

## Las cuatro llaves para un matrimonio feliz y saludable

¿Quién podría ser el mejor ejemplo de cómo amar a su cónyuge que el Máximo Amante, Dios? Pero, ¿cómo ama Dios?

Después de haber meditado sobre esta pregunta, el Papa Pablo VI y el Papa Juan Pablo II discernieron cuatro características claves del amor de Dios. El amor de Dios es siempre: libre, total, fiel y fecundo. Cada llave es también una de las cuatro cualidades esenciales del amor conyugal auténtico. Este folleto le dará a conocer estas cuatro llaves muy importantes para iniciarse, o volver al camino hacia un gran matrimonio. A través de las gracias que vienen con el sacramento del Santo Matrimonio, junto con la oración y recibiendo regularmente los sacramentos de la reconciliación y de la eucaristía, los esposos reciben toda la fuerza y el poder para amarse uno al otro como Jesús ama a su Iglesia: libremente, totalmente, fielmente y fructíferamente. Estas son las cuatro llaves para el amor conyugal auténtico. A través de los sacramentos y aprendiendo más acerca de las cuatro llaves para el amor conyugal presentadas en este folleto, las parejas pueden abrir la puerta a un matrimonio más satisfactorio y gratificante.<sup>1</sup>

### Libre

La primera llave es libre—Para que un matrimonio sea feliz y saludable, los cónyuges deben entrar al matrimonio, así como a cada acto conyugal libremente, dándose uno al otro y re-

cibiéndose uno al otro sin coerción, manipulación, fuerza o coacción. Esta llave requiere auto-control y la posibilidad de aplazar o sacrificar los propios deseos por el bien de la persona amada. Aunque la violación marital es una violación evidente de esta llave, vicios más sutiles como la impaciencia, el orgullo y la lujuria también pueden interferir con la práctica de esta llave. Las virtudes de la paciencia, la humildad y la castidad son necesarias, así como los esposos a menudo tienen que esperar a que el otro esté listo para amar “libremente.” Esta llave consiste en darse cuenta de que cada persona puede tener necesidades físicas, emocionales o trabajos que deben cumplirse, como por ejemplo la mujer necesita de una cierta cantidad de tiempo para hablar y compartir, o la necesidad del hombre de meterse a su cueva un rato a solas antes de que la intimidad pueda suceder.<sup>2,3</sup> Para que esta llave funcione bien, ambas partes deben estar libres de adicciones, incluyendo las adicciones al alcohol, las drogas, el sexo, la pornografía, la co-dependencia, etc.<sup>4</sup>

Las virtudes de la paciencia, la humildad y la castidad son necesarias.

### Total

La segunda llave es total—El matrimonio sacramental es una vocación, un llamado de Dios y el principal medio por el cual los esposos se santifican. Este compromiso con el cónyuge debe ser total, tomando el primer lugar y viene incluso antes del compromiso con los hijos, la familia de origen, o el trabajo,—lo cual no quiere decir que estos no sean importantes.

Para que el amor conyugal sea auténtico, todo de sí mismo se da a la persona amada, y todo es recibido y aceptado del amado incluso, el cuerpo, la mente, la fertilidad, las finanzas y hasta las condiciones de salud desconocidas en el futuro. Ocultar o mantener información crítica al prometido—(a) o esposo (a) viola esta llave, al igual que los acuerdos pre-nupciales. Estas acciones indican una falta de confianza y la decisión de compartir sólo una parte de sí mismo con el cónyuge. Las parejas que intencionalmente excluyen, dañan, enferman o mutilan sus órganos reproductivos, o permiten que su cónyuge lo haga, violarían esta llave. Su don de sí mismo no es total.

Esta llave no significa que los cónyuges deben perder su identidad, que se fundan el uno al otro renunciando a los límites saludables, o que se dejen abusar. Más bien, significa que cada cónyuge aporta su don total dado por Dios de su singularidad y personalidad al matrimonio.

