

VERSIÓN BETA-2



Iniciando un Camino

ITINERARIO DE FORMACIÓN Y
ACOMPañAMIENTO DE NOVIOS

Tema 1: Iniciando un Camino

~ 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 ~



CONTENIDO

1. Acogida (5 min.)	3
2. Iluminados con la Palabra (5 min.)	3
3. Dinámica inicial (10 min.)	4
4. Exposición tema (30 min.)	5
4.1. Presentación del curso	5
a) La importancia de la formación	5
b) No es un cursillo prematrimonial	6
c) Presentación del temario que se va a tratar	6
4.2. La vocación matrimonial	9
a) ¿Qué es una vocación?	9
b) Tipos de vocaciones	9
c) Vocación al amor: lo que es y si esa vocación se cumple en esa persona concreta	10
5. Experiencia vital (15 min.)	10
5.1 Dinámica de presentación de los participantes	10
5.2 Preguntas y conclusión	11
6. El acompañamiento entre sesiones	11

TEMA 1 – INICIANDO UN CAMINO

~ 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 ~

1. Acogida (5 min.)

Nos remitimos a las indicaciones ofrecidas en la *Introducción* del itinerario.



En esta ocasión, la acogida ha de ser algo más especial, que sientan bien recibidos por una comunidad que trata de acompañarlos en un itinerario para aprender a amar más y mejor. Para ello, se pueden utilizar algunas dinámicas con las que los mismos acompañantes estén más cómodos y hayan practicado en otras ocasiones.

2. Iluminados con la Palabra (5 min.)

Iniciamos este Itinerario y esta primera sesión poniéndonos en la presencia del Señor, con el deseo de que siempre nos guíe e ilumine su Palabra, para que sepamos descubrir nuestra vocación.

Pasando junto al mar de Galilea, vio a Simón y a Andrés el hermano de Simón, echando las redes en el mar, pues eran pescadores. Jesús les dijo: «Venid en pos de mí y os haré pescadores de hombres». Inmediatamente dejaron las redes y lo siguieron. Un poco más adelante vio a Santiago el Zebedeo, y a su hermano Juan, que estaban en la barca repasando las redes. A continuación los llamó, dejaron a su padre Zebedeo en la barca con los jornaleros y se marcharon en pos de él (Mc 1,16-20).

Este pasaje evangélico, que se encuentra al inicio del Evangelio de Marcos, narra la llamada que hace Jesús a sus primeros discípulos, con los que luego va a compartir su misión evangelizadora. Cada uno es llamado por su nombre y la situación propia de vida en la que se encuentra en ese momento.

También el Señor os ha llamado a vosotros a participar en este Itinerario para que os preguntéis, desde vuestro ser cristiano, qué quiere Él de cada uno en esta circunstancia concreta. Jesús os ha mirado con amor y os invita a seguirle como discípulos que han descubierto que lo más importante es el amor.

Os invitamos a reflexionar:

- ¿Qué importancia tiene en mi vida el seguimiento de Jesús?
- ¿Cómo descubro la llamada, la presencia del Señor en mi vida? ¿Siento que Él me ha llamado para participar en este Itinerario y plantearme seriamente mi vocación al amor?
- ¿A qué te sientes llamado por Jesús en este momento?

Finalizamos este momento de oración rezando juntos:

*En mi corazón, Señor, se ha encendido
 el amor por una criatura
 que tú conoces y amas.
 Tú mismo me la has hecho encontrar
 y me la has presentado.
 Te doy gracias por este don
 que me llena de alegría profunda,
 me hace semejante a Ti, que eres amor,
 y me hace comprender el valor de la vida que me has dado.
 Haz que no malgaste esta riqueza que tú has puesto
 en mi corazón: enséñame que el amor es don y que no puede mezclarse
 con ningún egoísmo;
 que el amor es puro
 y que no puede quedar en ninguna baja; que el amor es fecundo
 y desde hoy debe generar
 un nuevo modo de vivir en los dos.
 Te pido, Señor, por quien me espera
 y piensa en mí; por quien camina
 a mi lado; haznos dignos el uno del otro;
 que seamos ayuda y modelo.
 Ayúdanos en nuestra preparación
 al matrimonio, a su grandeza,
 a su responsabilidad, a fin de
 que desde ahora nuestras almas
 dominen nuestros pensamientos
 y los conduzcan en el amor.*

3. Dinámica inicial (10 min.)

Primero se debe hacer una breve exposición de la situación del matrimonio y de la familia en la sociedad actual. La idea es que sirva de introducción para el desarrollo posterior, por lo que tan solo interesa delinear los puntos generales y que ellos manifiesten su opinión.

En un informe realizado por el Instituto de Política Familiar (IPF) sobre la **Evolución de la Familia en España** en 2018, se presentaron una serie de datos estadísticos inquietantes:

-En España cada vez se casa menos gente, y dos de cada tres matrimonios se unen exclusivamente por lo civil:

- En 1991, el 79 % de los matrimonios se celebraban por la Iglesia; en 2005 eran el 61 % y el 2017 ya apenas eran el 26,3 %.
- Los matrimonios civiles se han triplicado desde el año 2000.

