

IDEAL MATRIMONIAL

	Página
1. Nuestro matrimonio. Nuestro principal proyecto	2
2. Fundamento del Ideal Matrimonial	6
3. Encuentro con el Dios de nuestra vida	10
4. Nuestras diferencias Fuentes de conflicto y complemento	14
5. Nuestros valores: El Ideal del matrimonio	18
6. Formulación de nuestro Ideal Matrimonial	20

1. NUESTRO MATRIMONIO NUESTRO PRINCIPAL PROYECTO

Se afirmaba antiguamente que las personas casadas no podían ser santas, y frente a una excepción se decía “se hizo santo a pesar de haber sido casado”. El Concilio Vaticano II, señaló que todos estamos llamados a ser santos y destacó el papel que le cabe a los laicos en el mundo. Por el hecho de ser bautizados, nuestra vida debe estar iluminada por una vocación a la santidad.

Es importante cuidar nuestra vida matrimonial. Nuestro matrimonio enmarca toda nuestra vida, responde a nuestra vocación principal. Debemos tomarlo en serio y trabajarlo como el más grande de nuestros proyectos.

RESPECTO AL PROYECTO

Todo proyecto ya sea empresarial, urbanístico, ecológico tiene que tener una razón de ser, un fundamento por el cual hace justificable su elaboración.

Queremos **reflexionar sobre nuestro matrimonio**, anclarlo en una visión de futuro donde estén **los sueños, anhelos e ideales**. Pensar un proyecto que nos motive a conquistarlo, nos anime cuando nuestras fuerzas flaquean, nos guíe y una en ideales que nos trascienden y dan sentido a nuestras vidas.

Al ir definiendo esos sueños e ideales que queremos alcanzar, los valores por los que nos queremos jugar, y el proyecto de familia que queremos construir juntos, vamos encontrando un camino, es decir vamos tomando una brújula que irá centrando y orientando todo nuestro quehacer dentro del matrimonio. Dios nos regala a cada uno un carisma especial, único e irrepetible, que está basado en nuestras propias originalidades.

No siempre pensamos juntos en este proyecto que basado en el amor queremos construir de a dos y comenzamos a caminar sin un norte claro, permitiendo muchas veces que vayamos a la deriva según hacia donde nos lleven las circunstancias y dejamos nuestro amor matrimonial vulnerable a los embates del mundo y de los tiempos.

Todos sabemos que en este camino hay momentos plenos, otros de prueba y que el caminar no es fácil.

FRENTE A LA GRANDEZA LA MEZQUINDAD DESAPARECE.

Al anclarse permanentemente en los ideales, es posible darle sentido a todos los malos momentos que inevitablemente viviremos en la construcción de proyectos importantes.

PENSAMIENTO PROACTIVO

A veces con el paso de los años nos encontramos más bien sobreviviendo una relación, que construyendo un proyecto. Debemos ser proactivos, tomando iniciativas y haciendo posible que los sueños se transformen en realidad.

Victor Frankle, psiquiatra judío alemán, era de la escuela determinista, es decir, postulaba que los seres humanos estamos determinados genética, síquica y ambientalmente. Al vivir una situación extrema, se dio cuenta de que, si bien es cierto tenemos ciertas determinaciones, nosotros como seres humanos podemos, entre el estímulo y la respuesta, elegir como responder.

Cada persona va construyendo su proyecto de vida, en el que va tomando permanentemente diferentes opciones, algunas grandes e importantes, y otras no tanto. Por ejemplo: elegimos una profesión a través de la cual poder desarrollar nuestras capacidades intelectuales y nuestras habilidades, y así poder aportar a la sociedad y ser útil; algunos ingresamos a movimientos religiosos para desarrollar nuestra vida espiritual; muchos se preocupan de hacer deporte para cuidar la salud y mantener el estado físico en las mejores condiciones; y todos los que estamos aquí elegimos dentro de nuestras opciones **la vocación al matrimonio, como parte de nuestro proyecto de vida.**

Hacernos cargo de este desafío implica nuestro compromiso libre, nuestro tiempo y dedicación. No dejar que las cosas fluyan naturalmente, como van saliendo, porque estaríamos siendo sólo reactivos, y no estaríamos actuando por propia decisión, dándole la atención y el trabajo que necesitan.

Hay tantos desafíos a los que damos gran importancia, les dedicamos horas y nuestros mejores esfuerzos (construirnos una casa, algún proyecto de trabajo, una propuesta para llevarse un negocio,...) y a nuestro proyecto de matrimonio, con todo lo que ello significa, no siempre lo tomamos en cuenta con la misma fuerza, o no estamos muy conscientes de la importancia que tiene hacerse cargo en forma seria y responsable de cada detalle.

Al igual que en los otros proyectos, en la medida que no ponemos atención a todos los detalles, dejamos vulnerable el resultado del proyecto. Y del más importante, el matrimonio, a través del cual podemos alcanzar la felicidad y plenitud a la que estamos llamados como seres humanos.

Uniendo el tema de los sueños e ideales, de la visión de futuro de este proyecto, de nuestra capacidad de ser proactivos, debemos preguntarnos **qué estamos haciendo para que esos sueños se hagan realidad.**

El matrimonio unido y feliz no se saca en el loto, ni llega como el maná del cielo; se construye día a día, palmo a palmo y con esfuerzos compartidos, comprometidos y generosos, que sean fruto del amor. De ese amor que un día me hizo soñar con casarme y formar una familia.

DINÁMICA

Cada persona rellena el siguiente cuadro.

<i>Ámbitos</i>	<i>Que anhelo o que quiero llegar a ser en este ámbito</i>	<i>Qué cosas me han ayudado a caminar hacia esos anhelos</i>	<i>Qué cosas me han entorpecido el camino hacia esos anhelos</i>	<i>A qué me puedo comprometer</i>
<i>Como esposo (a)</i>				
<i>Como matrimonio</i>				
<i>Como padre o madre</i>				
<i>Como familia</i>				

Luego, conversamos como matrimonio y concluimos en el siguiente cuadro.

