

**VERSIÓN BETA-2**



## Iniciando un Camino

ITINERARIO DE FORMACIÓN Y  
ACOMPANIAMIENTO DE NOVIOS

# INTRODUCCIÓN

*~ Para ser capaces de caminar juntos con éxito hacia la plenitud matrimonial, el enamoramiento es necesario, pero no suficiente, es preciso formarse y estar bien acompañados ~*



# INTRODUCCIÓN

## 1. Una respuesta a una llamada

Queridos acompañantes de los novios, si estáis leyendo esto es porque habéis respondido a la llamada que Cristo hace de preparar, acompañar y ayudar a nuestros hermanos a caminar hacia Él viviendo la vocación matrimonial.

Como dice el papa Francisco en la *Exhortación Apostólica Postsinodal **Christus vivit** a los jóvenes y a todo el pueblo de Dios*:

Los jóvenes sienten con fuerza el llamado al amor, y sueñan encontrar la persona adecuada con quien formar una familia y construir una vida juntos (CV 259).

Sin duda el aumento de separaciones, divorcios, segundas uniones y familias monoparentales puede causar en los jóvenes grandes sufrimientos y crisis de identidad (CV 262).

Muchas veces «hay quien dice que hoy el matrimonio está “pasado de moda”. [...] En la cultura de lo provisional, de lo relativo, muchos predicán que lo importante es “disfrutar” el momento, que no vale la pena comprometerse para toda la vida, hacer opciones definitivas. [...] Yo, en cambio, les pido que sean revolucionarios, les pido que vayan contracorriente; sí, en esto les pido que se rebelen contra esta cultura de lo provisional, que, en el fondo, cree que ustedes no son capaces de asumir responsabilidades, cree que ustedes no son capaces de amar verdaderamente». Yo sí tengo confianza en ustedes, y por eso los aliento a optar por el matrimonio (CV 264).

Es necesario prepararse para el matrimonio, y esto requiere educarse a sí mismo, desarrollar las mejores virtudes, sobre todo el amor, la paciencia, la capacidad de diálogo y de servicio. También implica educar la propia sexualidad, para que sea cada vez menos un instrumento para usar a los demás y cada vez más una capacidad de entregarse plenamente a una persona, de manera exclusiva y generosa (CV 265).

El proyecto de acompañamiento a novios que tenéis delante es un gran reto que, aunque inicialmente pudiera llegar a abrumaros, con la Gracia de Dios os permitirá ayudarlos a construir unas bases sólidas para poder vivir exitosamente la vocación matrimonial y formar una buena familia cristiana. Cristo, a través de vosotros, podrá sembrar en los novios semillas que darán fruto en abundancia. Acompañar y formar a los novios en su caminar cristiano hacia la plenitud de la vida matrimonial es un gran regalo que hacéis a la Iglesia y a la sociedad.

## 2. Objetivos del programa: el porqué del curso

La conveniencia de acompañar a los novios ofreciéndoles un itinerario de formación y maduración es evidente, ya que el éxito de cualquier proyecto depende del tiempo dedicado a clarificar sus objetivos, de su buena preparación, de la experiencia adquirida, y de los medios empleados para lograr los fines: "Al éxito, con la práctica".

Aunque esto parece evidente, sin embargo, no acaba de ser aceptado espontáneamente. Se suele pensar que es suficiente con amarse y que no es necesaria una preparación específica para acceder a la vida matrimonial. Se dedican muchos años a la formación profesional, pero apenas se dedica tiempo a la formación de los novios.

El noviazgo es un tiempo de análisis, de crecimiento y de maduración en las nuevas responsabilidades que se asumirán en el matrimonio. Es una etapa de formación y de preparación específica para la vida conyugal y familiar.

Durante este itinerario de formación y acompañamiento de novios:

- Se les darán una serie de pautas que permitan madurar las etapas de su amor para poder llegar a ser capaces de la entrega recíproca.
- Se les ayudará a descubrir cómo en el amor se esconde la vocación al matrimonio y un don divino que les dará fuerzas para lograr la plenitud.
- Se les expondrán una serie de temas, que formarán el "itinerario para novios", para enseñarles un camino que les permita madurar los dones recibidos y llegar con fundamentos adecuados al matrimonio.
- Se les ayudará a interpretar adecuadamente las experiencias afectivas que viven, es decir, a dar nombre a los sentimientos y afectos que experimentan.
- Se tratará de ayudarles a pasar del "yo" y del "tú", al "nosotros" verdadero, participando los dos de un mismo camino y de un mismo destino.
- Se les enseñará el arte de amar, cómo educar el deseo y la sensibilidad.

