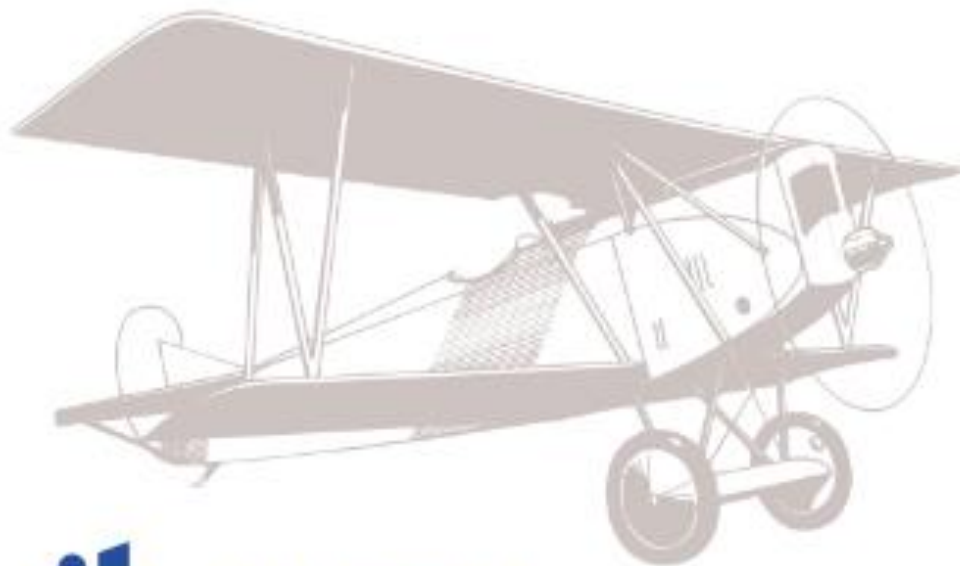


★ ★ ★ UN DÍA PARA RECORDAR ★ ★ ★

PENSAR, DECIDIR Y REZAR JUNTOS

# UN DÍA PARA RECORDAR



**itw** Inspección  
Técnica  
Matrimonial

## PREPARACIÓN PARA APROVECHAR BIEN LA JORNADA

Una parte de esa preparación puede consistir en que los esposos lean el capítulo V de la Exhortación *Amoris laetitia*, del Papa Francisco. También puede ayudar la lectura del siguiente artículo:

### RENOVACIÓN MATRIMONIAL. ¿POR QUÉ RENOVAR?

**Cuando las cosas van bien, hay que revisar, y cuando las cosas van mal, hay que revisar, para que no vaya a suceder como a aquéllos que, en vez de diagnóstico, necesitan autopsia.**

Cuando dicen “renovación matrimonial”, podríamos pensar: “Bueno, ¿para qué sirve?; si mi matrimonio va bien, ¿necesito yo una renovación matrimonial?” Cuando las cosas van bien, hay que revisar, y cuando las cosas van mal, hay que revisar, para que no vaya a suceder como a aquéllos que, en vez de diagnóstico, necesitan autopsia.

En “Un día para recordar” lanzaremos **una especie de mirada hacia atrás**, es decir, nos propondremos descubrir para qué nos hemos casado, para qué estamos casados y para qué vamos a vivir casados. Esto puede parecer demasiado para un día, pues el programa de toda una vida; sin embargo, en un día podemos comenzar.

Una renovación matrimonial tiene que ser para nosotros, sobre todo, un día de especial convivencia, con un tiempo para “hablar y decidir juntos”: esa es, a parte de la oración, la principal actividad de “Un día para recordar”: que cada matrimonio pueda dialogar.

## La falta de diálogo

**Una de las fuentes más tremendas de la ruptura matrimonial, o quizá no de ruptura, pero sí de enfriamiento, es la falta de diálogo.**

La falta de diálogo no se debe tanto a la falta de tiempo, sino a la falta de interés, o a una especie de “¿Y ahora qué voy a decir?” En “Un día para recordar”, cada matrimonio debe “obligarse” a hablar, a dialogar, a decidir.

Al final del día, por la tarde, tendremos la Misa, en la que renovaremos las promesas matrimoniales. No es casarse otra vez, porque eso no sería posible, sino que renovaremos las promesas matrimoniales como una señal, como un signo, de que efectivamente hay en nosotros el esfuerzo, el interés por ir adelante en este camino.

## Nuestra gran empresa

**Si nos preguntáramos cuándo ha sido la última vez que nos hemos sentado a reflexionar, a dialogar y a proyectar sobre nuestro matrimonio, a lo mejor habría que recorrer muchas hojas del calendario; sin embargo, es lo fundamental de nuestra vida, lo más importante... El matrimonio es nuestra gran empresa.**

Puede fracasar todo, pero si fracasa el matrimonio entonces sí fracasa; pueden venirse abajo muchas cosas, pero si fracasa el matrimonio se han venido abajo todas las cosas. Una idea que nos podría ayudar en este sentido es preguntarnos: “¿Por qué cambiaría yo mi matrimonio?, ¿qué elegiría?”