<i>Ámbitos</i>	<i>Que anhelos tenemos en ese ámbito o que quisiéramos alcanzar</i>	<i>Qué cosas nos han ayudado a caminar hacia esos anhelos</i>	<i>Qué cosas nos han entorpecido el camino hacia esos anhelos</i>
<i>Como matrimonio</i>			
<i>Como Familia</i>			

Cuando tenemos claro el sueño de lo que queremos construir y hacia donde queremos llegar, podemos tomar iniciativas, seguros, acciones que nos permitan caminar en esa dirección. Podemos definir los valores que nos guíen y orienten. De esta forma podremos tener muchas más herramientas y estar mejor preparados para enfrentar todos los tropiezos y dificultades que se nos vayan presentando, porque la mirada estará puesta en un mismo sueño o ideal.

2. IDEAL MATRIMONIAL

FUNDAMENTO DEL IDEAL MATRIMONIAL

Describiremos, en primer lugar, el contenido del Ideal de Matrimonio desde una triple perspectiva: filosófica, cristológica y psicológica. Se trata siempre de la misma realidad, pero vista cada vez desde un ángulo diferente.

El ideal de matrimonio desde la perspectiva filosófica

Desde el punto de vista filosófico, entendemos por Ideal de Matrimonio la idea concreta que Dios tuvo de un matrimonio al crearlos el uno para el otro en un mismo designio de amor. Cuando Dios concibió a cada cónyuge, lo concibió en su mente, desde toda eternidad, el uno para el otro. Es ésta la realidad que ambos intuimos cuando nos conocimos y que luego, progresivamente, fuimos descubriendo y ratificando durante el pololeo. Al decidir contraer matrimonio, asumimos consciente y solemnemente el designio de Dios que nos unía para toda la vida. El pensamiento que Dios tuvo de uno, ya incluía el llamado a realizarse en unión y complementación con esa otra persona que El concibió como nuestro compañero o compañera de vida. Nuestras existencias se complementan mutuamente. Esto implica también que la santidad del uno depende estrechamente del otro y repercute en él. Ambos estamos llamados a constituir una misma comunidad de vida, de amor y de misión. Para ello, Dios regala a cada uno cualidades personales que complementan las del otro. También nuestras cargas y cruces debemos llevarlas juntos. Dios nos pensó -por así decirlo- como una elipse, en la cual los dos polos se integran en una sola figura. El tuvo una idea, un "sueño", con nosotros.

Estamos llamados a descubrir ese plan de amor original que Dios proyectó con nosotros y a realizarlo creadoramente a lo largo de nuestra vida.

El ideal de matrimonio desde la perspectiva cristológica

Desde la perspectiva cristológica, considerando que el matrimonio ha sido elevado a la categoría de sacramento, podemos describir el Ideal de Matrimonio diciendo que consiste en encarnar, de modo original la unión de Cristo y la Iglesia; o, si se quiere, de Cristo y María, porque María es el prototipo de la Iglesia y su imagen más perfecta. Recordemos la enseñanza de San Pablo en el capítulo V de su Epístola a los Efesios. Allí, el apóstol muestra el sacramento del matrimonio en esta perspectiva. El matrimonio es un signo visible de esa misteriosa unión de Cristo y la Iglesia, unión que los cónyuges están llamados a realizar en forma concreta y original.

Como matrimonio, debemos reflejar en medio del mundo ese misterio de amor íntimo, fiel, heroico y fecundo que une, de modo inefable, a Cristo y su Iglesia, a Cristo y a María, en una profunda bi-unidad. El sacramento del

matrimonio eleva nuestra unión conyugal hasta esta altura. Por el sacramento, recibimos la vocación y la gracia para encarnar y hacer presente hoy ese ideal. Este Ideal, válido para todo matrimonio cristiano, se personaliza y actualiza en forma original en cada matrimonio, que está llamado a vivirlo de acuerdo a su propia realidad y a los desafíos propios de su época.

El ideal de matrimonio desde la perspectiva psicológica

Considerado desde la perspectiva psicológica, el Ideal de Matrimonio es el impulso fundamental, querido por Dios que anima profundamente a los cónyuges. Es el impulso o anhelo, cultivado fielmente con la ayuda de la gracia, que los conduce a alcanzar la santidad matrimonial. El Ideal de Matrimonio, en este sentido, no es simplemente algo "objetivo", que se nos impone desde fuera, sino que ya vive en germen en nosotros. Pero esto requiere ser asumido y cultivado conscientemente.

Resumiendo, Dios nos concibió como cónyuges en un mismo plan de amor; Dios nos creó con una vocación y nos dio una tarea común en su plan; Dios nos llamó a encarnar, de modo original, la inefable bi-unidad de Cristo y su Iglesia; para ello, puso en nuestras almas las fuerzas, gérmenes de vida y anhelos interiores, capaces de impulsarnos desde dentro a desarrollarnos y alcanzar lo que El espera de nosotros.

IDEAL MATRIMONIAL

"En nuestro mundo moderno -afirma Michael Quoist-, existe un peligro muy superior a la amenaza de las bombas atómicas; es la 'explosión' interior del hombre, y su 'atomización' psicológica o espiritual. Si el hombre domina cada vez más el universo material, parece que, hostigado por las múltiples sollicitaciones exteriores, se domina cada vez menos a sí mismo. Precisa rehacer su propia síntesis si quiere vivir y obrar." (Triunfo, pág. 29).

Esto, que es válido para el individuo, vale igualmente para la realidad matrimonial y familiar. Es preciso volver a elaborar nuestra síntesis como matrimonio, y el **Ideal de Matrimonio es justamente ese factor unificador en torno al cual se organiza y adquiere coherencia nuestra vida.** El Ideal de Matrimonio, además de dar coherencia a nuestra vida, la enaltece: nos recuerda que como matrimonio "nacimos para cosas mayores" y para ser semejantes a Cristo, para ser santos.

