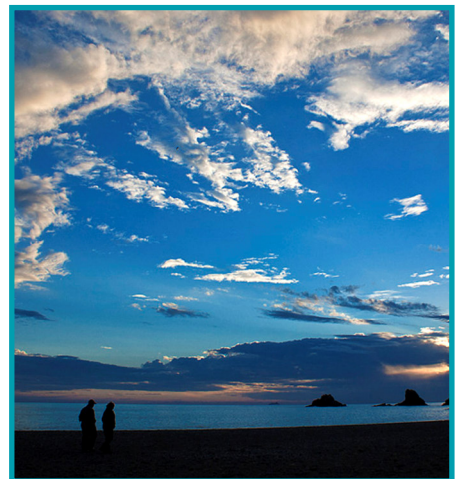


## Caminar hacia la plenitud del amor humano desde el matrimonio

Isabel Manzano Lardón y Francisco Javier Gijón Paniza

1. Introducción
2. La vocación al amor
3. Etapas del dinamismo del amor
4. El matrimonio cristiano
  - Vocación a la santidad
  - El sacramento del matrimonio
5. En las alegrías y en las penas
  - Etapas vitales en el matrimonio y la familia
  - La tarea de construirnos
  - Creer en el amor. Redescubrir el amor conyugal
6. Conclusión



### 1. INTRODUCCIÓN

El propósito de esta tesina ha sido analizar la vida de matrimonio y, también, de la familia desde una perspectiva global. Encontrar su sentido en lo cotidiano y en lo diacrónico desde lo que somos: como personas y como cristianos, apoyándonos en la realidad de nuestro amor y en el matrimonio cristiano.

En este trayecto se experimentan tanto dichas profundas como dificultades graves. Y nos preguntamos: ¿Cómo se puede salir adelante? ¿Quién nos sostiene? ¿Hemos sido nosotros? ¿La vida matrimonial se marca por los éxitos? ¿Cuál es el éxito? ¿Cómo habría que conocer, aceptar y encauzar la existencia para llegar a mayor plenitud?...

Hay que encontrar el punto de unión, de permanencia, el que da la fuerza y el sentido para salir adelante y hacerlo bien, mejorarlo, hacerlo santo, si es posible. Tenemos que reconocer los medios que nos ayudan en esta tarea. Y además de ahondar en el amor y el sacramento del matrimonio, valorar la

proyección que esa madurez pueda proporcionar a la familia, a la Iglesia y a la sociedad.

El construirnos como familia desde el matrimonio implica el deseo de avanzar con decisión por un camino adecuado, lo que supone un gran aprendizaje de la existencia humana y de la vivencia cristiana. Hemos partido de la vocación sponsal y el dinamismo de la atracción entre el hombre y la mujer en sus distintas etapas: enamoramiento, noviazgo y matrimonio. Y será desde el sacramento del matrimonio donde ahondaremos en la realidad cotidiana, el devenir, las luces y sombras de ese caminar que nos ofrece una promesa de plenitud, de comunión, de caridad conyugal.

### 2. LA VOCACIÓN AL AMOR

El hombre ha sido creado por amor y para amar. Todo hombre y mujer se sienten llamados al amor, esa llamada es respuesta a un amor primero anterior a su propia elección. El amor es clave en nuestra existencia, y este se nos manifiesta en la

Creación y en la Revelación. Es la historia de amor de Dios para con cada uno de nosotros, una historia personal.

Esta vocación lleva al hombre a salir de sí mismo para encontrarse con el otro en un amor de comunión y recíproco que se realiza en la propia entrega total, única, exclusiva, fecunda y para siempre. Cuando se acoge el don del amor desde la propia libertad nos situamos en la unión afectiva y efectiva que es expresión de toda la persona, en su unidad corporal-espiritual.

La vocación al amor es, por tanto, esponsal y se realiza en dos estados diferentes: el matrimonio y el celibato por el “Reino de los Cielos”, y tiene unas características específicas en cada una de ellas.