Siendo algo que sostiene nuestra vida, es algo a lo que rara vez le damos importancia. En la empresa o en la oficina en la que trabajamos, tenemos **evaluaciones** constantes de trabajo. Sin embargo, en el matrimonio rara vez se hace una evaluación: hay un problema y rara vez se tiende a

resolverlo verdaderamente, más bien se tolera, se aguanta, se lleva encima y se almacena; uno más... hasta que explota.

Cuando uno se pone a pensar sobre los temas de conversación entre los casados, se puede descubrir lo poco que hablan de ellos mismos; hablan de muchas cosas, de la familia, de los problemas de los hijos, de los problemas económicos, pero hablan muy poco de sí mismos.

## Mirar juntos al futuro

**Proyectar** supone dos cosas: la intención de seguir caminando hacia adelante siempre juntos, y la intención de comprometernos los dos juntos en las acciones que haya que realizar.

**Cuando miramos el futuro, la pregunta es: “¿Lo vemos los dos juntos? ¿Miramos juntos al frente?”**

Estos son los aspectos en los que tenemos que ir profundizando: la reflexión, el diálogo y, sobre todo, la mirada hacia delante, que tiene como base el pasado, lógicamente, pero no un pasado de recriminación, que es como a veces miramos el pasado.

Hay una novela de los cincuenta, que se llama “Mirando hacia atrás con ira”, en la que el protagonista era un terrateniente, un agricultor del sur de los Estados Unidos, que tiene como sesenta años aproximadamente, y todo su pasado lo ve justamente con ira, porque ve su presente y le echa la culpa de su presente a su pasado y en un momento de la obra alguien le dice: “¿No te has dado cuenta de que en tus manos nunca has tenido tu pasado, pero siempre has tenido tu presente?”

No es mi pasado el culpable, **es mi presente el culpable**. Y, a veces, en el matrimonio podría suceder eso: que estamos echando culpas al pasado cuando el culpable es siempre el presente en el cual estamos viviendo, un presente que se tiene que construir.

¿Cuáles son las situaciones del pasado que llenan de conflicto a nuestra actualidad? Es importante descubrirlas, pero nunca hay que mirarlas con

ira, porque lo importante es que hoy, en el presente, seamos capaces de resolverlas.

## ¿Dónde estamos?

¿Cuál es el estado interior de nuestro matrimonio?

- Hay un estado que es el de **cercanía**, en el cual los dos estamos esforzándonos, los dos estamos trabajando, vamos luchando, vamos poniendo de nuestra parte.
- Hay otro estado que es el de **silencio**, en el cual prácticamente no existe comunicación entre la pareja. No es que no se hable, sino que interiormente el matrimonio está silencioso; siguen saliendo juntos, siguen yendo juntos a muchas partes, pero falta diálogo, falta un constante salir de uno hacia el otro y un constante regresar de uno con otro.
- Y hay un tercer estado que se llama el **abismo**, cuando entre los dos realmente existe una fisura que puede ser profunda, que puede ser muy grave. No significa que esté roto el matrimonio, significa simplemente que entre los dos en este momento no solo hay silencio, sino que hay una fractura.

La pregunta es: ¿puede un matrimonio durar así? Hay una imagen muy interesante de la persona humana. Dicen que la persona humana es como el barro del alfarero, que para que no se ponga duro hay que estar constantemente moldeándolo. Si el barro lo dejamos, se endurece y ya no se puede moldear.

**La pareja humana es algo así; para que no se genere este abismo, hay que estar constantemente moldeándola, constantemente haciendo algo por la pareja humana, no simplemente dejarse arrastrar, no simplemente dejarse llevar, no simplemente ir. La cercanía necesita ser siempre conquistada.**

**Fuente:** Proyecto Familia/Catholic.net (Nos hemos permitido algunas modificaciones y adaptaciones).

## LAS TRES FUENTES DE LA RENOVACIÓN DEL AMOR

Los organizadores de “Un día para recordar” estamos convencidos de que hay tres fuentes de las que brota un amor conyugal renovado: el **perdón**, la **ternura** y la **ilusión**.

**1.** “Un día para recordar” debe ser una oportunidad para **pedirse perdón y perdonarse de verdad**. Sin el perdón, sin un corazón limpio de rencores, no se puede recomenzar. Pero reconocer que uno debe pedir perdón no es fácil. Y perdonar al otro tampoco es fácil. A veces nuestro corazón se vuelve de piedra precisamente con aquellas personas a las que más deberíamos amar. Por eso estamos convencidos también de que es necesario recurrir a Dios para pedirle un corazón nuevo, capaz de amar y perdonar, un corazón semejante al suyo.

