



- 15.00 Comida de pintxos
- 15.30 Vídeo-café
- 15.45 Plática
- 16.00 Tiempo de lectura y Examen
- 16.15 Exposición del Santísimo sobre el altar y oración guiada por el sacerdote.
- 16.35 Oración personal con el Santísimo expuesto en la custodia
- 16.45 Bendición.
- 16.50 Fin "Máster D": autobuses, recoger hijos, comentar, saludar...

**Sobre qué hacer en Máster D...** .....

Máster D quiere ser un espacio para ayudarte a parar, pensar y rezar en medio del ajetreo de la vida corriente  
 Es muy importante que en Máster D cada participante haga lo que quiera; la libertad es el presupuesto fundamental de la verdadera oración.  
 Aquí en esta hoja de ruta solo te damos unas ideas por si no sabes por dónde tirar.  
 Son textos preguntas para que tu pienses y reces mirando tus circunstancias, pensando en el momento vital en el que te encuentras.  
 No tengas prisa, se trata de sosegarse, de serenarse y ponerse a disposición de aquello que en este momento es lo único importante, Dios y tú.

**...poesía eres tú**



*Esposa (Miguel D'ors)*  
 Con tu mirada tibia  
 Alguien que no eres tú me está mirando: siento confundido en el tuyo otro amor indecible.  
 Alguien me quiere en tus te quiero, Alguien acaricia mi vida con tus manos y pone en cada beso tuyo su latido.  
 Alguien que está fuera del tiempo, siempre detrás del invisible umbral del aire.

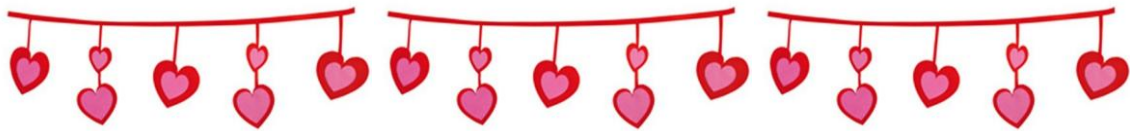
*Propósito de enmienda (Raquel Lanseros)*  
 A veces me visita -ciego ahínco- el monstruo de los celos, la pereza, la gula o el azote de la culpa.  
 De toda humana falta, yo me acuso.  
 Si alguna vez te hiere por ejemplo mi torpeza, mi miedo o mi desidia, perdóname, amor mío.  
 Que más preciada empresa no concibo que deshojar mi vida mereciéndote.

**...para pensar** .....

**El amor conyugal fundamento del amor paternal (Ricardo Facci. [www.nuestroproyecto.net](http://www.nuestroproyecto.net))**

En muchas oportunidades en que me ha tocado dar conferencias sobre familia, suelo iniciar con una pregunta: ¿qué es más importante, querer al esposo-esposa o a los hijos? La respuesta generalizada es, "los hijos". Lo mismo suele ocurrir frente a un caso de separación: "porque mi esposo(a)... ¡ah! no, pero mis hijos... voy a





dar todo por ellos..." existe una tendencia a marcar como más importante el amor por los hijos que por el cónyuge.

Aclaremos algo. La pregunta está mal hecha. Porque no pueden existir comparaciones entre cosas diferentes. No puedo preguntar si quieres comer pollo o helado. Porque puedo comer pollo y después el helado de postre. Salvando la diferencia del ejemplo, aquí ocurre lo mismo. El amor entre los esposos y el amor de padres a hijos **son ambos importantes y necesarios**. Pero si tenemos que subrayar una primacía, evidentemente que tendremos que re-marcar el amor conyugal por sobre el amor paternal.

