubrir la acción de Dios y secundarla”, porque donde está el Espíritu Santo siempre habrá frutos. **M**

CÓMO DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE ASOMBRO EN EL MATRIMONIO

Un amor que se renueva cada día

El asombro es esa impresión que te causa una persona, especialmente cuando descubres en ella una cualidad extraordinaria. Todo matrimonio “reclama” experimentar, una y otra vez, ese asombro que encendió la chispa del enamoramiento inicial. ¿Cómo encontrar entonces lo extraordinario en lo cotidiano de nuestro amor?

EN UN restaurante se encuentra Sergio. Espera a su mujer para anunciarle que va a dejarla. Ya no soporta lo que antes le encantaba de ella, y quiere empezar una nueva vida con otra mujer de la que está enamorado. Cuando su mujer llega, comen y, en el postre, su esposa se echa a llorar. Le han dicho que le quedan pocos meses de vida. A Sergio le parece que todo el restaurante le grita: “¡Debes estar a la altura de las circunstancias!”, así que toma la decisión de cortar con su amante y seguir al lado de su mujer hasta el final. Comienza a realizar

todas las cosas que ella quería hacer con él antes de enfermar: acompañarla de compras, leerle libros sesudos en voz alta, cederle su postre... Y de tanto actuar como un hombre enamorado, se convierte en él.

Este es el corto de **Isabel Coixet**, *Bastille*, donde **Sergio Castellito** da vida a un hombre que representa a la perfección el hastío del amor que ha envejecido mal. Podría ser el retrato de millones de corazones que se desencantan mes a mes, año a año, y que son incapaces de ver en su cónyuge a aquella persona que antes ocupaba

todos sus pensamientos e ilusiones. ¿Qué hacer cuando el otro ya no te asombra, sino que te aburre?

Génesis del asombro

El primer hombre que se asombró ante su esposa fue **Adán**. Dios vio que el hombre estaba solo, e hizo una promesa: “Voy a hacerle una ayuda adecuada” (Gn 2, 18). Y cuando Adán vio lo que Yahveh había hecho al despertar de su sueño, realizó el primer cántico bíblico: “¡Esta sí que es hueso de mis huesos y carne de mi carne!” (Gn 2, 23). “El asombro de Adán es el asombro de encontrarse con quien es posible una comunión. Antes ha visto a todos los animales, pero no son como él y no puede entregarse a ellos. Cuando ve a Eva, descubre a una a quien sí se puede entregar y que le revela su propia identidad, diciendo: “¡Esta sí que es como yo, en esta sí que

me reconozco!”. En la búsqueda de la propia identidad, el asombro juega un papel crucial”, explica a *Misión* el padre **Juan de Dios Larrú**, D.C.J.M. y catedrático de Moral Fundamental. ¡Cuántos maridos ante su esposa se admiraron y quisieron cantar: “Esta sí”!, para comenzar su historia de amor. Y cuántas mujeres, frente a su esposo, encontraron “la ayuda adecuada” para crecer y dar fruto.

Sin embargo, “sabemos que el asombro está unido siempre a la novedad, y la novedad está en crisis en el mundo moderno: el hombre está buscando constantemente novedades efímeras. Si en el amor identifico la novedad con lo efímero, si me quedo con el primer enamoramiento, este se acaba rápido”, explica Larrú. Y puntualiza que “es en la cotidianidad de después del viaje de novios donde hay que aprender a vivir la novedad, porque el amor se renueva cada día”.

El sustento diario

El pianista **Arthur Rubinstein** contaba que si un día no tocaba, lo notaba él. Si no tocaba el piano durante dos días, lo notaban sus amigos, y si no lo hacía en tres días, lo notaba el público. “Con el amor es algo parecido: si un día aflojo, lo noto yo, que me quejo más; si son dos días, lo notará mi cónyuge; y si son tres, estoy peleado con el mundo entero. Por eso hay que renovar el amor, que es ante todo un

“En la cotidianidad de después del viaje de novios es donde hay que aprender a vivir la novedad del amor”

acto permanente. Como dice el refrán: ‘Obras son amores y no buenas razones’”, explica el padre Larrú. Lo dice la oración del Padrenuestro “danos hoy nuestro pan de cada día”. En ella los esposos piden al Señor poder entregar en su matrimonio el amor de cada día a través de lo concreto.

Cultivar la mirada

Para renovar el amor cada día hace falta educar la mirada. En esta sociedad del deseo, la mirada se dirige a lo que se desea precisamente porque no se tiene. Así, la mirada se acostumbra a detectar las carencias propias y las de los demás. A su vez, el móvil crea la falsa ilusión de que a través de su lente se puede capturar todo lo que se ve. “La cultura tecnológica y, más aún, la excesiva inmersión en las realidades materiales nos impiden con frecuencia percibir el aspecto oculto de las cosas. En realidad, todas las cosas, todos los acontecimientos, para quien sabe leerlos en profundidad, encierran un mensaje que, en definitiva, remite a Dios”, decía **san Juan Pablo II**.


Con el cónyuge pasa algo parecido: los esposos hoy se relacionan a través del móvil la mayor parte del día y, cuando se encuentren cara a cara, prefieren descansar con el teléfono en la mano. Pero el asombro necesita una mirada desnuda de artificios, que dé espacio al silencio, a la presencia del otro sin ruidos. ¿Hace cuánto que no miras a tu cónyuge sin interferencias de terceros?

La práctica de mirarse así puede dar pudor, pero es necesario –quizá hoy más que nunca– que ese deseo de taparse de la mirada del otro se coloque en el lugar adecuado: cubriendo el matrimonio de las miradas de terceros, de lentes indiscretas, para que, bajo este manto, los esposos puedan reencontrarse y admirarse mutuamente.

Gratitud

Para cultivar el asombro conyugal es muy sano hacer juntos un ejercicio de gratitud. Ante el hastío de una aparente vida matrimonial, donde la rutina no deja espacio al amor, se puede repasar la vida juntos y reconocer todo lo recibido a lo largo de la historia compartida. “Se trata de hacer ese ejercicio de la memoria para agradecer tantos dones recibidos y para no dejar de asombrarse con creciente agradecimiento”, explica el catedrático **Juan de Dios Larrú**. Y desde ahí será muy fácil ir reconociendo los dones de Dios. Un corazón agradecido es un corazón humilde que, vaciándose de egoísmo, deja espacio para nuevos regalos y para seguir creciendo y dando fruto. Además, la mirada agradecida no es nostálgica ni se lamenta por aquel tiempo pasado que no volverá. Contempla con alegría lo vivido y espera con ilusión lo que está por venir. Quien así vive podrá asombrarse al final de sus días por todo lo vivido en su matrimonio.

La decisión de amar

En *Bastille* el curso de la historia cambia porque Sergio decide comportarse de una forma nueva. El amor que permanece año tras año es un amor creativo, en permanente movimiento, y capaz de asombrarse ante el otro. No se da por sentado. Ante la rutina, el corazón de los esposos que toman la decisión de amar a su cónyuge en lo concreto se convierte en un corazón enamorado, y así, en la entrega absoluta, los esposos podrán ser muy fecundos. 

“El asombro pide una mirada desnuda de artificios, que dé espacio a la presencia del otro sin ruidos”

El arte de descansar en el matrimonio

El matrimonio puede llegar a ser el mejor espacio para descansar. En él los esposos tienen en el otro su punto de apoyo para recuperar las fuerzas.

EN 2012, ante la fractura social entre el trabajo y el descanso –como dos parcelas aisladas de la vida, una pública y otra privada–, **Benedicto xvi** convocó un Encuentro Mundial de las Familias que llamó “La familia: el trabajo y la fiesta”. El mensaje de la catequesis preparatoria de aquel encuentro era claro: llamaba a los matrimonios a volver a hacer de su familia un “lugar de descanso y de impulso, de llegada y de partida, de paz y de sueño, de ternura y de responsabilidad”, y a vivir el domingo como el momento “del encuentro entre el hombre y la mujer”.

Este mensaje es hoy tan relevante como entonces, porque el sentido del domingo –y del descanso en general– se ha desdibujado. No es el tiempo para Dios ni para vivir plenamente la propia vocación, cuando es sabido por todos que el mensaje bíblico sobre la creación culmina con la llamada y el

mandato del descanso. El propio Dios dedicó el séptimo día a gozar y festejar todo lo que había hecho y pidió al hombre y a la mujer hacer lo mismo.

Descanso profundo

Lo cierto es que descansar, aunque parezca paradójico, es a veces más difícil que trabajar. Muchos matrimonios, pasadas las vacaciones, se lamentan de regresar a la rutina más cansados de lo que se marcharon. Entre los viajes, las mañanas de playa, los hijos (niños o adolescentes, da igual un poco porque cada edad demanda lo suyo) y los compromisos sociales, se pasa el verano entre desplazamientos e intentando encajar la logística familiar. Al final, ese anhelo de disfrutar de las vacaciones cae en ocasiones en saco roto.

Teresa Barrera Cruz, psicóloga y terapeuta individual y familiar, esposa y madre de dos hijos, explica a *Misión*

¿Descansar solos o sin hijos?

“Cuando hablo con matrimonios, muchas veces da la sensación de que el descanso sólo puede darse si dejamos a los hijos con amigos, abuelos u otros familiares”, comenta la terapeuta **Teresa Barrera**. Sin embargo, aunque “la relación conyugal hay que cuidarla y para ello hay que dedicarle tiempo y espacios exclusivos, también hay que aprender a descansar con los hijos”, reclama. Ella recomienda: un paseo por el campo, un juego de mesa, una película, cocinar, hacer manualidades. “Todas estas actividades permiten a las familias descansar juntos, crecer en intimidad y favorece el conocimiento de cada uno”. Y concluye que “el descanso en familia es una de las fuentes más ricas de descanso para los esposos”.



que los matrimonios sólo pueden descansar cuando logran “llegar a una intimidad profunda”, y cuando saben “mirar y acoger al otro”. Una clave esencial ya que muchas veces la acumulación de cansancios en el matrimonio se da porque los esposos esperan encontrar momentos distendidos para hacer planes de ocio juntos, y esos espacios se quedan cortos para reconectar desde lo más hondo. Por eso, Barrera Cruz propone que “si el ritmo de vida –también en el descanso– está afectando a la comunión matrimonial y a la intimidad, es necesario parar, hablar y restablecer prioridades”.

Disparidad de intereses

Los matrimonios lo saben: no es sólo la actividad física la que agota a los esposos, sino los desencuentros, el no sentirse queridos y apoyados por la persona que más se ama, o el no ver sentido a las pequeñas cosas que hay



5 claves certeras para recuperar las fuerzas

Carmen Álvarez Alonso, teóloga experta en Teología del Cuerpo, ofrece a los lectores de *Misión* cinco claves para acertar en el descanso conyugal.

1. Evitar las parcelas. Superar la trampa de querer hacerse un “solar” para “mi” descanso en el cual el otro no entra, queda excluido: “Déjame tranquilo que este es mi rato de descanso”; “este fin de semana es para mis amigos”...

2. Parar la actividad frenética. Las prisas y el activismo imperantes pueden llevar a pensar que sólo es posible el descanso cuando se ha evacuado todo lo apremiante. Álvarez Alonso recomienda buscar momentos para descansar, aunque haya una larga lista de “pendientes”:

3. Huir del materialismo. No es cierto que sólo se pueda descansar en compras, cine... Esos planes no aportan demasiado al descanso del espíritu. Puede ser más relajado hacer “nada” juntos en actividades de admiración y contemplación: escuchar música, mirar un paisaje...

4. Propiciar el encuentro auténtico. Encontrar espacios en los que no sea posible evadirse del encuentro profundo con el otro detrás un móvil o de un tipo de “ocio” activo que impide mirarse y escucharse de verdad.

5. Descansar ante todo cansancio. Por último, Álvarez Alonso alerta sobre la importancia de “no acumular cansancios” ya que el agotamiento extremo podría avocar a una crisis matrimonial.

que hacer a diario para gestionar el hogar. Es ahí donde surgen las fatigas, la inquietud y el desánimo porque el matrimonio no consigue ese descanso afectivo y espiritual desde el que se regenera toda la persona.

Barrera Cruz da una pauta para cambiar la película: hacer de lo cotidiano un espacio de descanso: “Si llegas a casa pensando en todo lo que tienes que hacer te agotas, pero si te planteas la cena, los baños... como ese tiempo de estar juntos con las personas que más quieres y de ser tú mismo, sin máscaras ni caretas, será viviendo tu vocación donde podrás descansar y ser realmente feliz”, apunta la terapeuta.

¿Y qué hacer cuando el descanso de los dos no coincide? Un matrimonio conocido solía descansar saliendo a pasear en moto. La mujer pasaba un miedo terrible, pero iba por acompañar a su marido. Al plantearle esta

“El tiempo para estar juntos en casa, sin máscaras ni caretas, es donde mejor se puede descansar”

anécdota a Barrera Cruz, ella explica que “no tiene que gustarnos lo que le gusta al otro ni hay que ceder constantemente para hacer aquello que no nos interesa, ya que darse no es anularse. La vocación matrimonial debe favorecer el ser uno mismo”. Por eso, recomienda ceder siempre que se pueda y acompañar al otro en cuestiones que a él o ella le interesan, pero, aún más acertado, puntualiza, es decidir juntos lo que es bueno para los dos:

“Uno puede decidir en libertad tener esa actividad con la que sufre, pero no va a servirle de descanso. Por eso, hay que hablar de lo que eso supone y juntos valorar qué es mejor para los dos y cuánto necesita el otro un descanso”. Y, entonces, propiciar ese espacio para ayudarse mutuamente a bajar el ritmo.

Por último, se pueden acoger esas bellas palabras de Jesús: “Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados que yo os aliviare” (Mt 11, 28), ya que el mejor descanso de un matrimonio se consigue cuando la gracia se abre paso entre los dos mediante la oración compartida, las cenas conversadas... Todo lo que promueva unirse más entre ellos, y los dos con Dios, será un manantial vivo de descanso, ¡una verdadera fiesta! De ella nacerán la alegría, la paciencia, la paz, la lealtad, y todos esos dones que ayudan a un matrimonio a serenarse y a reposar desde lo profundo de su intimidad. ☑

EL AMOR AL CÓNYUGE Y LA FAMILIA POLÍTICA

“Ante la duda, es siempre **prioritario** tu marido o tu mujer”

En la relación con la familia del cónyuge a veces se crean tensiones que, aunque no salten en público, generan conflictos entre los esposos. **Teresa Díez**, experta en asesoramiento familiar, da las claves para afrontar esas “dificultades que yo encuentro con tu familia y que tú encuentras con la mía”, para que siempre salga ganando la unidad matrimonial.