Hoy, el llamado a la santidad se dirige en primer lugar a los laicos, a la familia. Sin su compromiso por la santidad y su influencia en las realidades temporales, es impensable una cultura cristiana. Somos nosotros y nuestros hijos los que estamos llamados a ganar el nuevo milenio para Cristo. Por eso nos abocamos seriamente a la tarea de forjar un matrimonio santo. El sacramento del matrimonio entraña por sí mismo la vocación a la santidad y nos confiere las gracias para lograrla.

Si consideramos el Ideal de Matrimonio en esta perspectiva, éste adquiere toda su fuerza. ¿Qué pensó Dios con nosotros al llamarnos a unir nuestras vidas para siempre y ser fecundos en nuestros hijos? ¿Cómo quiere El, que encarnemos ese signo de amor sacramental que imprimió en nuestros corazones, cuando sellamos nuestra alianza matrimonial ante el altar? Como matrimonio, ¿qué germen de vida y santidad debemos cultivar fielmente? ¿Qué defectos debemos superar a fin de que brille, en nuestra vida, la santidad matrimonial? Estas son las preguntas a las que respondemos al tratar de definir nuestro Ideal de Matrimonio.

Si viviéramos en una atmósfera cristiana, donde los valores cristianos se pudieran asimilar "por osmosis", quizás no necesitaríamos hacer un esfuerzo especial por asumir conscientemente el Ideal de Matrimonio. De algún modo, esto se daría en forma espontánea o funcional. Sin embargo, hoy ya no contamos con esa realidad. Tenemos **que asumir libremente** y en forma decidida **el ideal de formar un matrimonio y una familia profundamente cristianos**, y de lograrlo muchas veces **"nadando contra la corriente"**. Si como matrimonio y como familia no emprendemos un trabajo de autoformación, pronto seremos arrastrados por la corriente y simplemente nos mimetizaremos con el ambiente materialista en que estamos inmersos. Por eso, es importante que nos aboquemos a la búsqueda del Ideal de Matrimonio.

Descubrir el Ideal de Matrimonio es un don de Dios, ya que es una obra de la gracia en nosotros. Por eso, toda búsqueda en este sentido debe estar **precedida por la oración**. Antes que nada, imploramos al Espíritu Santo para que El nos ilumine y nos ayude a ver nuestra vida y misión a la luz de la fe; para que su gracia nos permita descubrir los gérmenes de vida e impulsos que Dios ha puesto en nuestra alma. Imploramos la gracia de Dios pero, al mismo tiempo, **nos decidimos formalmente a trabajar en nuestro Ideal de Matrimonio**, lo que implica **dedicarle tiempo a nuestra búsqueda**: el tiempo necesario para la oración, la reflexión y el intercambio matrimonial. De otro modo, sólo tendríamos buenos deseos pero, en la práctica, lograríamos muy poco.

Como cosa concreta, es aconsejable que cada uno tenga un cuaderno donde pueda anotar sus reflexiones y las conclusiones a las cuales va llegando.

DINÁMICA

Como un primer paso para buscar el Ideal Matrimonial podemos **evocar "nuestros sueños"**. Recordemos cómo nos conocimos y qué anhelos había en nuestro corazón en esos tiempos.

a) Dinámica Grupal

Dejar 20 minutos para que cada matrimonio integrante del grupo cuente cómo y dónde se conocieron y qué les llamó la atención al uno del otro.

b) Dinámica Matrimonial

Cada uno contesta, primero en forma personal y después como matrimonio las siguientes preguntas:

- ¿Por qué te elegí? ¿Qué vi en ti?
- ¿Qué "sueños" tuvimos al casarnos?
- ¿Qué pensamos construir juntos?

Revisar las oraciones que hemos hecho como matrimonio, por ejemplo: para el día de nuestro Matrimonio, para la consagración a la Virgen,... Analizarlas desde la perspectiva de los "sueños o anhelos" que hemos expresado en ellas.

3. ENCUENTRO CON EL DIOS DE NUESTRA VIDA

Dentro de nosotros existe un gran anhelo de hogar, donde se nos ame y se nos respete, donde se nos valore y se nos comprenda, donde el encontrarnos sea un momento de felicidad y alegría. Lo necesitamos en el plano natural y también sobrenatural. En la medida en que vamos creciendo en nuestra vinculación con Dios, nos damos cuenta que **encontramos ese hogar en su corazón de Padre**. Ahí sentimos cercanía, encuentro, acogimiento, paz y libertad. San Agustín describió esta nostalgia con una frase muy hermosa "Inquieto está mi corazón, ¡oh Dios! hasta que no descanse en ti"

¡Cuánta **necesidad de descanso, de reposo, hay en nuestros corazones!** Necesidad de poder hablar con sencillez sin temer la interpretación que se dé a nuestras palabras. Necesidad de sentirnos amados por lo que somos y no por lo que tenemos, de ser contemplados como alguien valioso y no como un estorbo que puede ser utilizado, cambiado y luego desechado, si no responde a las expectativas que se tiene de nosotros.

Dios es el único que puede darnos **la plenitud total del amor**, porque El es el Amor. El que siempre está, el que permanece, el que aguarda, el que conoce hasta el rincón más escondido de nuestra alma. Nos ama gratuitamente, sin condiciones.

Es de vital importancia percibir el amor de Dios en nuestra historia de vida, sólo así crearemos en su amor de predilección, en su conducción sabia y llena de misericordia. Sólo así podremos reconciliarnos plenamente con ella, dar un "sí" a la voluntad del Padre Dios en ella. Igual, es de extraordinaria importancia, descubrir a Dios en nuestra historia matrimonial. Esto lo queremos hacer juntos. Se trata de ver nuestra vida con los ojos de Dios para responder también unidos, a sus innumerables muestras de amor y misericordia. Poseemos la firme convicción de que Dios, en su Divina Providencia, ha estado presente en cada paso de nuestra vida.

