



El amor más allá de las palabras

Retiro de una Semana para Matrimonios

Preámbulo

¿Empezamos por lo obvio?

El matrimonio es un sacramento.

Antes de saltarse esta sección para entrar en materia, tómense un momento para reflexionar sobre el significado de esta afirmación: *El matrimonio es un sacramento. Su matrimonio es un sacramento.* Una realidad espiritual profunda e invisible que se hace tangible a través de signos visibles, es decir, a través de la vida cotidiana de su vocación.

El día de su boda, ustedes —la novia y el novio— se otorgaron mutuamente el sacramento del matrimonio. Hicieron sus votos, profesando su amor y fidelidad a través de la palabra, y posteriormente a través del lenguaje de sus cuerpos... "Por tanto, *el vínculo matrimonial* es establecido por Dios mismo, de modo que el matrimonio celebrado y consumado entre bautizados no puede ser disuelto jamás. Este vínculo que resulta del acto humano libre de los esposos y de la consumación del matrimonio es una realidad ya irrevocable y da origen a una alianza garantizada por la fidelidad de Dios".¹ Lo que se expresa de forma intangible adquiere una realidad tangible al abarcar todos los demás ámbitos de la vida en común, además de la relación física. Esa realidad comienza en el altar, el día de la boda, y perdura a lo largo de los años.

Este retiro de una semana profundizará en el misterio divino de esta tensión entre lo interior y lo exterior, la palabra hablada y sus efectos en la vida real. Se examinarán las palabras que componen el sacramento del matrimonio y la experiencia de vivirlas.

Llamar misterio a nuestra fe católica no significa que no haya respuestas, o que una puerta esté cerrada a nuestra contemplación. Por el contrario, un misterio nos invita a abrir la puerta cada vez más, en busca del Señor que tan amorosamente nos busca. El Espíritu Santo está siempre en acción, susurrando nuevas intuiciones y gracias.

¹[Catecismo de la Iglesia Católica, 1640](#)



El amor va más allá de las palabras, pero también empieza con las palabras. El Primer Día reflexionarán sobre la naturaleza de las palabras hechas carne: al igual que Jesús encarnó esta verdad, el matrimonio es un amor encarnado. Del Segundo al Sexto día, profundizarán en las promesas expresadas en sus votos matrimoniales, examinando cómo vivir plenamente las palabras de esas promesas en su vida cotidiana. Por último, el Séptimo Día les invita a evaluar sus hábitos de comunicación como pareja, sabiendo que el amor requiere innumerables intercambios de palabras y ofreciéndoles un productivo camino a seguir. Cada día concluye con preguntas para una conversación más profunda y una oración por su matrimonio.

"En el principio ya existía aquel que es la Palabra".² El día de su boda fue su primer comienzo; cada uno de ustedes hecho a imagen del Creador, su amor mutuo reflejando Su propio amor. Cada día nos ofrece otro comienzo, otra oportunidad de vivir las palabras de este santo sacramento. Que podamos comenzar.

² [Juan 1,1](#)





Primer Día: el Amor es la Palabra Hecha Carne

Reflexionar

El Evangelio de Juan se abre con la naturaleza de Dios, en un lenguaje tan sencillo, pero incesantemente profundo, que nos invita a profundizar en él: "En el principio ya existía aquel que es la Palabra, y aquel que es la Palabra estaba con Dios y era Dios... *Y aquel que es la Palabra se hizo hombre y habitó entre nosotros. Hemos visto su gloria*" [énfasis añadido].³

La Encarnación, o la asunción por el Señor de un cuerpo humano en la persona de Jesús, no es un asunto pequeño o insignificante, sino una piedra angular de la fe católica y un modelo para nuestra propia participación en la vida divina. Es decir, al asumir la carne humana, nacida para sufrir, morir y redimirnos, Jesús encarna el amor de Dios, incluso hasta la Cruz y más allá de la tumba, hacia la vida eterna.

¿Cómo podemos participar nosotros mismos en esta vida divina de la Encarnación?

