



## Renuévense: dedíquense a un amor duradero

Stephanie M. Calis

### PRELUDIO

Tómese un momento para contemplar. ¿Qué recuerda de los momentos previos a la liturgia de su boda? Cierre los ojos y recuerde, con todos sus sentidos, los sonidos, el entorno, el ambiente y las personas que estaban a su lado mientras se preparaba para encontrarse con su cónyuge en el altar. Sobre todo, recuerde los pensamientos que pudieron haber pasado por su mente durante esos fugaces segundos en el precipicio, antes de que sucediera la realidad de algo nuevo. El borde de una realidad a medida que se transforma en otra, una realidad fundamental y sacramentalmente cambiada.

Entre estos pensamientos, ¿surgió la idea de *para siempre*? ¿La emoción? ¿La esperanza? Los pasos que dio hacia su novia o novio fueron intencionales: de una búsqueda alegre. El día de su boda, por supuesto, miraba al futuro con alegría y anticipación, con la esperanza de tener largos y felices años por delante. Al igual que Jesús, el Novio divino, cuya búsqueda de nuestros corazones es total e incansable, los esposos están llamados a buscar continuamente el corazón del otro en una imitación de Su amor.

Esta búsqueda perpetua da frutos de honestidad, comprensión e intimidad en todas las dimensiones de sus vidas. Pero qué paradoja puede parecer: usted estaba seguro de elegir a su cónyuge para toda la vida, y sin embargo no será el mismo mañana ni el año que viene ni dentro de diez años, que hoy. Sabe que el matrimonio sacramental es "todos los días de mi vida", pero la vida cambia a través de diferentes etapas de su vocación y nada se siente absoluto.

Creo sinceramente que esta tensión, de certeza e incertidumbre, de permanencia y cambio, para siempre y hoy, puede convertirse no en una fuente de frustración sino de santidad. Estas

paradojas iluminan nuestra humanidad: estamos hechos para la eternidad, invitados a abrazar esta vida terrenal pero sin apegarnos demasiado a las cosas de este mundo. Amamos y reverenciamos al Señor, pero nos cuesta confiar y entregarnos a Él. Fijamos nuestra mirada en aspiraciones futuras mientras luchamos con los hábitos presentes que podrían impedirnos alcanzarlas.

En respuesta a esta tensión, consideremos lo que *sí* perdura, y cómo perseguirlo. Se nos da un gran regalo en la firmeza permanente de Dios; inmutable; “hermosura tan antigua y tan nueva”.<sup>1</sup> Este retiro de 7 días le invitará a reflexionar sobre aquellos asuntos que permanecen siempre ahí para usted y su cónyuge a lo largo de la imprevisibilidad de la vida matrimonial.

Los días uno a tres ofrecen verdad, bondad y belleza, a las que la filosofía antigua se refiere como *trascendentales*—como un respiro de los desafíos y una fuente eterna de renovación. Los días cuatro a seis analizan de cerca las virtudes teologales de la fe, la esperanza y el amor; un recordatorio de la naturaleza misma de Dios que “tenemos”<sup>2</sup> siempre y fortalece su relación para que continúe floreciendo a lo largo de sus años juntos. El séptimo día, este retiro concluye con reflexiones sobre la naturaleza de la búsqueda y cómo puede buscar y deleitarse nuevamente en las infinitas facetas de su cónyuge. La reflexión de cada día incluye preguntas para un diálogo más profundo y una oración por su matrimonio.

Incluso en medio de las incertidumbres y los rápidos cambios de su vida, anímese con las constantes de nuestra fe, sabiendo que el Señor es el amor firme y duradero que está detrás de todo.

---

## PRIMER DÍA: LA VERDAD

### REFLEXIONAR

Los primeros tres días de este retiro se centran en la verdad, la bondad y la belleza. Se trata de las “propiedades de lo Divino que la persona humana experimenta en el tiempo y en el espacio”.<sup>3</sup> Como estamos hechos a imagen de Dios, estamos diseñados para buscar la naturaleza de nuestro Creador, quien es toda verdad, toda bondad y toda belleza.

---

<sup>1</sup> San Agustín, *Confesiones*, (Madrid: Biblioteca de autores cristianos, 1974), Libro X, Cap. XXVII, 424.

<sup>2</sup> [1 Corintios 13](#)

<sup>3</sup> Bill Donaghy, *God is Beauty: A Retreat on the Gospel and Art* (Quarryville, PA: Theology of the Body Institute Press, 2021), 121.

Clamamos por reconocerlo y conocerlo a través de nuestro intelecto, nuestros sentidos y nuestros corazones. “Dios es fuente de toda verdad...Puesto que Dios es el ‘Veraz’, los miembros de su pueblo son llamados a vivir en la verdad”.<sup>4</sup>

¿En qué consiste vivir en la verdad para su matrimonio? Ya sea que lleve poco tiempo casado o muchos años, reflexione hoy sobre lo que sabe que es verdad en su relación.

En concreto, comience con hechos objetivos sobre su matrimonio católico: recibieron un sacramento, dos se hicieron uno. Ustedes se eligieron y están comprometidos el uno con el otro, expresado en las palabras de sus promesas y vivido en sus acciones cotidianas. Crean en la realidad de Cristo y su Iglesia.