Esta llave implica aceptar que los hombres y las mujeres son diferentes y tienen necesidades diferentes, no siendo las necesidades de uno superiores a las del otro, sólo son diferentes. Por ejemplo, los hombres generalmente tienen una mayor necesidad de ser “respetados” (es decir, no criticados por su esposa) más que sentirse “queridos”, mientras que las mujeres tienen una mayor necesidad de sentirse “amadas”.<sup>3,5</sup> Algunas parejas han encontrado útil el descubrir los lenguajes del amor de cada uno o maneras en que los dos se sienten queridos. Algunas personas experimentan o sienten amor sobre todo a través del tacto,

otros a través de palabras como decir “te amo”, y otros por el tiempo que comparten juntos. Otros pueden sentirse amados si se le dan regalos, o mediante la recepción de actos de servicio, o una combinación de estos aspectos.<sup>6</sup>

### Fiel

La tercera llave es Fiel—Para que un matrimonio sea feliz y saludable, los cónyuges deben ser fieles. Esta llave implica la promesa de proteger el corazón, los ojos y el cuerpo, reservando el don especial de la sexualidad exclusivamente para la persona amada. Coquetear con otros, que no sean su cónyuge, mirar a otros deseándolos, ver telenovelas en forma adictiva, o leer novelas románticas, ver pornografía, y tener relaciones extramaritales violan esta llave.

Una práctica importante para esta llave es evitar las ocasiones próximas de pecado cuidando de no ponerse en cualquier situación con alguien del sexo opuesto solo, donde el potencial de tentación pudiera surgir, tales como almuerzos, cenas, deportes, otras actividades, o socialmente hablar por teléfono, enviar mensajes de texto o chat en el Internet.

### Fructífero

La cuarta llave es fructífero—el amor auténtico es siempre fructífero, es creativo y realmente trae más amor y más vida. Cada vez que una pareja casada se une en el abrazo conyugal, si el acto es una expresión auténtica de amor, se dicen uno al otro y con Dios (tal como lo hicieron en sus votos originales) que amorosamente aceptan cualquier hijo que pueda

resultar de esta unión. Ellos permanecen abiertos al fruto que Dios quiera hacer surgir de su amor. La anticoncepción, la esterilización y el aborto evitan que un matrimonio sea fructífero. Son pecados graves, y en consecuencia, llevan a la esterilidad, la enfermedad, la infelicidad, y la muerte.<sup>7</sup>

Mientras que las parejas nunca deben intencionalmente hacer cualquier acto marital estéril, ya sea antes, durante o después de su unión, la planificación natural familiar (PNF)<sup>8</sup> puede ser usada para evitar el embarazo por causas serias y justificadas y no viola esta llave. Una pareja puede tener razones legítimas para espaciar sus hijos, y la Iglesia enseña que el uso de los períodos infértiles del ciclo de la mujer en esos momentos no viola esta llave, ya que cada abrazo marital todavía sigue abierto a la posibilidad de crear nueva vida. Sin embargo, la PNF puede ser objeto de abuso si se utiliza sin razones de peso para evitar un embarazo, o porque una pareja egoístamente se niegan a ser generosos y abiertos al don supremo de Dios de los hijos.

La maternidad no es el único “fruto” que Dios puede traer a un matrimonio santo. En el plan de Dios, algunas parejas no pueden tener hijos, o tantos como quisieran. La buena noticia es que hay métodos científicos modernos, sin embargo, moralmente aceptables, que pueden ayudar a un gran porcentaje de parejas que sufren de infertilidad,<sup>9</sup> pero no todos van a tener éxito. Las parejas pueden tener la tentación de tratar de “tener hijos” a cualquier costo, incluso por medios inmorales tales como la fertilización in vitro o la maternidad subrogada. Tales medios son moralmente censurables y pecaminosos

La anticoncepción, la esterilización y el aborto evitan que un matrimonio sea fructífero.

porque tratan al hijo como un “objeto” o “cosa” que se crea, se compra o se vende, lo cuál es opuesto a crear un hijo por un acto de amor. A través de la oración se pide la humildad para aceptar la voluntad de Dios, y para encontrar otras maneras de dar fruto (por ejemplo, mediante la adopción, hogares de tránsito, el cuidado de los miembros de la familia y de la comunidad), Dios bendecirá abundantemente con gran fruto a todas las parejas que siguen Su Voluntad.