Los sacramentos hacen presente la realidad de Dios de un modo que podemos experimentar: a través de nuestros cuerpos y nuestros sentidos, como en el agua y el óleo del Bautismo o el cuerpo y la sangre de Cristo en la Eucaristía. Y, sobre todo, en los cuerpos del hombre y la mujer, entregados en matrimonio. La vida conyugal son las palabras de los votos matrimoniales hechas carne, día tras día. "...si, como Cristo, ofrecemos nuestros cuerpos como sacrificio vivo a Dios... también nosotros podemos vivir una vida nueva, una vida encarnada, una espiritualidad encarnada. Sólo entonces nos sentimos a gusto en nuestra propia piel. Sólo entonces cobran sentido los deseos más profundos de intimidad y unión de nuestro corazón..."⁴

A lo largo de los días y años de la vida matrimonial, algunas temporadas se sienten como una profunda unidad entre usted y su cónyuge en cuerpo, mente y espíritu. Otras se sienten más como una temporada de división, o de barcos que pasan de noche, ya sea por las circunstancias o por nuestras

³ [Juan 1.1. 1.14](#)

⁴ Christopher West, *Theology of the Body Explained* (Boston: Pauline Books and Media, 2007), 50, versión de traductor.

elecciones. Aunque, por supuesto, no podemos controlar todos los aspectos de la vida, vale la pena examinar las partes de sus vidas en las que *pueden* tomar libremente decisiones que beneficien a su unión.

Así como podemos volver a la Palabra misma -Jesucristo- y a las palabras de la Escritura, de la Misa y de los sacramentos cuando necesitamos un nuevo impulso, también podemos volver a las palabras de nuestros votos matrimoniales incluso meses y años después de haberlos pronunciado por primera vez. Cada día nuevo que tienen juntos, las palabras de sus votos se hacen vida.

Mañana empezaremos a analizar más detenidamente cada línea de sus votos matrimoniales, sabiendo que las palabras pronunciadas les llaman a encarnar y vivir el amor de Dios: Su Palabra hecha carne.

Conversar

Consideren que el cielo y la tierra se encuentran en el cuerpo de Jesús; en la amorosa y humilde voluntad de Dios de venir a nosotros plenamente divino, pero plenamente humano y como nosotros. Lean Lucas 1,26-56 y 2,1-35, que narran la Anunciación y el nacimiento y presentación de Jesús. Compartan las frases y pasajes que despierten su imaginación o los lleven a nuevas perspectivas.

Como marido y mujer, sus cuerpos hablan el lenguaje de sus votos matrimoniales. Enumeren varias formas en las que cada uno puede amar y venerar el cuerpo del otro, en su relación sexual, en las expresiones de afecto y en la forma en que se cuidan mutuamente en momentos de debilidad física o de lucha.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.



Amén.





Segundo Día: "Prometo Serle Fiel..."

Reflexionar

El amor y la fidelidad son inherentes a la promesa de ser fieles.

¿Qué significan estas palabras para su relación, desde el día de su boda en adelante?

Incluso en los matrimonios civiles, en las canciones pop y las comedias románticas, nuestra cultura reconoce algo heroico en el compromiso y la fidelidad. En un matrimonio sacramental, su compromiso adquiere una realidad que va más allá de las palabras. Esa realidad es el vínculo permanente e indisoluble que emana del libre consentimiento de marido y mujer para casarse, y de las palabras de sus votos matrimoniales.⁵

Hoy se les invita a examinar más de cerca las formas en que ustedes, como cónyuges, pueden encarnar el significado de ser fieles en este momento presente de su matrimonio. Por supuesto, si han sufrido una infidelidad o están luchando con adicciones graves, merece la pena buscar ayuda clínica y pastoral para fomentar la sanación y un camino adecuado para seguir adelante. Y si están pasando por un momento excepcionalmente difícil con la familia, la enfermedad, u otros asuntos delicados, es comprensible que estos asuntos pueden ocupar cantidades significativas de su tiempo y energía.

Sin embargo, consideren los hábitos aparentemente más inofensivos que debilitan incluso las mejores intenciones.

En primer lugar, consideren el hábito de la distracción. Los ídolos -y la ociosidad- en forma de teléfonos, medios de comunicación y ruido, desvían nuestra atención de la persona de nuestro cónyuge.

En segundo lugar, consideren los hábitos de su forma de hablar. Las quejas o los chismes, incluso con amigos de confianza, afectan a la percepción que los demás tienen de nuestro cónyuge.

