The Crosiers

3 Evitar la Tentación

Todos luchamos con los efectos del pecado original. Esto significa que podemos sentirnos atraídos hacia lo que es malo para nosotros. La infidelidad con frecuencia ocurre cuando empezamos a creer que una necesidad emocional clave — por ejemplo, intimidad emocional o sexual — será satisfecha por alguien que no es nuestro esposo o nuestra esposa, y la oportunidad se presenta. No vayan a un bar solos/as con un compañero o una compañera atractivo/a o comprensivo/a. Eviten sitios de web pornográficos y tengan cuidado con las conversaciones y los mensajes en línea. No les dediquen toda su atención a sus hijos (ignorando a su esposo/a), y no se dejen vencer por la curiosidad acerca de un compañero o compañera "mejor" (más sexy, más atractivo/a, o más comprensivo/a). Compartan sus sentimientos con su esposo/a, pasen juntos momentos exclusivos para ustedes, y recen.

4 Comunicación Saludable de Palabra y Hechos

El Papa Benedicto XVI escribe en *Caritas in Veritate*, "La verdad es . . . comunicación y comunión". Necesitamos una comunicación amorosa diaria para desarrollar la intimidad — con Dios, con nuestro esposo/a, con nuestros hijos, y con nuestros amigos.

La comunicación no sólo alienta la intimidad, también protege nuestras relaciones. Nos da los medios para tratar los problemas en lugar de evitarlos. Evitar resolver o desesperarse por resolver nuestros problemas lleva a la infidelidad, pero la comunicación nos da la esperanza y los medios para resolver los problemas que inevitablemente ocurren en cualquier relación.

Thinkstock

5 Gratitud y Perdón

Algunas veces pensamos que seríamos felices si tan solo . . . tuviéramos una casa más grande, más dinero, un esposo o una esposa diferente. Por el contrario, las investigaciones muestran que la fe, los amigos, y la familia son lo que nos hace verdaderamente felices.

Thinkstock

Mas no somos perfectos, y la fidelidad no depende de la perfección. No debemos esperar que nuestro esposo o nuestra esposa nos comprenda completamente y satisfaga cada una de nuestras necesidades. Sólo Cristo puede hacer eso.

Una actitud de perdón reconoce que todos necesitamos la misericordia de Dios. Dios nos perdonará *en el grado en que nosotros perdonamos a quienes nos ofenden.* Pedir perdón significa sentir sinceramente el mal hecho y repararlo con empatía hacia la persona que hemos traicionado. Mostrar empatía y compasión hacia el compañero o compañera lastimado/a es uno de los factores más grandes en la sanación de nuestras relaciones. En realidad, podemos aumentar nuestra felicidad siendo agradecidos, realizando actos bondadosos, y expresando gratitud. Como señala San Pablo, existe una conexión entre el agradecimiento y la alegría (see Fil 4:4 and 1 Tes 5:17).

Revelando el "Gran Misterio" del Amor

Por su propia naturaleza, el amor le extiende la mano a otra persona: ¡el amor de Cristo por Su Iglesia es el de un esposo por su esposa!

San Pablo nos dice que éste es un "gran misterio". Cristo murió por la Iglesia; murió por cada uno de nosotros. Ese es el amor verdadero que San Pablo dice que esposos y esposas tienen que mostrarse mutuamente. En realidad, toda nuestra vida cristiana lleva la marca de este amor conyugal (*CIC* 1617). Somos llamados a imitar a Cristo — en Su paciencia, en Su bondad, en Su fidelidad, y en Su entrega. Con la ayuda de la gracia de Dios y un compromiso firme para crecer en la virtud, podremos resistir las presiones y las tentaciones del mundo. El camino hacia la verdadera felicidad es el camino estrecho, pero sus recompensas son eternas. "*Ni ojo vio, ni oído oyó, ni por mente humana han pasado las cosas que Dios ha preparado para los que lo aman*" (1 Cor 2:9). Dios quiere para nosotros lo que es mejor para nosotros. El nos ha llamado desde toda la eternidad para la vida, el amor, y la verdadera felicidad.

Para Leer Más

Libros

Catholic and Married: Leaning into Love, editado por Art and Laraine Bennett (Our Sunday Visitor, 2014).

For Better . . . Forever!, Revised and Expanded: A Catholic Guide to Lifelong Marriage, por Dr. Greg y Lisa Popcak (Our Sunday Visitor, 2015).

Style, Sex, & Substance, editado por Hallie Lord (Our Sunday Visitor, 2012).