### 3. ETAPAS DEL DINAMISMO DEL AMOR

El amor entre un hombre y una mujer se orienta a construir el “nosotros”, tiene su propio dinamismo que se desarrolla en las siguientes etapas: atracción, enamoramiento, noviazgo y matrimonio. En ellas se van integrando progresivamente todas las dimensiones de la persona: corporal-sensual, afectivo-psicológica, personal y religiosa. Cada etapa tiene sus propias características que hay que vivir en plenitud, sin saltarse etapas ni adelantar vivencias propias de momentos posteriores.

### 4. EL MATRIMONIO CRISTIANO

Solamente el matrimonio cristiano que integra todas las dimensiones de la persona y que eleva el amor a sacramento puede dar respuesta total a la vocación al amor. Se trata de buscar para ambos no sólo lo que creemos que es un bien, sino el bien que Dios tiene pensado para nosotros, su proyecto de amor. Y como tal y como bautizados también estamos llamados a la santidad.

#### 4.1. Vocación a la santidad

La Vocación a la santidad nos lleva vivir el amor de un modo pleno. Esa vocación se concreta en la espiritualidad matrimonial y familiar. Los cónyuges están llamados a vivir su amor plenamente, como respuesta a la

vocación esponsal y a la realidad sacramental específica: el sacramento del matrimonio. Esa plenitud tiene siempre un valor existencial y personal, desde el mismo ser de la persona y desde el “ser- en- relación”. Es el amor que busca la reciprocidad, el bien de la persona amada y del acto de amar; es el amor de amistad, amor de comunión, amor virtuoso que implica la inteligencia y la voluntad.

Esa vocación se concreta en la espiritualidad matrimonial y familiar. En ese camino es el Espíritu el que nos enseña a amar y a permanecer en el amor y el que actúa en el corazón de los esposos por medio de la Gracia.

Los medios para desarrollar la espiritualidad son: el don de la gracia, los sacramentos, el crecimiento en la caridad, la oración. Por estos medios la vida matrimonial y familiar se va haciendo viva y fecunda en la fe.

#### 4.2. El sacramento del matrimonio

El sacramento es la alianza que se establece entre un hombre y una mujer, basada en el amor y en el consentimiento mutuo y es bendecida por Dios. En el sacramento Jesucristo se hace presente y entra a formar parte de nuestro matrimonio. Por tanto, los cónyuges, además de hacer público su amor ante la sociedad y ante la Iglesia, se comprometen a amarse, a ayudarse, a ser fieles a imagen de Cristo que se hace presencia en el sacramento y en sus vidas.

El efecto del sacramento es la gracia santificante y la gracia de estado para vivir, perfeccionar y fortalecer el amor de los esposos, su unidad, fidelidad y fecundidad. El amor matrimonial como comunión interpersonal, se realiza a imagen y semejanza de Dios, dentro del proyecto creador de Dios y del misterio esponsal de Cristo y la Iglesia. Por todo ello tienen unas características propias es: exclusivo, total, fiel, fecundo y para siempre.

Al elegir el matrimonio cristiano respecto del matrimonio civil estamos optando por un modo de vida en el que el origen y los fines son distintos. Ya que la antropología cristiana

orienta nuestra vida en referencia a Cristo; y porque al aceptar y al entregarse al cónyuge como un don de Dios, se van trascendiendo las realidades que se van viviendo, hacia un horizonte infinito que apunta a la eternidad y a Dios. No quiere decir esto que toda realidad de amor matrimonial no esté llamada a una plenitud, en la que Dios se haga presente independientemente de la madurez del amor, de las creencias y de las prácticas religiosas, etc.

## 5. EN LAS ALEGRÍAS Y LAS PENAS

Iniciamos este apartado situándonos en el día de la boda, con las palabras del consentimiento matrimonial: “Yo,..., te quiero a ti,..., como esposo/a y me entrego a ti, y prometo serte fiel las alegrías y en las penas, en la salud y en la enfermedad y amarte y respetarte todos los días de mi vida”.

En este caminar el matrimonio se encuentra con grandes alegrías y dificultades profundas y nos preguntamos ¿Qué y cómo hacer para salir adelante, para hacerlo bien, para mejorarlo, incluso para hacerlo santo? Se trata de construir nuestro ser y crecer como familia.

