

Conducta inaceptable

Existen relaciones en las que las peleas se vuelven abusivas, o en las que una persona es psicológica o físicamente cruel con la otra.

La Iglesia no espera que ninguna persona permanezca en un matrimonio abusivo donde se causen daños físicos o psicológicos. Los Obispos de EE. UU. han notado que algunos cónyuges que padecen abusos creen por error que la enseñanza de la Iglesia del matrimonio duradero les pide que permanezcan en una relación abusiva. Esto no es cierto. Cualquier persona atrapada en este tipo de relación debe hablar con un pastor, un consejero o un asesor espiritual de confianza.

Cómo hacer que sea duradero

Los expertos dicen que hay cuatro maneras clave de hacer que un matrimonio sea duradero:

1. **Administren su dinero.** La “Encuesta de generosidad conyugal” del *National Marriage Project* muestra que no hay relación entre cuánto dinero gana una pareja con la dicha marital. Pero las parejas con problemas de dinero y un alto nivel de estrés por sus finanzas son un 7% menos propensas a calificarse como “muy felices” y tienen una probabilidad significativamente alta de separarse o divorciarse.



THINKSTOCK

2. **La familia que ora unida permanece unida.** Según “When Marriage Disappears: The New Middle America” las parejas con afiliación religiosa tienen un índice de divorcio de un 14 por ciento menor al promedio nacional. Cultiven una fuerte fe católica



THINKSTOCK

yendo a Misa los domingos y hablando acerca de los valores cristianos que comparten.

3. **Sigan resistiendo.** Un estudio reciente del



SHUTTERSTOCK

Institute of American Values halló que dos tercios de los adultos casados infelices que — en tiempos difíciles — siguieron en su matrimonio, después de cinco años contestaron que se sentían felizmente casados. Como dijimos anteriormente, lo único constante es el cambio, y con frecuencia, todo cambiará para mejor si luchan unidos y le den tiempo al tiempo.

4. **Crezcan juntos.** En un matrimonio saludable, es importante dar lugar a que ambos crezcan y cambien. Tal como Barry y Emily McCarthy observan en su libro *Getting it Right the First time*, “Una tarea marital vital es alcanzar un equilibrio entre lo individual y la pareja; entre ‘lo mío’ y ‘lo nuestro’”.



SHUTTERSTOCK

Conclusión

Es un gran don recorrer la vida juntos como una pareja casada. Habrá “altibajos,” y mientras transiten las diversas etapas de la vida de casados, es de suma importancia recordar que **no están solos**. La Iglesia está junto a ustedes en su matrimonio mucho tiempo después de que las flores se hayan marchitado y que el vestido ya no quede bien. En tiempos de dicha y de dificultades, recuerden que tienen toda una comunidad de fe que desea que su matrimonio sea exitoso y que está comprometida en ayudarlos en todo lo posible. Den gracias por sus bendiciones y estas se multiplicarán.



SHUTTERSTOCK

Recursos adicionales

Libros:

30-Minute Read: Stress-Proof Your Marriage, Cory y Heidi Busse. (Our Sunday Visitor, 2009).

For Better... Forever!, Gregory K. Popcak, MSW, LCSW. (Our Sunday Visitor, 2008).

Getting it Right the First Time, Barry y Emily J. McCarthy. (Taylor and Francis Group, 2004).

Recursos de la parroquia:

7 Steps to Becoming Financially Free: A Catholic Guide, Phil Lenahan. (Our Sunday Visitor, 2006).

Unidos en el amor de Dios: Una preparación Católica para del Matrimonio, Joseph D. White, PhD., William Cashion y la Diócesis de Austin, Texas. (Our Sunday Visitor, 2011). <http://togetheringodslove.com/>

Sitios web:

Catholic Wedding Help, www.catholicweddinghelp.com

Marriage and Family [Matrimonio y familia], *Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos*, www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/

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

De Heidi y Cory Busse

Copyright © de Our Sunday Visitor, Inc.
Queda prohibida la reimpresión de este folleto y su reproducción total o parcial por cualquier medio.