POCAS COSAS duelen tanto en el diálogo con el cónyuge como cuando uno de los esposos critica a los padres o a los hermanos del otro, o cuando juzga el modo en el que este vive la relación con su familia: “¡Vaya con tu madre!”... “¡No eres capaz de pedirle a tus padres que se marchen a su casa!”... “¡Tu hermano le ha hecho un feo al niño!”... Para afrontar estas pequeñas dificultades que pueden minar el amor matrimonial, **Teresa Díez**, coautora de *Manzana para dos* (Planeta 2015), sugiere una regla de oro: “Ante cualquier ataque al matrimonio—como puede ser la presión de los padres de los cónyuges—, la clave está siempre en cultivar la unidad matrimonial. Desde el momento en que lo lleváis juntos, todo ataque a la pareja deja de serlo”.

Para fortalecer esa unidad, Díez recomienda aplicar dos estrategias: la primera, “dialogar mucho; tanto como se pueda”, también para expresarse de las dificultades que cada uno encuentra en la relación

con la familia del otro. Y la segunda, ponerse totalmente en la piel del cónyuge: “Si has aceptado a tu esposo o esposa en su totalidad—que es el paso definitivo para casarte, como decía **san Juan Pablo II**—, has aceptado también que ‘mi marido (o mi mujer) es una pasada, pero no sabe echar a sus padres de nuestra casa’. Entonces, juntos, vamos a sobrellevar esa dificultad y nos lo tomaremos con humor”.

Unidad ante las presiones
Lo importante, insiste, es que en todo momento los esposos afronten unidos cualquier conflicto, pues el cónyuge

“Ante cualquier ataque al matrimonio, la clave está siempre en cultivar la unidad matrimonial”

nunca es el enemigo. “Tampoco su familia es la enemiga, pero puestos a que hubiera enemigos, los enemigos siempre están fuera de la pareja”.

Díez asegura contundente que la unidad lleva a los esposos a fundirse de tal modo que se hacen realmente una sola persona, una sola carne: “Y un solo proyecto, una sola alma, una sola agenda, incluso una sola cuenta corriente...”. Más aún, cada uno desaparece para ser el otro: “El día que me casé e intercambiamos alianzas, en la mía no ponía Teresa, en la mía ponía **Alfonso**, con lo cual yo ya no me llamo Teresa, me llamo Alfonso. Y de la misma forma que nadie se critica a sí mismo, no podemos criticar a nuestro cónyuge ni criticar a su familia. Y si yo excuso a mi marido porque yo soy Alfonso, excuso a sus padres, porque habitualmente yo, a mis padres, también los excuso”, apostilla.

Querer a la familia del otro
Díez recuerda el proverbio castellano “Quien quiere a la col, quiere a las hojas de alrededor”, para explicar que nadie puede querer a su cónyuge, de verdad, sin querer a sus padres y a sus hermanos. Por eso se debe amar a la familia del otro tal y como es, y no pretender cambiarla, de igual manera

que no podemos cambiar a nuestro cónyuge: “Yo entendí pronto que, si quería a Alfonso de verdad, su madre tenía que tener una parte importantísima en mi corazón. Además, antes de casarme, mi madre me dijo: ‘Yo sé que tú me quieres, no me lo demuestrés; pero a la madre de Alfonso se lo tienes que demostrar’”.

“Elige entre tus padres y yo”
Ahora bien, aceptar al otro en totalidad no quiere decir dar la espalda a los retos objetivos que se presenta en la relación con la familia política.

Hay padres que son absorbentes con sus hijos casados y no consiguen romper el cordón que les une. En estos casos, Díez aconseja tomar juntos decisiones al respecto. “Para nosotros, el primer fruto de nuestra unidad consistió en que antes de casarnos decidimos irnos a vivir a otra ciudad. Al estar lejos, sólo nos teníamos el uno al otro”, explica. Eso no quiere decir que

“Nunca puedes pedirle a tu cónyuge elegir entre sus padres y tú. Jamás”


En resumen

Unidos. Ante un ataque al matrimonio, mantén la unidad con tu cónyuge, sin considerar un enemigo a la familia política.

Acepta. No puedes amar de verdad a tu cónyuge sin querer a sus padres y hermanos. Acepta y ama a tu cónyuge, incluso en las carencias que tiene con su familia.

No rompas. Si la relación con tus padres o con tus suegros no es buena, establece distancia con discreción, pero sin romper la relación con ellos.

todos los matrimonios tengan que irse lejos de sus familias, pero sí poner los medios para no enfrentarse nunca a los padres. Si la relación con la familia no es buena, “discretamente puedes establecer pautas para verlos poco, o para no comer con ellos en día fijo, pero no puedes romper con ellos, ni siquiera si tu marido o tu mujer te lo pide: ‘Elige entre tus padres y yo’. Esa elección nunca se la puedes pedir a tu cónyuge. Jamás”, afirma.

En definitiva, Díez recuerda que lo normal en un amor sano es que no haya que elegir: “El amor al cónyuge, y el amor a mis padres o a los suyos, no pueden ser contradictorios, aunque ocupen lugares diferentes. Pero, ante la duda, es siempre prioritario tu marido o tu mujer”, concluye. 

Siete consejos para guiar la relación de los hijos casados con sus padres “Nunca podrás ser feliz de espaldas a los que te han dado la vida”

José María Viñas García, director del COF Regina Familiae de Alcalá de Henares, advierte de que “no hay recetas mágicas pues cada familia es un mundo”. Sin embargo, da siete pautas para guiar la relación de los hijos casados con sus padres.

1. Tus padres no son las personas adecuadas para desahogarte emocionalmente de los defectos de tu esposo o de tu esposa, porque creas alianza con ellos en detrimento de la unión esponsal y minas el afecto que le tienen a tu cónyuge.
2. Ante los conflictos, los límites los pones tú, como hijo, con tu familia. No tu cónyuge.
3. Establece límites siempre con respeto, valorando primero lo mucho que has recibido de tus padres: “Papá, te agradezco que... pero en esto te pediría que...”.
4. Nunca podrás ser feliz de espaldas a los que te han dado la vida.
5. No es necesario caer en la crítica a tus padres. Es más constructivo mostrar lo que sientes y piensas sobre el tema en cuestión.
6. No prives a tus hijos de sus abuelos, incluso en situaciones dolorosas. Los abuelos son importantes para tus hijos, por su paciencia, afecto y ternura, y por lo que supone de testimonio generacional, cultural y de fe.
7. Ante cualquier situación crítica, como en cualquier relación, siempre tienes la posibilidad de perdonar y de pedir perdón. Perdonar es una decisión y supone volver a creer en ti y buscar restablecer la alianza.

Superar las crisis es cosa de DOS

Averigua cómo hacer de las crisis una oportunidad de crecimiento en el matrimonio. Las crisis forman parte del matrimonio y nos indican que las estrategias que usábamos hasta ese momento ya no funcionan. Saber identificarlas y afrontarlas es la clave para madurar en la relación y evolucionar en nuestro matrimonio.

LOS MATRIMONIOS que duran toda la vida no lo logran porque hayan tenido suerte o la vida les haya regalado la felicidad. Los conflictos forman parte de la vida matrimonial, al igual que las crisis de identidad sobrevienen inevitablemente a las personas a lo largo de su vida para ayudarlas a seguir madurando.

Cuando un matrimonio está en crisis, es lógico que no apetezca estar con el otro, que no surjan espontáneamente las conversaciones, que haya cosas del otro que molesten... Si esto no ocurriera, realmente no se estaría en crisis. Pero las preguntas que debemos hacernos son: ¿quiero superar esta crisis? ¿Quiero dejar de sentir esto y de estar angustiado? Si es así, necesito poner toda la carne en el asador, justo cuando menos me apetece y más me cuesta. Necesito decidir sacar provecho de esta difícil etapa que me toca vivir con la persona que elegí para compartir mi vida y mis proyectos.

Origen de las crisis

La relación matrimonial tiene vida propia, una vida que pide avanzar, evolucionar, enriquecerse y madurar, y discurre a lo largo de los llamados “ciclos vitales de la familia”. Son etapas que todos los matrimonios van viviendo a medida que avanza

su relación, y cada cambio de etapa va asociado a una pequeña crisis, conocidas como “crisis normativas” (normales, naturales, sanas...). Aparecen cuando los matrimonios se encuentran en un momento de cambio vital, como puede ser la formación del propio matrimonio, el paso del matrimonio ideal al real (creado), la llegada del primer hijo, los hijos en edad adolescente o también la salida de los hijos

“Evitar las crisis sólo provoca un inmovilismo que desestabiliza a la familia”


del hogar (síndrome del nido vacío). Estas crisis aparecen porque las estrategias pasadas han dejado de resultar útiles y la familia se enfrenta a la incertidumbre que supone tener que aprender unas estrategias diferentes, adaptadas a las nuevas circunstancias o necesidades de los miembros del matrimonio y la familia.

Una vez detectado el origen de la crisis, resulta más fácil encontrar el camino que va a ayudar a salir de ella. Cuanto antes se aprenda aquello que

está pidiendo la crisis, antes se podrá dejar de sufrir y disfrutar de la nueva etapa que se nos presenta.

Adaptarse a los cambios

Las crisis son una gran oportunidad de crecimiento personal y matrimonial. La estabilidad del matrimonio nace justamente de permitir que este vaya evolucionando y adaptándose a los cambios que le pide la evolución natural de la vida. Sin las crisis, los matrimonios no pueden avanzar hacia la madurez. Un matrimonio que no acepta los cambios por el miedo que le genera no saber a dónde le llevan es un matrimonio rígido y con una elevada probabilidad de hacer enfermar a alguno de sus miembros. Por eso, evitar las crisis cuando han sobrevenido sólo provoca un inmovilismo que desestabiliza a la familia y a sus miembros.

La capacidad que tiene el ser humano para recomponerse de situaciones dolorosas y terribles es inmensa. Lo más importante es saber pedir ayuda y acudir a los distintos profesionales a tiempo, es decir, antes de que las personas se queden sin fuerzas, tomen decisiones drásticas y sin retorno, o lleguen a sufrir de tal manera que puedan enfermar por la situación que se ha creado. 





DECÁLOGO para afrontar UNA CRISIS

1 DETECTAR EL ORIGEN DE LA CRISIS. limitar los ámbitos conflictivos para que no tiñan toda la relación (a veces, las preocupaciones laborales, económicas o familiares pueden confundir) y pedir ayuda en caso de sentirse perdidos.

2 CONFIDENCIALIDAD. Procurar que no existan más que una o dos personas de confianza que conozcan la situación por la que el matrimonio está pasando.

3 NO BUSCAR CONFIDENTES DEL SEXO OPUESTO. Evitar a toda costa apoyarse en alguien del sexo opuesto (excepto que sea un familiar, director espiritual o profesional de la salud): en situaciones de crisis matrimoniales, somos especialmente receptivos a la comprensión y empatía de las personas más cercanas y uno se encuentra más vulnerable.

4 EVITAR TOMAR DECISIONES IMPORTANTES. En momentos de crisis las “gafas” que tenemos puestas tienen un cristal de niebla y nuestra visión se centra, fundamentalmente, en aquello que no funciona, y eso no nos deja ver todo lo demás.


5 TENER UNA VISIÓN MUY PRACTICA. No sirve de nada hacer una y otra vez algo que vemos que no funciona. Si uno cree que “echarle la bronca” a la persona que está al lado le va a hacer reaccionar, pero ve que no logra lo que desea, no por echársela más veces va a convertirse en una estrategia útil y fructífera. Por el contrario, sí hay que esforzarse en repetir aquellas estrategias que la experiencia demuestra que sí funcionan y que son fruto del esfuerzo y no de algo espontáneo.

6 LIMITAR LAS DISCUSIONES A AQUELLO QUE LAS HA ORIGINADO. Evitar a toda costa remontarse a situaciones pasadas (aunque uno sólo pretenda cargarse de razones) y poner etiquetas al otro.

7 HUIR DE LAS GENERALIZACIONES Y DE LOS ATAQUES. Esforzarse por plantear las cosas desde cómo uno subjetivamente las siente y las percibe, procurando mostrar los miedos e inseguridades, y, a su vez, prescindir de los ataques o del aislamiento, que suelen terminar en una lucha de poder.

8 APRENDER A FRENAR EL PRIMER IMPULSO. Hablar cuando el enfado, el malestar o la tristeza hayan pasado. De esta manera se puede conversar desde la serenidad personal y estar más receptivo a la hora de comprender al otro.

9 NO LLEVAR AL LÍMITE A LA OTRA PERSONA. Esforzarse por evitar la agresividad, los continuos comentarios críticos, la hostilidad y las malinterpretaciones.

10 CONFIAR EN LA DECISIÓN ORIGINAL. Durante el tiempo que dure la crisis conviene confiar en la decisión que nos llevó a casarnos. Para ello hace falta distanciarse del propio malestar actual (si se desconoce cómo hacerlo, pedir ayuda); no buscar solucionarlo cuanto antes para que pase de una vez, sino darse tiempo para aprender lo que pide esa crisis, y recordarse continuamente que puede ser algo pasajero y enriquecedor, si se enfoca adecuadamente. Debemos buscar un sentido a esta etapa y tener claro el motivo por el que uno decide mantenerse en ese provisional camino de espinas. 



Una ITV matrimonial “para volver a mirarnos a los ojos”

El matrimonio es una carrera de fondo en la que hay diversas etapas. Para afrontar con éxito cada una de ellas es necesario pararse periódicamente a revisar los elementos que hacen posible el viaje compartido.

“CUANDO LLEVAS un coche a pasar la ITV, el coche funciona, pero allí le hacen una buena revisión. Con el matrimonio pasa lo mismo: el matrimonio ‘anda’ y a simple vista ‘funciona’, pero hay que hacerle con regularidad una buena revisión”, dicen **Margarita y Javier**, un matrimonio granadino afincado en Madrid, casados desde hace 22 años y padres de siete hijos, que dos veces al año reserva un sábado entero para participar en las ITV matrimoniales que organizan las parroquias San Manuel González y Nuestra Señora de Fuente del Fresno, junto al COF San Juan Pablo II, al norte de Madrid.

Estos encuentros, a los que cada vez acuden más matrimonios, comienzan con la Santa Misa, a la que siguen dos ponencias. Después se entregan a cada matrimonio unas preguntas para que las contesten primero por separado y luego las pongan en común, juntos, en un trabajo de diálogo matrimonial. Luego llega la comida, en la que se reúnen todas las familias (y sus hijos, que son atendidos por un servicio de guardería), y por la tarde

se concluye con un testimonio y un rato de adoración al Santísimo, en el que los esposos renuevan sus compromisos matrimoniales delante de Aquel que obró el milagro en la boda de Caná. Un momento en el que no pocos matrimonios rompen a llorar...

Temas prácticos

“Para nosotros es una ayuda práctica para crecer en la aventura que comenzó el día de nuestra boda. Si nuestro matrimonio marcha bien, nuestra familia irá bien, a pesar de las dificultades”, afirman Margarita y Javier.

En cada ITV se tocan temas muy variados, con un enfoque certero, profundo y también útil para el día a día: comunicación entre los esposos, cómo establecer prioridades, sexualidad, redescubrir el matrimonio como sacramento... “Todo eso nos ayuda a trabajar nuestra relación de manera muy práctica –afirman–. El matrimonio no es algo que sale solo, hay que invertir tiempo en él”. Además, participar en las ITV les da ocasión de comprobar que sus dificultades y alegrías

son comunes a los demás matrimonios. “Si ponemos en común lo que hemos escuchado, nos encontramos que son familias que quieren lo mismo que tú y tienen la ilusión de construir buenos matrimonios”.