**2.** “Un día para recordar” debe ser una jornada en la que comencemos a vivir en nuestras relaciones matrimoniales la **“revolución de la ternura”**, que el Papa Francisco tanto ha impulsado. Del mismo modo que Dios nos ama a cada uno con ternura, nosotros tenemos que amar a los demás con ternura. La ternura con el otro hace que el amor no envejezca, que permanezca siempre vivo, que se renueve cada día con pequeños detalles que solo una imaginación enamorada es capaz de descubrir.

**3.** “Un día para recordar” debe ser una ocasión para **renovar la ilusión** por el proyecto común que hace años comenzamos diciendo un sí total. La falta de objetivos lleva a la rutina, y la rutina mata el amor. Es necesario plantearse objetivos, tener un proyecto común que nos ilusione a los dos, una cima que queramos conquistar juntos, formando un equipo en el que cada uno dice: “Yo para ti y tú para mí”.

## PLAN GENERAL DE LA JORNADA

**AVISO IMPORTANTE:** Rogamos puntualidad. A las 11:00h se explicará la Jornada. Conviene llegar a las 10:30h. para organizar la Guardería.

11.00: **Llegada y presentación:** Explicación del plan de la jornada.

11.15-12.00: **Primera sesión: sobre la importancia de renovar el amor en el matrimonio.**

- La primera sesión, titulada “Un sí para recordar”, será impartida por Javier Bringué, profesor de la Facultad de Comunicación.
- Tras la exposición, habrá un tiempo para preguntas y diálogo.

Descanso. Café.

12.15-13.00: **Segunda sesión: sobre los posibles conflictos y las pautas para solucionarlos.**

- La segunda sesión, “Matrimonio en tiempo de crisis”, correrá a cargo de Pilar Arregui, profesora de Derecho. También habrá lugar para conversar sobre los temas que se traten.

Descanso.

13.15-14.00: **Rezar juntos.** Un rato para rezar juntos ante el Santísimo, en la iglesia románica de Zamartze. El sacerdote expondrá algunas reflexiones breves que ayuden a hablar con Dios sobre el matrimonio y la familia.

14.15: **Comida.**

15.15: **Tertulia-café** con un matrimonio mayor.

- Nos contarán sus experiencias, de las que todos podremos aprender.

16.15: Explicación de la siguiente actividad.

16.30-17.30: **Hablar y decidir juntos.**

- Con la ayuda de unas preguntas orientativas, cada matrimonio, por su cuenta, piensa sobre los problemas que tiene y concreta puntos de mejora.

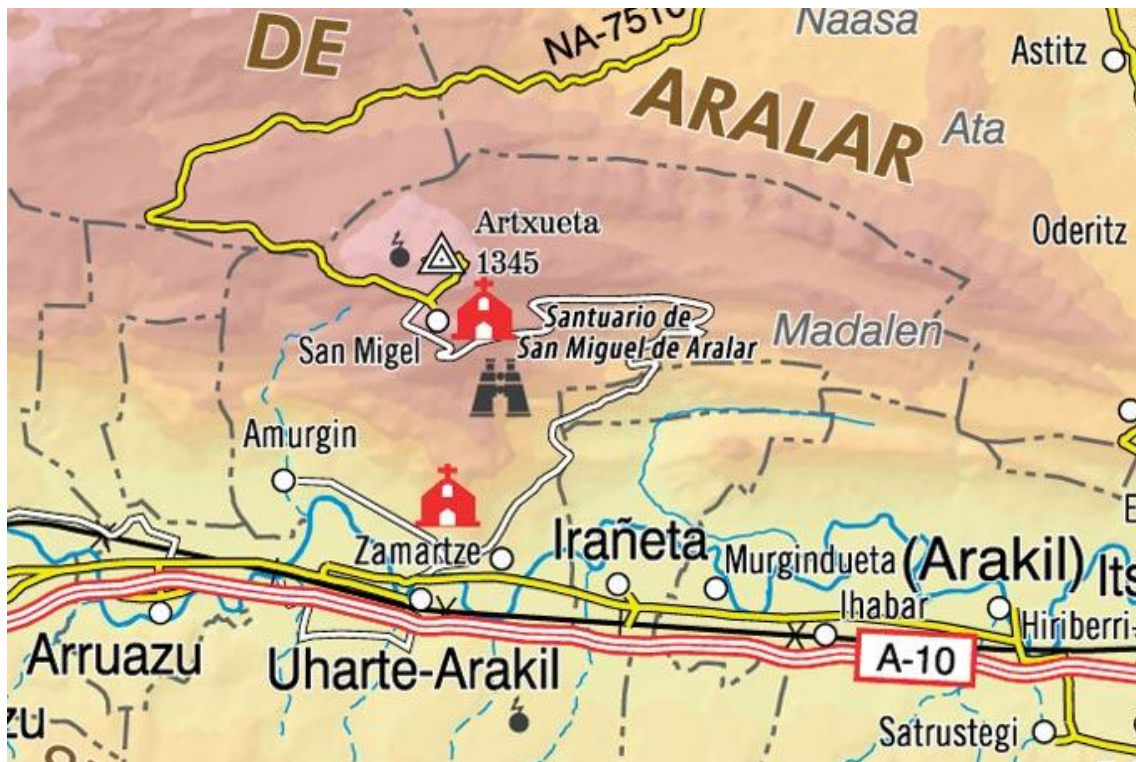
#### 5.45. **Santa Misa.** Renovación de los compromisos matrimoniales.