Sitio Web

Por Tu Matrimonio, Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos, www.portumatrimonio.org

Para ver los archivos PDF de folletos adicionales o para ordenar copias de este folleto en grandes cantidades, visiten www.osvparish.com/pamphlets

Our Sunday Visitor

Dándole Vida a Su Fe Católica

1-800-348-2440 • Fax: 1-800-498-6709 • www.osv.com

Por Art y Laraine Bennett

Traducido al español por Vilma G. Estenger

Derechos de Reproducción © por Our Sunday Visitor, Inc.
Ninguna parte de este folleto puede ser reimprimada o reproducida en forma alguna.

Inventario No. P1150

Nihil Obstat: Mnsr. Michael Heintz, Ph.D.
Censor Librorum
Imprimatur: ✠ Kevin C. Rhoades
Obispo de Fort Wayne-South Bend

Nihil Obstat e *Imprimatur* son declaraciones oficiales de que un libro o un folleto está libre de errores doctrinales o morales. Esto no implica que quienes las han realizado estén de acuerdo con el contenido, con las opiniones, o con las declaraciones expresadas en dicho libro o folleto.

Las citas bíblicas han sido tomadas de *La Biblia Latinoamericana 48a edición*, SAN PABLO EDITORIAL VERBO DIVINO.

ISBN-13: 978-1-59276-937-7

9 781592 769377

Fidelidad

Permaneciendo Fiel en el Mundo de Hoy

Thinkstock photo

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

V15

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

Es un escenario familiar: un hombre de mediana edad siente que se ha estancado en la vida y, pronto, su esposa descubre que él está teniendo una aventura amorosa con una compañera de trabajo. "No sé qué hacer", le confiesa él, afligido, a su psicólogo. "Yo amo a mi esposa y a mi familia, pero (la compañera de trabajo) es tan diferente . . . ¡ella realmente me comprende y me respeta!"

Esa es la excusa común para la infidelidad — no importa su condición social o su llamado vocacional. Al principio, la "fruta prohibida" es suficientemente excitante y atractiva como para causar que nuestras responsabilidades diarias — los compromisos con las personas que amamos — se suspendan en el aire. Pero cuando el romance se desvanece, los mismos problemas ocurren con la nueva compañera o el nuevo compañero o distracción temporal, y la realidad nos confronta una vez más.

La vieja balada country "Buscando el Amor en Todos los Lugares Equivocados" / "Looking for Love in All the Wrong Places" resume nuestro dilema. El mundo nos tienta con imágenes sexuales y de romances interminables; pero, en última instancia, esto no nos trae la verdadera felicidad. "Pues toda la corriente del mundo — la codicia de la carne, la codicia de los ojos y la arrogancia del éxito — nada viene del Padre, sino del mundo" (1 Jn 2:16).

Nuestra fe, como fuente mucho más confiable que cualquier capricho fugaz o tendencia social, dice que cada uno de nosotros está creado a imagen y semejanza de Dios, que es amor. Somos creados por amor, y para el amor (*Catecismo de la Iglesia Católica* #1604). Nuestra vocación más fundamental es amar. Algunos son llamados a amar como sacerdotes o religiosos. Algunos son llamados al estado del matrimonio. Algunos son llamados a amar como personas solteras. Pero todos somos llamados a amar a Dios y a nuestro prójimo.

No importa cómo somos llamados a amar individualmente, nuestro amor está supuesto a reflejar el amor de Dios por nosotros, el cual es fiel e imperecedero: "Perdura a pesar de todo, lo espera todo y lo soporta todo. El amor nunca pasará" (1 Cor 13:7-8).

El Amor y la Eternidad

Tan pronto como terminamos el último bocado de decadencia de chocolate o abrimos el último regalo en la Navidad, empezamos a sentir un vacío — el vacío que ninguna cosa buena terrenal podrá llenar nunca, porque nada en la Tierra es duradero. Ansiamos la eternidad, porque nuestra alma es eterna.

Ansiando la Eternidad
Somos gaviotas aspirando el aire salado de nuestro hogar aún aquí, lejos, tierra adentro.
— Peter Kreeft, *Everything You Ever Wanted to Know about Heaven*

W.P. Wittman Limited

Y cuando amamos, queremos que dure para siempre. Es por eso que hacemos el voto de amar "hasta que la muerte nos separe" o "todos los días de mi vida". No querríamos que fuera de otra manera. ¿Quién declararía en su boda, *te amaré mientras tenga deseos de hacerlo o mientras no encuentre a alguien mejor que tú*? No lo hacemos porque parte de la esencia del amor es la fidelidad: "Muchas aguas no pueden saciar el amor, ni inundaciones pueden ahogarlo" (Canto 8:7).