A la luz de la Fe en la Divina Providencia descubrir el amor de Dios en nuestra historia matrimonial

Con su gracia nos ha impulsado y además, cuando por nuestra culpa nos hemos apartado de sus caminos, nos ha tendido la mano para levantarnos.

Es relativamente fácil aceptar la verdad de que Dios hace todo por amor, en el amor y para el amor, como una verdad general y abstracta. La pregunta es si aplicamos esa verdad a nuestra vida personal, si subjetivamente podemos afirmar de corazón: **Dios me creó por amor**, me guía por amor y la meta que previó para mi vida es la perfecta unión de amor con El.

Recordemos que no basta con una reflexión intelectual al respecto, sino que es preciso que esta verdad penetre hasta lo más profundo de nuestro corazón.

Queremos crecer en el convencimiento existencial de que Dios nos ama personalmente a cada uno de nosotros.

Cuando fuimos concebidos en el seno de nuestra madre, Dios dio un sí personal a nuestra existencia. De ese sí surgió nuestro espíritu haciendo de nosotros una persona humana, irrepetible y única. Nos eligió de entre miles y millones de seres posibles. Y **ese Dios, que creó el mundo y que nos creó a cada uno de nosotros, no nos abandona, sino que nos mantiene en la existencia y nos guía con amor.**

¿Percibimos en nuestra vida las muestras de su amor? ¿Reparamos en el cuidado que El ha tenido de nosotros? ¿En qué momentos de mi vida he experimentado en forma clara y concreta el amor de Dios?

Algunos piensan, teórica o prácticamente, que Dios traza un plan para el mundo y nuestra vida y que luego se desentiende de su realización. Es como si dijese: "Lleven a cabo ustedes el plan que he trazado. Si lo hacen bien, los premiaré; si lo hacen mal o contradicen mi voluntad, entonces recibirán un castigo". Dios Padre no actúa así. No es un Dios que crea el mundo para, luego, librarlo a su propia suerte.

Nuestro Dios, tal como lo muestra la revelación, tampoco interviene "despóticamente" en nuestra vida. **Dios creó al hombre como un ser libre y respeta su libertad.** No somos títeres de su antojo. El don supremo que ha hecho al hombre es su libertad. No nos quiere en su barca, como "esclavos de galera", sino como "remeros libres". El hombre puede aceptar y cooperar en el plan de Dios, o bien, (haciendo mal uso de su libertad) puede rechazarlo, contradecirlo o perturbarlo. Esto último es la realidad (y la tragedia) del pecado: "El que no recoge conmigo, desparrama" dice el Señor. (Mt. 12,30).

Uno de los aspectos a los cuales el P. Kentenich tal vez haya dado mayor importancia en la vida espiritual, es la necesidad de **"elaborar" nuestra historia de vida.** Es importante asimilar nuestro pasado y descubrir en él la mano del Padre providente, pues, como hemos dicho, si estamos convencidos de que El estuvo en lo que ya hemos recorrido de nuestra vida, sin duda nos será más fácil creer que igualmente lo está en el presente y que también lo estará en el futuro.

Una de las fuentes favoritas para reconocer la voluntad de Dios para con nosotros es nuestra historia personal. **En nuestro pasado encontramos inscritos mensajes centrales de Dios.** Nuestra vocación personal y profesional normalmente se nos manifiesta a través de los hechos o vivencias de nuestra historia. Dios nos enseña por la historia (recordemos el adagio: "la historia es maestra de la vida"), tanto por lo positivo que nos ha tocado vivir, como también por las cruces, desengaños y reveses.

Descubrir la voluntad de Dios en nuestro pasado requiere una "elaboración" de la propia historia. Y cuando se trata de vivencias negativas,

una elaboración de ellas a la luz de Dios nos lleva a “reconciliarnos” con nuestro pasado. Es preciso aprender a “gustar” nuestra historia en sus misterios gozosos, gloriosos y dolorosos, contemplando y agradeciendo en ella la mano providente de Dios que nos rodeó de regalos y supo ayudarnos a salir adelante en las dificultades y en las pruebas.

Si con fe dirigimos **una mirada retrospectiva a nuestra historia**, a las vivencias y acontecimientos que han marcado nuestro desarrollo y nos encaminaron en una dirección determinada, podremos ir descubriendo **su plan de amor con nosotros**. Los acontecimientos, a lo largo de nuestra historia, van despertando nuestras potencialidades y los gérmenes que Dios ha puesto en nuestra alma. En ella vamos descubriendo nuestra forma de ser, nuestras fuerzas potenciales,...

Para esto es necesario: implorar al Espíritu Santo y darse el tiempo necesario para poder detectar el paso de Dios por nuestra historia. Mediante esta meditación, vamos descubriendo luces que nos van a iluminar posteriormente en la búsqueda de nuestro Ideal matrimonial.

Confiemos el uno en el otro, ayudémonos con una actitud positiva pero, al mismo tiempo, seamos concretos y exigentes y tengamos el valor de superar la barrera de la comunicación superficial para lograr así descubrir el camino hacia nuestro ideal.

DINÁMICA

Nuestra historia como matrimonio:

Queremos adentrarnos en nuestra historia con una mirada de fe, con una actitud de respeto y gratitud porque ella es signo del amor misericordioso de Dios y de su predilección por nosotros. Esta historia común nace con lo que cada uno de los cónyuges aporta: su propia historia, su manera de ser, sus anhelos e inquietudes. Como pensamientos y deseos encarnados de Dios queremos hacer de su voluntad la norma y tarea de nuestro actuar.

Implorar como grupo al Espíritu Santo. Luego dejar un momento tranquilo, para comenzar a trabajar en la historia matrimonial.