### Notas de pie de página

1. Ver *Humanae Vitae* por el Papa Pablo VI, **Amor y Responsabilidad** por Karol Wojtyla y *Hombre y Mujer los creó: El amor humano en el plan divino* por Juan Pablo II para un mayor desarrollo de las ideas presentadas en este folleto.
2. A nivel nacional el aclamado psicólogo clínico Willard F. Harley, Jr., les dice a los esposos que planeen dar el regalo de por lo menos 20 minutos para hablar íntimamente/ compartir tiempo antes del abrazo marital, para dar a sus esposas el tiempo que necesitan para que crezca el deseo. Ver *His Needs, Her Needs: Building an Affair Proof Marriage* por Willard F. Harley, Jr.
3. Para construir intimidad, es importante que las parejas aprendan a hacer un hábito de compartir sentimientos y apreciaciones regularmente y aprendan cómo manejar con seguridad los conflictos. *Intimacy: A 100-Day Guide to Better Relationships*, por matrimonio muy respetado consejero Douglas Weiss, PhD, es un gran lugar para comenzar.
4. Para obtener ayuda para superar las adicciones, se recomienda hacer una confesión sacramental y buscar el asesoramiento de un sacerdote. Para encontrar un terapeuta católico que es fiel a las enseñanzas del Magisterio de la Iglesia, vaya a [www.Catholictherapists.com](http://www.Catholictherapists.com).
5. Es importante que las mujeres aprendan a respetar a los esfuerzos de su marido, compartiendo lo que aprecian de ellos, y aprender a lidiar con el conflicto de la manera apropiada, sin hacer que ellos se sientan

criticados. Para obtener más información acerca de las diferencias importantes entre hombres y mujeres, ver *El amor que ella más desea, el respeto que se necesita desesperadamente* por Emerson Eggerichs.

6. El clásico libro *Los Cinco Lenguajes del Amor: Como expresar devoción sincera a su cónyuge* por Gary Chapman, ha ayudado a innumerables parejas.
7. “Porque la paga del pecado es muerte.” (Romanos 6:23) *New American Bible, Edición Revisada*.
8. Para obtener más información acerca de los diferentes métodos de PNF y saber cuál es el mejor para usted, vaya a <http://onemoresoul.com/marriage-children/natural-family-planning/natural-family-planning-links.html>
9. Puede ir a [www.fertilitycare.org](http://www.fertilitycare.org) para aprender más sobre el Modelo Creighton FertilityCare™ System y la NaProTECNOLOGIA, cuya eficacia es igual o mayor que la fertilización in vitro para ayudar a las parejas que sufren infertilidad a lograr el embarazo.

### En una escala del 1 al 10 como se califica usted:

-  ¿Es su amor libre?
-  ¿Es su amor total?
-  ¿Es su amor fiel?
-  ¿Es su amor fructífero?

Este folleto puede ser copiado sin alteraciones para usos no comerciales.

#### P4KTsp

- 1+ \$ .35 cada uno
- 10+ \$ .28 cada uno
- 100+ \$ .25 cada uno



<http://onemoresoul.com/catalog/las-cuatro-llaves-para-un-matrimonio-feliz-y-saludable-p1209.html>

(800) 307-7685 1846 North Main St.  
www.OneMoreSoul.com Dayton OH 45405

# Las Cuatro llaves Para un Matrimonio Feliz y Saludable



Por: Bonnie Borel-Donohue