Cada ITV ofrece la oportunidad de “revisar aquellas cosas que vemos que no marchan” y ponerse “con ilusión a renovar lo mejor que tenemos, que es nuestro matrimonio, para cuidarlo como un tesoro. Por eso vamos a dos ITV cada año. ¡Qué menos!”, exclaman Margarita y Javier.

Diálogo en profundidad

El nombre de ITV matrimonial surgió en una iniciativa para matrimonios en la parroquia Santa María de Caná, en Pozuelo (Madrid). Desde entonces se han ido propagando por otras parroquias de Madrid y del resto de España bajo esa misma nomenclatura. **José María Marín**, párroco de San Manuel González, explica que el objetivo de sus dos ITV anuales es “facilitar que los matrimonios hablen con tranquilidad. No son tan



importantes las ponencias como permitir el diálogo de los esposos sobre temas que a veces son difíciles de sacar en el día a día. Es muy fácil que marido y mujer acaben viviendo en paralelo, gestionando problemas pero sin hablar en profundidad”.

Cada vez más... y mejor

A la primera ITV que organizaron acudieron 16 matrimonios, y a la última se apuntaron 160, para los que ofrecieron un servicio de guardería que acabó acogiendo a más de 400 niños. En total, en los últimos cinco años, por las ITV de estas parroquias madrileñas han pasado cerca de 1.000 matrimonios.

“Los matrimonios repiten e invitan a sus amigos –afirma José María al explicar los frutos más inmediatos de la iniciativa–. Les ayuda a plantearse cosas, a hacer propósitos... Hay quienes se ponen como norma hacer regularmente un parón entre todo el jaleo diario para dialogar, otros para salir juntos una vez a la semana... A los que necesitan más ayuda les orientamos al COF. Hay otros matrimonios que han decidido tener otro hijo gracias a la ITV. Y luego están los pequeños gestos, como una mujer que después de una ITV me decía: ‘Es la primera vez que mi marido me regala flores’”.

Con un matiz importante: las ITV son matrimoniales, no familiares, porque están enfocadas a que el matrimonio respire. No es un foro para aprender herramientas de organización familiar o de educación de los hijos.

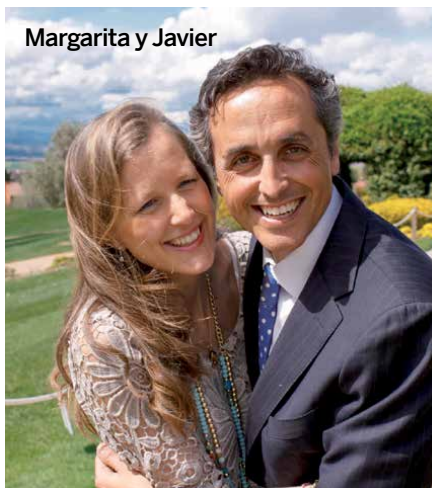
Así lo experimentaron **Mamen** y **Jesús**, un matrimonio de Elorrio (Vizcaya) que participó este año en la ITM (Inspección Técnica Matrimonial) de espiritualidad diocesana en Vitoria.

PARA SABER MÁS

Aunque la fórmula de las ITV matrimoniales se está extendiendo por toda España, aún no ha llegado a todos los matrimonios. Por eso, los párrocos de San Manuel González y Nuestra Señora de Fuente del Fresno, junto al capellán de la UNAV en Madrid publicaron el libro *¿Has pasado la ITV en tu matrimonio?* (Palabra, 2019), en el que ofrecen algunas de las intervenciones que ha acogido esta iniciativa en los últimos años. Por sus páginas desfilan las palabras del obispo José Ignacio Munilla, de los expertos en matrimonio y familia Sofía Ariza y Carlos Chiclana, y de los sacerdotes Nicolás Álvarez de las Asturias y Javier Sánchez-Cervera, quien concluye: “Cuando dos esposos unidos por el sacramento del matrimonio se toman de la mano, se dan un beso o expresan su amor de cualquier modo, aman a Cristo presente en el cónyuge, y Cristo les ama entregándoles su gracia y renovando su amor, haciéndolo mejor, más abundante y más sabroso”.



Mamen y Jesús




Margarita y Javier

“Fue bastante impactante”, reconocen, porque “nos recordaron la importancia de ‘mimar’ nuestra relación”.

Con fecha de caducidad

Después de la preparación que se da a los novios antes de casarse, muchos matrimonios como el suyo no tienen oportunidad de “refrescar” aspectos básicos de su relación. Tras 16 años de casados y cuatro hijos, Mamen y Jesús salieron de la ITM con dos compromisos: reservar hora y media a la semana, sin niños, para cenar y hablar; y limitar el tiempo que dedican al móvil cuando están en casa. “Nos sirvió para parar, reflexionar y ponernos en marcha otra vez –afirman–. La vida te lleva muchas veces a un ritmo que te impide darte cuenta de para qué vives. Sin querer se va introduciendo la rutina o puedes estar tan volcado en los hijos que descuides tu matrimonio”.

Por eso “es imprescindible volver a mirarnos a los ojos y hacer memoria de la aventura en la que nos hemos metido juntos. Mi marido y yo decimos que esto debería ser obligatorio para todos los matrimonios”, afirman entre risas.

Así, como en las revisiones de los coches, las ITV matrimoniales tienen fecha de caducidad porque el matrimonio ha de renovarse con regularidad. Como afirman Margarita y Javier, “tenemos que seguir cuidando nuestro matrimonio porque al final se trata de cuidar y construir nuestro camino hacia el Cielo”. 

No son foros sobre educación u organización familiar, sino encuentros para “refrescar” el matrimonio

PROYECTO AMOR CONYUGAL

Un itinerario espiritual para matrimonios católicos

En pocos años, Proyecto Amor Conyugal se ha extendido a 45 diócesis en España. Su demanda es tal, que en cuanto se abre la inscripción a un nuevo retiro, las plazas se llenan en cuestión de minutos. Ya ha llegado también a países como Luxemburgo, Inglaterra, Argentina, Estados Unidos, Uruguay... Y las invitaciones para extenderse allende los mares les llegan de continuo.

JOSÉ LUIS Y MAGÜI son los creadores del Proyecto Amor Conyugal, un itinerario para matrimonios que comenzó gracias a una fuerte experiencia de encuentro con la Virgen que vivieron en Fátima. Allí habían acudido en una peregrinación de su parroquia, en una etapa de crisis matrimonial. Y entonces comenzaron una andadura que los llevó a descubrir la Teología del Cuerpo de **san Juan Pablo II**, recogida en 129 cate-

quisis que el Papa polaco pronunció semanalmente durante cinco años: entre 1979 y 1984.

Sofía Juste y **Ángel Pedrós** (matrimonio tutor de este Proyecto) conocieron a José Luis y Magüi en un viaje a Madrid. “Llevábamos un tiempo estudiando la Teología del Cuerpo y nos parecía una maravilla, pero nos resultaba muy elevada y teórica. No sabíamos cómo aterrizarla en nuestro matrimonio”, cuenta Sofía. “El día que conocimos a José Luis y Magüi nos quedamos charlando con ellos hasta las tres de la mañana, porque vimos que ellos habían logrado llevar esa teoría a la práctica”, precisa Ángel.

Desde ese momento, cada vez que los fundadores de este Proyecto viajaban a Madrid se reunían con grupos de matrimonios. “Organizamos un grupito que iba rotando por diferentes casas, y así estuvimos un año y medio. En 2016, ellos nos anunciaron que iban a organizar un retiro donde resumirían la Teología del Cuerpo que habían estado repasando en sus grupos de matrimonios”, recuerda Sofía.

Retiros y catequisis

Así tuvo lugar en Málaga el primer retiro de Proyecto Amor Conyugal, que se fue extendiendo a Sevilla, Córdoba, Jerez, Madrid, Barcelona, Salamanca, Valladolid, Pamplona, Valencia, Toledo... Ya más de 10.000 matrimonios han participado de esta experiencia de 48 horas (de viernes a domingo) que “permite que te enamores de tu vocación matrimonial. Ahí te das cuenta de que el matrimonio es un camino de felicidad, no un intento por sobrevivir en una mera convivencia pacífica”, aseguran **María José Lucena** y **Agustín Conde**, otro matrimonio tutor.

Después del retiro, los matrimonios pueden continuar la experiencia en grupos de catequisis mensuales que se organizan en parroquias. “Una vez haces el retiro, te quedas deslumbrado y caes en la cuenta de la belleza

“El matrimonio es un camino de felicidad, no un intento por sobrevivir en una mera convivencia pacífica”

Matrimonios tutores



Ángel Pedrós y Sofía Juste, María José Lucena y Agustín Conde

del matrimonio. Entiendes que necesitas seguir formándote, porque si vives el matrimonio como Dios lo pensó, te puede hacer inmensamente feliz”, dice Agustín.

Abierto a todos

Proyecto Amor Conyugal está abierto a todos los matrimonios: “Los que se lleven bien, regular o fatal; aquellos que pertenecen a un movimiento de la Iglesia o a ninguno”, comenta Agustín. “Si estás bien en tu matrimonio, Proyecto Amor Conyugal te ayuda a poner a Dios en el centro; si tienes una crisis puntual, la sanas; y también ha ayudado a matrimonios que tenían ya puesta la demanda de divorcio o en los que uno de los dos había tomado la decisión de irse de casa”, añade Sofía.

“Nosotros no veníamos de vivir un matrimonio en estado de destrucción radical –señala Agustín–. Nos habíamos llevado siempre bien”. María José, su mujer, puntualiza: “Fuimos al retiro por buscar un camino en la fe que pudiéramos vivir juntos como matrimonio, pues hasta entonces habíamos vivido una espiritualidad cada uno por separado. Ahí vimos que el matrimonio es realmente una vocación querida por Dios, porque hasta

Además de los retiros de fin de semana y de las catequesis mensuales, Proyecto Amor Conyugal ofrece **acompañamiento semanal de un matrimonio tutor** a las parejas que lo deseen. “Nos dedicamos a ayudar a los matrimonios a poner a Dios en el centro de su relación. Y cuando lo haces, alcanzas esa unión que da la felicidad en el matrimonio”, explican **Sofía y Ángel**. Y esas tutorías son un camino de doble sentido, pues tal como comentan **María José y Agustín**, “la grandeza de Proyecto la hemos descubierto a base de servir a otros matrimonios. Cada vez que ayudamos a otros, profundizamos aún más en lo que hemos aprendido”.


entonces pensábamos que Dios prefería la vocación religiosa y los demás éramos el cajón de sastre. Y lo cierto es que si tu vocación es el matrimonio, se concreta en tu esposo, y en él está tu respuesta a Dios”.

Y es que, según lo han contado José Luis y Magüi en distintas ocasiones, Proyecto ofrece ese camino para vivir la espiritualidad matrimonial. Ellos se han encontrado con matrimonios donde uno de los dos cónyuges es más religioso y se refugia en Dios, dejando de lado al otro, “pero Dios no quiere eso”, aseguran. También otros, de misa diaria y que llevan muchos años intentando ser santos, “pero a quienes nadie ha orientado en su vocación

matrimonial y lloran emocionados al encontrar estas catequesis”, comentan en sus charlas.

Una ayuda adecuada

Al preguntarles a estos matrimonios tutores cómo les ha ayudado Proyecto Amor Conyugal en su vida diaria, Ángel comenta que él ha entendido que realmente “el cónyuge es la ayuda adecuada que Dios ha puesto a tu lado para que seas feliz. Lo dice el Génesis: ‘No es bueno que el hombre esté solo, voy a hacerle su ayuda adecuada’. Entonces empiezas a ver que todas las diferencias que tenemos (carácter, forma de ser, etc.) que antes eran motivo de discusiones, te complementan y, si las pones a trabajar juntas, lo que sale de ahí es muchísimo más fuerte”.

Como remarca Sofía, vivir esa complementariedad no es una utopía: “Hemos visto que encajamos a lo bestia, con todas nuestras diferencias. Porque, además, sus defectos me ayudan a crecer, y viceversa. ¡Es una manera tan bonita de vivir la diferencia! Y, además, es posible”. 

Más información: en el capítulo 2 de la serie Hagan Lío de Infinito+1 “Proyecto Amor Conyugal: La receta para vivir el amor verdadero en tu matrimonio”, disponible en YouTube.

Orar juntos: el diálogo que pasa por Cristo

“Lo que más me ha ayudado de Proyecto Amor Conyugal –relata Sofía Juste– es descubrir la oración conyugal. Al principio nos costaba muchísimo porque llevamos toda la vida escuchando ‘tenéis que rezar juntos’ y entonces rezábamos un Padrenuestro o un Rosario... Con Proyecto hemos aprendido a hacer oración juntos”. Su marido, Ángel Pedrós, explica que san Juan Pablo II se remitió al Génesis y ahí vio que al atardecer Dios se paseaba por el jardín para estar con Adán y Eva. “Y de eso se trata la oración conyugal: de buscar un momento del día para estar los dos a solas con Dios. Son veinte minutos donde Sofía y yo nos ponemos

en presencia del Señor, leemos el Evangelio del día, las meditaciones del Evangelio que aparece en la web de PAC (proyectoamorconyugal.es) y, luego, cada uno va hablando con Dios en alto”. Gracias a esta oración, ellos han notado que ciertos temas que antes desembocaban en una discusión, llevados a la oración se acaban solucionando. “Cuando dejas la comunicación en el plano humano, hay temas en los que nunca te pones de acuerdo. En cambio, en la oración, en vez de confrontarnos el uno al otro, miramos hacia arriba y las cosas empiezan a encajar, porque el diálogo lo hacemos pasando por Cristo”, aseguran.

TALLERES MATRIMONIALES FORTA

“Soy la mano de Dios que te acaricia en Su nombre”

La Obra Familiar de Schoenstatt organiza el FORTA, un taller de fortalecimiento matrimonial que está cambiando la vida de muchos esposos. Y aunque lo que pasa en el FORTA se queda en el FORTA, *Misión* te desvela parte de sus secretos.

UN EQUIPO de matrimonios y un sacerdote es todo lo que hace falta para redescubrir tu matrimonio. Esa es la experiencia del FORTA, un taller de fortalecimiento matrimonial que lleva más de 30 años funcionando en América y que aterrizó en España de la mano de la Obra Familiar de Schoenstatt.

Se trata de un taller, no de un retiro, “un fin de semana donde hay dinámicas y actividades, todo de un modo muy vivencial”, afirman **Belén** y **Tano**, quienes junto a otros matrimonios organizan el FORTA en España. “Buscamos la interacción en el matrimonio, para que se reencuentren entre sí, y ambos con Dios”, añade.

Este taller de fortalecimiento matrimonial nació en México en 1985 dentro de la dinámica de matrimonios de Schoenstatt, y de ahí “voló” a otros

países de América, desde Chile a Estados Unidos. En 2015, un grupo de matrimonios españoles, entre los que se encontraban Belén y Tano, viajaron a Costa Rica a vivirlo, con la idea de traerlo a España.