Y como todo camino, será fundamental determinar el inicio (de dónde se parte), y la meta a la que se quiere llegar.

### 3. No es un cursillo prematrimonial

Lo que se pretende con este itinerario de formación y acompañamiento de novios es cubrir la etapa de preparación próxima al matrimonio

Los cursos prematrimoniales se realizan cuando ya se ha tomado la decisión de casarse, por lo que:

- Ya no suele haber tiempo suficiente para recibir adecuadamente la formación y las herramientas que se ofrecen para conocerse a sí mismo y al otro.
- La capacidad de los novios de decidir si su vocación es el matrimonio, y en concreto con esa persona, está condicionada, pues están ya predispuestos a decir "sí" a todo para seguir adelante con la boda.

La decisión de casarse es la más importante de la vida de los esposos y, tristemente, muchas veces se planifica la boda, pero no el matrimonio.

### 4. Presentación del temario que se va a tratar

#### INTRODUCCIÓN

- 1) Una respuesta a una llamada.
- 2) Objetivos del programa: el porqué del curso.
- 3) No es un cursillo prematrimonial.

- 4) Presentación del temario que se va a tratar.
- 5) Metodología.

## TEMA 1. INICIANDO UN CAMINO

### 1) Presentación del curso

- a) La importancia de la formación.
- b) No es un cursillo prematrimonial.
- c) Presentación del temario que se va a tratar.

### 2) La vocación matrimonial

- a) ¿Qué es una vocación?
- b) Tipos de vocaciones.
- c) Vocación al amor: lo que es y si esa vocación se cumple en esa persona concreta.

## TEMA 2: CONOCERSE A UNO MISMO, PARA PODER AMAR AL OTRO

### 1) Sesión 1: Somos afecto y también razón, con fortalezas y debilidades

1. Concepto y expresiones del afecto.
2. El autoconocimiento: fortalezas y debilidades.

### 2) Sesión 2: ¡Quiérete y no dejes de sanar tus heridas!

1. El Señor me pide amar a los demás como a mí mismo.
2. Las heridas afectivas.

### 3) Sesión 3: Desarrolla empatía y ama mejor

1. El Señor quiere que comprendamos y amemos: empatía.
2. El Señor nos dota de un lenguaje gestual y de pistas no verbales.
3. Trucos de empatía en la pareja.
4. Conocimiento del otro.
5. Material complementario. Cuestionario.

## TEMA 3: HOMBRE Y MUJER LOS CREÓ

### 1) Sesión 1: Iguales en dignidad y complementarios

1. Somos iguales (igualmente dignos) ...
2. ...somos distintos.
3. ...y nos necesitamos, pero, ante todo, nos complementamos.

### 2) Sesión 2: Diferencias físicas, psicológicas y espirituales

1. Hombre y Mujer los creó.
2. ¿Afectan estas diferencias a nuestra relación de pareja?
3. ¿Roles sexuales?

## TEMA 4: COMUNICACIÓN

### 1) Sesión 1: La Palabra se hizo carne

1. El arte de la comunicación.
2. Los artistas.
3. Las técnicas, tipos de comunicación.

### 2) Sesión 2: Por tu palabra, echaré las redes

1. Niveles de la comunicación.
2. Nuestra comunicación.

### 3) Sesión 3: ¡Qué sean uno!

1. Claves para una comunicación profunda.
2. Sugerencias para vuestra comunicación.
3. El método del papa Francisco.

## TEMA 5: ¿QUÉ ES EL AMOR?

- 1) Sesión 1: Buceando en el amor**
  1. Las etapas del amor.
  2. Creemos juntos.
- 2) Sesión 2: Conociéndonos desde el amor**
  1. Darse al otro.
  2. Acoger el don del otro.
- 3) Sesión 3: En clave de amor**
  1. El amor es agradecido.
  2. El amor gratuito y recíproco
  3. El amor incondicional.
  4. ¿Cómo amar adecuadamente?