Reflexionar y contestar en forma personal, por escrito. Cada cónyuge hace una cronología de su vida, escribiendo en un cuaderno las vivencias tanto positivas como negativas, que le parecen más significativas. Después ubicar lo vivido en cada una de las etapas propuestas.

Acontecimientos importantes que nos marcan en esta etapa vivida.	Pololeo y noviazgo	Matrimonio y primeros años	Tiempo actual
Regalos			
Dificultades			
Agradecimiento. A Dios, a ti, en general			
Qué nos dice Dios en esta etapa			

Si no se alcanza a terminar, cada matrimonio fija una fecha para terminar la elaboración de esta historia común en la casa y conversar lo que cada uno escribió.

4. NUESTRAS DIFERENCIAS FUENTES DE CONFLICTO Y COMPLEMENTO

El ser humano necesita complementación, por lo mismo el alma del hombre y de la mujer se atraen. ¡Cuántas fuerzas gastadas! ¡Cuántos malos ratos o malos entendidos se podrían evitar en nuestra vida matrimonial, si conociéramos y aceptáramos la diferencia de los sexos!

Lo que nos constituye como personas, es nuestra capacidad de amar. Somos hechos a imagen y semejanza del Dios Trino. Y El es el amor, es comunidad de amor perfecta. Dios nos creó con igual dignidad pero con distinta modalidad. Esta diferencia marca nuestra psicología, nuestra forma de ver, percibir y sentir la realidad. Así nos hizo para que pudiéramos complementarnos, en lo corporal y espiritual. Cuando el hombre y la mujer son capaces de reconocer, respetar y aceptar sus diferencias, el amor tiene entonces, la oportunidad de florecer.

Necesitamos reconocer la modalidad de amar de nuestro cónyuge para complementarnos y apoyarnos mejor. Por lo general suponemos, que si nuestro esposo(a) nos ama, reaccionará y se comportará de la forma en que nosotros reaccionamos y nos comportamos cuando amamos a alguien. Esperamos que el otro sea como nosotros, que sienta como nosotros sentimos. Pero hombres y mujeres tenemos distintas formas de reaccionar y expresar los sentimientos.

Esta actitud nos dispone a sentirnos decepcionados una y otra vez. Como resultado de ello, nuestras relaciones se llenan de tensiones, fricciones y conflictos innecesarios. Cada uno supone erróneamente que el otro tiene las mismas necesidades y los mismos deseos. Por lo tanto, ambos quedan insatisfechos y resentidos.

A esto, podemos agregar las distintas sensibilidades que tenemos debido a nuestra historia personal. Cada uno viene de una familia diferente, donde vivió ciertas experiencias, donde fue educado según los valores y prioridades de sus padres, con estilos y costumbres propias, que marcan la forma de ver la vida y enfrentar el día a día. Así es como para uno por ejemplo la puntualidad puede ser algo fundamental, ya que manifiesta el respeto por otras personas y para el otro puede no tener ninguna importancia,..

También la educación recibida en el colegio, vivencias en este y en la universidad, la participación en actividades extra programáticas, pertenencia a movimientos, dedicación al deporte, las amistades, en fin, todo nuestro pasado nos ha marcado definiendo nuestra forma de actuar y percibir la realidad. Nuestras diferencias se hacen notar en la vida diaria y en la toma de decisiones, lo que produce conflictos.

La gran tarea es descubrir qué necesita nuestro esposo, nuestra esposa para saberse, sentirse y experimentarse amado, amada.

Las relaciones se facilitan cuando entendemos cuáles son las necesidades fundamentales de nuestro cónyuge. Para poder saber esto, es importante dejarse tiempo para rezar y meditar sobre el otro, lo que necesita, lo que espera de mí, para sentirse amado, apoyado. Saber escucharlo con atención y empatía, tratando de entender su punto de vista. Pedir además diariamente las gracias que nos concede el sacramento del matrimonio para comprender y aceptar los cambios en el otro (irritación, cambios de humor, exigencias,...) de tal manera que, por ellos, no se entorpezca nuestra relación y podamos seguir apoyándonos mutuamente. No olvidemos que las desavenencias son naturales en toda convivencia humana. Ellas nos deben ayudar a crecer.

“Las dificultades son tareas” dice el P. Kentenich y un amor se hace maduro y fuerte cuando juntos, con respeto, diálogo y oración, hacemos de las dificultades un peldaño, para subir hacia un amor más pleno, más santo, más humano y divino.

DINÁMICA

a) Dinámica grupal (20 minutos en total)

Se sugiere que se dividan para trabajar en forma separada hombres y mujeres viendo en qué se han enriquecido con la manera de ser del otro sexo.

Contestan la siguiente pregunta:

¿En qué me ayuda la forma de ser de mi cónyuge en mi desarrollo personal?

Cada grupo reflexiona y comparte sobre alguna experiencia positiva que haya tenido en la educación de su femineidad o masculinidad, en beneficio de un mejor diálogo con su cónyuge. Actitudes trabajadas, métodos, momentos, etc.

Después se juntan y ambos grupos ponen en común lo conversado. Comentan una experiencia elegida previamente.

b) Dinámica matrimonial

Reflexionar y contestar en forma personal, luego intercambiar con el cónyuge y llegar a una síntesis.

Desde la perspectiva de la psicología masculina y femenina:

¿Qué rasgos de mi cónyuge me han enriquecido en estos años de matrimonio?
¿Qué admiro en él o en ella?

¿Qué rasgos propios de mi forma de ser han complementado a mi cónyuge?

¿Qué características típicas de mi psicología (masculina o femenina) tengo que pulir y desarrollar para lograr un diálogo más fecundo con mi cónyuge? Definir un propósito para trabajar.

Nuestras características como matrimonio y familia:

¿Qué elementos o rasgos propios de mi familia original me han marcado con más fuerza? ¿Cuál de ellos he transmitido a mi familia actual?