Desde entonces lo organizan una o dos veces al año para otros matrimonios. La siguiente edición será en Madrid del 27 al 29 de septiembre (2024). Quien quiera ir, puede apuntarse por email desde su web. Y algo importante: hay posibilidad de recibir una beca “para que nadie se quede sin vivir esta experiencia”.

“En el taller FORTA redescubres que sí se puede ser feliz en el matrimonio”

El meollo de la cuestión es: ¿en qué consiste el FORTA? Por las palabras de Belén, parece un regalo para el matrimonio del que es mejor no saber nada antes, porque merece la pena esperar a abrirlo cuando se participa. “¡No podemos contar prácticamente nada!”, dicen entre risas Belén y Tano. Y uno no puede dejar de pensar que si cada vez más matrimonios quieren hacerlo, será por algo. Lo que sí piden es que quien quiera hacerlo “venga con una actitud de apertura, abandono y confianza. Lo único que les pedimos a los matrimonios es que se dejen llevar”, dicen.

Sorpresas, no secretismo

Pero como las sorpresas no son sinónimos de secretismos, sí explican que, a través de distintas dinámicas de pareja, individuales y en grupo, durante dos días, el taller les lleva en un ritmo *in crescendo* en el que los esposos redescubren “que sí se puede ser feliz en el matrimonio”, así como la importancia de “incluir” a Dios y a la Virgen en la vida diaria.

“Les invitamos a construir a partir de lo que hay, no forzamos nada”, dice Belén. Eso sí, el FORTA no está dirigido a matrimonios en grave crisis, sino a aquellos con “cierto recorrido vital en el que se ha dado alguna evolución”. Esto es clave, porque “todos sabemos que el día a día va comiendo





Carlos y Sonsoles, miembros del equipo que organiza el FORTA en España

al matrimonio: hijos, crisis económica, pandemia, trabajo... nos hace aparcarse lo importante y priorizar lo urgente”, señalan. Eso hace “que nos olvidemos de qué fue lo que nos enamoró”.

En este sentido, FORTA está muy enfocado a “desempolvar el cariño y el amor de los esposos”. Es como un “reencantamiento” que les permite “mirarse a los ojos y repetir aquello que se decían cuando eran novios”.

Frutos elocuentes

Si antes del FORTA conviene no saber nada, los frutos posteriores son elocuentes. “Doy gracias a Dios por ser la mano que te acaricia en su nombre”, dijo un participante a su mujer nada más acabar el taller, encantados de haber vivido la experiencia.

Es una impresión que comparten **Fernando y Carmen**, que hicieron el taller hace un par de años. Con 19 de casados y tres hijos, era el momento ideal: “Un amigo que lo había hecho nos invitó, diciendo que iba a ser un regalo para nosotros. Y lo fue”, aseguran. “No teníamos ni idea de a lo que íbamos. Somos católicos practicantes sin mayúsculas, y nos daba un poco de pereza, pero la realidad nos sobrepasó”, reconocen. Ahora afirman entre


risas que “lo único malo es que no se puede repetir”.

En esos dos días aprendieron mucho sobre espiritualidad e intimidad matrimonial. “No es algo introspectivo, ni te sientes forzado a nada. Es sólo descubrir algo que está ahí, a tu alcance, y no te habías dado cuenta. El matrimonio no es sólo gestionar, es una forma de vivir, con muchísimos elementos que no valoramos”, dicen.

Ellos salieron con la conciencia de tener una misión en la vida, “todo muy

“FORTA sirve para descubrir algo que está ahí y no te habías dado cuenta”

normal: vivir juntos, con los hijos, el día a día... pero de otra manera”. Ambos “redescubrimos la inocencia de ver al otro por primera vez, de cuidarlo, porque es un regalo de Dios para ti”.

La experiencia es tan fuerte que los días siguientes “estás como en una nube”, pero poco a poco se afianza lo vivido “y sales contándoselo a todo el mundo”. Y empezando por casa, porque “ahora rezamos en familia y los dos solos. ¡Es impresionante los frutos que da el FORTA!”. 

“YA NO NOS DEDICÁBAMOS TIEMPO EL UNO AL OTRO”

La experiencia del FORTA es tan fuerte que ha llevado a otros matrimonios a involucrarse en la preparación de los talleres. Es el caso de **Mer y Héctor**, que hicieron su taller en 2018 al cumplir diez años casados, y que ahora están en el equipo que organiza esta experiencia que les cambió la vida. En su matrimonio “la rutina había hecho que habláramos de cosas logísticas como compañeros de piso, sin tiempo de calidad para nosotros. Estábamos metidos en el trabajo y en

los hijos, pero sin dedicar tiempo suficiente el uno al otro”. El FORTA les sorprendió, sobre todo cuando encontraron matrimonios que llevaban 50 años casados: “Comprobamos cómo se querían”. Para ellos el taller fue “una manera de reenamorarnos, de reencontrar el primer amor”, dicen. Ese fin de semana se plantearon cuál iba a ser su apostolado juntos, más allá de sus hijos, y de ahí nació la idea de incorporarse al FORTA. “Es una experiencia más rica

incluso que cuando la vives por primera vez”, afirman, conscientes de que “Dios te usa para llegar a ciertas personas, y eso es un privilegio. ¡Es brutal ver cómo cambian la cara en dos días!”. ¿Y es sostenible el FORTA tras la vuelta a casa? “Sin duda –responden–, te llena el depósito para mucho tiempo, y te da herramientas prácticas para tu día a día. Este taller está hecho para volver a enamorarte de tu marido, de tu mujer. ¿Hay algo más importante que eso?”.



Un grupo de matrimonios durante el FORTA

Por **Marta Peñalver**

Fotografía: **Cortesía de Sponsus**

Germán y Rocío son hoy el matrimonio coordinador de Sponsus en Valencia



SPONSUS: UN ITINERARIO PARA MATRIMONIOS

“Sponsus nos ha permitido vivir el matrimonio que el Señor había pensado para nosotros”

Nacido en Italia, este programa para matrimonios llegó a España de la mano del Regnum Christi, ¡y ya ha transformado muchas vidas!

GERMÁN MARCO y **Rocío Jiménez** vivieron un noviazgo cristiano y se casaron convencidos de que su matrimonio sólo iría bien si ponían a Dios en el centro. Sin embargo, a pesar de haberse preparado a conciencia para recibir el sacramento y de ser los dos miembros del Regnum Christi, con el tiempo han entendido que no conocían en profundidad la belleza y la grandeza del matrimonio cristiano. Y es que, según explica a *Misión* este matrimonio valenciano, “gracias a Sponsus nos dimos cuenta de que el día de nuestra boda habíamos recibido algo bellísimo, pero no fuimos del todo conscientes de ello”.

El primer eslabón

Sponsus comienza con un seminario de un fin de semana en el que “los matrimonios profundizan en su unión con Dios y descubren que Jesús es el verdadero esposo del matrimonio”,

explica el padre **Manuel Aromir LC**, portavoz de Sponsus. Pero el fin de semana es sólo el primer eslabón de una serie de seminarios que trajo a España el padre Manuel gracias a que la Providencia le hizo conocer al padre **Renzo Bonetti**, el sacerdote italiano que lo desarrolló. “Me cautivó su modo de hablar del matrimonio y de la familia”, explica Aromir.

El padre Bonetti había sido responsable de la Pastoral Familiar de la Conferencia Episcopal Italiana durante nueve años y rector del seminario de Verona. Hasta que en un momento de su vida vio que

“Con Sponsus aprendimos a ser uno entre nosotros, y uno con Cristo”

Equipos de matrimonios

Sponsus se enmarca en el proyecto “Mistero Grande”, una metodología nacida en Italia que los matrimonios tienen que vivir en primera persona para lograr captar toda su belleza. “Queremos que los matrimonios puedan vivir esta experiencia desde cero, y que les impacte tanto como lo hizo con nosotros”, explica el padre **Manuel Aromir**. Cuando terminan el seminario pueden continuar su formación en un itinerario de encuentros matrimoniales, participar de las actividades del Regnum Christi y comenzar a formar parte de una comunidad cristiana. Pero Sponsus no es un apostolado exclusivo para miembros del Regnum Christi. Está abierto a todo matrimonio que quiera profundizar en la belleza de este sacramento. Más información en: www.regnumchristi.es/matrimonio

Dios lo llamaba con fuerza a dedicarse de lleno a la pastoral familiar y matrimonial.

Un tesoro para compartir

Tan pronto Germán y Rocío conocieron este itinerario se sintieron llamados a comunicar a otros esta grandeza que acababa de transformar su matrimonio. Para ellos fue una auténtica revelación descubrir la figura de Jesús esposo entre ellos, tanto así que “ya en el viaje de vuelta queríamos que todos los matrimonios pudieran experimentar lo que nosotros acabábamos de vivir”.

De esto han pasado ya más de tres años y, haciendo balance, aseguran que Sponsus les ha cambiado radicalmente la vida. “Hemos dejado de vivir una espiritualidad individual para empezar a practicar una espiritualidad conyugal. Aprendimos a ser uno entre nosotros, y a ser uno con Cristo. Este es el matrimonio que el Señor había pensado desde el origen para nosotros”, asegura este matrimonio hoy encargado del programa en Valencia.

Misión

**¿Te cuesta hablar con
tus hijos de sexo?**

**Descarga gratis nuestra
guía afectivo-sexual**

¿Quieres saber cómo hablar con tus hijos de sexualidad?
La revista *Misión* te ofrece una completa guía
para ayudarte en la educación de tus hijos.
Y lo mejor de todo... ¡Gratis!


Disponible en nuestra página web:

www.revistamision.com/guia-afectivo-sexual/

Por **Ángeles Conde Mir**

Fotografía: **Daniel Ibáñez**

y cortesía de la editorial Palabra



“CHIARA NOS ENSEÑÓ A SER FELICES YA EN ESTE MUNDO”

Cuando **Enrico Petrillo** y **Chiara Corbella** estaban esperando a su hijo **Francesco**, a ella le diagnosticaron un cáncer muy agresivo. Juntos decidieron posponer el tratamiento para no perjudicar al niño y que pudiera nacer sin problemas. Finalmente, Chiara falleció a los 28 años, un año después de que Francesco naciera totalmente sano. Enrico nos cuenta su historia.

TRAS UNA larga semana de trabajo, el viernes por la noche, **Enrico Petrillo** nos cita en su casa, en Roma, para charlar sobre **Chiara**, su mensaje y la increíble historia que vivieron juntos, no exenta de sufrimiento y pruebas y, al mismo tiempo, rebosante de amor.

En su rostro se refleja el cansancio. Estamos hablando de un padre que cría solo a su hijo niño y que, por si fuera poco, se ha enfrentado en otras ocasiones a la enfermedad. Cuando lo entrevistamos acababa de atravesar una miocarditis y una pulmonía. Había estado dos semanas en aisla-

miento porque los médicos llegaron a pensar que tenía tuberculosis. Por eso, dice que en esos meses vivió “otros miedos”. “No el de morirme yo”, puntualiza, “sino el miedo terrible de dejar solo a mi hijo **Francesco**”. Dice que llegó a pensar que Dios iba a permitir que muriese porque es consciente de



Chiara, en el tramo final de su enfermedad, con el padre Vito, su director espiritual



El 2 de mayo de 2012, el Papa Benedicto XVI les recibió en el Vaticano

que, en ocasiones, “Él tiene un proyecto que no siempre está claro”. Pero estas son tan sólo las primeras pinceladas de nuestra conversación. Antes de profundizar más en su vivencia con Chiara, interrumpe mi pregunta inicial y se pone en pie. “¿Podríamos rezar antes de empezar a hablar, no?”

Es Enrico Petrillo, marido y padre. Trabaja como fisioterapeuta en un hospital de enfermos terminales y, hace cuatro años, se quedó viudo. La historia con Chiara, su esposa, comenzó en el verano de 2002, cuando se conocieron en Medjugorje. Se casaron seis años después, el 21 de septiembre de 2008. A los pocos meses, Chiara se quedó embarazada de su primogénita, **Maria Grazia Letizia**. Hasta aquí, la historia es semejante a la de cualquier otro matrimonio joven. Sin embargo, con las primeras ecografías llegó la primera prueba de fuego: la pequeña sufría anencefalia, una malformación que, generalmente, provoca el fallecimiento del bebé poco después de nacer. A pesar de la condena a muerte que pesaba sobre su hija, Maria Grazia “les hizo abrir su corazón, abrió la puerta a la gracia y entró el amor verdadero, la eternidad”. Chiara no dejaba de repetir que “cada patadita de la niña era un regalo”. Vivió media hora. Para el funeral de Maria Grazia, Enrico preparó un recordatorio con una sencilla frase: “Nacemos para no morir nunca”. Era la primera vez que

sus amigos y familiares la leían. Esta frase, que da título al libro en el que se narran las vivencias de este matrimonio, resonó a lo largo de cada paso del camino. Enrico explica a *Misión* que se la oyó decir a un catequista, enfermo terminal de cáncer: “Se me grabó en el corazón. Forma parte de esas cosas que Dios envía para que se te queden”.

“Juntos, era bonito fiarse y caminar en este valle oscuro, donde sentíamos que alguien nos conducía aunque no viéramos”

“¿Por qué el libro?”, preguntamos a Enrico. Responde, con enorme naturalidad, que a su historia con Chiara le han añadido elementos “románticos” que no hacen justicia a la realidad de los hechos. “Quería contar lo que pasó, pero no idealizarlo”, explica.

“Llueve sobre mojado”

Volvemos al pasado de nuevo y hablamos de su segundo hijo, **Davide Giovanni**. Pocos meses después de la muerte de Maria Grazia, los Petrillo esperan de nuevo la llegada de un bebé. En esta ocasión, el niño viene con graves e insólitas malformaciones. En palabras del genetista: “Llueve sobre mojado”. Era un matrimonio jovencísimo para el que se repetía la misma historia. Se preguntaban si debían cerrarse a la vida. La respuesta de Enrico fue contundente: “Si Dios crea la vida para la eternidad, ¿debo yo negarme a ella?”. “Sí,

Chiara abraza a su segundo hijo, Davide Giovanni, que falleció pocos minutos después de nacer. El día del funeral, colocaron un cartel en la parroquia que rezaba: “Lo importante en la vida no es hacer algo, sino nacer y dejarse amar”



muchas veces nos hemos hecho esa pregunta, ‘¿dónde me está llevando Dios con estas pruebas?’. Era bonito fiarse y caminar juntos en este valle oscuro, donde sentíamos que alguien nos conducía aunque no viéramos”, recuerda. “Todo escapaba a cualquier lógica humana pero yo estaba en paz”, cuenta en el libro.