- Durante la Misa, tendrá lugar la renovación de las promesas matrimoniales y la imposición de la cinta.

Habr , al menos, un sacerdote confesando.

**Hijos:** serán cuidados por un grupo de jóvenes "responsables"; pasarán un rato breve en la iglesia para rezar por sus familias; y se les animará a escribir una carta a sus padres.

Si hay personas (amigos de los matrimonios) que quieren ayudar con su oración durante el día, pueden ir a rezar un rato a la iglesia de Zamartze.



- **Lugar:** Monasterio de Zamartze. Casa de espiritualidad de la Diócesis de Pamplona-Tudela. Uharte Arakil, Carretera a Ira eta. 31840 (Navarra).
- **Días:** Domingo 15 de abril de 2018 (o bien Domingo 22 de abril de 2018).
- **Horario:** 11 de la mañana a 6.30 de la tarde.
- **Precio:** 20 euros por persona (niños: 10 euros. Si son muy pequeños, 5).
- **Coordinador:** Tomás Trigo (e-mail: [ttrigo@unav.es](mailto:ttrigo@unav.es). Tf.: 680 90 65 70).



**NOTAS PRIMERA SESIÓN: “UN SÍ PARA RECORDAR”**

**Ponente:** *Javier Bringué*, Profesor de Empresa Informativa.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**NOTAS SEGUNDA SESIÓN: “MATRIMONIO EN TIEMPO DE CRISIS”**

**Ponente:** *Pilar Arregui*, Profesora de Historia del Derecho.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## REZAR JUNTOS

### Canto de adoración

---

Cantemos al Amor de los Amores  
cantemos al Señor,  
Dios está aquí, ¡venid adoradores,  
adoremos, a Cristo Redentor!

¡Gloria a Cristo Jesús,  
cielos y tierra, bendecid al señor  
honor y gloria a Ti, rey de la gloria  
amor por siempre a Ti  
Dios del Amor!

Unamos nuestra voz a los cantares  
del Coro Celestial,  
Dios está aquí, al Dios de los Altares  
alabemos con gozo angelical.



### Oración para pedir luz al Espíritu Santo (Todos al mismo tiempo)

---

Ven, Espíritu Creador,  
visita las almas de tus fieles  
y llena de la divina gracia los corazones,  
que Tú mismo creaste.  
Tú eres nuestro Consolador,  
don de Dios Altísimo,  
fuente viva, fuego, caridad  
y espiritual unción.  
Tú derramas sobre nosotros los siete dones;  
Tú, el dedo de la mano de Dios;  
Tú, el prometido del Padre;  
Tú, que pones en nuestros labios los tesoros de tu palabra.

Enciende con tu luz nuestros sentidos;  
infunde tu amor en nuestros corazones;  
y, con tu perpetuo auxilio,  
fortalece nuestra débil carne,  
Aleja de nosotros al enemigo,  
danos pronto la paz,  
sé Tú mismo nuestro guía,  
y puestos bajo tu dirección,  
evitaremos todo lo nocivo.  
Por Ti conozcamos al Padre,  
y también al Hijo;  
y que en Ti, Espíritu de entrambos,  
creamos en todo tiempo.,  
Gloria a Dios Padre,  
y al Hijo que resucitó,  
y al Espíritu Consolador,  
por los siglos infinitos. Amén.

V. Envía tu Espíritu y serán creados.

R. Y renovarás la faz de la tierra.

Oremos.

Oh Dios, que has iluminado los corazones de tus hijos con la luz del  
Espíritu Santo; haznos dóciles a tu Espíritu para gustar siempre el bien y  
gozar de su consuelo.

Por Jesucristo Nuestro Señor.

R. Amén



### **Himno a la caridad (1 Co 12,31-13,13)**

Leído por un participante.

---

«Aspirad a los carismas mejores. Sin embargo, todavía os voy a mostrar un camino más excelente.