Es relativamente fácil reconocer estos hechos, pero ¿realmente *siente* una conciencia de ellos, aceptándolos y comprendiéndolos sinceramente? La verdad no es una realidad física, sino de la mente: el conocimiento que vive en su cabeza. Para vivir plenamente la verdad, ese conocimiento tiene que abrirse camino desde la cabeza hasta el corazón. Hay que sentirlo.

Si bien los sentimientos, por supuesto, son fugaces y a veces engañosos, los sentimientos dentro de un amor maduro pueden ofrecer una sensibilidad más profunda de la verdad. Si su conocimiento intelectual sobre el amor y el matrimonio es un esquema, el conocimiento del corazón puede llenarlo de color. El amor maduro está guiado por la realidad, no por la emoción idealizada, y busca amar por el valor inherente de la persona, no utilizar a otra por conveniencia o placer.<sup>5</sup> En este contexto, “es menester, efectivamente, no sólo conocer ‘fríamente’ el valor de una persona, sino también sentirlo”.<sup>6</sup>

Debido a nuestra totalidad como personas humanas -cuerpo, alma, mente, voluntad- no podemos separar completamente la parte sensible de nuestra parte pensante. Pídale hoy al Señor que guíe y custodie sus corazones, como cónyuges, más profundamente en la verdad de su matrimonio y lo que significa. Es natural y bueno *sentir* cosas sobre su matrimonio, ya sea que esas cosas incluyan alegría, familiaridad o incluso frustración. Sus sentimientos indican lo que es importante para usted: las cosas que nos generan apatía tienden a no parecer importantes.

¿Cómo se manifiestan hoy sus sentimientos hacia su cónyuge? Desafíese a buscar áreas de su matrimonio donde pueda dejarse sorprender. Déjese conocer.

---

<sup>4</sup> [Catecismo de la Iglesia Católica, 2465.](#)

<sup>5</sup> C.f. Karol Wojtyła, Amor y responsabilidad (Madrid: Editorial Razón y Fe, 1978).

<sup>6</sup> Ibid, 101.

Fácil, ¿verdad?

En todas las cosas, buscar una mayor plenitud del otro ilumina una verdad mayor. Buscar aspectos nuevos o no descubiertos de su cónyuge lo llama a la vulnerabilidad, pero vale la pena comprometerse plenamente con la verdad de su amado como persona. Pasar de las impresionantes verdades objetivas acerca de su matrimonio a la naturaleza subjetiva y personal de lo que significa para ustedes como pareja es pasar del conocimiento intelectual al conocimiento del corazón. Este conocimiento da como fruto un redescubrimiento y una renovada apreciación mutua. "A veces aprendemos que demasiada curiosidad, al igual que demasiada vulnerabilidad, puede provocar dolor. Como resultado, recurrimos a la autoprotección: elegimos la certeza en lugar de la curiosidad, la armadura en lugar de la vulnerabilidad, el saber en lugar de aprender. Pero cerrarse tiene un precio... [la curiosidad] nos recuerda que estamos vivos".<sup>7</sup>

Mantener la curiosidad mientras intenta descubrir cualidades tanto familiares como nuevas en su cónyuge le permitirá recordar, o incluso redescubrir, lo bueno que hay en él o ella. Mañana reflexionaremos más sobre la bondad: nos sentimos atraídos hacia ella, y en el matrimonio estamos invitados a ver la bondad de Dios en la persona de nuestro cónyuge.

## DIALOGAR

Abrir la verdad de uno mismo a su cónyuge, especialmente si hay áreas de su relación que no han sido exploradas por un tiempo, es incómodo en el mejor de los casos e incluso doloroso en el peor. Por supuesto, si hay problemas graves de disfunción, trauma o abuso, es esencial buscar consejería psicológica y asesoría pastoral. En cuanto a los asuntos más pequeños y cotidianos que pueden hacer que usted y su cónyuge se conozcan menos plenamente, ¿qué áreas de su vida los está llamando el Señor a compartir más plenamente? Tal vez se trate de su vida laboral, sus amistades, sus sueños o sus pasatiempos individuales. Quizás sean hábitos de gasto, distracciones, preocupaciones u ocasiones cercanas de cometer pecado. Todas ellas son fuentes ricas de diálogo y dan como fruto una unidad más profunda.

¿Sigue siendo cierto lo que creía que era verdad acerca de su cónyuge durante el noviazgo y el compromiso al matrimonio? ¿Tiene alguna preconcepción o idea persistente sobre versiones pasadas de su cónyuge que son diferentes ahora? Es valioso considerar cualquier suposición o narrativa desgastada que pueda tener sobre su cónyuge y su relación, y si vale la pena reevaluarlas.