Subyacente al hecho psicológico que los seres humanos ansían el amor verdadero y duradero, se encuentra el hecho que el amor es fiel, porque Dios es fiel. El ha hecho una alianza con el hombre, expresada en el amor de Cristo por su esposa, la Iglesia (*CIC* 1647).

Pero, ¿seremos felices amando así? ¿No es este soportar virtuoso y sufrido por largo tiempo algo aburrido? ¿Estamos simplemente rechinando los dientes y tristemente soportando a nuestra esposa o a nuestro esposo (o nuestra vocación)? Por el contrario — recientes investigaciones psicológicas muestran que en realidad, la fidelidad nos hace más felices.

El psicólogo de Harvard Dan Gilbert, autor de *Stumbling on Happiness*, llevó a cabo un experimento en el cual los sujetos de la investigación escogieron entre dos cosas que les gustaban por igual. Un grupo fue obligado a quedarse con su elección (a tomar una decisión irrevocable), mientras que al otro grupo se le permitió cambiar de opinión más tarde. ¿El resultado? Los sujetos que fueron obligados a quedarse con su selección original (es decir, a ser "fieles" a ella) ¡fueron más felices que los que tuvieron la libertad de cambiar!

Bridgeman Art Library

¿Cómo Podemos Ser Fieles?

Jesús nos dijo, "Ustedes encontrarán la persecución en el mundo" (Jn 16:33). Esto significa que confrontaremos tentaciones y otras aflicciones. El *Catecismo* nos dice que nuestra unión marital siempre está amenazada por el pecado — podemos experimentar celos, infidelidad, conflictos, y hasta separación. La cultura nos bombardea con imágenes de amor falso, pornografía, y medios de publicidad sexualizados. Los matrimonios luchan a través de dificultades económicas, enfermedad y pruebas espirituales.

Entonces, ¿cómo es siquiera *posible* permanecer fieles?

"Para los hombres es imposible, pero para Dios todo es posible" (Mt 19:26). Cinco claves nos ayudarán a permanecer fieles en el amor y en nuestra vocación: cercanía a Cristo; conocimiento de sí mismo/a; evitar las tentaciones; comunicación saludable tanto de palabra como de hecho; cultivar una actitud de agradecimiento y perdón.

Shutterstock

Acondicionándose para Cumplir por Toda la Vida

1 Cercanía a Cristo

Sin El, ni siquiera podemos sobrevivir, mucho menos dar fruto. Somos, pues, como la rama que si es separada de la vid se seca y muere (ver Jn 15:1-17). Mas si permanecemos cerca de Cristo, daremos frutos *duraderos*. Esto es cierto, cualquiera que sea nuestra vocación o nuestro estado en la vida — casados, solteros, sacerdotes, o religiosos.

W.P. Wittman Limited

¿Cómo permanecemos cerca de Cristo? Orando, recibiendo los Sacramentos con frecuencia, y reflexionando sobre la Escritura. La oración, la vida del alma, nos conecta a Dios. "Vivimos como oramos", nos dice el *Catecismo*. De modo que si no oramos en lo absoluto, no viviremos realmente.

Todos los Sacramentos nos dan la gracia que necesitamos para vivir una vida feliz y santa. La Eucaristía es el corazón de nuestra vida cristiana; nos une al mismo Cristo y a todo el Cuerpo de Cristo, fortalece nuestra caridad, e incluso ¡*nos protege contra futuros pecados mortales*! Jesús nos dijo, "El que coma este pan vivirá para siempre" (Jn 6:58).

Recuerden que Dios nunca nos deja ser tentados más allá de nuestra fortaleza. El nos da los medios que necesitamos para permanecer fieles a nuestra vocación. Pero si caemos, siempre podemos volvernos al Sacramento de la Reconciliación. No hay pecado que esté más allá de la infinita misericordia de Dios. ". . . donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia" (Rom 5:20).

2 Conocimiento de Sí Mismo/a

Una clave para permanecer felices y fieles a nuestra vocación es una honesta evaluación de uno mismo. Debemos estar conscientes tanto de nuestras fortalezas y debilidades naturales como de nuestras fortalezas y debilidades sobrenaturales, para no ser sorprendidos por la tentación que podría, de otra manera, haber sido evitada. ¿Tiendo a complacer a todo el mundo o soy fanático/a del control? ¿Soy orgulloso/a, vanidoso/a? ¿Tiendo a la sensualidad? Lucho para mantener límites apropiados? Las aventuras amorosas extramaritales (y otros pecados en contra de la castidad) con frecuencia ocurren cuando ignoramos nuestras necesidades emocionales más profundas; conocer nuestro temperamento y nuestra personalidad, nuestras virtudes y nuestras faltas, y nuestras necesidades emocionales más profundas nos ayudará a evitar ser cegados por la tentación.

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.