Aunque hablara las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo caridad, sería como el bronce que resuena o un golpear de platillos.

Y aunque tuviera el don de profecía y conociera todos los misterios y toda la ciencia, y aunque tuviera tanta fe como para trasladar montañas, si no tengo caridad, no sería nada.

Y aunque repartiera todos mis bienes, y entregara mi cuerpo para dejarme quemar, si no tengo caridad, de nada me aprovecharía.

La caridad es paciente, la caridad es amable; no es envidiosa, no obra con soberbia, no se jacta, no es ambiciosa, no busca lo suyo, no se irrita, no toma en cuenta el mal, no se alegra por la injusticia, se complace en la verdad; todo lo aguanta, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.

La caridad nunca acaba. Las profecías desaparecerán, las lenguas cesarán, la ciencia quedará anulada. Porque ahora nuestro conocimiento es imperfecto, e imperfecta nuestra profecía. Pero cuando venga lo perfecto, desaparecerá lo imperfecto. Cuando yo era niño, hablaba como niño, sentía como niño, razonaba como niño. Cuando he llegado a ser hombre, me he desprendido de las cosas de niño. Porque ahora vemos como en un espejo, borrosamente; entonces veremos cara a cara. Ahora conozco de modo imperfecto, entonces conoceré como soy conocido. Ahora permanecen la fe, la esperanza, la caridad: las tres virtudes. Pero de ellas la más grande es la caridad».



## **Intervenciones breves del sacerdote y silencios para meditar**

---



### **Salmo 50**

(Salmo de petición y de perdón):

**Lo rezaremos antes de la bendición con el Santísimo Sacramento**

---

Misericordia, Dios mío, por tu bondad,  
por tu inmensa compasión borra mi culpa;  
lava del todo mi delito,  
limpia mi pecado.

Pues yo reconozco mi culpa,  
tengo siempre presente mi pecado:  
contra ti, contra ti solo pequé,  
cometí la maldad que aborreces.

En la sentencia tendrás razón,  
en el juicio resultarás inocente.  
Mira, en la culpa nací,  
pecador me concibió mi madre.

Te gusta un corazón sincero,

y en mi interior me inculcas sabiduría.  
Rocíame con el hisopo: quedaré limpio;  
lávame: quedaré más blanco que la nieve.

Hazme oír el gozo y la alegría,  
que se alegren los huesos quebrantados.  
Aparta de mi pecado tu vista,  
borra en mí toda culpa.

Oh Dios, crea en mí un corazón puro,  
renuévame por dentro con espíritu firme;  
no me arrojes lejos de tu rostro,  
no me quites tu santo espíritu.

Devuélveme la alegría de tu salvación,  
afiánzame con espíritu generoso:  
enseñaré a los malvados tus caminos,  
los pecadores volverán a ti.

Líbrame de la sangre, oh Dios,  
Dios, Salvador mío,  
y cantará mi lengua tu justicia.  
Señor, me abrirás los labios,  
y mi boca proclamará tu alabanza.

Los sacrificios no te satisfacen:  
si te ofreciera un holocausto, no lo querrías.  
Mi sacrificio es un espíritu quebrantado;  
un corazón quebrantado y humillado,  
tú no lo desprecias.

Señor, por tu bondad, favorece a Sion,  
reconstruye las murallas de Jerusalén:  
entonces aceptarás los sacrificios rituales,  
ofrendas y holocaustos,  
sobre tu altar se inmolarán novillos.



---

## **Bendición con el Santísimo**



## Canto final

---

Cerca de Ti, Señor, yo quiero estar;  
tu grande eterno amor quiero gozar.  
Llena mi pobre ser, limpia mi corazón;  
hazme tu rostro ver en la aflicción.

Mi pobre corazón inquieto está,  
por esta vida voy buscando paz.  
Mas sólo Tú, Señor, la paz me puedes dar,  
cerca de Ti, Señor, yo quiero estar.

Pasos inciertos doy, el sol se va;  
mas, si contigo estoy, no temo ya.  
Himnos de gratitud alegre cantaré,  
y fiel a Ti, Señor, siempre seré.

Día feliz veré creyendo en Ti,  
en que yo habitaré cerca de Ti.  
Mi voz alabará tu santo Nombre allí,  
y mi alma gozará cerca de ti.



## HABLAR Y DECIDIR JUNTOS

**Este es uno de los momentos más importantes de la Jornada. Se trata de que cada matrimonio, por su cuenta y a solas, hable, piense y decida unos propósitos, pocos, concretos, para renovar su amor. (Las siguientes preguntas pueden servir de ayuda...)**

### 1. COMUNICACIÓN

---

¿Sabemos escucharnos? ¿Nos sentimos acogidos, comprendidos, cuando nos contamos algo?