### 5.1. Etapas vitales en el matrimonio y la familia

Todo matrimonio el día de su boda sueña con alcanzar juntos la última etapa, la vejez, un amor llevado a plenitud, un amor de comunión. Pero para ello es necesario vivir en plenitud cada una de las etapas. Veamos cuales son.

#### *La primera etapa del matrimonio*

Comienza con una fiesta; tenemos que celebrar nuestro amor porque la realidad de nuestro amor tiene una dimensión personal e íntima y otra social. Se trata ahora de construir el “nosotros,” de tomar conciencia de nuestro rol de esposo-esposa y crear el “sistema familiar propio”. El diálogo para establecer metas y valorar los cambios es fundamental. Hay que ser consciente de que cada relación es original y única.

Es necesario cultivar la espiritualidad específica del matrimonio: consagrando el día a Dios, viviéndola en todos nuestros actos, más allá de los momentos de oración, liturgia y sacramentos.

a) Las alegrías: la satisfacción personal de amar y sentirse amado. El reconocimiento social. El sentimiento de cercanía a Dios y de esperanza en el futuro.

b) Las tristezas: Poco a poco nos damos cuenta de que se presentan dificultades que exigen renunciaciones, sacrificios, ajustes; que no éramos tan maduros como pensábamos.

#### *Segunda etapa: ser padres*

Exige superar la excesiva idealización y la adaptación inicial y reajustar el “sistema familiar Propio”. Darle su lugar al hijo es aceptarlo, quererlo y educarlo.

Existe el riesgo de no cuidar de nuestra fe, de no aprovechar las dificultades de esta etapa para madurarnos en la espiritualidad conyugal.

a) Las alegrías: la satisfacción de ser padres que es indescriptible. El agradecimiento a Dios.

b) Las tristezas: pueden aparecer por enfermedades, falta de acuerdos, desaliento que supone un esfuerzo que a veces nos desborda, duda de si estamos haciendo lo correcto.

#### *Tercera etapa: familia con hijos en edad escolar*

Nuestros hijos, requieren tiempo, y un tiempo de calidad. El dialogo es necesario para la unidad de criterios. Hay que encontrar un equilibrio entre la intimidad propia del matrimonio y las presiones que se puedan dar en relación a los hijos, trabajo...

La vivencia de nuestra fe es nuestro mayor bien. Hay que transmitir la espiritualidad.

a) Las alegrías: crear un clima de estabilidad, de comunicación, de alegría pese a los esfuerzos y dificultades. Los hijos aprenden por imitación y su entorno familiar es el adecuado para ser su referencia y motivación. Vivir el diálogo, el perdón, el abrazo, el olvido...

b) Las tristezas: aparecen si no hemos resuelto etapas anteriores; disentimos del cónyuge, nos refugiamos en los hijos.

#### **Cuarta etapa: familia con hijos adolescentes**

Se vuelve necesario “renovar el contrato matrimonial”. Hay que buscar la coherencia entre la autoridad y la comunicación con nuestros hijos. Los valores, límites y reglas tienen que existir.

Es el momento de ahondar en la fe, de vivenciar la espiritualidad familiar.

a) Las alegrías: vivir el valor de la familia que nos acoge y apoya en cualquier situación, respetándonos en el diálogo y desarrollando una actitud crítica. Ayudándonos a asumir deberes y responsabilidades. Encajar las dificultades en familia da seguridad y fortaleza en las propias posibilidades y en la elección adecuada de soluciones.

b) Las tristezas: habituarnos al conflicto: generando ambientes de violencia, tensión. Vivir de modo paralelo, distanciándonos, desvitalizando nuestra relación. Caer en la rutina, en la pasividad, sin contacto interpersonal.

#### **Quinta etapa: familia con hijos adultos**

Los Hijos se van independizando parcialmente. Hay que transmitirles que son importantes para nosotros pero que tienen que seguir su camino.

a) Las alegrías: alegrarnos de sus logros y acompañarlos en sus dificultades sin anularlos.

b) Las tristezas: aparecen los síntomas evidentes de la edad. Hay que compensarlos con la madurez de nuestro amor, afianzándose en las virtudes.