⁵ Ver [Catecismo de la Iglesia Católica, 1638-1642](#).

Y, por último, tengan en cuenta el hábito de las prioridades. Las personas y los lugares a los que dedican la mayor parte de su energía emocional y mental (ya sea para bien o para mal) indican lo que valoran, y pueden fácilmente superar a su matrimonio como máxima prioridad.

Dediquen un tiempo hoy a examinar cada uno de estos hábitos. Una forma significativa de poner en orden sus distracciones, su forma de hablar y sus prioridades (¡y facilitar su voto de ser fiel!) es a través de una mirada a sus límites.

El cristiano converso Sheldon Vanauken describe cómo se enamoró de su esposa Davy en sus memorias *A Severe Mercy* [Una Misericordia Severa]. A medida que crecía su confianza y ternura, Sheldon y Davy expresaron su deseo de nutrir su relación mediante un límite que protegiera sus esperanzas de servirse el uno al otro por encima de sí mismos y dejar que floreciera el amor; lo llamaron "The Shining Barrier [La Barrera Brillante]".

Lo que La Barrera Brillante significaba, dice, "era simplemente esta pregunta: ¿qué será lo mejor para nuestro amor? ¿Debería uno de nosotros cambiar un patrón de comportamiento que molesta al otro, o debería el otro aprender a aceptarlo? ¿Qué sería mejor para nuestro amor? ¿Qué camino sería mejor, en cualquier elección o decisión, a la luz de nuestro único objetivo: estar enamorados por toda la vida que tengamos?"⁶

Mantenerse fieles el uno al otro, y a su matrimonio, puede significar alejarse de aquello que no nutre su relación, ya sea temporalmente o para siempre. Reflexionen sobre sus compromisos y límites a partir de las preguntas a continuación y hablen juntos de las actividades individuales y compartidas que cultivan un sano sentido de la libertad.

Ser radicalmente honestos sobre dónde gastan su atención, sus palabras y sus prioridades, abiertos a la posibilidad de cambio y un renovado enfoque en su compromiso, los convocará de nuevo a las palabras que dijeron: ser fieles el uno al otro, en todas las cosas.

Conversar

Enumeren de 3 a 5 áreas de sus vidas individuales en las que invierten sistemáticamente el mayor esfuerzo, tiempo, dinero o energía. Estas áreas podrían incluir la familia, el trabajo, las amistades, el ministerio, los pasatiempos, el ejercicio, el cuidado de un familiar, etc. ¿Cuáles son sus sentimientos con respecto a estas áreas de inversión? Por ejemplo, ¿Los dejan agotados? ¿Con energía? ¿Neutral? ¿Algunas de estas áreas son en realidad distracciones que podrían cambiarse o reevaluarse?

⁶ Sheldon Vanauken, *A Severe Mercy* (San Francisco: HarperOne, 1977, 1980), versión de traductor.



¿Qué comparten sobre su matrimonio con amigos o familiares? ¿Están de acuerdo usted y su cónyuge sobre cuánto cuentan a los demás?

Enumeren varios cambios concretos y realizables que pueden llevar a cabo para crear o reforzar límites sanos en torno a su matrimonio.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.





Tercer Día: "...En La Prosperidad Y En La Adversidad..."

Reflexionar

Piensen en cuando se enamoraron por primera vez, y cuando quedó claro que el Señor los llamaba a casarse. ¿Alguna vez tuvieron la sensación de que, con esa persona, incluso los malos momentos no serían tan malos?

Es una idea romántica y optimista, pero con mucho de cierto. Se imaginan futuras pruebas y pérdidas, sabiendo que con su amado a su lado se reconfortarán. Y, sin embargo, en las inevitables pruebas, todos estos ideales teológicos y divinos pueden derrumbarse ante las realidades terrenales de esta vida. Merece la pena que hoy consulten entre ustedes de qué manera pueden servirse mejor el uno al otro, a su matrimonio y (si los tienen) a sus hijos durante los malos tiempos, ya se trate de problemas económicos, familiares, laborales, tragedias o de cualquier otro tipo.