Inventario No. P1330
Nihil Obstat: Mons. Michael Heintz, Ph.D.
Censor Librorum
Imprimatur: ✠ Kevin C. Rhoades
Obispo de Fort Wayne-South Bend, 2012
6 de noviembre de 2012

Los pasajes del *Catecismo* están tomados de la traducción al español del *Catecismo de la Iglesia Católica*, *Modificaciones basadas en la Editio Typica, segunda edición*, © 1997, United States Catholic Conference, Inc. – Libreria Editrice Vaticana. Permitido su uso.

Reservados todos los derechos.

US \$15.95



9 781612 786339

Matrimonio

El Sacramento del amor duradero



For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

SHUTTERSTOCK

11/12

For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

En nuestro tiempo, el gran mito del matrimonio es que los matrimonios felices se dan “por casualidad”. Al principio de nuestro matrimonio, como muchas otras parejas, teníamos la impresión de que el amor verdadero era lo único que necesitábamos para vivir “felices para siempre”. Ciertamente, no creíamos que fuera necesario hacer ningún esfuerzo en nuestro matrimonio, porque solo las parejas infelices tenían que esforzarse.



SHUTTERSTOCK

¡Vaya que estábamos equivocados!

En la cultura popular de hoy, las imágenes de amor y matrimonio que vemos a nuestro alrededor refuerzan la idea de que el amor verdadero es algo sencillo, y que pasar por momentos difíciles se debe a haberse casado con la persona incorrecta. Por supuesto, en realidad, todos los seres humanos luchamos para robustecer nuestras relaciones. Los esposos exitosos saben que es esencial dedicar tiempo y energía en el matrimonio para edificar los cimientos del amor duradero.

El Matrimonio es un Sacramento

Cuando un hombre y una mujer bautizados consienten



THINKSTOCK

libremente en casarse, su enlace es sacramental — es decir, es un signo viviente y eficaz del amor de Dios. El matrimonio cristiano significa mucho más que un trozo de papel firmado o una cuenta corriente compartida. El matrimonio sacramental significa que la pareja participa de vivir en gracia por el hecho mismo de estar casados el uno con el otro.

La Iglesia va más allá, enseñando que la pareja misma es un signo de la presencia de Dios en el matrimonio. Aunque el sacerdote es un testigo esencial en la ceremonia del matrimonio católico, los esposos son los verdaderos ministros del Sacramento de Matrimonio. El *Catecismo de la Iglesia Católica* establece que: “El Matrimonio cristiano

viene a ser por su parte signo eficaz, sacramento de la alianza de Cristo y de la Iglesia. Puesto que es signo y comunicación de la gracia, el matrimonio entre bautizados es un verdadero sacramento de la Nueva Alianza” (1617). Como esposos, estamos llamados a ser signos del amor y la presencia de Dios por medio de nuestras palabras y acciones, por la crianza de nuestros hijos en la fe y por la manera en que nos demos amor mutuamente.

Ciclos del Matrimonio

Piensen en la forma de un reloj de arena. Amplio en la parte superior, haciéndose más estrecho, angosto en el centro y abriéndose nuevamente hasta su ancho máximo en la parte opuesta. Esa es la forma de un matrimonio. A veces nos apartamos, otras veces estamos tan cerca como es posible. Lo único constante en el matrimonio es el cambio.

La luna de miel. Los primeros y emocionantes días de romance son como “vivir contigo, pan y cebolla”, porque parecería que no costara casi ningún esfuerzo tener un matrimonio sano y feliz. A medida que pasa el tiempo, lo novedoso se reemplaza con lo familiar. Es crítico saber navegar por esta transición, porque usted desea cultivar el aprecio en vez del desprecio. *Enamorarse* es una bendición maravillosa. *Permanecer enamorados* es una elección que hacemos a diario (y lleva mucho esfuerzo).