¿Qué características de tu familia de origen creo que has incorporado a nuestra familia? ¿Las he aceptado libremente o las siento impuestas?

¿Cuáles son las características más propias de nuestro matrimonio y de nuestra familia? Mencionar 5 características.

¿Qué ambiente experimentan en nuestro hogar aquellos que nos visitan? ¿Qué nos gustaría entregarles a los que llegan a nuestro hogar?

c) Dinámica alternativa

La vocación al matrimonio es un llamado a vivir de a dos, a construir una relación que nos complemente y engrandezca como hombres y mujeres. Queremos invitarlos a reflexionar acerca de nuestra complementación.

Anotar en una hoja un listado de virtudes, valores, fortalezas y habilidades que reconozca en mi cónyuge y que yo no tenga o que en mi sean más débiles. Piense en como ellas (las virtudes o habilidades) han ayudado o aportado a mi vida. Luego intercambien el trabajo realizado y agradezcan al otro por los regalos recibidos.

Tarea

Meditación Personal

Ejercicio de meditación sobre el cónyuge

Si soy una persona casada, a quien tengo más cerca de mí es a mi cónyuge. Es aquella persona a través de la cual Dios me dice que me ama en forma personal, única, fiel, con un amor que está dispuesto a darse por entero, que va más allá del tiempo: un amor que se prueba "en salud o enfermedad", como reza la fórmula del sacramento. ¿He hecho una meditación sobre mi cónyuge? ¿Qué me dice Dios a través de él?

Su bondad, su cuidado, su interés por mí, Dios me lo hace sentir a través de mi cónyuge. Pero no sólo eso, sino también sus deseos, lo que El requiere de mí, lo puedo percibir a través de él. Sin embargo, muchas veces la vida cotidiana me lleva a perder la admiración respecto a esa persona que en el inicio tanto cautivaba mi ser. Es preciso que trate de "desempolvar" su imagen, de refrescar y redescubrir lo mucho que Dios me regala en ese ser único para mí. Trato de hacerlo y le pido al Señor que ilumine mis ojos.

¿Qué me dice Dios a través de él?

Así llega el momento de pasar a la segunda fase de mi meditación. ¿Qué me digo a mí mismo? ¿Me he acostumbrado a esa persona y he dejado de admirarla, como antes lo hacía? ¿Percibo en su comprensión, la comprensión de Dios? ¿En su fidelidad y servicio, el amor y la ayuda de Dios? ¿En su perdón, el perdón de Dios? ¿Escucho lo que me quiere decir, o no le doy importancia? ¿Qué me está diciendo ahora? ¿Qué capto en sus palabras, en sus gestos, en su actitud?

En este contexto me detengo en aquello que me parece más importante, tratando de ser lo más sincero conmigo mismo.

¿Qué me digo a mí mismo?

Es nuevamente el momento de "gustar" el amor de Dios a través de la persona que El me ha regalado. Por eso, la meditación da lugar a "reposar" en el afecto por ella, en lo que significa para mí y, al mismo tiempo, a reposar en el amor de Dios. Gustar el cariño, la comprensión, lo que esa persona hace por mí, su fidelidad, su acogimiento, todo lo que Dios me dice a través de ella.

Puede ser también que Dios requiera una respuesta de mí. Un cambio de actitud hacia ella. Si he dejado enfriar mi amor, tomando su amor y su compañía, su ayuda y su apoyo, como algo evidente, debo ahora cambiar y volver a valorarla en toda su dimensión. Profundizo, por lo tanto, el sentimiento de conversión hacia un amor más generoso y desprendido.

¿Qué respondo a Dios?

NUESTROS VALORES EL IDEAL DE MATRIMONIO

Hoy Dios está hablando claro a través de los signos de los tiempos: apunta a la necesidad de **fortalecer la familia como célula básica de la sociedad y de la Iglesia**. No ignoramos que la realidad familiar está amenazada en nuestra cultura. Las costumbres y estilo de vida de esta época no son acordes con lo que debería ser una familia auténticamente cristiana. En este sentido, lo que más nos preocupa es que a menudo no tomamos cabal conciencia de esta situación: **nos adaptamos al medio ambiente sin reparar que éste ya no es reflejo de los valores propios de nuestra fe**.

Nuestros hijos ya no cuentan con una atmósfera que los proteja. Como el Señor decía a sus apóstoles, tendrán que vivir **"en medio del mundo"** pero **"sin ser de este mundo"**. ¿Podrán lograrlo? ¿Quién puede asegurarnos que mantendrán incólume su fe y convicciones cristianas, sin ser arrastrados por la fiebre del consumismo, del tener y tener más cosas y del éxito humano que embriagan a nuestra sociedad? Y no sólo esto: ¿podrán nuestros hijos llegar a ser levadura en medio de la masa? ¿Serán capaces de impregnar la cultura adveniente con los valores del cristianismo?

Grande es el desafío que hoy enfrentan los matrimonios cristianos: **es necesario una nueva primavera de santos matrimonios**, de familias santas edificadas sobre la base de matrimonios santos.

Buscar los valores que el matrimonio desea encarnar e irradiar

Este camino de búsqueda del Ideal de Matrimonio complementa los anteriores. Consiste en que ambos cónyuges se preguntan cuáles son los valores que más los atraen y por los cuales estarían dispuestos a jugarse, personalmente y como matrimonio. Se sitúan en el hoy y miran al futuro. Concluye aquí todo lo que se ha intercambiado y madurado en los otros pasos pero ahora mirando expresamente al hoy y hacia adelante.

DINÁMICA

a) Dinámica Grupal

Valores que refleja cada matrimonio

- ◆ Cada matrimonio escribe a los demás matrimonios, integrantes del grupo, los valores que ven en ellos, de tal manera que cada uno recibe el aporte de todos.