#### **Sexta etapa: el nido vacío. El reencuentro**

Ocurre cuando los hijos se van definitivamente de casa. Es el reencuentro de los esposos, que supone un reajuste total. Es valorar lo que hemos sido y hemos hecho. Tenemos que ser indulgentes con nosotros mismos y optimistas. Es el momento de plantearnos de nuevo la verdad y la congruencia de nuestra vida, individualmente y como matrimonio.

a) Las alegrías: si se ha sabido orientar la existencia en relación a Dios y se ha mantenido la fidelidad y unidad frente a las dificultades y crisis. Los esposos se sienten de nuevo jóvenes reencontrándose en la castidad, su fecundidad será grande si se proyectan como matrimonio hacia las personas de su entorno, hacia otros matrimonios y hacia un mundo falto de amor y de esperanza. La participación en la comunidad eclesial debe ser especialmente rica.

b) Las tristezas: si los cónyuges se han descuidado a sí mismos, volcados en el rol de padre-madre, se pueden encontrar frente a un desconocido.

#### **Séptima etapa: la vejez**

Es una etapa compleja. Es conveniente permanecer útil social y familiarmente. Se necesitan apoyos pero no una sobreprotección.

a) Las alegrías: es sentir la autonomía necesaria y el apoyo mutuo para seguir envejeciendo juntos. Valorar esta etapa como un regalo de Dios, un tiempo para revisar la vida con serenidad, para encontrar la paz con nosotros mismos, con los hermanos y con Dios.

b) Las tristezas: el viejo se siente frágil, con temor, inseguridad, puede darse falta de adaptación. Sentirse olvidados por su familia.

### **5.2. La tarea de construirnos**

En esta tarea ¿cómo mantener el “ideal de vida buena vivida en la comunión?” Hay que mantener la intención del amor y superar las dificultades. ¿Cómo lo hacemos?:

#### **Implicar a toda la persona en una actitud inteligente**

El verdadero amor se hace inteligente ante la dificultad.

Hay que reconocer y valorar nuestras propias posibilidades y limitaciones y orientarnos a superarlas. Requiere intuir, percibir, acoger la plenitud a la que estamos llamados y dirigirnos hacia ella; es el don del Amor que se hace gracia en nuestro matrimonio y familia. La fe adquiere un significado práctico y nos sitúa en la escala de valores de una manera nueva.

### Trabajarnos en un “yo sano”

Escuchamos: “Es que yo soy así, no puedo cambiar”. Hay que armonizar lo que “somos” con la experiencia de vida que nos ha tocado vivir juntos. Es una actitud de encuentro y cambio para un bien mayor: el “nosotros” es no quedarnos atrapados en los egoísmos, complejos, limitaciones...

Nuestro actuar requiere sentimientos y actitudes positivas. Ser asertivo. Y aceptar a mi cónyuge como es.

### Y, ¿si llega la crisis?

Si verdaderamente profundizamos en nuestro amor, si queremos sanarlo y elevarlo aparecerán crisis. Son momentos en los que nos sentimos hundidos, apartados, solos, rotos, solemos mirar a nuestra persona, nos apartamos del don de Dios, rechazamos el encuentro, el perdón, el diálogo, entramos en la dinámica del desamor.

La crisis siempre requiere un trabajo personal sin romper la unidad. Hay que: esforzarnos por comenzar de nuevo, olvidando agravios; permanecer en el respeto evitando palabras, acciones o gestos ofensivos; resolver los propios conflictos personales; rememorar o crear nuevas ilusiones, proyectos, vivencias de lo que fuimos, incluso seguimos siendo; aprender a comunicarnos en el diálogo y en el silencio; valorar en el amor la vida íntima conyugal sana; pulir limitaciones con sentido del humor y deportividad en agrado al otro; aprender a remontar dominándonos, para mejorar la convivencia; evitar los enfrentamientos directos; incrementar la confianza en el otro y el respeto de su vida y personalidad sin agobiar o controlar.

Estas crisis hay que aprovecharlas para mejorarse y madurar. En este camino Jesucristo siempre sale a nuestro encuentro, Él nos interpela, nos habla, nos reconduce para elegir el bien, nos invita a “ser” verdaderamente con Él. Hacer posible en nosotros esta espiritualidad nos lleva a:

- Desarrollar en nuestro corazón el amor trinitario por medio de la gracia.
- Sentirnos como una unidad que vivimos en Cristo.