-Se produce una ruptura matrimonial cada 5 minutos. El número de divorcios ha pasado de 50.000 en el 2004 a más de 100.000 en el 2014, es decir, ha habido un incremento del 98%.

Además, **las ofensivas contra la institución familiar son constantes**. Ya lo decía el Papa Juan Pablo II en 1981: “En un momento de la historia en el que la familia es objeto de numerosas fuerzas que buscan destruirla, o de alguna manera deformarla, y conscientes de que el bienestar de la sociedad y su bien están vinculados íntimamente al bienestar de la familia, **la Iglesia percibe de una manera más urgente y apremiante su misión de proclamar a todos el plan de Dios para el matrimonio y la familia**, asegurando su plena vitalidad y desarrollo humano y Cristiano, y así contribuyendo a la renovación de la sociedad y del pueblo de Dios” (FC 3).

Se moderará el debate en torno a varios puntos:

- a) ¿Somos conscientes de que, hoy en día más que nunca, es precisa una buena formación para el matrimonio?
- b) ¿En qué escala de prioridades tengo mi futuro matrimonio y mi familia?

4. Exposición tema (30 min.)

4.1. Presentación del curso

a) La importancia de la formación

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).

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 para el matrimonio. ¡Qué gran error!

Todos sabemos 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".

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 os darán una serie de pautas que os permitan madurar las etapas de vuestro amor para poder llegar a ser capaces de la entrega recíproca.

- Se os ayudará a descubrir cómo en el amor se esconde la vocación al matrimonio y un don divino que os dará fuerzas para lograr la plenitud.
- Se os expondrán una serie de temas, que formarán el "itinerario para novios", para enseñaros un camino que os permita madurar los dones recibidos y llegar con fundamentos adecuados al matrimonio.
- Se os ayudará a interpretar adecuadamente las experiencias afectivas que vivís, es decir, dar nombre a los sentimientos y afectos que experimentáis.
- Se tratará de ayudaros a pasar del "yo" y del "tú", al "nosotros" verdadero, participando los dos de un mismo camino y de un mismo destino.
- Se os iniciará en el arte de amar, en cómo educar el deseo y la sensibilidad.

b) No es un cursillo prematrimonial

Para lo que se pretende con este itinerario de formación y acompañamiento de novios, los cursos prematrimoniales, sencillamente, llegan demasiado tarde.

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

- Ya no hay 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, desgraciadamente, muchas veces se planifica la boda, pero no el matrimonio.

c) Presentación del temario que se va a tratar

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. Crecemos 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

- a. Oración personal y en pareja.
- b. Eucaristía. Jesucristo vínculo de unidad.

2) Sesión 2: La fuente del amor

- a. La caridad vivida en el noviazgo.
- b. La Cruz.
- c. El perdón y la misericordia.

3) Sesión 3: En salida

- a. Espiritualidad del cuidado, del consuelo y del estímulo.
- b. 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.

4.2. La vocación matrimonial

a) ¿Qué es una vocación?

La palabra *vocación* etimológicamente viene del latín *vocare*, que quiere decir “llamar”. El Concilio Vaticano II (Constitución dogmática *Lumen Gentium*) nos ayuda con estas palabras a tomar consciencia de esta llamada dirigida de manera personal a cada uno:

Los fieles todos, de cualquier condición y estado que sean, fortalecidos por tantos y tan poderosos medios, son llamados por Dios cada uno por su camino a la perfección de la santidad por la que el mismo Padre es perfecto (LG 11).

☞ El amor es la vocación innata de la persona.

b) Tipos de vocaciones

El amor conyugal en el matrimonio, y el amor virginal por el Reino de los cielos al que se consagran sacerdotes y religiosos son respuestas a la llamada al amor que hace Dios a cada uno de manera personal.

Es fundamental estar en actitud de confianza en Dios a la hora de discernir si la vocación de uno es el matrimonio, y en concreto con esa persona que camina al lado. Dios es padre, de hecho, es el mejor Padre, y no solo quiere lo mejor para sus hijos, sino que ¡es el que mejor sabe qué es lo mejor para cada uno de sus hijos!

En el discernimiento de una vocación no hay que descartar la posibilidad de consagrarse a Dios en el sacerdocio, en la vida religiosa o en otras formas de consagración. ¿Por qué excluirlo? Ten la certeza de que, si reconoces un llamado de Dios y lo sigues, eso será lo que te hará pleno (CV 276).

c) Vocación al amor: lo que es y si esa vocación se cumple en esa persona concreta

En este punto se hace una breve reflexión sobre la liturgia del matrimonio para comprobar que para ser sincero y veraz en las contestaciones y cumplir lo que se promete hay que prepararse y trabajar **mucho**.