- ◆ Después, cada matrimonio comenta lo que recibió.

b) Dinámica Matrimonial

Dejar un momento de silencio y reflexión para que cada matrimonio conteste, primero en forma personal, y después comparta con su cónyuge la siguiente pauta.

Valores que definen nuestro matrimonio y familia

1. ¿Qué valores creemos encarnar y realizar como matrimonio?
2. ¿A qué valores le damos más importancia?
3. ¿Qué nos gustaría que dijeran de nuestra familia?
4. ¿Qué anhelamos para nuestra familia en el futuro?
5. ¿Qué costumbres matrimoniales y familiares tenemos que nos parece importante conservar siempre?
 - en lo religioso:
 - en el trato entre nosotros
 - en el cultivo de la unidad familiar
 - otros

Tarea

Reunión familiar

Juntarnos con nuestros hijos, en un ambiente entretenido en torno a un "picoteo", y conversar sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son las características más propias de nuestra familia?
Mencionar 5 características?
2. ¿A qué valores le damos importancia?
3. ¿Cuáles son nuestras fallas más frecuentes?
4. ¿Qué anhelamos para nuestra familia en el futuro?

FORMULACIÓN DE NUESTRO IDEAL MATRIMONIAL

METODOLOGÍA A SEGUIR

Para el trabajo que realizaremos, proponemos cuatro pasos. **De acuerdo al avance de cada matrimonio** y del tiempo con que se cuente y si se hace en un encuentro más largo, en dos, o en una mini-jornada. Si se requiere ayuda en forma individual para la formulación del Ideal se puede recurrir a los padrinos.

Primer paso

Recapitular lo más importante del trabajo hecho hasta ahora en los siguientes aspectos:

1. Nuestra historia sagrada: (2 ó 3 elementos de la síntesis hecha)
2. Nuestras características como matrimonio y familia (no más de 3, de las que más nos identifican)
3. Los valores o actitudes que nos sentimos llamados a encarnar e irradiar (no más de 2 ó 3)
4. Tareas principales que nos sentimos llamados a realizar como matrimonio, como familia, en el ámbito apostólico, social, en la Iglesia, trabajo, colegio,... Son tareas que desarrollan o refuerzan los valores o actitudes que caracterizan o mueven al matrimonio.

Segundo paso

Formulación del Ideal

Realizada esta síntesis ya podemos formular el Ideal. Puede formularse:

- Con un nombre: Ejemplo: "Hogar de Nazaret"
- Con un lema: Ejemplo: "Hogar abierto al mundo"
- Con un símbolo. Ejemplo: "el fuego".

Para ejercitarse en el lenguaje simbólico, se propone realizar la siguiente dinámica grupal

Dinámica Grupal

El lenguaje de los símbolos

- Se extienden sobre la mesa las tarjetas en que están escritos los nombres de diferentes símbolos (sustantivos). Por ejemplo: fuego, agua, viento,... De tal manera que todos las vean.
- Se reparten entre los integrantes las tarjetas en que están escritas cualidades (adjetivos). Por ejemplo: cálido, fuerte, alegre,... de tal manera que cada uno quede con 3 ó 4 de acuerdo al número de tarjetas.
- Por orden de izquierda a derecha, las personas ponen, una tarjeta por vuelta (adjetivos), sobre las tarjetas que están en la mesa (sustantivos), según les parezca que expresan su significado. Ejemplo: sobre la tarjeta fuego, puedo poner cálido, luminoso, rojo.
- Una vez que todos han descargado sus cartas, se lee y comentan los adjetivos que se asociaron a cada sustantivo. Se pueden agregar otros.
- Una vez terminada esta primera etapa se separan las tarjetas con los sustantivos y se vuelven a poner sobre la mesa.
- Se deja un momento para que cada matrimonio elija en silencio un símbolo (sustantivo) que lo interprete.
- Se vuelve a repartir entre los integrantes las tarjetas con los adjetivos y cada uno selecciona uno, aquel que más asocie con el símbolo que eligió.
- A continuación cada matrimonio dice qué símbolo eligió y comparte por qué lo hizo y qué significado tiene para ellos.

Tercer paso

Al término de esta etapa de búsqueda redactamos una pequeña oración de matrimonio que reúna nuestros ideales y anhelos. Se la ofrecemos al Señor y la Mater, pidiéndoles la gracia de poder encarnarlos.

Cuarto paso

Para hacer más palpable y presente el Ideal Matrimonial se sugiere crear un escudo de familia. Para quienes quieran realizarlo se adjunta el siguiente anexo.

ANEXO

Diseñar un "Escudo de Familia"

Si recorremos la historia y la vida de la Iglesia, nos encontramos con un hecho: siempre los ideales se han expresado simbólicamente en banderas, estandartes o escudos. Esto lo podemos observar tanto en la vida profana como en la vida de la Iglesia. Recuérdese, por ejemplo, el escudo papal de Juan Pablo II con la letra "M" de María, junto a una cruz, y su lema "Totus tuus". Basándonos en esa experiencia proponemos elaborar un escudo de familia.

Como metodología, sugerimos dividirlo en **cinco campos**:

- **El primero** está dedicado a **nuestra historia**: algún símbolo que recuerde los dos o tres hitos fundamentales de la misma.
- **El segundo** está dedicado a **la relación de los cónyuges**: ¿cuál es la actitud más propia y distintiva que caracteriza su relación mutua?
- En **el tercero**, expresamos nuestro ideal en **relación a la familia**, a nuestros hijos: ¿cuál es la atmósfera que deseamos que reine en nuestro hogar?
- **En el cuarto campo**, expresamos lo más característico de nuestro **espíritu apostólico**.
- Y, por último, **en el quinto campo** simbolizamos lo más propio de nuestra **relación al mundo sobrenatural**.