¿Tenemos confianza para hablar de todo?

¿Nos dedicamos un tiempo a diario para estar a solas y hablar con intimidad?

¿Somos el uno para el otro nuestro mejor y mayor confidente?

¿Estamos convencidos de que somos la prioridad número uno para el otro?

¿Somos capaces de ceder, de dejarnos convencer por el otro?

Cuando tomamos una decisión ¿pensamos siempre en qué le parecerá al otro?

¿Luchamos juntos contra la rutina, el hastío y el aburrimiento?

¿Pensamos bien cuando enjuiciamos las acciones del otro?

¿Nos respetamos siempre y en todo momento en el lenguaje, en gestos y formas?

¿Hablamos demasiado rápido y de modo inoportuno de las dificultades, en lugar de hacerlo con calma y en el momento oportuno?

¿“Aparcamos” nuestras dificultades en lugar de afrontarlas con valentía y confianza?

¿Sabemos pedir perdón? ¿Pide perdón el que tiene razón?



## 2. INTIMIDAD

---

¿Somos delicados y respetuosos en nuestras relaciones? ¿Nos entregamos, a pesar del cansancio, al menos igual que a nuestros hijos?

Cuando estamos en la intimidad, ¿nos ayudamos a superar las dificultades y los diferentes ritmos? ¿Sabemos adaptar nuestro lenguaje del cuerpo a las distintas etapas de nuestra vida, edad, cansancios, enfermedad...?

¿Entendemos que nuestro amor está abierto al otro, a nuevas vidas? ¿Somos conscientes de que nuestra verdadera paternidad es acoger responsablemente el don de Dios que cada hijo supone?

¿Compartimos ilusiones, luchas, agenda, vacaciones, descanso, o llevamos vidas paralelas?

¿Procuramos compartir los tres altares de los que hablaba San Juan Pablo II: el altar de la Eucaristía (la Misa), el lecho (altar conyugal) y la mesa (altar familiar)? ¿Procuramos desayunar, comer y cenar juntos o al menos una de las tres comidas?

¿Cuidamos la dignidad del otro? ¿Hablamos bien uno del otro ante los demás o contamos los defectos del otro con la excusa de desahogarnos? ¿Interiormente nos “rayamos” pensando solo en los defectos del otro?

Los niños nacieron porque nos queremos. Lo mejor que les podemos ofrecer es nuestro amor, nuestra unidad. ¿Vivimos esta realidad en la vida diaria, o los hijos nos “dividen”? ¿Tratamos de no discutir nunca delante de los hijos? ¿Ven que nos queremos?

¿Rezamos juntos? ¿Hemos invitado a la Virgen a nuestra boda, y a nuestra casa, para que ella interceda cuando “no tengamos vino”?

¿Nos dedicamos un tiempo fijo semanal para estar solos? ¿Nos escapamos, al menos, un fin de semana al año?

## PROPÓSITOS

**ESTOS SON LOS PROPÓSITOS QUE HACEMOS, CON EL DESEO DE  
RENOVAR DÍA A DÍA NUESTRO AMOR:**

1. **Recordar** los siguientes propósitos una vez al mes, para ver cómo vamos.

2. **No desanimarnos** si vemos que no hemos avanzado en algún propósito.

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SANTA MISA

### RENOVACIÓN DE LAS PROMESAS

---

**Sacerdote:** Un día, llenos de ilusión, unisteis vuestras vidas con un vínculo indisoluble. Ahora, queréis renovar ante el Señor las promesas que mutuamente os hicisteis. Para que la gracia divina confirme estas promesas, dirigid vuestras oraciones al Señor.

(Uno a uno, cada matrimonio renueva sus promesas).

**Esposo:**

*Bendito seas, Señor, porque ha sido un regalo tuyo recibir a N., por mujer.*

**Esposa:**

*Bendito seas, Señor, porque ha sido un regalo tuyo recibir a N por marido.*

**Después, todos los matrimonios al mismo tiempo dicen:**

*Bendito seas, Señor,  
porque nos has asistido amorosamente  
en las alegrías y en las penas de nuestra vida.  
Te pedimos que nos ayudes a guardar fielmente nuestro amor mutuo  
para que seamos fieles testigos  
de la alianza que has establecido con los hombres.*

**Sacerdote:**

*El Señor os guarde todos los días de vuestra vida.  
Que Él sea para vosotros consuelo en la adversidad,  
Compañero en la prosperidad  
Y derrame copiosamente sus bendiciones sobre vuestra casa.  
Por Jesucristo nuestro Señor.*

## IMPOSICIÓN DE LA CINTA

---

Las cintas han estado sobre el altar durante la exposición del Santísimo. Ahora, alguien elegido por cada matrimonio le impone la cinta, como símbolo de la unión del marido y la mujer.