---

<sup>7</sup> Brene Brown, *Atlas of the Heart* (New York: Random House, 2021) 66.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

---

## SEGUNDO DÍA: LA BONDAD

### REFLEXIONAR

La reflexión de ayer se centró en la naturaleza de la verdad, como una realidad tanto *sobre* su matrimonio católico como *dentro de* la naturaleza específica de su relación y la persona que es su cónyuge. Recordar todo lo que su matrimonio es –específicamente, un vínculo inquebrantable infundido por la gracia, con la misión de imitar y dar testimonio del amor de Dios ante el mundo– le permite reflexionar y redescubrir lo bueno de su cónyuge. Hoy profundizaremos más en la bondad.

Nosotros, como humanos, nos sentimos atraídos por la bondad. Lo vio en su cónyuge y se cumple en el matrimonio: “...hombre y mujer los creó. Y los bendijo Dios y les dijo: Sean fecundos y multiplíquense, llenen la tierra y sométanla...Vio Dios todo lo que había hecho y lo encontró muy bueno”.<sup>8</sup> Su matrimonio es una invitación a ver la bondad del Señor, que los invita en el matrimonio a recibirse el uno al otro como un don completo y total.

Considerar verdades básicas y fundamentales sobre el sacramento del matrimonio puede parecer demasiado sencillo, como regresar a la clase de religión de la escuela preparatoria. Sin embargo, que estas enseñanzas sean aparentemente básicas oculta su profundidad real. Es importante y renovador recordar de vez en cuando lo importante que es realmente su

---

<sup>8</sup> [Génesis 1, 27. 28. 31](#)



matrimonio y su vínculo como cónyuges. Si no ha pensado desde hace tiempo en qué tan importante es esto, es claramente motivador. No importa en que punto de su relación se encuentre, puede regresar a la asombrosa magnitud de lo que usted y su cónyuge se han prometido uno al otro.

El día de su boda les preguntaron: “¿vienen libre y voluntariamente a contraer Matrimonio, sin ser presionados?” y respondieron: “Sí”.<sup>9</sup> La libertad es un don, concedido por Dios para que cada uno pueda elegir el bien, “también por el supremo ‘bien’, es decir, Dios. Cuanto más hacemos el bien tanto más libres nos volvemos”.<sup>10</sup>

Reflexione sobre las formas en que encuentra lo bueno en su cónyuge. Cuando admira o aprecia a su amado, ¿lo expresa verbalmente? Cuando comunica una crítica o una necesidad, ¿lo dice con caridad o con dureza? Hoy, comprométase a reconocer lo bueno en su cónyuge, para que pueda ofrecerle libremente un gesto de su amor y crecer en agradecimiento por quién es su cónyuge.

Las investigaciones apoyan consistentemente una conexión entre la gratitud y el bienestar emocional y social. Las personas que se describen a sí mismas como las más felices incluyen a aquellas que regularmente realizan algún tipo de práctica de gratitud, incluso por cosas pequeñas.<sup>11</sup> Realice usted mismo una investigación no oficial y descubrirá que es difícil no desear el bien para su cónyuge cuando todas las razones por las que está agradecido por él o ella están en el primer plano de sus pensamientos. Cuanto más dedique su atención a lo que agradece en su matrimonio y en su pareja, más cosas *notará* para estar agradecido.

Como cualquier nueva práctica que pueda emprender, la gratitud es una cuestión de actitud: crear un hábito de prestar más atención y recordar que ningún detalle es demasiado pequeño para el Señor. Así como Él creó la inmensa grandeza de la tierra, el cielo y el mar, Él no escatimó su intención y amor al crear cada aspecto de su cónyuge, una persona, amada y deseada en la existencia para ser exactamente la persona que ama, hoy y para siempre.

## DIALOGAR

Enumere las cualidades, atributos y gestos por los que está agradecido en su cónyuge; escríbalos y compártalos con su pareja. ¿Hubo algo en la lista del otro que le sorprendió?

---

<sup>9</sup> Ritual del Matrimonio para el uso en las diócesis de los Estados Unidos de América, Liturgical Press, 2016.

<sup>10</sup> Youcat español USA, Catecismo Joven de la Iglesia Católica, Ignatius Press, 2012, Pregunta 286. Cf. [Catecismo de la Iglesia Católica 1730](#).

<sup>11</sup> Portocarrero, Gonzalez, and Ekema-Agbaw, “A Meta-Analytic Review of the Relationship Between Dispositional Gratitude and Well-Being,” 1 de mayo de 2020.

Algo es bueno cuando cumple su propósito pretendido. Cuando aquello cumple su propósito, los Padres de la Iglesia y los filósofos antiguos consideran que el bien ha sido llevado a la perfección. El propósito del matrimonio, entonces, es el bien de los cónyuges y de los hijos que tengan, y se perfecciona porque “[el matrimonio] los santifica en el camino de la vida eterna”.<sup>12</sup> Teniendo la eternidad en mente, hablen sobre si se muestran mutuamente un amor santificador y entregado para toda la vida, y cómo lo hacen. ¿Qué gestos específicos son más significativos para su cónyuge en esta área? ¿Actos de servicio? ¿Oración intercesora? ¿Palabras de aliento? Comprométase a hacer al menos uno de estos gestos, como muestra de buena voluntad hacia su cónyuge, antes de que termine esta semana.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