Con esa paz recibieron a Davide Giovanni que, después de 38 minutos, “nacido al Cielo”, relata Enrico. Chiara escribe en marzo de 2010 que el pequeño Davide “ha vencido nuestro ‘derecho’ a desear un hijo que fuera para nosotros, porque él era sólo para Dios”. En ambos casos, Enrico asegura que, pese a las malformaciones de sus hijos, la palabra “aborto” nunca pasó por su mente. “Para nosotros, no existía el problema de elegir”. “Pero ¿estabais contra el mundo?”, le preguntamos. “Más que tener al mundo en nuestra contra, estábamos con el Señor. En el momento en el que te lo preguntas, es como si hubieras abierto el diálogo y la posibilidad de otra cosa”.

La enfermedad

Después de ambas experiencias, muchos les recomendaban abandonar la idea de tener hijos biológicos. Otros, que esperasen. Pero “la idea de esperar nos entristecía”, en palabras de Chiara. Una vez más, no pasó mucho tiempo hasta que Chiara volvió a quedarse embarazada. Antes de descubrirlo, se notó un afta en la lengua, pero no le dio importancia. La llaga comenzó a crecer a medida que lo hacía su vientre. Esperaban a Francesco quien, según todas las pruebas, venía absolutamente sano.

Cuando visitamos a Enrico en su casa, Francesco lleva durmiendo un rato. Enrico nos cuenta que le suele



Nacemos para no morir nunca

“La vida es un regalo maravilloso”, decía Chiara, la joven italiana que murió a los 28 años. Llevaba cinco meses embarazada de su tercer hijo cuando le descubrieron un cáncer de lengua. Decidió posponer el tratamiento hasta que naciera su hijo para no correr el riesgo de perjudicarlo. ¿Cómo puede la muerte de una mujer tan joven ser testimonio de que la vida es un don maravilloso? Este libro de la editorial Palabra (2015) narra su historia, la de su marido Enrico y la de sus hijos.

“Pese a la cruz que vivíamos, sentíamos cerca la presencia del Señor; por eso, hemos reído y bromeado hasta el último momento”

cantar una nana, “Dolce sentire”, el Cántico de las Criaturas de San Francisco de Asís, en la versión de la banda sonora de la película Hermano Sol, Hermana Luna, de **Franco Zeffirelli**. Asís fue una figura muy importante en la historia del matrimonio. Allí conocieron a su director espiritual, el **padre Vito**, que hoy sigue

acompañando a Enrico. Dice que sin Asís, probablemente, su matrimonio no habría existido. En marzo de 2012 llevaron al pequeño Francesco a la Porciúncula, para encomendarlo a la Virgen María. Los pequeños Maria Grazia Letizia y Davide Giovanni “nacieron al Cielo” portando una Tau en el cuello.

Sonreír hasta el final

Regresamos a 2011. La herida de Chiara en la lengua seguía creciendo y tras someterse a unas pruebas, es operada en marzo. Tenía un carcinoma. Ante esta situación, Chiara no se quejó y, de hecho, afrontó esta nueva prueba con una sonrisa. “Pese a la cruz que vivíamos, sentíamos cerca la presencia del Señor; por eso, hemos reído y bromeado hasta el último momento. Esto nos maravillaba también a nosotros mismos. Chiara sonreía siempre”, recuerda Enrico.

Transcurrido un tiempo, Chiara no podía hablar ni tragar, y los dolores eran cada vez más intensos. En el hospital, pedía calmantes, pero, como estaba embarazada, no podían suministrarle nada que aliviara su dolor. La de marzo era la primera fase de su tratamiento. Proponen al matrimonio anticipar el parto para que, así, Chiara pueda someterse cuanto antes a la quimioterapia y a la radioterapia. La idea era que naciese a los siete meses, pero se niegan. La madre lo tiene claro: no sometería a ningún riesgo a su hijo. Finalmente Francesco nació en la semana 37, el 30 de mayo de 2011. No había tiempo que perder para la segunda intervención, con la que limpiarían sus ganglios y la someten a cirugía dos días después.

Enrico, en el salón de su casa, contempla la fotografía de Chiara junto a su hijo Francesco



El padre Vito decía que ver a Chiara era como ver el cuerpo martirizado de Cristo el día de Viernes Santo. “Si aceptas el bien, ¿por qué no aceptar el mal?; está escrito. Cuando Jesús está en la Cruz, la única persona que le dirige la palabra es otro que, como Él, está en la Cruz. Cuando padeces esos momentos de sufrimiento, tu amistad con el Señor se fortalece. También te das cuenta de que el sufrimiento es un regalo, porque pone en orden algunas cosas de la vida y te das cuenta de quién eres”, asegura Enrico.

Chiara comienza el tratamiento: cinco días de radioterapia a la semana y una sesión de quimioterapia cada veintiún días. Después de un duro verano, los exámenes parecen revelar una mejoría, pero, a finales de marzo de 2012, los peores temores se hacen realidad: hay metástasis en un pecho, el hígado, los pulmones y un ojo. Chiara permanece en el hospital recibiendo antibióticos y siendo sometida a nuevas pruebas. Era Pascua. Mientras tanto, Enrico permanece en casa cuidando de Francesco: “Fue una de las semanas más horribles, pero el Señor nunca nos ha desilusionado”.

Para Enrico, el tumor de Chiara era como la tercera pregunta de Jesús a Pedro tras la Resurrección. Su res-

“Cualquier cosa que hagas sólo tendrá sentido si piensas en la vida eterna. Si amas de verdad, te darás cuenta de que nada te pertenece”

puesta, como la del apóstol: “Señor, tú sabes que te amo”. “Sería perfectamente comprensible que estuvieses enfadado, ¿lo estás?”, preguntamos a Enrico. “Es una elección. Podría estar enfadado, sí. Si así lo eliges, puedes tomar las decisiones de tu vida junto al Señor o puedes elegir hacerlo sin Dios. Nunca me he enfadado porque el Señor estaba en nuestra vida y sabíamos que Él es un Padre bondadoso”.

Morir feliz

A finales de mayo Chiara está sufriendo un auténtico calvario, durante el que permanecía aferrada, más que nunca, a la cruz. El 12 de junio comienza a agonzar, pero mantiene una enorme serenidad y lucidez. Su marido recuerda que vio a Chiara “morir feliz”. “No era la felicidad de la sonrisa, porque cuando mueres no hay sonrisa, pero era la alegría profunda de quien sabe adónde va. Chiara no sólo ha muerto serena, era algo más. Era como observar una de esas imágenes de Cristo sonriente en la Cruz”.

“Francesco siempre dice que tiene una madre en el Cielo y un padre en la Tierra”. Antes de dejar este mundo, Chiara escribió una carta al pequeño en la que le pedía que siempre se fiara de Dios. “Hace poco le leí la carta, y le hizo mucha ilusión”.

Enrico y Chiara tuvieron tres hijos, pero, fruto de su matrimonio, nacieron muchos otros “hijos espirituales”. “Humanamente, habría preferido que

Chiara estuviera aquí, envejecer con ella, pero, al mismo tiempo, queda este consuelo: muchos niños han nacido porque sus padres oyeron el testimonio de Chiara cuando nació nuestra primera hija y deciden llevar adelante el embarazo. Este pensamiento me llena el corazón de gratitud”. Tenía 28 años y murió rodeada de familiares y amigos. “Uno de los mensajes más bonitos que nos brindó es que se puede ser feliz ya en este mundo, pese a todo. Si tienes como referencia la eternidad, todo lo que sucede es poco en realidad”. Así se lo escribió Chiara a su pequeño: “Cualquier cosa que hagas sólo tendrá sentido si piensas en la vida eterna. Si amas de verdad, te darás cuenta de que nada te pertenece, porque todo es un regalo”. Como la misma vida de Chiara, una vida eterna porque nació para no morir jamás.

Enrico y Chiara, en el día de su boda, el 21 de septiembre de 2008



Una apuesta total

Convivían sin estar casados, tenían dos hijos en común y llevaban muchos años alejados de Dios. En esta situación, y a raíz de la conversión de él, decidieron dar un vuelco a sus vidas. Deseaban casarse, pero José María llevaba nueve años con un proceso de nulidad abierto. “Vi claramente que no obtendría la nulidad matrimonial si no apostaba al cien por cien por el Señor”.

NO ES sencillo explicar la rocambolesca, pero sobre todo providencial, historia de **José María Zavala y Paloma Fernández**. Es uno de esos renglones torcidos que sólo Dios puede enderezar un día. Se conocieron en una cena con amigos en casa de él y enseguida se enamoraron. A los tres meses, ella se quedó embarazada y, tras este primer hijo, el segundo no se hizo esperar mucho. Ambos procedían de matrimonios previos, pero tenían la certeza de que eran nulos, es decir, que en realidad nunca habían existido. Así que, cada uno por su lado, iniciaron su proceso de nulidad y, aunque el de ella se resolvió rápidamente de forma favorable, el de él permaneció parado durante nueve años. A lo largo de ese tiempo, sus vidas transcurrían con normalidad. Habían recibido una educación cristiana, pero no tenían una fe activa, vivían con sus dos hijos, tenían trabajo; aparentemente todo iba bien y nada les faltaba.

Pero algo pasó un día que cambió radicalmente

sus vidas. “Yo tenía muy buena formación cristiana, mis padres eran supernumerarios del Opus Dei, pero, por cosas de la vida, yo fui en dirección contraria –nos explica José María–. Estuve al borde, si no en el mismo abismo, pese a tenerlo todo a nivel material: un buen trabajo, una buena

Decidieron empezar a vivir como hermanos, bajo el mismo techo, para seguir cuidando de sus hijos, pero durmiendo en habitaciones separadas

casa, un buen coche... No tenía problemas. Pero el 5 de agosto de 2009, sin quererlo ni buscarlo, el Señor me hizo ver que, si seguía como estaba, iría derecho al infierno”.

Conversión tumbativa

“Empecé a llorar como un recién nacido. Sufría por primera vez en mi vida por haber agraviado al Señor con mis innumerables pecados. Era como si me hubiesen desgarrado el

alma con amor, pero también con un terrible dolor”. Tras esta tumbativa conversión, José María habló con Paloma: “Tenemos que confesarnos”. Y así, al día siguiente, sin esperar un minuto más, acudieron a una iglesia para recibir el sacramento del perdón por primera vez después de quince años sin pisar un confesionario.

A partir de este momento, José María y Paloma decidieron dar un giro a sus vidas y, entre otras cosas, empezaron a vivir como hermanos, bajo el mismo techo para seguir cuidando de sus hijos, pero durmiendo en habitaciones separadas, sin mantener relaciones sexuales y, como explica él, “luchando por hacer la voluntad de Dios”.

“Fue un tiempo duro, pero, a la vez, lleno de gracias”. La primera de ellas fue que el sacerdote que los confesó conocía al decano del Tribunal de la Rota, por lo que decidió llamarle para preguntarle por qué el proceso de nulidad de José María llevaba tantos años guardado en un cajón y averiguar cómo se podía reactivar.

“En ese momento, me di cuenta de que no iba a obtener la nulidad si no apostaba al cien por cien por el Señor y daba un giro de 180° a mi vida”. “Mientras estábamos esperando la resolución del proceso de José María, era importante vivir sin tener relaciones, porque eso era decirle a Dios que queríamos estar con Él, que le poníamos a Él por delante”, añade Paloma.





MITOS SOBRE LA NULIDAD

“La Iglesia es madre, no madrastra, por eso pone a tu disposición los tribunales eclesiásticos, si estás convencido de que tu matrimonio no ha existido”, explica el escritor y periodista **José María Zavala**. “Hay que erradicar el tópico de que las nulidades son sólo para ricos y famosos, porque no es cierto: yo tuve el patrocinio gratuito, por lo que sólo tuve que pagar las tasas del tribunal que son unos 50 euros, nada más”. “Es cierto que hay que acelerar los procesos, pero la nulidad es un tema muy delicado, porque estamos hablando de la existencia, o no, de un vínculo, y eso no se puede resolver de cualquier manera”, concluye.

explica él. Pero tras su conversión (y la de Paloma, puesto que la una fue seguida de la otra) y su cambio radical de vida, pudieron, de nuevo, acercarse a este sacramento. “Después de tantos años, cuando ya pudimos recibir la Eucaristía, fue como si volviéramos a hacer la Primera Comunión.


Nos cambió todo. Esto nos sirvió para valorar más la Eucaristía”.

Bastaron nueve meses

Y el día del fallo del tribunal llegó. Después de que el proceso de nulidad hubiera estado parado durante nueve años, de forma inexplicable se concedió la nulidad sólo nueve meses después de la reactivación del proceso, justo tras la conversión de José María. “Cuando le abres el corazón a Dios, porque buscas algo que es bueno, el Señor te lo concede; cuando te abandonas a la Providencia, empiezan a suceder cosas maravillosas”, explica él.

En poco más de un mes tras la resolución de la nulidad, José María y Paloma pudieron casarse sacramentalmente y formar un auténtico matrimonio. “Nosotros concedemos un valor enorme al matrimonio porque hemos tenido que luchar para conseguirlo,

es el don máspreciado, un tesoro”, explica él.

A pesar de los errores del pasado, ambos están convencidos de que todo en su vida ha ocurrido por una razón. “Cuando abres el corazón a Dios, te das cuenta de que todos los sufrimientos pasados cobran un sentido: la muerte de tus padres, las enfermedades... mil cosas. Todo esto tenía que pasar para llegar a purificar mi alma, incluso los nueve años de proceso de nulidad, que han sido un calvario, me han servido para valorar el matrimonio”. “Lo nuestro ha sido, es y será un juego de amor en el que Dios estará siempre presente”. 

La piedra de toque

No animan, ni mucho menos, a que todos los matrimonios en dificultades inicien un proceso de nulidad, pero sí a aquellos que sospechen realmente que su matrimonio nunca existió. Con su libro *Un juego de amor* (LibrosLibres, 2014), en el que cuentan su historia al detalle, dan un mensaje de esperanza a todos aquellos matrimonios que atraviesan graves crisis para que se apoyen en Dios y valoren el preciado don que reciben con el sacramento. “El dolor es la piedra de toque del amor. El Amor, con mayúscula, requiere sacrificio y entrega, querer a Dios y, por amor de Dios, querer a los que tienes al lado. Si confías en Dios, al final Él obrará en tu vida. El Señor está ahí para ayudarnos”.

De esta manera, sin saber cuánto duraría el proceso o si realmente este se resolvería de forma favorable, decidieron poner a Dios en el centro de sus vidas, aunque esto supusiera una fuerte renuncia personal. Comenzaron a rezar todos los días el Rosario con sus hijos –práctica que continúan haciendo hoy en día–; descubrieron la figura del **Padre Pío** y empezaron a rezar su novena diariamente; se reunían con frecuencia con un sacerdote que les ayudó durante todo este tiempo; acudían a confesarse con asiduidad, y, tras muchos años alejados de la Eucaristía, volvieron a comulgar.

“Cuando estábamos viviendo al margen de Dios, en pecado mortal, ni se nos ocurría ir a comulgar. Dentro de nuestro pecado y estando apartados de Dios, tuvimos la gracia de poder discernir que no podíamos comulgar porque no queríamos cometer un sacrilegio de forma consciente”,

LA VIDA CUANDO TU CÓNYUGE ESTÁ ENFERMO

“El Señor está en mi mujer enferma”

Cuidar a una persona enferma no es fácil, especialmente cuando es tan dependiente como **Milagros**. Pero el testimonio de su marido, **Ricardo**, muestra cómo con la ayuda de Dios un acontecimiento tan duro puede hacerte vivir momentos que “saben a Cielo”.