Pueden permanecer con la cinta hasta el momento del Ofertorio: entonces cada matrimonio la lleva al sacerdote, que la deposita sobre el altar, como símbolo del ofrecimiento a Dios de la vida conyugal.

Al final de la Misa, cada matrimonio se lleva su cinta, que puede colocar en algún lugar visible de la casa.

## ORACIÓN DE LOS FIELES

---

Pedimos ahora de modo especial por los matrimonios que han vivido esta experiencia de renovación, de perdón, de convivencia y amistad, y por sus hijos y familiares.

1. Por los esposos aquí presentes, para que el Espíritu les siga llenando con su amor y para que su matrimonio sea un signo del amor de Dios en medio de nosotros. *Roguemos al Señor.*
2. Para que el Señor siga bendiciendo a estos matrimonios durante muchos años llenos de felicidad. *Roguemos al Señor.*
3. Por sus hijos, para que quieran cada vez más a sus padres y sigan su ejemplo de fidelidad y amor. *Roguemos al Señor.*
4. Por los matrimonios y familias que no tienen el pan necesario, por los que sufren a causa de la enfermedad o viven lejos de sus hogares, para que el Señor sea su auxilio y nosotros les prestemos generosa ayuda. *Roguemos al Señor.*
5. Por los miembros de nuestras familias que han muerto en la esperanza de la resurrección, para que Cristo los acoja en su reino y los revista de gloria y de inmortalidad. *Roguemos al Señor.*
6. Por nosotros, que nos hemos reunido para celebrar esta gran fiesta de amor y fidelidad, para que amemos a Dios y a los hermanos con obras y no de palabra. *Roguemos al Señor.*

Te pedimos, Dios, Padre de bondad, que nos proteja siempre tu amor lleno de ternura y misericordia, que no nos dejes caer en la rutina, que llenes nuestros corazones con tu gracia y que tu Madre nos acompañe

siempre en el camino de nuestra vida. Te lo pedimos por Jesucristo, Nuestro Señor. Amén.

---

## OFRENDAS

---

Presentación de las ofrendas: cada matrimonio lleva su cinta y la entrega al sacerdote, que la deposita sobre el altar.

---

## ORACION A NUESTRA SEÑORA DESATANUDOS

---

(La rezamos todos juntos, una vez terminada la Santa Misa)

Santa María, desatadora de nudos,  
Santa María, llena de la presencia de Dios,  
durante los días de tu vida aceptaste con  
toda humildad la voluntad del Padre,  
y el Maligno nunca fue capaz de enredarte con  
sus confusiones.

Ya junto a tu Hijo  
intercediste por nuestras dificultades y,  
con toda sencillez y paciencia,  
nos diste ejemplo de cómo desenredar  
la madeja de nuestras vidas.

Y al quedarte para siempre como  
Madre Nuestra, pones en orden y haces más  
claros los lazos que nos unen al Señor.

Santa María, Madre de Dios y Madre Nuestra,  
Tú que con corazón materno desatas los  
nudos que entorpecen nuestra vida,  
te pedimos que nos recibas en tus manos,  
y que nos libres de las ataduras y confusiones  
con que nos hostiga nuestro enemigo.

Por tu gracia, por tu intercesión, con tu ejemplo,  
líbranos de todo mal, Señora Nuestra,  
y desata los nudos que impiden que nos unamos a Dios,  
para que, libres de toda confusión y error,  
lo hallemos en todas las cosas,  
tengamos en Él puestos nuestros  
corazones y podamos servirle  
siempre en nuestros hermanos. Amén.

## ¿Y DESPUÉS...?

### REVISIÓN MENSUAL DE LOS PROPÓSITOS

---

Os aconsejamos que, una vez al mes, en un día previsto, recordéis los propósitos que formulasteis en “Un día para recordar”: ese fue el primer propósito.

El segundo propósito fue “no desanimarse”. Por tanto, si os parece que no habéis avanzado o que, más bien, habéis retrocedido, tened en cuenta que está prohibido desanimarse. ¡A luchar de nuevo con ilusión!

### REZAR JUNTOS

---

La familia que reza unida permanece unida (Patrick Peyton CSC, 1909-1992). La oración une más a los miembros de la familia porque une a Dios.

Si nunca habéis rezado juntos, es el momento de comenzar. Y recordad que hay muchas maneras de rezar: leer un pasaje de la Sagrada Escritura y hablar con Dios unos minutos, bendecir la mesa, rezar el Rosario, rezar una oración a la Virgen al comenzar o terminar el día...