---

## TERCER DÍA: LA BELLEZA

### REFLEXIONAR

Mientras hemos reflexionado sobre la verdad y la bondad durante los últimos días, la belleza –el tercer trascendental– también ha estado aquí todo el tiempo, porque estas propiedades que revelan la naturaleza de Dios están estrechamente conectadas. Si algo (como su matrimonio) o alguien (como su cónyuge) le atrae a *uno* de estos atributos, le atrae a *todos* ellos. “Por la verdad nos ponemos en contacto con la realidad que encontramos buena para

---

<sup>12</sup> [Catecismo de la Iglesia Católica 1660-1661.](#)

nosotros y hermosa de contemplar. En nuestro conocer, amar y deleitar, el don de la realidad se nos aparece como algo infinita e inagotablemente valioso y fascinante”.<sup>13</sup>

*Hermosa para contemplar.* La belleza es profunda, incluso sacramental, porque nos permite experimentar una cosa aparentemente intangible –es decir, la naturaleza de Dios– a través de nuestros sentidos. Realmente puede contemplarlo a Él, y todo lo que Él ha creado, en la belleza de la naturaleza, en una conmovedora obra de arte (incluyendo libros, películas y música), en la Misa y en las cualidades particulares que encuentra más apreciadas en sus seres queridos. “Todo lo que se encuentra en el concepto de la belleza se encuentra en Dios. Y las cosas creadas... poseen sólo una especie de destello, un reflejo, podríamos decir un cierto fragmento, de la belleza”.<sup>14</sup>

Si las consideramos en una perspectiva correctamente ordenada, recordamos que todas las cosas físicamente bellas de este mundo reflejan la belleza de la eternidad, de una manera que podemos sentir y observar aquí mismo en nuestras vidas terrenales. Y por supuesto, en esta tensión de lo tangible y lo intangible somos llevados a contemplar la Encarnación: Jesús, el Verbo hecha carne.

Si toda la belleza de esta vida está hecha para atraer nuestra atención hacia la próxima, considere que cualquier cosa bella en su vida puede adquirir un significado sagrado. Nosotros, como humanos, nos sentimos innatamente atraídos por la belleza porque nosotros, como humanos, nos sentimos innatamente atraídos por Dios, creados en amor por Él y para Él.

Desde esta perspectiva, cualquier deseo que sintamos de compartir cosas bellas –ya sea en la liturgia, en nuestros hogares, en nuestras actividades creativas o en nuestra admiración por la belleza física de nuestro cónyuge– no es frívolo ni insignificante. De hecho, es una invitación a compartir la naturaleza de Aquel que es toda belleza. Yo lo llamo un “llamado al corazón”. “La belleza despierta algo dentro de nosotros: un anhelo de sentido y del infinito. Estamos hechos para la vida eterna, y estos anhelos nos atraen hacia nuestra identidad y propósito”.<sup>15</sup>

¿Trata de notar y cultivar la belleza en su matrimonio? Tal vez sea a través de la hospitalidad, la apariencia y el ambiente de su hogar, la creación de arte o música, la elegante precisión del mundo científico y matemático, o la naturaleza salvaje. Cualesquiera que sean sus intereses particulares, individualmente y como pareja, considere también aquellos asuntos que son

---

<sup>13</sup> Fr. Thomas Dubay, *The Evidential Power of Beauty: Science and Theology Meet* (San Francisco: Ignatius, 1999), 24.

<sup>14</sup> *God is Beauty: a Retreat on the Gospel and Art* (Quarryville, PA: Theology of the Body Institute Press, 2021), 124.

<sup>15</sup> Stephanie Calis, *Invited: The Ultimate Catholic Wedding Planner* (Boston, Pauline, 2021).

universalmente hermosos para un cristiano católico: la gran magnitud y bondad de un Dios que movió cielo y tierra para concedernos la vida eterna. El arte, la arquitectura y los detalles que se encuentran en una iglesia impresionante. Los sacramentos. Un modelo de amor para nosotros, en el matrimonio y en toda vocación, para amar totalmente y sin reservas.

La belleza une, porque presenciarla junto a otra persona es poderoso y nos saca de nosotros mismos. Es comunitaria. Hoy, elija una cosa (un versículo de la Escritura, un fragmento musical o literario, una imagen o un lugar) que evoque la belleza de Dios. Compártalo y experimentelo con su pareja.

## DIALOGAR

No se limite a leer el ejercicio anterior que le indica que comparta algo que le parezca hermoso con su cónyuge. Experimentenlo juntos: lean la Escritura, la literatura o la poesía. Escuchen una canción. Muéstrense uno al otro una obra de arte. Caminen o manejen hasta un lugar que les toque el corazón. La recompensa de este encuentro compartido será profunda; garantizada. Puede que se quede sin palabras o que le sobren las palabras: ¡cualquiera de las dos reacciones es normal y buena!

Ya ha pasado tres días reflexionando sobre los tres trascendentales: la verdad, la bondad y la belleza. Cada uno le ofrece una manera de encontrar a Dios y verlo obrar en su matrimonio. Muchas personas se sienten atraídas por un trascendental en particular como una forma de observar y conocer al Señor; ¿es esto cierto en su caso y el de su cónyuge? ¿Cuál de estos tres conmueve más su corazón?