**Todo lo que une al matrimonio redundando en bien de los hijos**, y todo lo que desune, destruye o debilita la unidad de los padres y atenta contra los hijos. Por esto es necesario darle tiempo a la pareja matrimonial, buscar el momento para estar los dos solos, para dialogar, acrecentar el amor, planificar la tarea educativa de los hijos. Los esposos que están todo el tiempo con los hijos, no son buenos padres. Es necesario que los padres se den su propio tiempo por el bien de los hijos. Ese momento para los dos, no es igual para todo matrimonio, ni es el mismo para siempre. Cada matrimonio debe buscarlo, fundamentalmente en relación a la edad y problemática de los hijos. Cuando aún son pequeños, es muy bueno sembrar en ellos el hábito de ir al descanso nocturno a una hora determinada y temprano, cuando todavía papá y mamá tienen reservas de energías para compartir.

**Los hijos necesitan que los padres se den un tiempo**. Es muy dañino centrar toda la atención en los hijos olvidándose que son esposos. Hay mujeres que al dar a luz modifican de tal suerte su relación de pareja, que parecen enfrascarse en el hijo olvidando que son esposas. [...]

Las parejas matrimoniales que descuidan el trabajo por la unidad matrimonial, que no se esfuerzan por ser excelentes padres y consideran a los hijos una "necesidad compensadora", sin jamás asumir que un día partirán usando la libertad, estarán labrando un triste otoño para sus vidas... tal vez, el casamiento del último hijo, sea trágico. Los espera la soledad. Cuando podrían llegar a decirse, ¡qué hermoso al fin de nuevos solos! (los hijos nunca fueron molestia), se encuentran con que no les ha quedado nada en común, son dos extraños en plena soledad. Él en el café, en el club, en la plaza con los otros jubilados... ella con la vecina, la novela, metiéndose en la vida de los hijos o de la nuera, tratando de paliar el vacío de soledad. Cuando el amor conyugal es fundamento del amor paternal queda todo garantizado. Un buen amor paternal, y también, **un amor matrimonial que seguirá brillando cuando los hijos remonten vuelo**.

## **Cultiva el milagro del diálogo**, Michael Ryan Grace, ([www.nuestroproyecto.net](http://www.nuestroproyecto.net))

El diálogo es para el amor lo que la sangre es para el cuerpo. Cuando el flujo de sangre se acaba, el cuerpo muere. Cuando el diálogo desaparece, muere el amor y nace el resentimiento y el odio. Pero restablecer el diálogo puede devolver la vida a una relación muerta. De hecho este es el milagro del diálogo. Veamos cómo expresan unos matrimonios esta necesidad.

*"Algo doloroso para mí es cuando no sé qué decisión tomar en relación con alguna cosa importante y no encuentro respuesta y apoyo en el otro cuando pido consejo."*

- *"Generalmente nuestros problemas surgen cuando yo te pido más atención y ella está con mil problemas en la mente -niños, casa, colegio, trabajo, familia...Yo, al pedir más, derramo el recipiente que ya viene muy lleno después de tantas demandas que ha recibido durante el día."*

El primer paso del diálogo entre dos personas es el hablarse (y, a veces, el escribirse). Es importante decir las cosas, especialmente las cosas bonitas: "yo te quiero mucho", "te quiero cada día más". Es importante también decir las cosas que no nos gustan: "esa d no me gustó porque fue precipitada". En las cosas negativas, debemos tratar de ser correctos y oportunos.





Hay muchas cosas de las que una pareja puede hablar. Desde luego, está la conversación ordinaria de todos los días: las frases hechas ("buenos días", "cómo te va", "hace calor"), las noticias ("Fulana tuvo un bebé", "hubo mucho tráfico hoy en la avenida"), las opiniones sobre temas políticos, religiosos ("Yo creo que no se hace suficiente para resolver el problema de la contaminación", "El Tratado de Libre Comercio nos va a beneficiar mucho"). Pero es necesario también comunicar cosas más profundas: tus emociones ("me siento sólo", "tengo problemas", "he fracasado y me duele mucho", "me sentí muy feliz al ver jugar hoy nuestro hijo", "te admiro mucho").