Un primer escrutinio, cuyo objetivo es verificar si tenéis vocación al matrimonio es ver si se dan entre vosotros los fundamentos para plantearos una vida en común, y para ello os presentamos las tres cuestiones centrales que se les preguntan a los novios en las bodas:

➤ **La libertad**

¿Sois libres? Al igual que en el matrimonio se pregunta acerca de la libertad de los esposos, yo os preguntaría también acerca de vuestra libertad. ¿Sois verdaderamente libres o estáis coaccionados por algún interés egoísta, temor...? No convertáis el noviazgo en un espacio en el que se busca, sobre todo, la consonancia de sentimientos, emociones y estados de ánimo más que el ideal por construir una entrega mutua y compartir un proyecto de vida.

➤ **El amor y el respeto para toda la vida**

¿Cómo incluís vosotros el tiempo en vuestra entrega?, la pregunta a los esposos por el "para siempre". ¿Creéis en un amor fiel, para siempre? El matrimonio es para toda la vida. Si lo dejas, tiene sus consecuencias y esa decisión te acompañará toda la vida. Además, casarse es "fácil", pero luego arreglar o sencillamente "aclarar canónicamente lo mal construido" es muy difícil, doloroso, y la onda expansiva del daño alcanza a muchos. ¿Sois realmente conscientes de ello? Necesitáis formaros y conocer a qué os vais a comprometer. No todos tienen vocación al matrimonio.

➤ **Recibir de Dios los hijos y educarlos según la ley de Cristo y de su Iglesia**

¿Tenéis voluntad de tener hijos con esa persona en concreto? ¿Veis a la otra persona como el padre o la madre de vuestros hijos? Si ni siquiera os planteáis estos términos, no tendría sentido elegirlos novios.

Se trata de ayudaros a saber hacia dónde vais, esto es, encaminados al matrimonio; y que sepáis bien discernir con quién vais. Tenéis que querer el mismo fin (la misma plenitud de matrimonio) y llegar a querer el mismo camino.

✚ SUGERENCIA. Ver el vídeo "Si estás enamorado, no te cases". Lo trabajaremos en varias sesiones del itinerario.¹

5. Experiencia vital (15 min.)

Animar a los novios a que cuenten su propia experiencia vital. Se trata de entrar en una "comunidad de ideas y experiencias", fomentando la participación de todos y creando "comunidad".

5.1 Dinámica de presentación de los participantes

Es el momento de que se presenten cada uno de los novios que van a participar en el itinerario, así como aquellos acompañantes que todavía no lo hayan hecho.

¹ <https://www.youtube.com/watch?v=jJQsjIhzNLS>

5.2 Preguntas y conclusión

- **Preguntas para el diálogo de novios:**

- ¿Es suficientemente importante para nosotros el matrimonio como para dedicar tiempo de calidad para formarnos y conocernos mejor?
- ¿Tenemos los mismos criterios religiosos en la educación de los hijos? Si no es así, ¿estamos hablando de ello para ir dejando claras las bases de la convivencia?
- ¿Qué temas sobre el noviazgo nos preocupan más o son de mayor interés para nosotros?

- **Preguntas para un análisis personal:**

- ¿Estoy siendo auténticamente libre al estar con esta persona, o hay motivos externos a nosotros (sociales, comodidad, etc.)?
- ¿Soy consciente de que el matrimonio es para toda la vida?
- ¿Tengo voluntad de tener hijos en mi futuro matrimonio? ¿Veo al otro como el padre/madre de mis hijos?
- ¿Estoy dedicando tiempo y recursos para conocerme y poner sobre la mesa la relación conmigo mismo? ¿Estoy esforzándome por madurar? ¿Tengo algo que conviene "arreglar" antes de unir mi vida con la de mi pareja para crear un proyecto común?
- ¿Arrastro "heridas" de mi infancia/ juventud que puedan poner en peligro mi futura estabilidad matrimonial? ¿Procuro sanarlas en lo posible?
- ¿Qué me impide ser el mejor novio o la mejor novia?
- Si es el caso, ¿qué me impide creer en el matrimonio para toda la vida?

Conclusión y resumen final con ideas clave:

Vuestro noviazgo tiene que ser una **prioridad**. Tiene que estar en el centro de vuestra preocupación. Tenéis que dedicarle tiempo, estar atentos a su evolución y reflexionar regularmente sobre ello. La construcción de lo que podría ser vuestro futuro vital no se puede dejar a la espontaneidad y menos a la improvisación. Dedicar vuestras mejores energías a dar tiempo a la "pareja para permitirle nacer como una "nueva persona" y no ya como la suma de dos.

Hoy en día tenemos una facilidad brutal para acceder a información y formación de todo tipo. En internet se encuentra de todo. Y qué mejor que **leer y formarse** sobre el proyecto más grande que tenéis en la vida. Necesitáis formaros, centraros, poner vuestro punto de mira en aprender las pautas necesarias para ser felices, y si vuestra vocación es el matrimonio, eso pasa por aprender a vivir de la mano de vuestro novio/novia. Formaros, porque como dijo el Papa: "Hoy en día, la crisis del matrimonio es una crisis del noviazgo".

6. El acompañamiento entre sesiones

Se les pedirá que profundicen más detenidamente sobre las preguntas planteadas en el punto anterior (5.2.).

Al final de la sesión se les facilitará el *test de discernimiento* previsto para el segundo tema, con el fin de que las parejas vayan madurando las respuestas.