El siguiente diseño puede orientarnos:

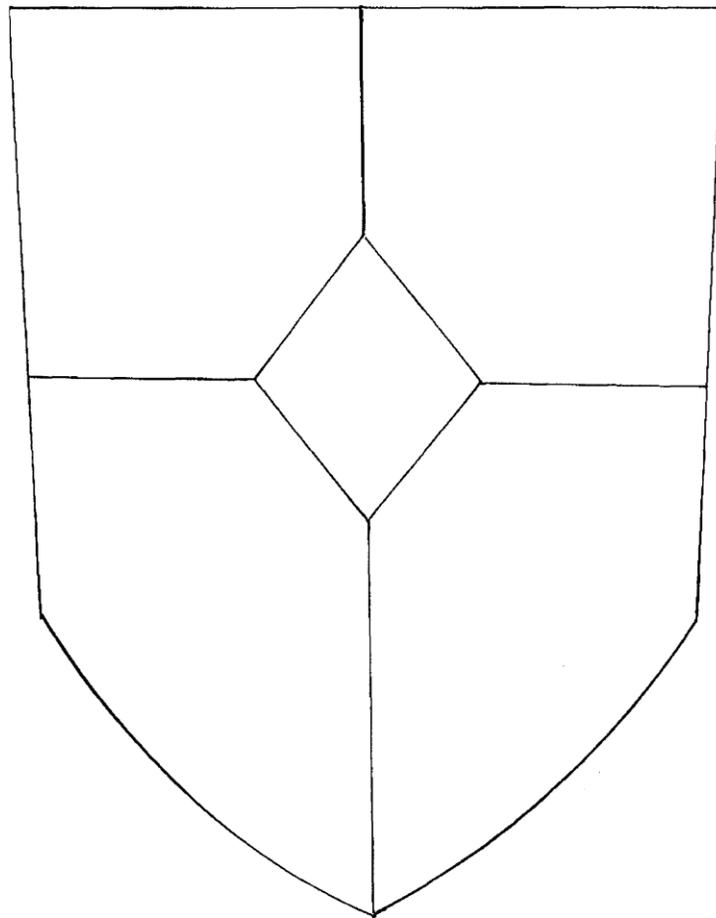


Al elaborar nuestro escudo de familia, si es necesario, se puede **simplificar** y, en definitiva, quedarnos sólo con uno o dos símbolos que expresen estas cinco dimensiones del ideal. Por ejemplo, para una familia, una simple llama en el Santuario puede significar el resumen de todos sus ideales. De suyo, el símbolo posee más fuerza emotiva y sugiere mucho más que las palabras,

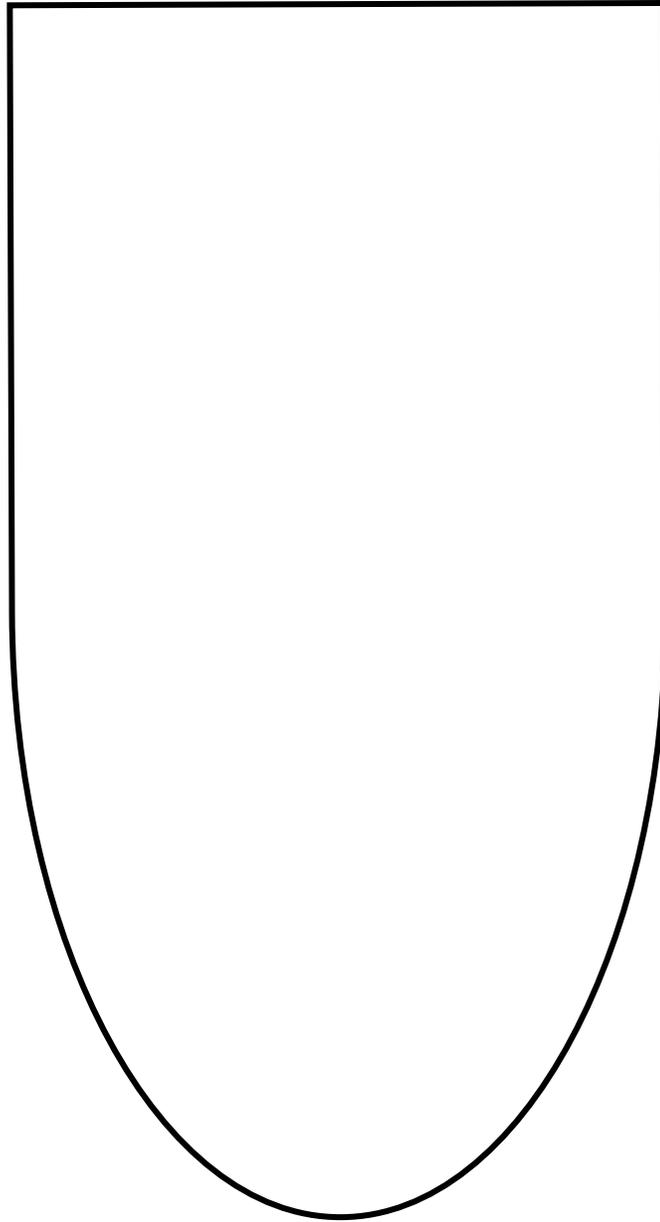


Trabajo de matrimonio

a) *Escudo Familiar*



b) *Diseño definitivo de nuestro Escudo Familiar*



Sugerencias complementarias a realizar en esta etapa.

- Reunión familiar. Juntarse con los hijos en un ambiente entretenido. Explicarles cada una de las partes del Escudo de Familia que hemos elaborado y recoger sus ideas para un diseño definitivo. Conversar entre todos, lo que aporta cada hijo con su original forma de ser, a la familia y al ideal que queremos alcanzar, agradecer por cada uno de ellos.
- Liturgia en el Santuario. Tener como grupo un momento de oración para entregar y agradecer el trabajo realizado. Cada matrimonio reza su oración y ofrece al Señor y a la Mater su Ideal Matrimonial pidiéndole fuerzas y gracias para vivirlo.