HACE UNAS semanas recibimos una carta que nos emocionó. En ella, **Ricardo Benito** explicaba cómo el último número de *Misión* le había hecho reflexionar sobre la importancia que tiene para él la Eucaristía para poder cuidar a su mujer. Ella es **Milagros**, enferma de alzhéimer. Justo en esos días, en *Misión* estábamos buscando el testimonio de unos esposos que pudieran contar a nuestros lectores cómo la experiencia de cuidar al

cónyuge enfermo puede ser, además de muy sacrificado, una fuente inagotable de bendiciones si se hace de cara a Cristo. Y como en *Misión* sabemos que la Providencia es grande y somos testigos a diario de que cuenta con nosotros para hacer llegar su mensaje a nuestros lectores, no lo dudamos: cogimos el teléfono y a los pocos días estábamos en casa de Ricardo y Milagros, conociendo, de primera mano, su historia.


Nos reciben los dos. Ella sentada en su silla de ruedas y él con el último número de *Misión* bajo el brazo. Es amable y cariñoso. Abraza y besa a su mujer, le cuenta quiénes somos y por qué hemos venido: “Milagros, guapa, guapísima, que han venido a verte”.

“Por si ayuda a alguien...”

Ricardo habla con humildad. “Cuando leí el último número de *Misión* [sobre la Eucaristía] conecté algunas ideas y dije: ‘Les voy a escribir’”. No exento de dificultades, terminó su escrito, pero llegó la duda: “¿Lo doy a conocer?”, no sabía si esto podía ayudar a alguien”.

Ricardo y Milagros se casaron hace casi 46 años. De su mujer cuenta que es muy dadivosa, “se desvivía por los demás”. Su primer hijo, **José**, murió repentinamente al poco de nacer. Después de esta dura experiencia, a Milagros le costaba quedarse embarazada. “Pedimos al Señor el don de los hijos. Tuvimos una niña, un niño, trillizos varones, mellizos –varón y hembra–, otro niño y una peque. Disculpen, pero no esperábamos tanto fruto de nuestra oración...”, explica en su carta. Hoy los nueve hijos se turnan para ayudar a su padre en el cuidado de Milagros, algo que él describe como “una bendición maravillosa que nos llama a la santidad a todos”.

“Al principio fue muy duro ver los primeros síntomas de la enfermedad. Pensaba que no era posible, que ella no estaba enferma, o que el proceso sería más largo...”, explica. También cuenta que tuvo una rebelión interna



Milagros pocas veces sonríe, cuenta su marido, “pero cuando lo hace, o cuando dice gracias, te llena el corazón”. La besa y ambos sonríen. Ricardo lo celebra, emocionado.



Ser feliz en el sufrimiento

Ante la pregunta “¿Se puede ser feliz sufriendo?”, **Ricardo** asegura que “sufriendo se puede ser feliz, pero subiendo las cuestas del Calvario”. Y cuenta cómo “una noche **Milagros** nos levantó a mi hijo y a mí a las 5:30 de la mañana. Aún teníamos poca experiencia cuidándola. Nos

costó moverla. Yo estaba agotado. A las 2 horas volvió a quejarse. Yo no podía, pero dije: ‘Voy a pedírselo al Señor’. Me puse a rezar y la segunda vez fue suave, de alguna manera éramos capaces de levantarla. Es un sello de que, en los momentos duros, Dios va a estar con nosotros”.

muy seria: “¿Por qué ella?”. Y aunque ahora acepta la enfermedad de su mujer, no quita que haya momentos difíciles: “Esto está siendo un proceso, un camino. Hace tiempo me costaba aceptarlo. No podía con esta cruz. No quería sufrir, ni ver sufrir. Poco a poco, el Señor con su Palabra, oración y Eucaristía, me iba transformando, unido a la oración de mis hermanos de comunidad [neocatecumenal], donde oramos unos por otros. El Señor tiene todo el poder sobre la muerte, y sobre el miedo a sufrir”, relataba en su carta.

Rutina desde la Eucaristía

La rutina diaria de este matrimonio es sencilla, pero metódica. Se levantan, asean a Milagros (desde hace unos meses cuentan con ayuda de una cuidadora interna) y rezan laudes juntos. “Aunque Milagros apenas habla y está aparentemente ausente, algunas veces contesta con frases como ‘¡ay, Dios mío!’ o ‘amén’. Otras veces le digo ‘Milagros, vamos a rezar’ y ella dice: ‘Eso me gusta’”, explica.

Después él aprovecha para ir a misa. “Fue mi esposa quien me llevó a la misa diaria cuando me jubilé. Y ahora considero que, además de los laudes, es la Eucaristía la que me nutre. Al comer su Palabra, su Cuerpo y su Sangre,

me lleno de Él; si le abro la puerta y le dejo entrar, se introduce en mis entrañas, nutre mi sangre y regenera mi cuerpo; es decir, me *cristifica*. Por la gracia de la Eucaristía principalmente, me podré entregar sin reservas a mi

“Por la Eucaristía
puedo entregarme
sin reservas a mi
esposa; formar un
solo cuerpo con ella”

esposa; podré formar un solo cuerpo con ella y ofrecer mi sufrimiento y su grave deterioro por los demás, por los alejados, por los que sufren...”.

Después comen juntos, descansan y Ricardo sale a dar un paseo que le lleva cada día a visitar al Santísimo, “al Señor escondido y achicado en un diminuto pan ácimo... para los enfermos, para ser visitado, adorado, llevado como viático... Al despedirme le digo: ‘No me dejes solo ni un minuto, Señor. Que te la puedo jugar’”. Al acostarse vuelven a rezar: “Aunque parece que no, yo creo que ella de algo se entera...”, asegura Ricardo.

Después de una vida larga, en la que Ricardo ha tenido hijos, ha trabajado, ha sido misionero con su familia en Ecuador... “esta situación me ha hecho ver que el Señor me está esperando también aquí”, en casa.

El otro es Cristo

Y concluye: “Para ver en Milagros a Jesucristo necesito estar vinculado a Él. ¿Qué descubro? Que el Señor está en mi mujer. Que es Cristo mismo cuando estaba en la Cruz, abofeteado, ultrajado, flagelado, coronado de espinas... desfigurado. Cuando rezo con Milagros me doy cuenta de que acabo rezando al Señor, por medio de ella. Esto me ayuda. Jesús ha pasado por esto y mucho más. El Señor sufre y me da la gracia de asociarme a su Pasión, ya consumada, en favor de aquellos que tienen el alma rota y sufren en toda clase de esclavitudes o enfermedades. Al darme cuenta de que estoy con Él, unido a su Iglesia, se anima mi corazón. Mis fuerzas crecen y siento la alegría de su salvación que sabe a Cielo. Esta va siendo mi experiencia, gracias al Altísimo, con mi querida enferma, pero muy consciente de mi debilidad. Voy palpando que ella es *un tesoro de Vida eterna*”.

Por **Isabel Molina Estrada**

Fotografía: **Isabel Permy**

JOSÉ LUIS GADEA Y MAGÜI GÁLVEZ

INICIADORES DE PROYECTO
AMOR CONYUGAL

“Que nadie
dé por perdido
su matrimonio,
porque la Virgen
no lo haría”

José Luis y **Magüi** y son un matrimonio afincado en Málaga que, tras vivir una profunda crisis matrimonial en sus primeros 10 años de casados, seguida de una conversión en el Santuario de Fátima, encontraron en la Teología del Cuerpo de **san Juan Pablo II** las claves para llevar a miles de matrimonios a “otra dimensión” de su vocación: ser capaces de entregar totalmente la vida por su marido o por su mujer, como lo hace Cristo por ellos. Hoy, este matrimonio habla del amor sin tabúes y con todos sus matices: con lo que supone de Cruz y de Resurrección.

¿Cómo comenzó a fraguarse Proyecto Amor Conyugal?

José Luis: Habíamos leído que el Pontificio Consejo para la Familia decía que en el matrimonio tenemos una gracia específica y que necesitamos un camino de fe y formación permanente. Nosotros veíamos que los libros que leíamos nos daban luces, pero no eran un camino para profundizar en nuestra vocación.

Magüi: Entonces la Virgen nos puso en el corazón esa intuición de buscar algo más. Sin embargo, no llegábamos a encontrar nada que se adentrara en la profundidad en nuestra vocación.

Hasta que encontrasteis la Teología del Cuerpo de san Juan Pablo II. ¿Qué os descubrió?

Magüi: Yo me enamoré de mi matrimonio. Hasta ese momento no lo había entendido desde mi vocación. **San Juan Pablo II** me mostró la belleza de la misión que teníamos los esposos y cómo llegar a asemejarnos a ese amor de comunión de la Santísima Trinidad. Y descubrí la llamada a desnudar nuestro corazón en presencia de Dios desde la oración conyugal, que supera con creces la unión física.

José Luis: En san Juan Pablo II descubrimos tres cosas: la primera, que sus enseñanzas seguían un orden que marcaba un camino, de modo que si uno quiere crecer en su vocación (o reconstruirla, como era nuestro caso), sólo es cuestión de meterse en ese

camino. La segunda, que teníamos que ir al origen, no a las consecuencias de los problemas. Se dice mucho: “Tenemos problemas de comunicación”, y ese parece el origen de las dificultades matrimoniales, pero es sólo una consecuencia. San Juan Pablo II nos hizo ver que, sanando las raíces, las ramas se sanan solas. Y la tercera, descubrimos la belleza de nuestra vocación. Cada vez queríamos saber más de esa llamada que nadie nos había explicado. En la medida que íbamos descubriendo esa belleza, nos íbamos ilusionando. Ahora nos da pena ver a jóvenes que no quieren casarse porque nadie les ha mostrado ese don maravilloso que es el matrimonio.

¿Qué novedad aporta este itinerario para matrimonios?

Magüi: Es un camino para amar en la dificultad, que no está de moda. Este Proyecto muestra la cruz como lo que es realmente: un don. La cruz te lleva a una liberación, a sanar una herida, que es para lo que vino Cristo. En el capítulo 19 del Evangelio de san Mateo, los fariseos preguntan a Jesús sobre el matrimonio. Los discípulos, al ver que suponía una exigencia, dijeron: “Pues si esa es la condición del hombre con la mujer, no trae a cuenta casarse”. Pero el matrimonio es un camino de santidad.

José Luis: Además, el matrimonio está ligado al sacramento de la redención. Yo he sido creado como el auxilio de Dios para que Magüi se salve. Esto es otra dimensión. Son palabras mayores. Es dar la vida por el otro. La gente necesita conocer la grandeza de su vocación y eso pasa por que le digas la exigencia que tiene. Si fuera fácil, no sería tan grande. No es lo mismo hablar de una relación de pareja, que hablar de que tenemos que amar como Cristo. Los matrimonios se dan cuenta de que la vida tiene muchos momentos de cruz, pero no es lo mismo sufrir cuando hay un motivo grande por el que sufrir. Además, este Proyecto es de la Virgen y es Ella quien lo está moviendo.

Una frase célebre de los retiros del Proyecto es que “Cuando tu cónyuge menos se lo merece, es cuando más te necesita”. ¿Cómo se explica?

José Luis: Quiere decir que mi misión consiste en ser corrededor de mi esposa con Cristo. Cuando Dios pensó en crearme a mí, pensó en crear a Magüi como la ayuda que yo iba a necesitar para llegar a Él. El Catecismo es más radical, porque dice que representamos el auxilio de Dios el uno para el otro. Auxilio signifi-

“Si el matrimonio fuera fácil, no sería tan grande. No es lo mismo hablar de una relación de pareja, que hablar de que hay que amar como Cristo”

ca emergencia, urgencia, gravedad. ¿Y en qué somos auxilio? Pues en que yo tengo que ayudar a Dios a salvar a mi esposa, como lo hace Cristo. Él no vino a echarnos la bronca. Lo que hizo fue entregarse por nosotros. El amor se vive entregándose.

¿Eso cómo se logra en el día a día?

José Luis: Cuando el otro está cegado por su pecado, por la ira o por el orgullo, hay que entender que está metido en un agujero del que no sabe salir, y a lo mejor ni siquiera ve su agujero. Te ofende, te dice lo que más te duele. La tentación es pensar: “¡Hay que ver lo que me ha dicho!”. En ese momento, tengo que olvidarme del daño que me está haciendo y decir: “¿Cómo le puedo ayudar?”. Y tenderle la mano. Esto es el amor real. Es verdad que se pasa mal, pero es cuestión de renunciar a ti mismo porque cuando tu esposo está amable, simpático, divertido y genial no te necesita. Te necesita cuando está nervioso, insoportable y cabreado.

En vuestro libro *El Inmaculado Corazón de María triunfará en mi matrimonio (Libros Libres)* se ve cómo la Virgen os ablandó el corazón. ¿Cómo se deja al Señor actuar en un matrimonio?

José Luis: Ayuda mucho la oración conyugal. En la oración, el Señor te da otra perspectiva. Recuerdo la primera vez que Magüi me abrió su


corazón en oración y me contó lo que pensaba que era lo peor de ella. A pesar de que podía creer que me iba a defraudar, lo que me transmitió el Señor fue misericordia. Ver a tu mujer luchando, te mueve a ayudarla. ¡Y cuántas cosas te quiere decir Dios a través de tu esposa! Esa docilidad ¡lo cambia todo!

¿En qué consiste esa oración?

Magüi: Es una oración donde estáis tú, tu cónyuge y Dios. Luego, de forma natural, igual que Jesús se ponía a hablar con los discípulos, hablamos entre nosotros en su presencia.

José Luis: Nos ponemos en presencia del Señor para reconocer ante Quién estamos. A nosotros nos ayuda imaginarnos al Señor físicamente con nosotros. Luego leemos el Evangelio del día. Después cada uno reza a solas. Cuando hemos terminado la oración personal, volvemos a hacer la misma oración, esta vez en alto. Yo abro mi intimidad con Dios a Magüi y ella hace lo mismo. Era lo que hacía Cristo cuando hablaba con el Padre en alto. Ahí el Espíritu actúa.

¿Hay algo más que queráis añadir?

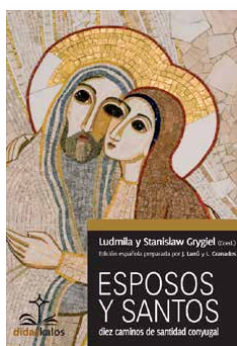
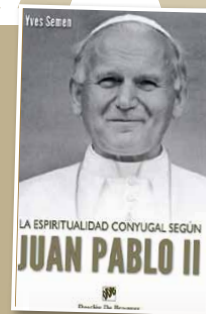
José Luis: Que este Proyecto no es para matrimonios en crisis, es para todos. Algunos llegan “de sobrados” y descubren una grandeza que les ilusiona. Otros han venido con unas crisis brutales, llevaban varios meses separados o incluso años divorciados. Es bueno que los matrimonios hagan el retiro y que después se apunten al itinerario para matrimonios basado en las catequesis de san Juan Pablo II, que son reuniones una vez al mes. Ahí se va aprendiendo el plan de Dios para el matrimonio en el orden que hay que aprenderlo. Y los matrimonios con más problemas pueden pedir un matrimonio tutor. Que nadie dé por perdido su matrimonio, porque la Virgen no lo haría. 