SHUTTERSTOCK

Los padres jóvenes. Con frecuencia los niños le dan mayor significado al matrimonio y algunas cosas



SHUTTERSTOCK

asombrosas para publicar en Facebook. Los chicos pueden ser motivo de gozo y de sentirse realizados. Pero esta etapa del matrimonio es también una de las más duras. El *National Marriage Project* [Proyecto

Nacional del Matrimonio] informó que las parejas con hijos se casan casi tres veces más que las parejas con matrimonios con mucha menor frecuencia que las parejas

El matrimonio cristiano es una vocación santa en la que cada esposo es llamado a “amarse con un amor sobrenatural, delicado y fecundo. En las alegrías de su amor y de su vida familiar da, ya aquí, un gusto anticipado del banquete de las bodas del Cordero” (CIC 1642). La vida de casados nos da un vistazo de la unión eterna de Dios y su Iglesia, y llama a cada esposo a edificarse mutuamente para la vida eterna en el cielo.

sin niños, a pesar que los conflictos maritales y los índices de divorcio sean idénticos. Para hacer las cosas más difíciles, esta etapa puede durar dos décadas o más. Debido a esto es crítico saber hallar la felicidad entre sí y en la floreciente familia.

En la mediana edad/Nido vacío. Durante esta etapa, es probable que su carrera vaya bien y que haya terminado de pagar la casa (o que esté por pagarla). Ahora los chicos han crecido y se han marchado, pueden volver a enfocar su tiempo y su energía el uno en el otro. Ahora tienen el mundo a sus pies; siempre cuando hayan permanecido conectados y estén interesados el uno en el otro.



SHUTTERSTOCK

Los últimos años. Las

parejas que envejecen juntas con frecuencia hallan un amor más profundo. Muchas parejas que han estado casadas por veinte, treinta o cuarenta años dicen que están más enamorados en los últimos años del matrimonio que en los primeros días. Esta etapa del matrimonio también puede llamarse la etapa del “mejor amigo” porque los esposos cuentan el uno con el otro y disfrutan de pasar tiempo juntos. Una pareja en su últimos



THINKSTOCK

años lo resumió de la siguiente manera: “¡Simplemente no podemos imaginarnos vivir el uno sin el otro!”.

Cómo seguir conectados a través de los años

Es importante fomentar la proximidad con su cónyuge a través de todos los ciclos del matrimonio. Con frecuencia, ser padres se convierte en la conexión más importante aunque no se dé prioridad a la “relación de pareja”. Pasar tiempo juntos a solas como pareja es esencial para seguir conectados.



SHUTTERSTOCK

- Las salidas de noche pueden parecer trilladas, ¡pero en verdad funcionan!
- Si no tiene una niñera disponible, apaguen el televisor o la computadora, compartan entre sí la noticia del día. Una amiga nuestra que estuvo casada por más de cuarenta años dice que el secreto de un matrimonio duradero es “periódicamente aprender algo nuevo acerca del cónyuge”.
- El nutrir su vida de fe juntos también es esencial para una unión duradera. Orar juntos a la hora de acostarse y de las comidas es una gran manera de mantener a Dios como centro de su matrimonio (y además sirve como un modelo de fe para sus hijos y amigos).

Cuando surgen problemas (y con seguridad surgirán)

Todo matrimonio pasa por tiempos difíciles. Surgen cambios inesperados: enfermedades, pérdida del empleo o una muerte en la familia. Pero eso no implica que el matrimonio está condenado, ¡todo lo contrario! Los matrimonios más felices y prósperos en los que usted pueda



THINKSTOCK

pensar han tenido problemas; muchos de ellos fueron *grandes* problemas.

Los matrimonios sacramentales buscan soluciones en tiempos difíciles. Cuando surgen los conflictos maritales, es útil recordar que no hay “ganadores” porque ustedes

siempre están en el mismo equipo. No se trata tanto de que el objetivo sea tener “razón” sino el escucharse y entenderse. Y escuchar es tan importante como hablar. Es importante respetar a su cónyuge lo suficiente como para escuchar y considerar su punto de vista. Los mejores matrimonios se dan en la unión de dos “personas que saben perdonar”.

For Review Only.
Copyright Our Sunday Visitor, Inc.