## TEMA 6: FIDELIDAD

- 1) Sesión 1: ¿Qué es la fidelidad?**
  1. Diferencia entre lealtad y fidelidad.
  2. Factores que impiden la fidelidad.
  3. La fidelidad de Dios: modelo perfecto.
  4. María: modelo de fidelidad.
- 2) Sesión 2: Análisis de la fidelidad**
  1. Estructura de la fidelidad.
  2. Propiedades de la fidelidad.
  3. La infidelidad tiene muchos rostros.
  4. Una puerta a la esperanza.
- 3) Sesión 3: Apasionadamente fieles**
  1. ¿Por qué ser fieles?
  2. La fidelidad cristiana como virtud activa.
  3. Crecer en fidelidad.
  4. Fidelidad ante la infidelidad.

## TEMA 7: LA BELLEZA DE LA SEXUALIDAD

- 1) Sesión 1: Somos persona con cuerpo y alma, amamos con todo el ser**
  1. Somos cuerpo y alma.
  2. Afectividad y ternura en el noviazgo.
  3. Significado de la relación sexual.
- 2) Sesión 2: Dificultades para vivir la sexualidad propia del noviazgo y del matrimonio**
  1. Amor a prueba: relaciones prematrimoniales.
  2. Pornografía, masturbación.
  3. Y si nos hemos equivocado... la misericordia de Dios.

## TEMA 8: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- 1) Sesión 1: ¿Felices para siempre?**
  1. ¿Felices para siempre? Mitos del matrimonio.
  2. Amor = Comunión, no es fusión.
  3. Aceptar que fallamos.
- 2) Sesión 2: Los encuentros y conflictos**
  1. Todas las personas tenemos conflictos.
  2. El contenido de los conflictos.
  3. Frecuencia e intensidad.
- 3) Sesión 3: Resolución de conflictos**

1. Resolución de conflictos.
2. Perdón.

#### **TEMA 9: LA ESPIRITUALIDAD EN EL NOVIAZGO**

- 1) **Sesión 1: La vida espiritual**
  1. Oración personal y en pareja.
  2. Eucaristía. Jesucristo vínculo de unidad.
- 2) **Sesión 2: La fuente del amor**
  1. La caridad vivida en el noviazgo.
  2. La Cruz.
  3. El perdón y la misericordia.
- 3) **Sesión 3: En salida**
  1. Espiritualidad del cuidado, del consuelo y del estímulo.
  2. La dimensión eclesial del noviazgo

#### **TEMA 10: LA VOCACIÓN AL MATRIMONIO**

- 1) **Sesión 1: Amar como Cristo ama**
  1. Vocación al amor.
  2. Amor conyugal.
- 2) **Sesión 2: El matrimonio cristiano**
  3. El matrimonio es un sacramento.
  4. ¿Qué es necesario para casarse?
  5. Promesas del Matrimonio.
- 3) **Sesión 3: ¿En qué situación estamos?**

#### **TEMA 11: PROYECTO DE VIDA FAMILIAR**

- 1) **Sesión 1: Construir una familia cristiana, vuestro gran proyecto**
  1. El mejor proyecto de vuestra vida.
  2. Conciliación trabajo y familia.
- 2) **Sesión 2: Los hijos y los bienes, dones de Dios y para Dios**
  1. Educación de los hijos.
  2. La economía familiar (el dinero por exceso y por defecto, donativos).
- 3) **Sesión 3: Vida social y ocio, siempre para el bien de la familia**
  1. Amigos.
  2. Ocio.
  3. Familia de origen.

## **5. Metodología**

### **5.1 ¿Por qué se propone una metodología concreta?**

Partiendo de la base de que no existe una metodología ideal, ya que no puede ser la misma según sean las personas que imparten el curso, las que reciben el curso, las instalaciones, los recursos, la planificación, etc., lo que se propone es una metodología lo más amplia posible, fruto del trabajo de distintos matrimonios y personas de diversos lugares y distintas realidades eclesiales con experiencia en el mundo de la formación de novios. Asimismo, esta metodología ha sido **aprobada** por distintos departamentos de la Conferencia Episcopal Española.

Aun así, las personas que empleen este material deben prepararse y estar dispuestas a adaptar esta metodología, en la medida que consideren oportuna, para conseguir el verdadero objetivo que es formar a los novios lo mejor posible para el matrimonio. Es por ello por lo que este material y esta metodología se deben adaptar para cada grupo y para cada persona que lo vaya a impartir.