- Ver al otro como un don de Dios para mí.
- Responsabilizarnos en la santidad mutua.

Superar la crisis nos conduce pues: a mejorarnos, a la reciprocidad mutua; a valorarnos, a comunicarnos, a perdonarnos; a la transformación del sufrimiento en crecimiento... Para ello ningún lugar como el matrimonio y la familia, ningún medio como el Amor.



### **5.3. Creer en el amor. Redescubrir el amor conyugal**

Crear en el amor es cuidarlo y hacerlo más pleno. Es utilizar la voluntad, la inteligencia, la creatividad. Es implicarnos en totalidad. Acoger la ayuda de las ciencias humanas, pero lo que realmente unifica la vida matrimonial y le da verdadero sentido es la fe, la dimensión teologal. El amor que tiene su fuente en Dios, que se nos manifiesta en Jesucristo, que nos abre al horizonte trinitario de la espiritualidad conyugal y familiar.

Los efectos de la gracia y la fe le hacen madurar y crecer, le hacen fecundo y fiel. Clarifican su entendimiento, engrandecen su corazón y dirigen sus acciones hacia la virtud y la caridad. Cuando sentimos y vivimos esto se hace posible superar las crisis sintiéndose sanados, restaurados y deseamos comunicar la realidad nueva de nuestro amor, como Iglesia doméstica. “Es la familia comunidad «salvada» que se hace una comunidad que salva”.

Es vivir y comunicar esa vida teologal de fe, esperanza y caridad.

## 6. CONCLUSIÓN

El amor matrimonial, como nosotros mismos, es algo vivo que está en transformación. Cada momento vivido es conveniente, necesario e, igualmente, importante para la evolución y el crecimiento como cónyuges y como personas y para construir y consolidar el matrimonio y la familia.

Las ilusiones del principio se van concretando, no como se concibieron, se pasa del amor como atracción e ilusión, al amor como donación y como realidad fecunda. Para esto es necesario mantener la confianza recíproca, la fidelidad, situarnos por encima de nuestras limitaciones purificando nuestro interior. En este camino se está asistido por la gracia de Dios, sin ella sería prácticamente imposible recorrerlo, pero ciertamente no estamos solos.

Se concibe la vida ahora, no como el cumplimiento de las ilusiones particulares y personales, sino como un viaje hacia la Casa del Padre para aprender a amar. Es un recorrido desde la vocación cristiana desde su ser creado hacia su fin último.

Como plenitud de vivir esos frutos de Salvación, consecuencia de la gracia, se va afirmando la fe y creciendo en las virtudes, viviendo la caridad, conformándose con Cristo y en Cristo. En Él podemos sentirnos amados y sanados

Esta espiritualidad que se vive en la familia se concreta en unos valores educativos y de servicio dentro de la propia familia, la iglesia y la sociedad: compartir la Buena Noticia del Evangelio y del Amor matrimonial. ■