La preparación práctica para afrontar retos inesperados es prudente y valiosa. Pero allí donde lo práctico alcanza su límite, brota lo espiritual. El sacramento del matrimonio "da a los esposos la gracia de amarse con el amor con que Cristo amó a su Iglesia; la gracia del sacramento perfecciona así el amor humano de los esposos, reafirma su unidad indisoluble y los santifica en el camino de la vida eterna (cf. Concilio de Trento: DS 1799)".⁷ Una vez más, las palabras de sus votos - "en la prosperidad y en la adversidad"- adquieren un peso real y concreto. No subestimen el manantial de gracia de su matrimonio. Busquen formas, desde hoy mismo, de fortalecer espiritualmente su relación frente a las pruebas externas.

Dondequiera que se encuentren en su vida de oración, den un paso más después de leer esto: si rezan individualmente o en privado, tomen dos o tres minutos para rezar juntos. Si lo que más les gusta son las oraciones rutinarias de la Iglesia, recen juntos una oración espontánea, o viceversa. ¿Hay algún modo de oración (petición, alabanza, intercesión) al que recurran con más frecuencia? Añadan hoy una expresión nueva o diferente a sus oraciones.⁸

⁷ [Catecismo de la Iglesia Católica, 1661](#)

⁸ Ver [Dynamic Catholic, "A Simple Guide to Catholic Prayer"](#)

¿Y qué hay de los buenos momentos, o incluso de los momentos aparentemente mundanos y simplemente agradables? Consideren cómo pueden ordenar su matrimonio hacia el bien, tradicionalmente definido por la Iglesia como la realización de lo que conviene a alguien o a algo, ordenado hacia lo que desea.⁹

Si como humanos estamos hechos a imagen de un Creador todo bueno y todo amor, nuestro mayor deseo (lo reconozcamos o no) es imitar su bondad y amor y volver a Él. Imitamos la bondad y el amor de Dios cuando tratamos a nuestro cónyuge con reverencia, misericordia y dignidad.

En cualquier temporada, es útil prever el resultado final de una conversación, discusión, acontecimiento o desafío: ¿esperan concluir esta experiencia más unidos o más separados y destrozados? Son las pequeñas elecciones diarias de palabras y acciones, el desmantelamiento de su orgullo, sus ídolos y sus muros, los que conforman la salud general y la realización de su matrimonio, para bien o para mal.

Conversar

¿Qué palabras y acciones encuentra su cónyuge más significativas en los momentos difíciles? ¿Qué medidas prácticas pueden adoptar para reforzar su vida personal, profesional y familiar frente a los retos externos?

Enumeren formas concretas (por ejemplo, palabras, acciones, actitudes) en las que pueden apoyar uno al otro durante los buenos momentos. ¿Cómo pueden apoyar los logros uno del otro? ¿Cómo pueden ayudarse a cumplir sus sueños y metas? ¿Cómo pueden reafirmar mutuamente sus personalidades y sus fortalezas?

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

⁹ Ver Fr. John Hardon, S.J., *Modern Catholic Dictionary* (New York: Image, 1980, 2013), 193.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.





Cuarto Día: "...En La Salud Y En La Enfermedad".

Reflexionar

Ayer reflexionaron sobre el voto de amarse el uno al otro en la prosperidad y en la adversidad, considerando la mejor manera de apoyarse mutuamente a través de las sorpresas y los desafíos de la vida. Cuando se esfuerzan por permanecer unidos en Cristo, sabiendo que las gracias del matrimonio son un cimiento y un refugio, las pruebas externas se sienten más fáciles de llevar y sus aspiraciones se sienten más a su alcance.

Pero ¿qué ocurre cuando las pruebas vienen de dentro; concretamente, de una enfermedad física o mental?

El sufrimiento y la enfermedad son *duros*, e incluso aislantes. El sufrimiento, sin embargo, es una de las experiencias más humanas que podemos vivir, y realmente puede dar fruto. Estamos vivos, y vivos en Él. Consideren el acto supremo de sufrimiento: Jesucristo, plenamente divino y plenamente humano, humillado y sangrando, derramándose hasta el extremo. "Por su pasión y su muerte en la Cruz, Cristo dio un sentido nuevo al sufrimiento: desde entonces éste nos configura con Él y nos une a su pasión redentora".¹⁰ Aunque antes de la Caída no debíamos sufrir ni enfermar, la vida, muerte y resurrección de Jesús nos redimen. Su sacrificio hace posible que experimentemos de nuevo el Jardín, en las glorias del cielo.