NUESTRA

LA ESPIRITUALIDAD CONYUGAL SEGÚN SAN JUAN PABLO II

El matrimonio es una verdadera vocación cristiana capaz de conducir a los esposos a la santidad. Así lo afirmaba el Concilio Vaticano II y más tarde lo explicó de manera detallada y catequética **san Juan Pablo II** durante años. El genial trabajo de **Yves Semen**, doctor en Filosofía y padre de 8 hijos, ha sido hacer accesible para los matrimonios estas enseñanzas sobre la espiritualidad conyugal, logrando que miles de familias hayan podido descubrir la auténtica belleza del matrimonio. Y lo hace a través de trece esbozos a de temas esenciales de la Teología del Cuerpo, que además ilustra con ejemplos tomados de la vida diaria. Un libro imprescindible para introducirse en esta espiritualidad

■ Autor: **Yves Semen** ■ Editorial: **Desclee De Brouwer** ■ Págs.: 192



ESPOSOS Y SANTOS

Tomando como ejemplo la historia del amor de 10 santos esposos, este libro recoge los detalles de cómo estos matrimonios han caminado juntos hacia el Cielo. Entre ellos figuran **Józef y Wiktoria Ulma**, beatificados en septiembre de 2023, **Luis y Celia Martin**, el primer matrimonio canonizado a la vez, y otros que han vivido la perfección del amor conyugal en su vida oculta. El libro está escrito por un matrimonio polaco al que les unía una profunda amistad con **san Juan Pablo II** desde su juventud y con el que colaboraron asiduamente en su defensa del matrimonio y la familia.

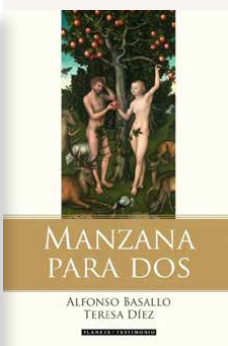
■ Autor: **Ludmila y Stanislaw Grygiel**
 ■ Ed.: **Didaskalos**
 ■ Págs.: 246



RESISTIR AL MAL

Si se busca un testimonio de fe inquebrantable en medio de la persecución, el resultado es el **beato Franz Jägerstätter**, ferviente católico, campesino austriaco, padre de familia ejecutado en 1943 por negarse a servir a la causa nazi y participar así en una guerra que consideró injusta. En su historia se basó la película *Vida oculta* de **Terrence Malick**. Este libro recoge su impresionantes escritos desde la cárcel y la correspondencia con su esposa, con la que había recorrido un largo camino espiritual. Un auténtico testimonio para descubrir el camino a la Eternidad.

■ Autor: **F. Jägerstätter**
 ■ Ed.: **E. Encuentro**
 ■ Págs.: 356



MANZANA PARA DOS

Al más puro estilo de **C.S. Lewis**, este libro desentraña las mentiras y tretas de Satanás en su intento de generar división para destruir el matrimonio. Los autores, padres de siete hijos, explican que en el inicio de la humanidad el matrimonio era una unidad de tres: Dios, Adán y Eva. Eso era, básicamente, el Paraíso. El estado de gracia se perdió con la Caída, así como la armonía de hombre y mujer unidos en una sola carne. La envidia hizo que la serpiente tentase a Eva y rompiera esa unidad. Un libro muy útil para fortalecer el vínculo de los esposos frente al tentador que quiere desviar del plan de Dios.

■ Autor: **Alfonso Basallo y Teresa Díez**
 ■ Ed.: **Planeta**
 ■ Págs.: 240



EL MATRIMONIO, LA GRAN INVENCIÓN DIVINA

¿Qué relación hay entre el matrimonio y la Santa Misa? El sacerdote **José Fernández Castiella** explica en este libro, editado recientemente, por qué ambos sacramentos están unidos. Pero en sus páginas, sobre todo, profundiza de manera sencilla en la espiritualidad esponsal, donde el yo se hace nosotros. En una época de la historia donde el matrimonio ha llegado a atravesar una profunda crisis y en el que la institución de la familia es atacada como nunca antes, el autor ayuda a descubrir por qué este sacramento es, en sus propias palabras, "la gran invención divina".

■ Autor: **José Fernández Castiella**
 ■ Ed.: **Cristiandad**
 ■ Págs.: 184



SALVA TU MATRIMONIO

A **Manuel Martínez-Sellés** se le conoce por ser el presidente del Colegio Oficial de Médicos de Madrid, pero este gran defensor de la vida está casado y es padre de ocho hijos, y es un convencido de que los casados no ponen suficiente empeño para triunfar en la empresa más importante de su vida. Con prólogo de **Marian Rojas**, este libro muestra de forma clarividente que, aunque hombre y mujer sean muy distintos pueden llevar a buen puerto esta empresa. A través de un recorrido por las grandes preocupaciones de los esposos (dinero, vida social, sexualidad, trabajo...) va dando las claves del matrimonio.

■ Autor: **Manuel Martínez-Sellés**
 ■ Ed.: **Rialp**
 ■ Págs.: 145



LLENA ESTOS CORAZONES

¿Podemos satisfacer nuestros más profundos anhelos de felicidad? ¿De dónde viene el hambre insaciable de nuestro corazón? ¿Qué relación hay entre los deseos más profundos del corazón humano y la llamada que le hizo Dios al hombre a ser imagen y semejanza Suya? Uno de los más reconocidos autores de la Teología del Cuerpo, **Christopher West**, responde a estas preguntas de forma clara y en un lenguaje atractivo y actual. El autor incorpora ejemplos de películas y música de nuestros días, para mostrar que es posible integrar lo espiritual y lo sexual para amar en y a través del cuerpo sexuado.

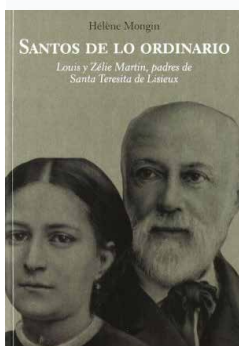
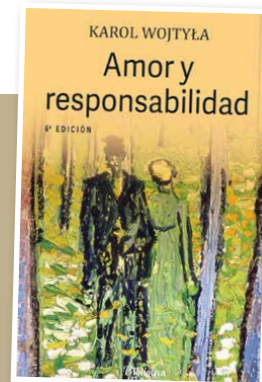
■ Autor: **Christopher West**
 ■ Ed.: **Sindéresis**
 ■ Págs.: 180

librería

AMOR Y RESPONSABILIDAD

Antes de ser Papa, **Karol Wojtyła** escribió esta obra, fruto de su trato con los jóvenes a los que acompañaba espiritualmente. Él veía que muchas de las preguntas que le hacían no versaban tanto sobre la existencia de Dios, sino sobre cuestiones concretas sobre el modo de afrontar y resolver los problemas del amor y del matrimonio. En este libro responde a cuestiones como: ¿Qué es el amor? ¿Qué relación hay entre afectividad y sexualidad? ¿La castidad es una virtud positiva o un comportamiento represivo? ¿Qué es el pudor? ¿Tienen sentido las relaciones sexuales antes del matrimonio? Este clásico sobre el amor humano destaca por la gran originalidad con que contestó a estas preguntas, ya desde antes de su pontificado.

■ Autor: **Karol Wojtyła** ■ Editorial: **Palabra** ■ Págs.: **384**



SANTOS DE LO ORDINARIO

Luis y Celia Martin son mucho más que los padres de **santa Teresa de Lisieux**. Son santos por sus propias virtudes heroicas. Como recoge el título de este libro, lo son por su vida de santidad desde la discreción y desde sus labores cotidianas, lo que supuso un ejemplo de virtud para sus hijas, todas posteriormente religiosas contemplativas, y entre las que destacó santa Teresita, la doctora más joven de la Iglesia. **Hélène Monguin** ha logrado transmitir con gran nitidez la vida sencilla, pero llena de Dios, de este matrimonio del s. XIX.

■ Autor: **Hélène Monguin**
■ Ed.: **Homo Legens**
■ Págs.: **210**



DIEZ MATRIMONIOS DE CINE

Ramón Acosta une en este libro sus dos grandes pasiones: su familia y el cine. Este esposo, padre de familia y también abuelo, aprovecha el impacto visual que ofrece el cine para hablar de cómo el matrimonio puede ayudarnos a alcanzar una vida plena cuando dejamos de ser individualistas, narcisistas, utilitaristas y emotivistas... situando siempre la meta en la santidad. A través de diez películas donde destaca la figura del matrimonio, el autor resalta las características concretas que custodiar, defender, potenciar y luchar en nuestro propio matrimonio.

■ Autor: **Ramón Acosta**
■ Ed.: **Didaskalos**
■ Págs.: **128**



SON TRES LO QUE SE CASAN

El gran **Fulton J. Sheen**, hoy en proceso de beatificación, fue una figura clave para la fe de millones de personas en el siglo XX. Con una visión profética, muchas de las cuestiones sobre las que alertó se han ido sucediendo, de ahí lo pertinente de este libro sobre el matrimonio. En sus páginas hace un análisis certero sobre este sacramento, y entonces enormemente atacado. Para ello, repasa muchas de las causas que llevan a las crisis matrimoniales, a la vez que ofrece soluciones para que la familia pueda salir reforzada de estas situaciones.

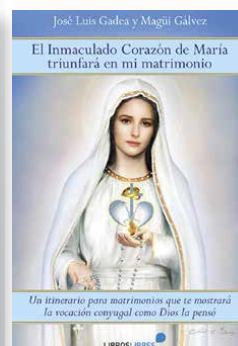
■ Autor: **Fulton Sheen**
■ Ed.: **Palabra**
■ Págs.: **400**



LOS CINCO LENGUAJES DEL AMOR

Gary Chapman señala que aunque pocos lo saben, el amor se expresa en cinco lenguajes y, para que la relación crezca, es recomendable conocer con cuál de ellos los cónyuges expresan mejor su amor y cuál de ellos es el que cada uno más necesita recibir. Este *bestseller* ofrece una ayuda inestimable para lograr que el amor no desfallezca a lo largo de la vida, e incluso aumente día a día. Para Chapman, la clave está en la comunicación. Concretamente, en el lenguaje con que comunicamos al otro nuestro amor, el cual va más mucho allá de las palabras.

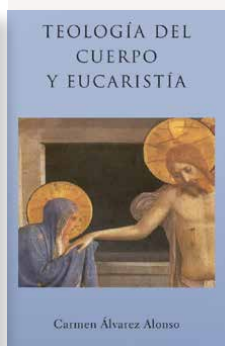
■ Autor: **Gary Chapman**
■ Ed.: **Unilit**
■ Págs.: **205**



EL INMACULADO CORAZÓN DE MARÍA TRIUNFARÁ EN MI MATRIMONIO

Proyecto Amor Conyugal es una de las iniciativas nacidas en los últimos años que está salvando numerosos matrimonios y también fortaleciendo otros tantos. En este libro, en el que la Virgen aparece como gran intercesora, **José Luis y Magüi**, fundadores de esta realidad, relatan esta experiencia que tanto bien han hecho, y presentan impresionantes testimonios de matrimonios reconstruidos gracias a la acción de Dios en su vida a través de este Proyecto que ya ha beneficiado a más de diez mil matrimonios.

■ Autor: **José Luis Gadea y Magüi Gálvez**
■ Ed.: **Libros Libres**
■ Págs.: **248**



TEOLOGÍA DEL CUERPO Y EUCHARISTÍA

Para entender la vocación esponsal de cada uno es preciso sumergirse en el insondable misterio de la Eucaristía, el sacramento de la entrega del cuerpo. La Eucaristía es el sacramento del escándalo de la entrega en la carne, y este libro ayuda a recordar cómo el cristianismo es la religión de la carne por el hecho de que Dios se hizo hombre en un cuerpo de varón y se entregó hasta la muerte para redimirnos. En la cruz, Nuestro Señor sacudió radicalmente la propuesta antropológica distorsionada que sugiere la cultura del género que tanto daño está causando a la sociedad actual.

■ Autor: **Carmen Álvarez Alonso**
■ Ed.: **Mater Dei**
■ Págs.: **166**

Gananciales

Conté en Twitter que me encanta poner mi exlibris a los volúmenes que compro, pero que todavía me gusta más poner al final el exlibris de mi mujer cuando los termino. Como mi mujer se llama **Leonor Blázquez**, las hermosas iniciales de su exlibris, que conforman un velero, coinciden con “Leído Bien”. Un profesor mío de la lejana universidad, don **Pedro Serna**, comentó algo así como “qué hondo”. Me sorprendió, pero para eso están los maestros: para descubrirete lo que interesa incluso si lo has dicho tú.

Naturalmente, él tenía razón. La anécdota trae su categoría camuflada. Como ya nuestras bibliotecas se habían fundido, no tenía sentido tener dos exlibris en régimen de separación de bienes. Mi costumbre parecía, en principio, una manera de amortizar el sello que le regalé cuando novios, y nada más. Sin embargo, detrás de cada lectura de cada libro hay mucho tiempo conyugal invertido. O porque leía solo en mi despacho o porque estaba con ella, pero callado, en otro mundo. A base de renunciadas superpuestas, ella había leído el libro y este merecía su exlibris.

No sé cómo no había caído antes. Además, si somos una sola carne, los ojos con que leo suyos son, como lo es la memoria con la que me quedo con el argumento de la novela o los argumentos del ensayo. Siempre me emocionó aquella historia de **Antonio**

María Oriol, cuando lo secuestró el GRAPO. Él sabía la hora fija en la que su mujer iba siempre a Misa y entonces se unía a ella más íntimamente con un acto de voluntad. Pensaba que, siendo ambos una sola carne, cuando ella recibiese el Cuerpo de Cristo, lo recibiría él. En ese instante hacía una comunión espiritual, pero estaba convencido de que, en realidad, participaba en una comunión conyugal, mucho más física, y doblemente



“Vamos con nuestro cónyuge a todas partes. No podemos darle la espalda y mucho menos darle esquinazo. Es un privilegio... y una responsabilidad”

sacramental. De alguna manera, el mismo razonamiento vale para la lectura laica, salvando las distancias. El exlibris tras mi lectura está tan justificado como la acción de gracias de Oriol después de la misa de su mujer.

Esto se puede llevar tan lejos como uno vaya en su vida cotidiana. Porque vamos con nuestro cónyuge a todas partes. No podemos darle la espalda y mucho menos darle esquinazo. Es un privilegio... y una responsabilidad. Por lo negativo, para no entrar uno en donde no nos gustaría meterla a ella. Y por lo positivo: para saber que todas nuestras comuniones le atañen personalmente, y viceversa.