---

## BIBLIOGRAFÍA

- ANDERSON, C. A.-GRANADOS, J., *Llamados al amor. Teología del cuerpo en Juan Pablo II* (Monte Carmelo, Burgos, 2012).
- DE CENDRA, C., “*Psicología de la vida conyugal*” (Instituto Juan Pablo II, Máster en Pastoral Familiar, Málaga, 2010).
- BENEDICTO XVI, *Deus Caritas Est* (25-X-2005).
- ESTRADA INDO, L., *El ciclo vital de la familia* (Madrid, De Bolsillo, 2012).
- FRANCISCO, *Lumen fidei* (26-VI-2013).
- JUAN PABLO II, *Familiaris consortio* (22-XI-1981).
- JUAN PABLO II, *Hombre y mujer los creó* (Madrid, Cristiandad, 2000).
- JUAN PABLO II, *Novo Millennio Ineunte* (6-I-2001).
- JUAN PABLO II, *Redemptor hominis* (4-III-1979).
- LAFFITTE, J.-MELINA, L., *Amor conyugal y vocación a la santidad* (Santiago de Chile, Universidad Católica de Chile, 1997).
- LARRÚ RAMOS, J. D. D., *El sello en el corazón. Ensayo de espiritualidad matrimonial y familiar* (Burgos, Monte Carmelo, 2014).
- LARRÚ RAMOS, J. D. D., “Espiritualidad del matrimonio y la familia” (Master de pastoral familiar, Málaga, 2012).
- LARRÚ RAMOS, J. D. D., *La grandeza del amor humano* (Madrid, BAC, 2013).
- MANGLANO, J. P., *El Libro del Matrimonio. Esa misteriosa unión* (Barcelona, Planeta Testimonio, 2010).
- MELINA, L., *Por una cultura de la familia* (Valencia, Edicep, 2009).
- NORIEGA, J., *El Destino del Eros. Perspectivas de moral sexual* (Madrid, Palabra, 2005).
- PÉREZ-SOBA, J. J., “*Amor conyugal y vocación a la santidad*” (Pontificio Instituto Juan Pablo II para estudios sobre el Matrimonio y la Familia, Madrid, Marzo, 2011).
- PÉREZ-SOBA, J. J., *La pastoral familiar. Entre programaciones pastorales y generación de una vida* (Madrid, BAC, 2014).
- ROJAS, E., *Remedios para el desamor* (Madrid, Temas de hoy, 2007).
- SCOLA, A., *Hombre-mujer. El misterio conyugal* (Madrid, Encuentro, 2001).
- TREVIJANO, P., “La gracia en el matrimonio” (<http://infocatolica.com/?t=opinion&cod=1867>).
- WOJTYLA, K., *Amor y Responsabilidad* (Madrid, Palabra, 2008).
- YZAGUIRRE- J. A.-FRAZIER, C., *Casados y Felices. Guía de psicología y espiritualidad para las relaciones de pareja* (Madrid, Ciudad Nueva, 2008).

## CONCEPTOS SIGNIFICATIVOS

Vocación. Madurez. Asertividad. Comunión. Crisis. Espiritualidad. Fe. Plenitud. Caridad conyugal. Santidad.

## CUESTIONES PARA EL DIÁLOGO

- ¿Tenéis una actitud educativa de aprendizaje y cambio para seguir creciendo como personas y como matrimonio?
- ¿Practicáis el diálogo, en el amor, como exhortación mutua?
- ¿Expresas y agradeces a tu esposo/a con frecuencia que es un don para ti?
- ¿Interiorizas a tu esposo/a en tu mente y tu corazón, en el amor de Dios?
- ¿Cómo cuidáis la espiritualidad conyugal? ¿Tiene realmente peso en vuestra vida?
- ¿Separáis vuestra oración personal de la vida de matrimonio y de familia? ¿Oráis juntos?
- ¿Comunicáis en familia, y fuera de ella, vuestra alegría en Cristo como disfrute auténtico?

## ORACIÓN POR LA FAMILIA

Dios, de quien proviene toda paternidad en el cielo y en la tierra:  
Padre, que eres amor y vida, haz que cada familia humana que habita en nuestro suelo, sea por medio de tu hijo Jesucristo, “nacido de mujer” y mediante el Espíritu Santo, fuente Caridad Divina, un verdadero santuario de vida y amor para las nuevas generaciones.  
Haz que tu gracia guíe los pensamientos y las obras de los cónyuges, para el bien propio y de todas las familias del mundo.  
Haz que las jóvenes generaciones encuentren en la familia un fuerte sostén humano, para que crezcan en la verdad y el amor.  
Haz que el amor, reforzado por la gracia del Sacramento del Matrimonio, se manifieste más fuerte que cualquier debilidad o crisis que puedan padecer nuestras familias.  
Te pedimos por intermedio de la Familia de Nazaret, que la Iglesia pueda cumplir una misión fecunda en nuestra familia, en medio de todas las naciones de la tierra.  
Por Cristo, nuestro Señor, camino, Verdad y Vida, por los siglos de los siglos.  
Amén.

San Juan Pablo II

## AUTORES

**Isabel Manzano Lardón y Francisco Javier Gijón Paniza**

Especialistas Universitarios en Pastoral Familiar por el Pontificio Instituto Juan Pablo II.