La voluntad de Jesús de debilitarse a sí mismo, hasta la muerte, da sentido a nuestras propias experiencias con la enfermedad, y ofrece a los matrimonios una elección: ¿aceptarán estas pruebas y las llevarán juntos, o las rechazarán y las enfatizarán, acabando más divididos?

Su experiencia individual de la enfermedad, desde un resfriado común hasta una estancia prolongada en el hospital, puede dejarlos sintiéndose solos, desamparados y separados de su cónyuge. Una división. Sin embargo, con comunicación y valentía, los tiempos de enfermedad pueden refinar y profundizar su amor.

¹⁰ [Catecismo de la Iglesia Católica, 1505](#)



El P. Jacques Philippe escribe que "si lo acogemos con confianza y con paz, el dolor nos hace crecer, nos educa, nos purifica, nos enseña a amar de modo desinteresado, nos hace humildes, mansos y comprensivos con el prójimo. El miedo al dolor, por el contrario, nos endurece, nos encorseta en actitudes protectoras y defensivas..."¹¹

En otras palabras, los momentos de sufrimiento pueden hacer crecer el amor y llevarlos a usted y a su cónyuge a una unión más profunda. A medida que se acercan más al corazón de Jesús, sabiendo que Él redime nuestras pruebas, se acercan más el uno al otro. Las palabras pueden parecer vacías cuando su cónyuge está enfermo, lo que le lleva a preguntarse cómo puede apoyarle más.

¿Una solución? Hablar. Siéntense a orar sobre sus sentimientos, individualmente o juntos, e identifiquen formas específicas en las que usted y su cónyuge puedan apoyarse mutuamente. En lugar de las actitudes protectoras y defensivas que señala el P. Philippe, pueden esforzarse por entrar en las experiencias personales del otro ante los retos de la vida. A través de las palabras, la oración y los actos de servicio, se dismantelan los muros, se quitan las armaduras y se encarna el voto de amar en todo, en la salud y en la enfermedad.

Conversar

Cuando piensan en el sufrimiento, ¿cuáles son sus reacciones viscerales? ¿Usted y su cónyuge sienten una disposición similar ante la idea del sufrimiento y la redención, o una disposición diferente? Hablen de sus disposiciones y mediten sobre el propio sufrimiento de Jesús: lean Marcos 14,32-72 y 15,1-39. Compartan las frases y pasajes que despierten su imaginación o los lleven a nuevas perspectivas.

La enfermedad y el sufrimiento provocan fácilmente sentimientos de división, ya que usted y su cónyuge viven experiencias diferentes e individuales cuando uno de los dos está enfermo. Identifiquen formas de apoyarse mutuamente en la enfermedad, desde un resfriado común hasta un deterioro mental o físico grave. ¿Qué palabras y acciones reconfortarán, protegerán y animarán a su cónyuge?

¿Qué actos pueden contribuir a la salud de su matrimonio? Nombren al menos una acción, hábito o diálogo que pueda fortalecer su relación en estas áreas: confianza, respeto, honestidad, intimidad, comunicación.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos

¹¹ Jacques Philippe, *La libertad interior* (Barcelona: Editorial Alba, 2013), 47.

matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.





Quinto Día: "Y Así Amarte Y Respetarte"

Reflexionar

Los últimos días los han invitado a crecer en unidad con su cónyuge, reflexionando sobre lo que significa ser fiel; sobrellevar la prosperidad y la adversidad; la enfermedad y la salud. ¿Qué hay de los momentos en que se sienten menos unidos? Hoy, busquen una renovación de su amor examinando más de cerca lo que significa el amor, y lo que nos pide.

Santo Tomás de Aquino escribió "amar es desear el bien a alguien",¹² en un llamado a la abnegación y a la verdadera libertad: honrar a la persona amada. El Papa San Juan Pablo II profundiza en la naturaleza de esa palabra, alguien, en relación con el amor, diciendo "el amor es siempre una relación mutua de personas".¹³ El valor y la dignidad de toda persona humana son ilimitados. Es así porque la persona lleva la imagen y semejanza de Dios, que llama a cada persona (y, de una manera particular, a cada cónyuge) a un amor que mira hacia fuera, contemplando al otro con reverencia y perdurando más allá de los sentimientos.