Aunque Antonio María Oriol y Urquijo y yo nos lo hemos traído, con la querencia, a lo católico, esta idea alentaba en **Platón**. ¿Qué otra cosa es, si no, el mito de las medias naranjas, esto es, que el hombre y la mujer somos seres incompletos que sólo logramos ser plenamente gracias al amor que nos funde? En una misa rezando, en una biblioteca leyendo, paseando, durmiendo... o donde sea. Este artículo, mismamente, lo podíamos firmar los dos, aunque Leonor todavía no sabe que hoy hemos escrito de ella, esto es, de nosotros. 



Por Enrique García-Máiquez (y Leonor Blázquez)

www.egmaiquez.blogspot.com



Volver a casa

Un día cualquiera. Llega el momento anhelado de volver a casa tras una larga jornada de trabajo. Justo antes de introducir la llave en la cerradura, se empiezan a agolpar al otro lado de la puerta los gritos de varios niños. Algunos no quieren meterse en el baño, otro corre enfurecido detrás de su hermano, el mayor da un portazo porque no puede estudiar y en ese instante rompe a llorar el bebé que ya reclama su turno de comida. Todo se oye tras la puerta con dramática intensidad. Es entonces cuando uno quisiera guardar de nuevo la llave y volver dos horas más tarde. Pero no. Es la “hora santa”, la hora del sacrificio. Un amigo de mi marido le confesó que, en estas situaciones, respira hondo y, mientras gira la llave, se dice en voz baja: “Aquí está mi cuerpo que será entregado por vosotros”. Y con esta máxima en la cabeza, deja las cosas en el dormitorio, se remanga la camisa y pregunta: “¿Por dónde empiezo?”.

Decía santa **Teresa de Calcuta** que “si quieres cambiar el mundo, ve a casa y ama a tu familia”. A veces es más sencillo iniciar grandes gestas ahí fuera que cruzar el umbral del propio hogar. Y es que la casa no siempre es

el remanso de paz donde recobrar las fuerzas, sino más bien ese lugar donde uno se derrama gota a gota.

El día de la boda entregamos nuestro cuerpo y también nuestra vida entera al otro. Es una donación que se actualiza cada día. El cuerpo se entrega en el lecho, pero también al levantarse rápidamente en la noche para atender a un hijo y que el otro no se despierte; el cuerpo se entrega en la ternura de una caricia, pero también regresando pronto del trabajo para aliviar la carga doméstica al que está en casa; el cuerpo se entrega al reservarnos un día para ir a cenar juntos, pero también diciendo “vete a descansar que ya me ocupo yo”.

Los esposos no son un equipo que se reparta las tareas o que gestione eficazmente la logística familiar; son una sola carne que se entrega mutuamente tanto en los grandes acontecimientos de la vida como en los detalles más pequeños. Esa

“Volver a casa y amar a nuestro marido o esposa es hoy un acto de rebeldía”

grandeza del amor, que tantas veces parece imposible de vivir, en realidad es una gracia recibida en el sacramento del matrimonio, es un don que se nos regala.

En una entrevista que le hice hace unos años, **Rocco Buttiglione** me dejó una gran lección: “**San Juan Pablo II** me dijo que el don más grande que como padre podía dar a mis hijas era amar a su madre. No vivir con ella o no traicionarla, sino amarla”. Ese amor que se tenían los santos **Luis** y **Celia Martín** necesariamente fue la fuente de la que bebieron sus cinco hijas para llegar a entregarse completamente a Jesucristo como monjas de clausura. Una de ellas fue santa, **Teresita del Niño Jesús**, y otra, **Leonia**, está en proceso de beatificación.

Fue, sin duda, la profunda fidelidad de su mujer lo que sostuvo al beato **Franz Jägerstätter** cuando decidió oponerse al régimen nazi aun sabiendo que le costaría la vida. Sólo su mujer, **Franzciska**, en un acto de amor y sacrificio sublime, permaneció a su lado, tal y como se puede contemplar en *Vida oculta*, la magnífica película de **Terrence Malick**.

Como diría Madre Teresa, el amor empieza en casa. Empieza, pero no termina en ella. El amor conyugal, con su dimensión martirial, tiene la capacidad de transformar el mundo. No queda en la vida íntima de la familia, sino que es fecundo y puede hacer vibrar a una sociedad dividida, aislada y dormida. Volver a casa y amar a nuestro marido o esposa es hoy un acto de rebeldía ante la mediocridad y el egoísmo. Es el comienzo de una civilización del amor. **M**



Por Isis Barajas

www.mujerestenyamosqueser.com



La donación conyugal

Al matrimonio hoy parece haberle ocurrido lo mismo que a tantas instituciones morales, políticas o religiosas. En otro tiempo, tales instituciones estaban por encima de las personas que las encarnaban. Los cónyuges no deseaban tan sólo mantenerse fieles entre ellos, sino también mantenerse fieles al matrimonio.

Mientras la institución matrimonial permaneció viva, revitalizada por la savia cristiana, fue un apoyo orgánico para los cónyuges. Pero desde que ha degenerado en un puro formalismo legal, la institución matrimonial se ha convertido en una carga intolerable para muchos. Nuestra época se ha revelado contra la institución, en una búsqueda de libertad o “realización personal” en la que el amor pasa a ser una especie de velo halagador que disfraza o maquilla la sensualidad y la egolatría. El amor ha dejado de ser unión íntima de dos almas, para convertirse en un ansia nunca satisfecha de felicidad inmediata; y así, creyendo ser más libre, se ha hecho más esclavo: de la veleidad, del hastío, de la búsqueda de experiencias nuevas y contingentes.

Amor y egoísmo están cada vez más embrollados; de este modo, los enamorados no llegan a conocerse realmente: aman un fantasma que crean a imagen de su deseo; o, en todo caso, avanzan hacia una simbiosis


de egoísmos, hacia un compromiso artificial entre dos almas que han llegado a ser extrañas y cerradas la una para la otra. A esta entronización del deseo personal y egoísta se suma una ruptura entre sexualidad y matrimonio, entre sexualidad y procreación, e incluso entre sexualidad y amor, que ha terminado por desbaratar la institución matrimonial.

A través del matrimonio, se produce la unión moral de dos personas que, aunque no se transforman en una sola, entran en una comunión en la que cada uno de los cónyuges no se limita a “querer al otro”, sino que también “quiere para el otro” y “con el otro” el perfeccionamiento personal. Ese perfeccionamiento se logra en una donación de la propia persona a la otra persona; y su consecuencia natural es que esa donación se encarna en hijos que la pregonan y mantienen viva. Pero, a medida que el fin procreador del matrimonio se fue ocultando, siguió fatalmente el dete-

“La anticoncepción, que nació para liberar al matrimonio de la ‘carga’ de los hijos, acabó por ‘liberar’ a los cónyuges de su propio compromiso”

rioro del fin unitivo: allá donde la anticoncepción se ha impuesto, la legalización del divorcio se ha convertido en su consecuencia natural; lo que supuestamente nació para liberar al matrimonio de la “carga” de

los hijos, al final acabó por “liberar” a los cónyuges de su propio compromiso. Y, con la extensión del divorcio, vino el aumento del aborto, en volandas de ideologías monstruosas que conciben la maternidad como una suerte de esclavitud biológica de la que la mujer debe liberarse. Con el tiempo, la anticoncepción se ha convertido en la causa primera del hundimiento demográfico en Occidente, cuya baja natalidad acentúa su declive económico y propicia las avalanchas inmigratorias que tanto convienen al capitalismo global, que de este modo puede pagar sueldos cada vez más bajos (lo cual, a su vez, disuade a las nuevas generaciones de casarse y tener hijos).

Así, se propician nuevas formas de amor narcisista, solipsista, que aman más su propia embriaguez y exaltación y hacen del ser amado un fantasma a la medida de su deseo. Formas de amor que, inevitablemente, fracasan cuando ese fantasma muestra sus imperfecciones y miserias; porque estos amores narcisistas sólo viven de codiciar. El verdadero amor conyugal, en cambio, vive de donarse sin pedir nada a cambio; y así, por pura gratuidad, obtiene su recompensa, que no es otra sino sentirse ligado, vencido por el otro, invadido por la alegría silenciosa de la entrega. 



Por Juan Manuel de Prada

www.juanmanueldeprada.com



QUÉDATE CON ESTO...

CLAVES PARA VIVIR LA ESPIRITUALIDAD CONYUGAL

¡Y ALCANZAR LA SANTIDAD EN EL MATRIMONIO!

1. TU MATRIMONIO ES TU CAMINO DE SANTIDAD.

Hoy sabemos que el sacramento del matrimonio es una vocación tan querida por Dios como la entrega en el "celibato" que se pone a Su servicio. Los cónyuges no están llamados a vivir una espiritualidad ajena a la llamada particular que Dios les ha hecho, como podría ser dedicados a visitar a los pobres o a la vida de oración. Para ellos su familia es lo primero, y es ahí donde les pide que sean grandes santos. En esta vocación, la santidad consiste en ser contemplativos en medio de la vida oculta de los esposos y en reflejar el Rostro de Dios en la donación mutua.

2. LA ESPIRITUALIDAD CONYUGAL PASA POR LA ENTREGA TOTAL DEL CUERPO.

Los esposos entregan el cuerpo en el lecho conyugal, pero también lo entregan en las tareas domésticas, cambiando pañales durante la primera infancia de los hijos o acompañándose con cariño en la ancianidad. Así lo demuestran historias como la de Ricardo, que se dedicó a cuidar a Milagros, su mujer, cuando ella enfermó de alzhéimer. "En Milagros veo a Jesucristo. Ella es Cristo mismo en la Cruz: ultrajado, coronado de espinas, desfigurado...". Este es el calibre de la entrega del cuerpo en el matrimonio: los esposos se hacen una sola carne, ¡y un solo corazón con el Corazón de Cristo!

3. EL PLACER SEXUAL DE LOS ESPOSOS ES BENDECIDO POR DIOS.

Eso que se dice de que el acto sexual conyugal hay que hacerlo "rapidito y a oscuras" no tiene razón de ser. Los esposos tienen que tomarse tiempo para expresarse su amor en la intimidad, y darle a este acto su intensidad para gozar en este acto culmen de la entrega del cuerpo. Que no quede duda: "El placer es parte integral del acto", tal y como explica el padre Ramón Lucas, LC, experto en ética sexual matrimonial.

4. EVITA EL INDIVIDUALISMO ESPIRITUAL.

El experto en Teología del Cuerpo Yes Semen asegura que en el matrimonio es imprescindible combatir la tentación del "individualismo espiritual". Cuando falta la comunión entre los esposos, lo primero que deben buscar es rezar juntos y anclar su matrimonio en la vida sacramental, especialmente en Eucaristía. El hábito de tener un espacio blindado para la oración compartida (que no sustituye la oración personal) es la roca sobre la que deben construir su matrimonio. Así, unidos en Dios hasta la médula, podrán superar cualquier prueba que les presente la vida conyugal.


5. EL SACRAMENTO DEL MATRIMONIO CONFIERE LA GRACIA PARA RESISTIR JUNTOS LA ADVERSIDAD.

Todos los matrimonios atraviesan distintas crisis a través de las cuales su matrimonio va madurando: dificultades con los hijos, retos laborales o financieros, la intromisión de la familia política... En estas pequeñas y grandes tormentas, el matrimonio va aprendiendo a abrazar la cruz. "Un matrimonio que se dedica a esquivar las crisis cuando han sobrevenido provoca inmovilismo e inestabilidad a su familia", asegura la psicóloga Clara de Cendra. La cruz es una fuente de gracias honda e inagotables en la vida matrimonial.

6. BUSCA AYUDAS Y FÓRMATE DE CONTINUO.

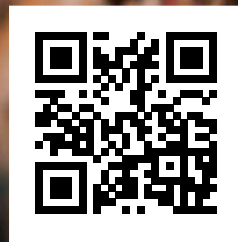
Cada vez existen itinerarios y programas para matrimonios que confieren una ayuda más certera y mejor anclada en el Magisterio de la Iglesia sobre el matrimonio y la familia. Busca un grupo de matrimonios que, al igual que el tuyo, quieran ser santos. Y profundiza en esta fuente inagotable que es el plan de Dios para el matrimonio y la familia.

7. "POR SUS FRUTOS LOS CONOCERÉIS".

La fecundidad matrimonial, que no siempre se traduce en fertilidad, es garantía de que un matrimonio irradia a Dios. A veces los frutos de la comunión son los hijos que van llegando, pero cuando estos no llegan, Dios permite a los esposos otras maneras de esparcir las semillas de su donación mutua. Una de las cosas que queda clara al estudiar a los matrimonios santos es su capacidad para dejarse sorprender por el plan de Dios para ellos, la forma como acogieron a quienes llamaban a su puerta (a veces exponiendo su propia vida) y el manantial de agua viva que era su relación esponsal. 

La revista que necesitas

Escanea este código para suscribirte:



En Misión encontrarás:

- **Testimonios** inspiradores de fe.
- **Argumentos** para defender los valores cristianos.
- **Consejos** para tu vida familiar.
- **Análisis** de las tendencias que ponen "en jaque" nuestra civilización cristiana.

Cada 3 meses un nuevo ejemplar en tu buzón. Y además... **¡GRATIS!**



¿CÓMO PUEDES EMPEZAR A RECIBIRLA? ES MUY SENCILLO:

RELLENA ESTE CUPÓN LLAMA AL 900 31 34 34 VISITA REVISTAMISION.COM

SÍ, DESEO RECIBIR GRATIS CADA 3 MESES UN EJEMPLAR DE LA REVISTA MISIÓN EN MI HOGAR

NOMBRE:

APELLIDOS:

DIRECCIÓN:

LOCALIDAD:

PROVINCIA:

CÓDIGO POSTAL:

TELÉFONO:

FECHA DE NAC.:

E-MAIL:

Conforme a lo dispuesto en Reglamento Europeo de Protección de datos del 27 de abril de 2016 y la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, te informamos que tus datos de carácter personal serán recogidos en un fichero cuyo responsable es Fundación Logos (C/ Praderas, 1, 28221, Majadahonda), con la finalidad de enviarte gratuitamente la revista Misión, así como información y peticiones de ayuda a la revista. Tus datos también podrán ser utilizados para enviarte información y peticiones de ayuda de la Congregación de los Legionarios de Cristo (C/ Camarines 12, 28023, Madrid) y sus apostolados. Si deseas conocer más información sobre la protección de tus datos puedes informarte en la web www.revistamision.com/terminos-y-condiciones. Tus datos permanecerán en este fichero hasta que nos indiques lo contrario, no serán cedidos a ninguna otra entidad –aparte de la citada en el párrafo anterior– y no se realizará con ellos ninguna transferencia internacional. Conforme a la normativa vigente, tienes derecho al acceso, rectificación, cancelación, oposición, portabilidad y limitación al tratamiento de sus datos. Puedes ejercer tus derechos enviando un escrito al Apartado 1000 FD, 28222 Majadahonda, llamando al 900 31 34 34, enviando un e-mail a suscripciones@revistamision.com.

FIRMA: