

MATRIMONIO

una sola carne, entregada y recibida

Planificación Familiar Natural

...¡apoya los dones de Dios de amor y vida en el matrimonio!



La celebración del matrimonio es una de las ocasiones más felices de la vida. Un hombre y una mujer unen sus vidas de manera que “ya no son dos, sino una sola carne” (cf. *Mateo* 19,11). Religiosa o no, católica o no, la mayoría de la gente entiende el matrimonio

como un compromiso de por vida en el que el esposo y la esposa son fieles el uno al otro. La mayoría de las personas también dan por sentado que el matrimonio se basa en el amor, no cualquier amor, sino el tipo de amor en el que una persona se sacrifica por la persona que ama. Como católicos, es importante recordar que Jesús santificó al matrimonio y lo elevó para representar su amor por la Iglesia: el matrimonio “en el Señor” refleja el amor mismo de nuestro Señor. Reflexionemos sobre este misterio de un amor que se sacrifica por la persona que ama.

Amor Conyugal

¿De dónde vino esta idea? Algunos podrían argumentar que es un acuerdo humano natural. Esto es parcialmente cierto porque todos sabemos que la vivencia de amar a otra persona es parte del tejido de la vida humana. Sin embargo, nuestra fe cristiana nos dice más. ¡Sabemos por medio de los ojos de la fe que Dios, que es amor, nos ha creado para el amor y para amar!

Mientras que el amor se vive a lo largo de la vida en las relaciones familiares y con los amigos, el amor conyugal es único. Creados a imagen de Dios, el esposo y la esposa se convierten en “una sola carne” (ver *Génesis* 2,24) y están llamados a vivir un amor fiel, desinteresado, generoso y eterno. Dios estableció el matrimonio como una bendición

original, no sólo para los cónyuges sino también para el mundo. Por medio de él, Dios edifica las familias y la sociedad.

A pesar del primer pecado y su daño al plan original de Dios para el hombre y la mujer, especialmente lo que Él quería para el matrimonio, el matrimonio todavía refleja el amor de Dios en el mundo. Esto es cierto independientemente de la fe religiosa individual de cada cónyuge. Sin embargo, en el matrimonio cristiano, el matrimonio de un hombre cristiano bautizado con una mujer cristiana bautizada, Dios ensalza el matrimonio cristiano más allá de la dignidad y del valor del matrimonio natural y les da a los cónyuges el privilegio de reflejar el amor de Cristo por su novia, la Iglesia (ver *Efesios* 5,31–32). Dan testimonio de algo que muchos no creen posible: un amor libre, total, fiel, permanente, fecundo. Este es el amor que anhela nuestro corazón. Este es el amor al que están llamados el esposo y la esposa en el matrimonio. Es un amor hecho real en Cristo, precisamente porque Él está presente con el esposo y la esposa en la realidad sacramental del matrimonio y porque el matrimonio refleja Su amor conyugal por Su Iglesia.

El matrimonio es un Evangelio

En el plan original de Dios para el hombre y la mujer, el amor mutuo entre ellos “se convierte en imagen del amor absoluto e indefectible con que Dios ama al hombre” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1604)—¡Es una buena noticia! A pesar de la caída en desgracia de la humanidad y el consiguiente quebranto, el Señor Dios continuó invitando a sus hijos a aceptar su plan del matrimonio que revela el amor entre el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. El papa Benedicto XVI enseñó esta verdad cuando escribió:

El matrimonio constituye en sí mismo un Evangelio, una ‘Buena Noticia’ para el mundo actual, en particular para el mundo secularizado. La unión del hombre y la mujer, su ser ‘una sola carne’ en la caridad, en el amor fecundo e indisoluble, es un signo que habla de Dios... con fuerza, con elocuencia... El matrimonio, como unión de amor fiel e indisoluble, se funda en la gracia que viene de Dios Uno y Trino, que en Cristo nos ha amado con un amor fiel hasta la cruz.

(Homilía del papa Benedicto XVI, 7 de octubre de 2012, Plaza de san Pedro)

El amor de Cristo se expresa en su Pasión, en la entrega total de sí mismo en la Cruz. La Eucaristía es el memorial de lo que Cristo hizo por nosotros, “la actualización y la ofrenda sacramental de su único sacrificio, en la liturgia de la Iglesia que es su Cuerpo” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1362). En este gran sacramento de amor, el Señor confió “a su Esposa amada, la Iglesia... sacramento de piedad, signo de unidad, vínculo de amor” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1323). Cristo se ofrece libremente en un don de sí mismo de amor total, permanente, fiel y fecundo por la Iglesia y por cada individuo en la Eucaristía.

Comunión eucarística y Comunión conyugal

Al recibir al Señor en la Sagrada Comunión, entramos en una unión íntima con Cristo. Como dijo Jesús: “El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él” (*Juan 6,56*). El papa Benedicto también nos recordó que

Todo lo que hay de auténticamente humano — pensamientos y afectos, palabras y obras— encuentra en el sacramento de la Eucaristía la forma adecuada para ser vivido en plenitud... para impregnar todos los aspectos de la realidad del individuo.

(*Sacramentum Caritatis*, 71)

En otras palabras, estamos llamados a responder al don del Señor de sí mismo con un corazón abierto. Y al recibir sus dones, responder igualmente con nuestros propios dones: esforzándonos por recibirlo con amor, agradecimiento y entrega; confiar en la fuerza que nos da para perseverar y profundizar nuestra relación con Él; y dar a nuestro prójimo el amor que Él nos da. Esta es la vida cristiana.

En la profunda intimidad del acto conyugal, la unión de una sola carne de los cónyuges, se pueden encontrar humildes paralelismos con el misterio anterior. La unión sexual de los esposos “tiene el propósito de expresar el significado pleno del amor, su poder de unir a la pareja y de abrir una nueva vida” (*El amor matrimonial y el don de la vida*, p. 2). El esposo y la esposa están llamados a ser administradores “del plan establecido por el Creador” (*Humanae Vitae*, 13), aceptando la “inseparable conexión que Dios ha querido” entre el significado unitivo y el significado procreador del acto conyugal (*Humanae Vitae*, 12). Al hacerlo, los cónyuges permiten que Cristo Eucarístico impregne este aspecto más íntimo de sus vidas por medio de la comprensión, el aprecio y la cooperación con el Creador en su fecundidad compartida.

Paternidad responsable y Planificación Familiar Natural

Dios invita a las parejas casadas a ser responsables de su fertilidad mediante “la paternidad responsable”. Si una pareja discierne que, por razones valederas, debe evitar un embarazo, en lugar de recurrir a la anticoncepción o la esterilización, puede recurrir a la planificación familiar natural.

Los métodos de planificación familiar natural (PFN) se basan en el hecho biológico de que mientras los hombres son fértiles todo el tiempo, las mujeres son fértiles solo durante una parte de su ciclo. Los métodos de PFN enseñan a las parejas a identificar con precisión la fertilidad de una mujer aprendiendo a observar, comprender e interpretar los indicios de fertilidad. Con este conocimiento, la pareja elige libremente si participar o no en la unión sexual en función de su intención de planificación familiar. Si quieren evitar

el embarazo se abstienen; si desean lograr un embarazo, se unen. Estos métodos se pueden utilizar de forma eficaz para controlar la fertilidad independientemente del patrón del ciclo menstrual o la etapa de la vida de la mujer (como el posparto, la premenopausia o los ciclos irregulares). No hay necesidad de usar anticonceptivos o esterilización para planificar una familia.

Bendecidos, Fortalecidos, Consagrados

Aunque la abstinencia sexual periódica puede ser un desafío a veces, este desafío es en sí mismo una bendición. San Pablo VI escribió, “lejos de perjudicar el amor conyugal”, esta disciplina, “le confiere un valor humano más sublime” (*Humanae Vitae*, 21) y la vivencia de muchas parejas da testimonio de la verdad de esta afirmación. En este sacrificio encuentran, no solo que se realza su amor, respeto mutuo, aprecio y confianza, sino que también se fortalece su relación con el Señor.

Y los cónyuges no quedan solos con este desafío. Por medio del sacramento del Santo Matrimonio, se les da la gracia de vivir todo lo que Dios les pide y “son fortalecidos y quedan como consagrados por un sacramento peculiar para los deberes y la dignidad de su estado” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1638; cf. *Código de Derecho Canónico*, can. 1134). El Señor está con ellos: “invoquen con oración perseverante la ayuda divina; acudan sobre todo a la fuente de gracia y de caridad en la Eucaristía” (*Humanae Vitae*, 25).

Para aprender más sobre este tema:

Catholic teaching on love and human sexuality (Enseñanza católica sobre el amor y la sexualidad humana) uscgb.org/topics/natural-family-planning/love-and-sexuality

Catholic teaching on married love and the gift of life (Enseñanza católica sobre el amor conyugal y el don de la vida) uscgb.org/issues-and-action/marriage-and-family/natural-family-planning/catholic-teaching/upload/Married-Love-and-the-Gift-of-Life-Spanish-New-USCCB-Website.pdf

Natural Family Planning (Planificación Familiar Natural) uscgb.org/topics/natural-family-planning/what-natural-family-planning

Where to learn an NFP method (Dónde aprender un método de PNF) uscgb.org/topics/natural-family-planning/find-nfp-class

Sitios web en Inglés, centrados en el tema del matrimonio, que puedan ser útiles.
foryourmarriage.org; marriageuniqueforareason.org

¿No puede encontrar lo que necesita? Póngase en contacto con nfp@uscgb.org.

©2023, Janet McLaughlin. La Sra. McLaughlin tiene una Maestría en Estudios Pastorales con una especialización en Matrimonio y Familia. Es esposa, madre y abuela, así como ex formadora de profesores de SymptoPro, un método de planificación familiar natural. Vive en la diócesis de Baker, en Oregón. Este artículo se utiliza aquí con su permiso. Se puede reproducir este artículo con fines educativos. Incluir el texto “Usado con autorización, ©2023, Janet McLaughlin. Se reservan todos los derechos.