Juan Pablo II anima a las parejas a integrar la buena voluntad con el amor e incluso con la atracción, con el objetivo de que no haya divergencias entre cómo encarnamos el amor y cómo deberíamos hacerlo. Escribe que "el verdadero amor de benevolencia puede ir a la par con el amor de concupiscencia, incluso con la concupiscencia misma, con tal de que ésta no llegue a dominar todo", y que "las gentes que, a pesar de su flaqueza, aportan en el amor una real buena fe, tratarán de fundamentar la reciprocidad en el bien honesto, en la virtud, tal vez aún imperfecta, pero, no obstante, real..."¹⁴

Es bueno saber que incluso los santos comprenden nuestra imperfección humana y las limitaciones de la voluntad, a pesar de nuestras mejores intenciones. Hoy, piensen en las veces en que usted y su cónyuge no cumplen con estas buenas intenciones en el amor-específicamente, en ocasiones de resentimiento que se oponen a un espíritu de buena voluntad, de lujuria que abruma al amor, y de simple pereza o apatía-. Tanto si llevan casados varios meses como varias décadas, no es ningún secreto lo fácil que

¹² Ver [Catecismo de la Iglesia Católica, 1766](#)

¹³ Karol Wojtyła, Amor y Responsabilidad, 3ra edición (Madrid: Editorial Razón y Fe, S. A., 1978), 34.

¹⁴ *Ibíd*, 40.



puede ser caer en hábitos de indiferencia o de no valorar a su cónyuge. En su forma de hablar, en sus relaciones físicas y emocionales, y en su forma de abordar los conflictos, ¿cómo pueden mostrar mejor a su cónyuge amor y honor verdaderos y desinteresados?

Hablen hoy sobre cómo cada uno de ustedes recibe mejor la atención, el respeto y la reconciliación. Tal vez sea a través de un Lenguaje del Amor ¹⁵ en particular, que puede funcionar como una herramienta útil para el entendimiento, o a través de palabras específicas que indiquen disculpa, perdón y resolución de conflictos. El amor y el honor son un estándar muy alto, precisamente porque son una vocación muy elevada y digna. Con un espíritu dispuesto y la realidad de la gracia, un amor más verdadero, más puro de corazón, está al alcance de la mano.

Conversar

Individualmente, escriban cómo definen el amor (¡con sus propias palabras! ¡No se admiten citas!) y, luego, muéstrenselo uno al otro. ¿Tienen características comunes sus definiciones? ¿Cómo se comparan con las ideas de Aquino y san Juan Pablo II sobre el amor? Hablen juntos de los cambios o perspectivas ampliadas sobre el amor que podrían surgir de las palabras de estos santos, y de cómo sus pensamientos pueden ayudarles a crecer en el amor de pareja.

¿Sabe cómo recibe su cónyuge su amor de la forma más significativa? ¿Cómo recibe su cónyuge una disculpa de la manera más significativa? ¿Qué es lo que para él o ella hace que un conflicto se sienta plenamente perdonado y resuelto? Compartan cómo pueden expresar amor, disculpas y resolución de la manera más importante para su cónyuge.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

¹⁵ Ver Gary Chapman, *Los 5 lenguajes del amor*, edición revisada (Medley, Florida: Unilit, 2017), o [Los 5 lenguajes del amor](#).



Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.





Sexto Día: "...Todos Los Días De Mi Vida"

Reflexionar

No es casualidad que la vida cristiana y toda vocación, incluido el matrimonio, sea un llamado a la Cruz: "Respétense unos a otros, por reverencia a Cristo...Maridos, amen a sus esposas como Cristo amó a su Iglesia y se entregó por ella...pues él quería presentársela a sí mismo toda resplandeciente, sin mancha ni arruga ni cosa semejante, sino santa e inmaculada".¹⁶ Los esposos están llamados a entregar su vida, imitando la Pasión y la muerte de Jesús y, en última instancia, Su guía hasta la puerta del cielo. ¡Qué gran don y qué gran responsabilidad es vivir la vida matrimonial y familiar con la mirada puesta en la eternidad!