Finalmente, está el diálogo sobre las intenciones y decisiones grandes de la vida en común: el amor, la fidelidad, los hijos. La comunicación de las emociones (que van muy unidas a las decisiones de la vida) no es siempre fácil y, a veces, no se llega a ella de manera automática ni rápida. Pero es necesario buscarla. Es verdad que no se puede estar todo el tiempo hablando de cosas íntimas y profundas, pero tampoco se debe pasar la vida en la superficialidad. Lo importante aquí también es que la pareja asegure su comunión íntima y los dos sabrán si están tocando fondo o no. Cuando las parejas se quejan de que "no tienen comunicación" normalmente se refieren a los últimos dos niveles.

A veces, el cansancio es el reto que la comunicación debe superar. Cada uno, en su trabajo da lo mejor de sí y, luego, no tiene energías para seguir dándolo en la convivencia.

*"Al volver del trabajo la gota que derramó el vaso fue el cansancio. La discusión empezó cuando corregí a mi esposa sobre algo que pensaba que no andaba bien."*

*"Llego tarde del trabajo, cansado y con presiones. Nos hemos visto y comunicado poco. Ella está hasta la coronilla de la casa y de los niños. Cualquier detalle inicia la discusión."*

Normalmente cada pareja tendrá que buscar "tiempos fuera" para dialogar. Me he dado cuenta de que no se hace. Cuando se pregunta a las parejas cuándo fue la última vez que salieron solos a hablar suelen responder con respuestas como: "¡Oh!, ya ni me acuerdo", "Hace seis meses", "No se puede con los niños". Creo que una regla sana sería dedicar al menos una tarde cada mes. Puede ser algo sencillo pues no se necesita hacer nada lujoso ni complicado. Basta estar solos. Normalmente las parejas logran organizarse para ir a bodas o a otro tipo de reuniones. ¿Por qué no lo podrían hacer para alimentar su propio amor con el diálogo y la comunicación serena?

#### 14 Preguntas sobre tu matrimonio

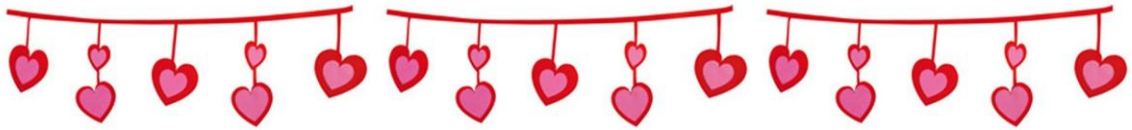
1. ¿Llevo a la práctica la convicción de que mi matrimonio es mi camino para llegar al cielo?
2. ¿Aspiro a que el amor a mi cónyuge se parezca cada vez más al amor de Jesucristo?
3. ¿Me apoyo en la gracia del sacramento cuando llegan las dificultades?
4. ¿Es la oración una práctica habitual en mi vida matrimonial? ¿Rezo con y por mi cónyuge y con y por mis hijos?
5. ¿Estoy dispuesto a guardar silencio cuando mi cónyuge necesita un momento de quietud?
6. ¿Soy capaz de aceptar un reproche y quedarme tranquilo sin protestar?
7. ¿Estoy dispuesto a darle el beneficio de la duda a mi cónyuge?
8. ¿Estoy dispuesto a hacerme cargo de una tarea extra cuando mi cónyuge está estresado?
9. ¿Estoy dispuesto a dar una palabra espontánea de ánimo?
10. ¿Estoy dispuesto a dedicarle tiempo a mi cónyuge, a solas y sin interrupción?
11. ¿Estoy dispuesto a responderle a mi cónyuge con cortesía por favor y gracias?
12. ¿Estoy dispuesto a tomarme un tiempo para que los ánimos se enfríen cuando la discusión parece caldearse?
13. ¿Estoy dispuesto a dar un cumplido?
14. ¿Estoy dispuesto a aceptar la crítica?