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

## CUARTO DÍA: LA FE

### REFLEXIONAR

Los primeros tres días de este retiro se centraron en los trascendentales: la verdad, la bondad y la belleza. Hoy, las reflexiones diarias se centran en otro trío: la fe, la esperanza y el amor, las tres virtudes teologales que tienen “como origen, motivo y objeto, a Dios conocido por la fe, esperado y amado por Él mismo”.<sup>16</sup> Juntas, los trascendentales y las virtudes teologales ofrecen un fundamento infalible para su matrimonio, porque son del Señor y Él es infalible.

Suena tan sencillo afirmar que la fe es creer en Aquel que nunca conoceremos plenamente, cara a cara, en este lado de la eternidad. Lo sabemos, lo creemos y lo sentimos, pero las realidades prácticas cotidianas de notar (o no notar) la presencia del Señor pueden ser mucho más difíciles de afrontar. Incluso cuando sabemos que Él está obrando, es fácil no notarlo. Hoy, considere cómo podría disponer su corazón más plenamente a la bondad del Señor, para que esté bien en sintonía con Su mano en su matrimonio.

Levante la mano si se encuentra distraído en su vida cotidiana. ¿Teléfonos? ¿Agendas repletas? ¿El deseo de simplemente desconectarse? Por supuesto, el deseo de descansar es importante e incluso sagrado, haciéndose eco de la culminación del relato de la creación.<sup>17</sup> Sin embargo, es muy fácil “descansar” de maneras que nos dejan todavía insatisfechos. Incluso distracciones moralmente neutrales o inofensivas, en forma de cosas como artículos e información en línea, pueden crear en cada uno de ustedes un mundo interior más singular que no comparten con su cónyuge y, por lo tanto, puede resultar aislante e incommunicable.

Yo diría, de hecho (y hablando como una de los culpables), que buscar distracciones continuas es una forma de endurecimiento del corazón que puede cegarnos y ensordecernos a la presencia del Señor y a Su obra en nuestras vidas. Y cuando lo percibimos menos agudamente, es más difícil discernir los impulsos del Espíritu Santo o confiar en su fidelidad. Se hace aún más difícil mantener el hábito de pedirle al Señor lo que esperamos y anhelamos. Se dice que Santa Teresa de Ávila afirmó: “Le haces un cumplido a Dios pidiéndole grandes cosas”. Esas grandes cosas, esas grandes peticiones, se sienten naturales cuando mantenemos una relación con el Señor; se sienten menos alcanzables cuando estamos lejos de Él, lo que crea un obstáculo para una fe más profunda.

---

<sup>16</sup> [Catecismo de la Iglesia Católica 1840](#)

<sup>17</sup> [Génesis 2, 2](#)

Dado que esta semana se trata de buscar el amor y la renovación en su matrimonio, ore hoy por un aumento en la fe que provenga específicamente de un corazón renovado: "Señor, parte nuestros corazones. Rompe la dureza, para que podamos conocerte y confiar más plenamente en ti".

Un corazón fiel y tierno tiene menos materia a su alrededor y de esa ternura fluye más facilidad en la oración, mayor fe y una confianza más profunda. Imagínese una cáscara dura y rocosa que da paso al corazón vivo de carne que hay en su interior.<sup>18</sup> Un corazón encerrado está más distante, más cerrado al corazón de su cónyuge y al Señor. Los hábitos que unen, en lugar de dividir y distraer, rompen esa cáscara y fomentan un despertar a Su bondad. Elija esta noche, o alguna noche de este fin de semana, para dejar sus aparatos de lado durante un tiempo determinado y planificar una cita en pareja. Se necesita esfuerzo para dejar de distraerse, incluso temporalmente. Romper la dureza del corazón no sucede todo a la vez. Pero el compromiso de buscar al Señor, una y otra vez, da fruto en su sentido de fe y creencia. Hay alegría y una posibilidad renovada en regresar a Él.

## DIALOGAR

La reflexión de hoy cita la distracción (digital, logística y de otros tipos) como una fuente principal de corazones endurecidos. Si bien este es el caso de muchas parejas, ¿existen desafíos adicionales, específicos de su relación, que contribuyen a la dureza del corazón? Hablen sobre estos desafíos e identifiquen al menos una manera de volver a dedicarse a descubrir un corazón de carne: comenzar o agregar algo nuevo a una rutina de oración compartida; ir al sacramento de la Reconciliación; pedir disculpas necesarias uno al otro y pedir y conceder perdón.

Piense de nuevo en las palabras de Santa Teresa: "Le haces un cumplido a Dios pidiéndole grandes cosas". ¿Le resulta fácil creer esto? ¿O es difícil? Ore hoy para que tenga una mayor confianza en la grandeza del Señor y en sus misericordias. Dé un verdadero paso adelante en la confianza haciendo una lista de las "grandes cosas" que se siente llamado a pedirle en su matrimonio, en su familia y en su vida en común.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

---

<sup>18</sup> [Ezequiel 36, 26](#)

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

---

## QUINTO DÍA: LA ESPERANZA

Ha pasado los últimos cuatro días contemplando y dialogando sobre elementos duraderos e inspiradores de la vida espiritual que pueden volver a centrar su atención en el bien de su matrimonio, su cónyuge y el amor infalible de Dios. El simple hecho de reconocer el deseo de volver a centrarse en estos asuntos es el comienzo de un gran crecimiento; ojalá continúe durante el resto de esta semana y más allá.

Antes de analizar con más detenimiento la virtud de hoy, haga una pausa. En este punto de la semana, ¿qué siente hacia su matrimonio? ¿Alegría? ¿Determinación? ¿Agradecimiento?

...¿Frustración?

Las emociones positivas que pueda sentir pueden existir al mismo tiempo que la frustración o la decepción. ¡De veras! Los trascendentales y las virtudes teologales son ideales de nuestra fe cristiana, dones y principios rectores. Reflexionar sobre ellos puede resultar emocionante; un recordatorio de todo lo que puede ser su matrimonio, un llamado a alcanzar un estándar más elevado de posibilidad y compromiso en su matrimonio. ¿Pero qué pasa cuando esos estándares parecen demasiado elevados?

Es normal sentir arrepentimiento, desilusión o decepción por las esperanzas y expectativas que tenía el día de su boda viendo si están a la altura de su experiencia actual. Después de todo, estos estados mentales a menudo tienen su origen en un desajuste entre las expectativas y la realidad. Si siente que el estado actual de su matrimonio no coincide con los objetivos y expectativas que tiene, no está solo, porque solo por gracia podemos lograrlo. No pierda la esperanza por su relación, porque la esperanza le recuerda su llamado como cristiano y como pareja: "La esperanza es la virtud teologal por la que aspiramos al Reino de los cielos y a la vida eterna como felicidad nuestra, poniendo nuestra confianza en las promesas de Cristo y apoyándonos no en nuestras fuerzas, sino en los auxilios de la gracia del Espíritu Santo".<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> [Catecismo de la Iglesia Católica 1817](#)

En otras palabras, usted y su cónyuge no tienen por qué (y nunca debieron) vivir solos en el matrimonio. Su unión está fundada en el vínculo inquebrantable y en el torrente de gracia que brotó el día de su boda. Incluso en medio de las tendencias demasiado humanas hacia la apatía, el pecado o el no valorarse el uno al otro, tómese un tiempo hoy para reenfocar su atención en el objetivo final de su matrimonio: llevarse el uno al otro al banquete de bodas celestial.

La artista sacra Kate Capato representa poderosamente la restauración que es posible para el amor conyugal y la batalla que ya se ha ganado. Su pintura [\*Misericordiae Invitatio\*](#) - "Invitación a la Misericordia" muestra el paisaje árido del Edén. Desnudos, avergonzados y visualmente divididos por el árbol que provocó su caída, Adán y Eva se encuentran muy separados, cada uno con el cuerpo alejado del cuerpo de su cónyuge. En el tronco del árbol la serpiente gruñe. La sensación de desesperación es palpable.

Sin embargo, en la parte superior del árbol se encuentra la esperanza. María, rodeada de ramas resplandecientes y en plena floración, acaricia su vientre donde habita Cristo. Una nueva Eva y un nuevo Adán, encarnando abiertamente las promesas de misericordia y renovación del Señor. En lugar de desconfiar de Él, lo recibe. Un árbol nuevo, la Cruz, que no engendra muerte, sino la vida resucitada. Una mirada más atenta al suelo del jardín revela un nuevo crecimiento en la hierba y una sola flor: la esperanza, nunca demasiado lejos del alcance de la misericordia y la restauración del Señor.<sup>20</sup>

Confiado en el Señor, Nuestra Señora dijo sí a Su invitación de dar a luz a Su Hijo. En obediencia a la voluntad del Padre, Cristo aceptó el sufrimiento y la muerte para realizar su plan de salvación para la humanidad. María y Jesús encarnan la promesa del amor del Padre (literalmente, porque su papel en la historia de la salvación se realiza a través de sus cuerpos). Debido al sí de María, y la acogida de Jesús a la voluntad del Padre, no importa que nos quedemos cortos en nuestra humanidad y pecado; la esperanza de nuestra propia resurrección ya se ha cumplido.

Si está experimentando una sensación de motivación para superar la desilusión y los hábitos que debilitan su matrimonio, y está listo para abrazar la grandeza para la que fue creado, mire a María y a Jesús. En su ejemplo hay reunificación, reparación y restauración. Hay esperanza.

---

<sup>20</sup> Cf. Kate Capato, "Invitación a la misericordia", <https://visualgrace.org/originals-available/>

## DIALOGAR

*Visio divina*, "visión divina", es la práctica de orar con una imagen. Junto a su cónyuge, colóquese en la presencia del Espíritu Santo y encuentre la obra sagrada de Kate Capato en línea. *Misericordiae Invitatio*, descrita en la reflexión de hoy. Tómese unos momentos en silencio para contemplarla. ¿Hacia dónde se dirige su mirada en la pintura? ¿Qué detalles o imágenes generales llaman su atención? Observe lo que le llama la atención visualmente y si surgen palabras o frases en su corazón. Comparta sus reflexiones con su cónyuge.

¿Existen áreas de su matrimonio en las que se ha entregado a la desesperación o a la desesperanza? Nómbralos e identifique formas en que puede comenzar a sanarlos, en acciones espirituales y prácticas.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

---

## SEXTO DÍA: EL AMOR

### REFLEXIONAR

Los últimos dos días de este retiro hemos explorado diferentes ángulos de las virtudes de la fe y la esperanza. Junto a ellas reside el amor; como dice la famosa cita "Ahora tenemos estas tres virtudes: la fe, la esperanza y el amor; pero el amor es la mayor de las tres".<sup>21</sup> Delante del Señor, en el banquete celestial, ya no tendremos necesidad de fe ni de esperanza, porque se

---

<sup>21</sup> [1 Corintios 13](#)



cumplen en Su presencia, pero el amor perdurará. La reflexión de hoy propone la inquietud como un aspecto del amor que perdura y no deja de sorprendernos.

Ya sea que lleve casado varios meses o varias décadas, probablemente no sea un secreto para usted que, incluso si su boda se sintió como un cuento de hadas (¡y esperamos que así sea!), no fue un final feliz para siempre. No me refiero a que usted y su cónyuge no vivirán muchos años felices por delante, sino a que “para siempre” parece implicar una falta de cambio: Eso es todo, el estado final de las cosas. Todo está lindo, incluso bueno, y así seguirá, sin cambios. Y, sin embargo, ¿fue alguna vez su objetivo un estado permanente e inmutable?

Una relación que se mantiene en el status quo puede ser lo suficientemente cómoda y pacífica. Pero el amor nos llama a *no* permanecer iguales, o a estar satisfechos con lo suficientemente bueno, para siempre. Estamos llamados a profundizar cada vez más, como esposos y como hijos e hijas de Dios.

Una de las escenas finales y más imborrables de *Las crónicas de Narnia* de C. S. Lewis encuentra a algunos de sus héroes contemplando el paisaje ante sus ojos, después de una batalla devastadora que destruyó el reino de Narnia tal como lo conocían. Mientras miran hacia adelante, ven un paisaje que parece nuevo, pero de alguna manera familiar. Hay montañas, colinas y cascadas; cada vez que ascienden una, sienten la anticipación de explorar la siguiente. Sus compañeros de batalla los invitan una y otra vez “¡Entremos sin miedo y subamos más!”, invitándolos a deleitarse cada vez más con esta belleza incomparable.<sup>22</sup> “Únicamente cuando alcanzaron la cima aminoraron la marcha, y se debió a que se encontraron ante unas enormes puertas doradas. Por un momento nadie fue lo bastante osado para comprobar si las puertas se abrían... ¿Nos atrevemos? ¿Debemos hacerlo? ¿Es posible que sea *para nosotros*?” Pero mientras estaban allí parados, un cuerno enorme... sonó en algún lugar en el interior del jardín amurallado y las puertas se abrieron”.<sup>23</sup>

Esta escena pinta una vívida imagen de la eternidad: un lugar que se hace eco del que conocemos aquí en la tierra, pero más vívido y más hermoso, hasta el punto que incluso las mayores alegrías terrenales se sienten solo como una sombra. Hay un jardín, una versión restaurada de nuestra primera casa. Es una escena de tal belleza, que quizá nos haga un nudo en la garganta, que revela algo tanto sobre el amor divino como el terrenal: es inquieto, y eso es bueno.

El amor profundo, vulnerable e íntimo sólo puede crecer en presencia de la inquietud; un deseo de descubrimiento. Esto conduce a nuevas alegrías que se revelan continuamente. Al

---

<sup>22</sup> C. S. Lewis, *La última batalla* (New York: HarperCollins, edición de 2012).

<sup>23</sup> *Ibid*, 254.

igual que los narnianos, usted y su cónyuge podrían elegir (conscientemente o no) permanecer en un vértice particular sin ir más allá de él: un sentimiento de que su matrimonio es “suficientemente feliz”, de que se ayudan mutuamente “suficientemente” y de que se conocen “suficientemente”. Pero cuando no hay forma de ir más allá, ese vértice se convierte en realidad en una meseta.

Otras reflexiones de esta semana han señalado el dolor potencial del crecimiento que la honestidad y la vulnerabilidad nos piden. El amor total y fiel invita a sacrificarse y a la buena voluntad que prioriza a su cónyuge sobre usted mismo. Para lograrlo, es necesario *conocer* a su cónyuge (¡y dejarle conocerle a usted!), y eso requiere valentía. Conversen hoy sobre: en esta temporada particular en la que se encuentran, ¿qué palabras y acciones los hacen sentir más amados? ¿Qué actos, gestos y apoyo práctico necesita de su cónyuge en este momento? ¿Hay partes de usted mismo -intereses, objetivos, carácter- que siente llamado a poner en primer plano, para bien o para mal?

Para ser claro, la inquietud no significa insatisfacción con su cónyuge, ni significa descubrir hechos impersonales sobre su amado sin ningún propósito. En cambio, un amor inquieto siente un espíritu alegre de descubrimiento, maravillándose por el regalo de quién es su cónyuge y por todo lo que hay que seguir aprendiendo sobre él o ella a lo largo de la vida.

En ausencia de curiosidad e inquietud, el amor se estanca. Pero en su presencia el amor prospera, se vuelve más real y nos acerca más a los demás y al Señor, su fuente. La inquietud sostiene y profundiza su amor, emocional y espiritualmente. Es sagrada.

## DIALOGAR

Cuando piensa en profundizar en el conocimiento de su cónyuge, ¿qué siente? ¿Emoción? ¿Miedo? Hablen juntos sobre las formas específicas en que cada uno se siente escuchado, visto y afirmado al hablar de su vida interior, para que pueda recibir mejor lo que el otro comparte.

Identifique 2 o 3 maneras en que puede crear una atmósfera de inquietud sagrada en su matrimonio. Estas pueden incluir fechas semanales o mensuales reservadas para una conversación más profunda, comenzar un diario compartido (con o sin indicaciones) o contestar un conjunto de preguntas juntos. Puede parecer formal programar tiempo para algo tan aparentemente normal como hablar con su cónyuge, pero es sorprendente cuánto se profundizan sus conversaciones cuando están orientadas a un mayor conocimiento y descubrimiento. Elija un día la próxima semana, después de que concluya este retiro, para probar una ocasión como ésta por primera vez.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.

---

## SÉPTIMO DÍA: AMOR ETERNO

### REFLEXIONAR

Esta semana ha pasado tiempo pensando en lo que significa dedicarse a un amor duradero. Aunque la incertidumbre, la duda y el sufrimiento puedan surgir en su vida espiritual y en su matrimonio, la Iglesia ofrece dones y virtudes que perduran a pesar de todo. La conclusión de hoy le ofrece la oportunidad de considerar el pasado, el presente y el futuro de su vida matrimonial.

En concreto, considere si ciertos temas de esta semana resaltaron hábitos que han afectado situaciones pasadas e incluso han causado dolor a su cónyuge. ¿Ha experimentado usted, aquí en el presente, una motivación renovada para cambiar cualquier hábito que pueda estar cegándole a la gloria del Señor? ¿Hábitos que podrían estar endureciendo su corazón, haciéndole perder de vista su redención o permitiendo que su amor se quede estancado en una meseta?

Siempre es oportuno, y nunca es demasiado tarde, para ir en busca del corazón de su pareja una y otra vez. Cualesquiera que sean las verdades, sentimientos y recuerdos que hayan surgido esta semana, decida vivir en lo bueno y hacer esfuerzos por reparar la relación. Cuando realmente cree, en su cabeza y en su corazón, que el Señor es infaliblemente firme y todo amor, está libre: tiene la confianza de saber que Él está presente en cada etapa de su vida matrimonial y que nunca cambiará. Una base constante y firme.

Juntos son “exiliados y forasteros”, pero sólo por ahora. Que su matrimonio esté lleno de verdad, bondad y belleza; de fe, esperanza y amor, y que su camino los lleve a ambos, regocijándose, al banquete de bodas celestial.

## DIALOGAR

Considere la conversación de esta semana. ¿Hubo algún día o reflexión en particular que lo inspiró a ir en busca de su cónyuge, o a dedicarse a un trascendental o una virtud en particular, de una manera nueva? ¿Cómo influirán estas actividades en su relación en el futuro?

¿Qué áreas de crecimiento ve usted en su matrimonio? Considere las dimensiones espirituales, físicas, emocionales y financieras de su relación. Haga una lista de varias resoluciones que pueda adoptar, individualmente y en pareja, para realizar cambios productivos en estas áreas.

¡Sueñen juntos! Escriba al menos una meta para su matrimonio: para en un mes, seis meses, un año, cinco años y diez años. Piense en cómo espera sentirse en cada uno de estos momentos, cómo espera que sea su relación en comparación con la actual y cómo podría ser la vida.

Tómense una foto juntos hoy y guárdenla en un nuevo álbum en su teléfono. Ponga recordatorios para tomarse otra foto en un mes, seis meses y un año a partir de ahora. ¿Qué espera ver en estas futuras imágenes de ustedes mismos? ¿Qué sentimientos verá en sus ojos? Hable sobre sus esperanzas para su matrimonio y reitere los pasos que tomará para cumplirlas.

## ORAR

Señor, nos arrodillamos ante ti en acción de gracias por nuestro matrimonio y por el amor al que nos has llamado. Dirigimos nuestra mirada hacia ti, que eres toda verdad, toda bondad y toda belleza. Abre nuestros corazones, restaura nuestra esperanza y llévanos más plenamente a tu abundante amor.

Concédenos la alegría del descubrimiento mientras nos buscamos uno al otro en espíritu, mente y cuerpo, buscando una comprensión siempre nueva. Que nuestro amor refleje el tuyo: derramado libremente hasta la muerte y renovado con nueva vida cada día.