Lejos de tratar de aplicar un aprendizaje tradicional, en el que una serie de individuos pasivos deben memorizar contenidos explicados por un maestro que figura como el protagonista de la clase, lo que se pretende es aplicar una **metodología activa**, que sea **flexible** según las características de cada grupo y en el que el papel protagonista lo tengan los novios. Los contenidos, la participación, la experiencia y, sobre todo, el acompañamiento a los novios son las claves de la metodología que se propone.

Por último, es fundamental que los formadores complementen o resuman contenidos según consideren oportuno en cada caso y aporten **experiencias personales** que puedan compartir y así enriquecer las sesiones.

### 5.2 Estructura y duración del curso

El primer tema consta de una sesión única, titulada “Iniciando el Camino”. El resto de los temas se dividen en tres sesiones cada uno. La propuesta de estos materiales es para un curso tipo pensado para que idealmente se asista de forma progresiva, continua y sin interrupciones a lo largo de **dos o tres años**, aunque siempre se pueden adaptar las sesiones según criterio de los responsables en el acompañamiento.

Para cumplir con esta duración planteada, se sugiere tener las reuniones cada dos semanas, siempre supeditando al criterio de los responsables lo que consideren más oportuno.

### 5.3. Desarrollo de las sesiones

A la hora de preparar los contenidos, los formadores deben tener en cuenta que se recomienda que las sesiones no duren más de **hora y media** cada una. Cada formador decidirá, según su grupo, la elección más adecuada del contenido y el tiempo de duración de la reunión.

Cada sesión se ha preparado con la siguiente estructura y para la siguiente temporalización:

1. Acogida	Cada día se ha de cuidar a cada uno los novios, interesándose por su vida, aquello que para ellos ha sido determinante o importante desde la última reunión...	5 minutos
2. Iluminados por la Palabra	Cada sesión vendrá acompañada de textos bíblicos de referencia sobre cada uno de los temas, Después nos ponemos en manos de Cristo y de su Madre la Santísima Virgen María. <i>Suele ser muy positivo que cada día prepare la oración una de las parejas.</i>	10 minutos
3. Dinámica inicial	Antes de exponer el tema se presenta una dinámica que sirva para “romper el hielo”.	10-30 minutos
4. Exposición del tema	↳ El contenido debe ir de la mano de la experiencia vital de las personas que dirigen la reunión.	20-30 minutos
5. Experiencia vital	Después de la exposición del tema conviene hacer hincapié en una experiencia vital de cada uno, tratando de que haya una “comunidad	15-40 minutos

	de ideas y experiencias”, fomentando la participación de todos. Hay que tratar de conseguir que los novios sientan que ellos también aportan, que “se sientan partícipes y vayan haciendo comunidad”.	
6. Acompañamiento entre sesiones	Al terminar una sesión, se anuncia el tema de la siguiente sesión y se anima a los novios a que trabajen juntos en las tareas que se les sugieran. Pueden enviar y plantear sus preguntas y dudas, de modo que el formador las pueda tener y preparar por adelantado.	
	Se recomienda terminar la sesión con un pequeño pisolabis de confraternización y comunicación más personal entre los miembros del grupo.	

✎ **CONSEJO.** Elegir un lugar adecuado (salón parroquial, casa de algún novio o del sacerdote, etc.) para desarrollar la sesión y sobre todo **ser rigurosos en la puntualidad.**

#### 5.4. Tiempo entre sesiones

Al finalizar cada sesión conviene recomendar alguna actividad que se pueda realizar entre sesión y sesión: un retiro, un cine fórum, una conferencia, leer un buen artículo...

También es importante que, en la medida de lo posible, el formador siga teniendo contacto con los novios a través de WhatsApp, alguna llamada, etc.

#### 5.6. La acogida: consideraciones generales

✎ Antes de cada sesión, cuando proceda, conviene hacer un resumen de lo trabajado en la sesión anterior y entre sesiones. Se les puede dar oralmente o por escrito.

✎ Debemos cuidar cada día la acogida de cada uno de ellos, preguntando por las cosas concretas que les han pasado desde la última sesión y que quieran compartir.

#### 5.7. El acompañamiento entre sesiones

Esta es una de las piezas clave del éxito de este itinerario de novios. El sentirse acompañado fideliza la asistencia y la participación en el grupo, y hace que la predisposición al aprendizaje sea mayor. Es clave el acompañamiento y seguimiento personal a cada uno de los del grupo.