#### La transformación del amor.

#### (Exhortación "Amoris Laetitia" del Papa Francisco)

La prolongación de la vida hace que se produzca algo que no era común en otros tiempos: la relación íntima y la pertenencia mutua deben conservarse por cuatro, cinco o seis décadas, **y esto se convierte en una necesidad de volver a elegirse una y otra vez.** Quizás el cónyuge ya no está apasionado por un deseo sexual intenso que le mueva hacia la otra persona, pero siente el placer de pertenecerle y que le





pertenezca, de saber que no está solo, de tener un «cómplice», que conoce todo de su vida y de su historia y que comparte todo. **Es el compañero en el camino de la vida con quien se pueden enfrentar las dificultades y disfrutar las cosas lindas.** Eso también produce una satisfacción que acompaña al querer propio del amor conyugal. No podemos prometernos tener los mismos sentimientos durante toda la vida. En cambio, sí podemos tener un proyecto común estable, comprometernos a amarnos y a vivir unidos hasta que la muerte nos separe, y vivir siempre una rica intimidad. El amor que nos prometemos supera toda emoción, sentimiento o estado de ánimo, aunque pueda incluirlos. Es un querer más hondo, con una decisión del corazón que involucra toda la existencia. Así, en medio de un conflicto no resuelto, y aunque muchos sentimientos confusos den vueltas por el corazón, se mantiene viva cada día la decisión de amar, de pertenecerse, de compartir la vida entera y de permanecer amando y perdonando. Cada uno de los dos hace un camino de crecimiento y de cambio personal. En medio de ese camino, el amor celebra cada paso y cada nueva etapa.

En la historia de un matrimonio, la apariencia física cambia, pero esto no es razón para que la atracción amorosa se debilite. Alguien se enamora de una persona entera con una identidad propia, no sólo de un cuerpo, aunque ese cuerpo, más allá del desgaste del tiempo, nunca deje de expresar de algún modo esa identidad personal que ha cautivado el corazón. Cuando los demás ya no puedan reconocer la belleza de esa identidad, **el cónyuge enamorado sigue siendo capaz de percibirla con el instinto del amor,** y el cariño no desaparece. Reafirma su decisión de pertenecerle, la vuelve a elegir, y expresa esa elección en una cercanía fiel y cargada de ternura. La nobleza de su opción por ella, por ser intensa y profunda, despierta una forma nueva de emoción en el cumplimiento de esa misión conyugal. [...] Pero nada de **esto es posible si no se invoca al Espíritu Santo, si no se clama cada día pidiendo su gracia, si no se busca su fuerza sobrenatural,** si no se le reclama con deseo que derrame su fuego sobre nuestro amor para fortalecerlo, orientarlo y transformarlo en cada nueva situación.

### Oración por mi marido

Señor, Tú que conoces los corazones y las profundidades de cada alma, hoy quiero pedirte por mi marido, a quien elegí gracias a Ti para que sea mi compañero y mi mejor amigo; a quien preferí y escogí en las encrucijadas de mi camino. Quiero pedirte por su corazón, míralo con ternura y cura sus heridas más profundas, sana su memoria de recuerdos dolorosos y regálale una alegría siempre nueva. Colma su corazón de amor, para que sus palabras, sus gestos transmitan a quienes estamos a su lado la compañía y la seguridad que tanto necesitamos. Fortalece sus manos para que su trabajo sea digno y bueno, guía sus pensamientos para que sus pasos sean acertados. No alejes tu mirada de sus días, para que se sienta muy amado por Ti. Atráelo hacia la Fuente de Tu Amor, si se encuentra alejado;

manténlo muy unido a Ti, si ya está aferrado a tus amores. Toma su mano y guíalo cada día para que como padre y esposo, sea fiel a tus mandamientos y su persona inspire fuerza, valentía y seguridad. Que nuestros hijos descubran en él, un modelo de amor y seguridad; que en sus brazos aprendan el valor del trabajo y la fidelidad, Dame capacidad de entenderlo y amarlo, sin pretender cambiarlo, más bien valorarlo. Que corrija con prudencia y camine a su lado respetando su individualidad y diferencias. Que lo ame y cada día lo conduzca con mis oraciones y ejemplo, hacia nuestro fin, que es el Cielo, donde el amor será eterno.



*Todas las historias  
DE AMOR  
son bonitas pero  
la que más me gusta es  
LA NUESTRA*