El amor perdura más allá de esta vida, donde en las bodas celestiales contemplaremos a Dios cara a cara, revestido de gloria. El pecado de Adán y Eva trajo la muerte y los expulsó del jardín (aunque no sin misericordia y amor). Jesús, el nuevo Adán, vence a la muerte y abre la puerta de la vida eterna. Y María, la nueva Eva, se entrega a la voluntad de Dios en su maternidad, curando la herida de la desconfianza de Eva y participando con su Hijo en la redención de todos los hombres.

El Cielo, pues, es una creación restaurada; un regreso al jardín. "Nuestros primeros padres experimentaron la dimensión original de esta gracia en el principio. Ahora participamos de ella por la fe y los sacramentos. Sin embargo, esta gracia sólo se revelará 'en toda su penetrante profundidad' a quienes participen en el 'otro mundo'. Allí, la gracia ya dada en la creación y restaurada en la redención 'se experimentará en su realidad beatífica'".¹⁷

Todo suena tan prometedor, tan hermoso. Sin embargo, ¿alguna vez sienten...aprensión? ¿Miedo, incluso? ¿La sensación de *que quiero ir al cielo, pero no hasta en muchos años más adelante?*

Cuando encuentran una profunda alegría en su matrimonio y en su vida terrenal, incluso en medio de la imperfección, puede resultar difícil imaginar una realidad más satisfactoria. El miedo a que el cielo no

¹⁶ [Efesios 5,21. 25. 27](#)

¹⁷ Christopher West, *Theology of the Body Explained* (Boston: Pauline Books and Media, 2007), 314, versión de traductor.



pueda ser tan gozoso como vivir su vocación en la tierra -una vocación con la que probablemente ha soñado y por la que ha rezado- tiene una contraparte: el miedo a la muerte.

Recordemos, de nuevo, el jardín. Nunca estuvimos destinados a estar separados de Dios y, por consiguiente, nunca estuvimos destinados a estar separados unos de otros. Heredamos los dolores del pecado y la pérdida de nuestros primeros padres, pero no estamos destinados a vivir allí. A través del Bautismo, de la vida espiritual terrenal y, finalmente, de la vida eterna, experimentamos una renovación de la perfección. Si han luchado con esta tensión entre lo terrenal y lo celestial, recen específicamente hoy para que el Señor aumente su deseo por Él, para calmar cualquier ansiedad que sientan cuando consideren la eternidad.

Vivimos anhelantes como seres humanos, impregnados de una inquietud y un deseo de la plenitud de lo divino desde el momento de nuestra creación. Recen para que sus anhelos, tanto de muchos años de vida matrimonial feliz en la tierra como de las glorias del cielo, estén bien dirigidos. Hablen juntos sobre la manera de abrazar esta vida, sabiendo que la próxima está por delante, confiando en que el Señor les conceda un sentido de paz y una anticipación gozosa de todo lo que está por venir.

Conversar

Comenten sus sentimientos sobre la mortalidad y la esperanza del cielo: ¿hay preocupación? ¿pena? ¿alegría? Lean Génesis 2,18-25, el relato de la creación del hombre y la mujer, y Apocalipsis 21,1-5, una visión del banquete celestial. Compartan las frases y pasajes que despierten su imaginación o los lleven a nuevas perspectivas.

¿Cómo pueden vivir hoy pensando en la eternidad? Identifiquen los pasos que pueden dar en su vida matrimonial y familiar para santificarse activamente el uno al otro, crecer en la fe y asumir la responsabilidad de conducirse mutuamente al cielo. Consideren pasos como comenzar una rutina de oración diaria como pareja o añadir una oración a una rutina que ya tengan, dedicarse a recibir con más frecuencia los sacramentos como una Misa diaria a la semana o una confesión al mes, o interceder el uno por el otro en la oración y ofrecer cada día por su cónyuge.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.



POR TU
MATRIMONIO

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.