**Un consejo:** rezar todos los días una oración a la *Virgen Desatanudos*.

### LECTURAS RECOMENDADAS SOBRE MATRIMONIO Y FAMILIA

---

La lectura de buenos libros sobre el matrimonio puede ayudar mucho a renovar el amor. Aconsejamos algunos de entre cientos:

**BURGGRAF, Jutta: *Mujer y hombre frente a los nuevos desafíos de la vida en común*, EUNSA, Pamplona 1999, 120 pp.**

Esta obra surge a partir de diversas conferencias de la profesora alemana sobre algunos temas relacionados con el feminismo, el papel de la mujer en la sociedad y en la familia, la igualdad y diversidad del hombre y la mujer. Otros temas son el amor matrimonial y la familia, la esencia del

amor auténtico, el amor como donación, la familia como comunión de personas y comunidad de vida y amor. La autora analiza con realismo la situación actual de confusión sobre el tema, pero no pierde el optimismo y el buen humor.

**CHAPMAN, Gary: *Los cinco lenguajes del amor*, Editorial Unilit, Miami 1996, 188 pp.**

En este libro se pueden encontrar algunas claves para mejorar la relación entre los esposos, que ha de encontrar su expresión en ámbitos más allá de lo puramente material. El libro se mueve en la esfera de lo sentimental y no pretende hacer grandes consideraciones filosóficas sobre el tema; no obstante, da algunos consejos que pueden resultar útiles.

**CONTRERAS LUZÓN, José María: *Entre tú y yo. Una relación inteligente*, LibrosLibres, Madrid 2003, 189 pp.**

Ensayo de autoayuda para una relación amigable entre esposos, que evite con inteligencia, o que sepa superar, las posibles crisis en el matrimonio.

**CONTRERAS LUZÓN, José María: *Pequeños secretos de la vida en común*, Planeta, Barcelona 2000, 200 pp.**

Es un libro que puede contribuir a transformar positivamente la convivencia en la familia, escrito desde los principios propios de una concepción humana y cristiana del amor conyugal y del matrimonio.

Adopta un tono sencillo y directo ante los problemas derivados de la crisis del matrimonio, propiciada por una cultura sentimental y hedonista. Es una ayuda para lectores con buena voluntad, pero sin una especial formación doctrinal, para descubrir el sentido del amor y orientarse en la búsqueda de la verdadera felicidad, por medio de la entrega generosa al servicio de los demás.

**FRANCO, Gloria Elena: *La comunicación en la familia*, Palabra, Madrid 1994, 4ª ed., 272 pp.**

Un libro práctico sobre la comunicación en general, en el matrimonio y la familia.

Dirigido a matrimonios con inquietud por mejorar el nivel de su comunicación conyugal, principalmente para quienes tienen hijos de 4 a 12 años. Mediante casos reales y prácticos, aporta ideas y posibles

soluciones a muchas situaciones diarias que se presentan en la convivencia en familias con hijos de esas edades.

**GRAY, John: *Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus*, Grijalbo, Barcelona 2004, 352 pp.**

Es una guía práctica con soluciones originales que ayuda a la comprensión de los modos diversos de comunicación entre hombres y mujeres y sus encontradas necesidades emocionales.

**HAHN, Kimberly: *El amor que da vida*, Rialp, Madrid 2009, 300 pp.**

De un modo sencillo y positivo, la autora muestra un camino de amor que ayuda a crear familias unidas y felices: el maravilloso plan de Dios para el matrimonio, revelado en la Sagrada Escritura y desarrollado en el magisterio de la Iglesia Católica.

Ofrece una descripción del verdadero significado del amor conyugal, y aborda también cuestiones como la regulación natural de la fertilidad, la infertilidad, el aborto, la anticoncepción o la esterilización.

Además de contar su experiencia, aporta los testimonios positivos de numerosas familias, empeñadas en buscar con sencillez y de modo coherente el camino de la santidad en el Evangelio y en la lucha ascética, por medio de la práctica de las virtudes humanas y teologales.

**POLAINO LORENTE, Aquilino: *Cómo mejorar la comunicación conyugal*, Rialp, Madrid 2007, 3ª ed., 112 pp.**

El autor pasa revista a algunos errores y lugares comunes en los que se bloquea la comunicación conyugal. Trata de ayudar a que los esposos se comuniquen entre sí, mostrando los errores que más frecuentemente se suscitan en ella, para que puedan afrontarlos y resolverlos con cierta eficacia.

**ROJAS, Enrique: *Remedios para el desamor. Cómo afrontar las crisis de la pareja*, Temas de Hoy, Madrid 2007, 238 pp.**

Manual de orientación psicológica, dedicado al tema del amor humano dentro del matrimonio y orientado a prevenir o remediar las crisis conyugales. El lenguaje es atractivo, asequible a un público amplio. La obra, fruto de una larga experiencia profesional, está estructurada de acuerdo con un esquema claro y de evidente finalidad práctica.

\*Comentarios sobre los libros de: José Manuel Martín y Javier Ibáñez.