A continuación, se ofrecen una serie de recomendaciones generales para el acompañamiento entre sesiones. Salvo que se indiquen algunas otras más específicas para alguna sesión, se considerarán como aplicables a todas las sesiones.

- Es muy conveniente que, durante el desarrollo del contenido de cada sesión, el formador aporte anécdotas e incluso si puede, de manera prudente y libremente, experiencias personales. Ello hace que el mensaje cale especialmente en los oyentes y propicia el acercamiento y la confianza del grupo.
- El tema también se presenta esquematizado, separado en sesiones, para poder dar una copia a los novios al empezar cada sesión y así puedan seguir el desarrollo de este, tomar notas y recordar lo que se ha tratado. En ese esquema se incluyen las preguntas que se les hacen durante y al final de la sesión para que después de la sesión puedan seguir haciéndoselas a sí mismos y en pareja.
- Al terminar una sesión se anuncia el tema de la siguiente.



- Que valoren si van a tener algún problema con alguno de los temas que se les van a ofrecer y se lo comenten al monitor acompañante.
- Se recomienda también:
  - Organizar juntos Eucaristías, cenas, excursiones, juegos de mesa, deportes, debates/tertulia sobre los temas tratados (Role Play con situaciones como quedarse sin trabajo o ante el primer hijo, etc.)
  - Felicitar e incluso festejar onomásticas.
- Conviene proponer compromisos individuales y de grupo durante el acompañamiento.
- Para mejorar o consolidar los grupos puede ser práctico asignar responsabilidades, en la medida de lo posible, a cada miembro.
- Durante el periodo entre sesiones es muy importante:
  - Mantener el contacto, cuidando el “contenido”, por medio de mensajes, llamadas, interesarnos por sus preocupaciones (operación, examen...).
  - Animarlos a que envíen sus dudas y aportaciones para tenerlas en cuenta en la siguiente sesión.
  - Proponer reuniones “extra” para un retiro, un cinefórum, una conferencia, enviar un artículo...
  - Recomendar alguna actividad que puedan realizar durante el periodo entre sesiones.

### 5.8. Material de apoyo

A lo largo del curso se va ofreciendo un material complementario como películas, libros, cortos, viñetas, etc., que ha sido escogido para cada etapa y contenido visto.

También se anima a los formadores a estar abiertos a buscar y usar otros materiales con los que se pueden complementar o ampliar este curso, y siempre abiertos a las proposiciones que cada grupo de novios plantee.

### 5.9. Siglas, Glosario y Simbología

- AL** FRANCISCO, Exhortación Apostólica Postsinodal *Amoris laetitia* sobre el amor en la familia (19.III.2016).
- CCE** Catechismus Catholicae Ecclessiae (15.VIII.1997).
- CIC** Codex Iuris Canonicii (25.I.1983).
- CV** FRANCISCO, Exhortación Apostólica Postsinodal *Christus vivit* a los jóvenes y a todo el Pueblo de Dios (25.III.2019).
- CVII** Concilio Vaticano II.
- DiM** SAN JUAN PABLO II, Carta Encíclica *Dives in misericordia* sobre la misericordia divina (30-XI.1980).
- DPF** CONFERENCIA EPISCOPAL ESPAÑOLA, *Directorio de la pastoral familiar en la Iglesia en España* (21.XI.2003).

- EG** FRANCISCO, Exhortación Apostólica *Evangelii gaudium* sobre el anuncio del evangelio en el mundo actual, (24-XI-2013).
- FC** SAN JUAN PABLO II, Exhortación Apostólica *Familiaris consortio* sobre la misión de la familia cristiana en el mundo contemporáneo (22.XI.1981).
- GS** CVII, Constitución Pastoral *Gaudium et spes* sobre la Iglesia en el mundo actual (7.XII.1965).
- GrE** CVII, Declaración *Gravissimum educationis*, sobre la educación cristiana de la juventud.
- GE** FRANCISCO, Exhortación Apostólica Postsinodal *Gaudete et exultate* sobre el llamado a la santidad en el mundo actual (19.III.2018).
- LG** CVII, Constitución dogmática *Lumen gentium*, sobre la Iglesia (21.XI.1964).
- RH** SAN JUAN PABLO II, Carta Encíclica *Redemptor hominis* (4.IV.1979).
- VAH** CONFERENCIA EPISCOPAL ESPAÑOLA, *La verdad del amor humano. Orientaciones sobre el amor conyugal, la ideología de género y la legislación familiar* (26.IV.2012).