Séptimo Día: Consulta Sobre La Comunicación

Reflexionar

Esta semana, han dedicado tiempo a considerar todas las formas en que el amor va más allá de las palabras. En su persona, en la acción, en las realidades sacramentales de la vida conyugal y en la esperanza del cielo, los esposos personifican el amor encarnado de Dios y están llamados a vivir las promesas de sus votos matrimoniales.

Pero recuerden los momentos en que las palabras son, de hecho, una parte necesaria e importante de su vocación. Hoy concluye esta semana de retiro, con una sección de conversación más extensa diseñada como una guía para los meses y años venideros.

Sean cuales sean las reflexiones que han agitado sus corazones esta semana, no les cierren la puerta después de la oración final de hoy. Ábrala más. Tal vez les haya resultado más difícil aceptar un aspecto concreto de sus votos, o un aspecto concreto de su fe católica (la sexualidad, el sufrimiento o la mortalidad, por nombrar algunos). Sepan que incluso los más grandes santos han luchado con el Evangelio y la vida espiritual, confiando en la sabiduría y la providencia del Señor incluso cuando parecía que se habían apagado todas las luces. Perseveren en la fe, buscándole a Él en todas las cosas y creyendo que " el que me sigue no caminará en la oscuridad y tendrá la luz de la vida".¹⁸

Que su matrimonio sea abundantemente bendecido, y que juntos puedan encontrar al Señor dondequiera que estén hoy, y por toda la eternidad.

Conversar

Resuman la semana pasada en una conversación. ¿Algunos días o reflexiones en particular les inspiraron a actuar o a una contemplación espiritual más profunda? ¿Cómo influirán en su relación en el futuro?

Algunas personas procesan sus pensamientos y decisiones internamente, reflexionando sobre los asuntos de forma más independiente y no verbal. Otras lo hacen de forma externa, con una mayor necesidad de expresar las cosas en voz alta, buscar perspectivas externas y discutirlos. ¿A qué forma de

¹⁸ [Juan 8,12](#)



procesar las cosas se inclinan usted y su cónyuge? ¿Hay aspectos de sus vidas que deseen compartir más con el otro (trabajo, pasatiempos e intereses, espiritualidad)? Identifiquen formas prácticas para que cada uno de ustedes sienta que sus necesidades están cubiertas en la comunicación, como consultas diarias o semanales sobre temas concretos. En momentos de cambio o de decisiones importantes, ¿qué palabras y acciones ayudarán a cada uno a sentirse unido al otro?

¿Qué áreas de crecimiento ven en su matrimonio? Consideren las dimensiones espiritual, física, emocional y financiera de su relación. Hagan una lista de las resoluciones que pueden tomar, individualmente y como pareja, para hacer cambios productivos en estas áreas.

¡Sueñen juntos! Escriban al menos un objetivo para su matrimonio dentro de: un mes, seis meses, un año, cinco años y diez años. Piensen cómo esperan sentirse en cada uno de esos momentos, cómo esperan que sea su relación en comparación con la actual y cómo podría ser su vida.

Tómense una foto juntos hoy y guárdenla en un álbum nuevo en su teléfono. Establezcan recordatorios para tomarse otra dentro de un mes, seis meses y un año. ¿Qué esperan ver en esas futuras imágenes de ustedes mismos? ¿Qué sentimientos verán en sus ojos? Hablen de lo que esperan de su matrimonio y repitan los pasos que van a dar para conseguirlo.

Rezar

Padre, te damos gracias por el don de nuestra vocación. Nos arrodillamos ante ti con humildad, esperanza y apertura, deseando personificar tu amor encarnado y vivir las palabras de nuestros votos matrimoniales. Haz que este tiempo de reflexión nos fortalezca, nos lleve más allá de la comodidad y de las palabras, y nos acerque más a tu amor.

Jesús, tú sufriste, moriste y nos redimiste en la Cruz. Que imitemos tu sacrificio de amor, entregándonos en cuerpo y espíritu. Que en nuestros pensamientos, palabras y acciones, nuestro amor sea como el tuyo, resucitando lo que está muerto en nosotros y dando vida abundante.

Espíritu Santo, ven. Inspira, guía y bendice nuestras conversaciones y toda nuestra vida matrimonial. Llénanos de gracia para santificarnos mutuamente, para vivir en los sacramentos y para conducirnos al banquete celestial.

Amén.

