

## ¿Qué es Proyecto Amor Conyugal?

Proyecto Amor Conyugal es un camino de espiritualidad para los matrimonios católicos, para ayudarles a descubrir y entender el extraordinario plan de Dios para el matrimonio y así facilitarles vivir el matrimonio como Dios lo pensó. Es un itinerario espiritual para descubrir la raíz y la belleza de la vocación matrimonial.

## ¿En qué está basado?

La base de este camino es la Teología del Cuerpo de San Juan Pablo II, enmarcándose dentro del Sacramento del Matrimonio tal y como se define en el Catecismo de la Iglesia Católica y apoyándose en la doctrina del Papa Francisco.

La Teología de Cuerpo posee una solidez teológica y antropológica indudable pero tiene para los laicos una elevada complejidad en su comprensión. Proyecto Amor Conyugal trata de poner en lenguaje "matrimonial", entendible y realizable, dicha Teología. Por esto, si con la Teología del Cuerpo los matrimonios descubrimos la meta, esto es, el maravilloso plan que Dios tenía cuando creó el matrimonio, gracias a Proyecto Amor Conyugal conseguimos encontrar el camino para llevarlo a la práctica. En este sentido, es un camino muy experiencial.

## Para toda la Iglesia

Es un método puesto a disposición de la pastoral eclesial (diócesis, parroquias, movimientos y otras realidades).

## Tres pilares

Proyecto Amor Conyugal propone a los cónyuges construir su matrimonio sobre tres pilares:

### 1. Oración y sacramentos.

#### 1.1 Oración

- La oración personal es fundamental para irse configurando de acuerdo con Cristo.
- La oración continua es crucial para tener a Cristo en nuestro corazón e ir viviendo cada momento del día como lo haría Cristo.
- La oración conyugal es ese momento diario donde ambos cónyuges, en presencia de Cristo ("Donde hay dos o más reunidos en mi nombre, Yo estoy en medio de ellos", Mt 18, 15-20), van abriendo su corazón ante Dios, construyendo una intimidad común y acercándose a su modelo que es Cristo.

#### 1.2 Sacramentos

- El sacramento de la Eucaristía, tiene que ser el centro de la vida si queremos que Cristo esté en el centro de nuestro corazón porque es ahí donde estamos más íntimamente con Él. Tiene que ser el centro de la vida matrimonial. La Eucaristía es el signo más visible de la entrega total de Cristo a su Iglesia, que como decía San Pablo, es el modelo de la entrega matrimonial.
- El sacramento de la Penitencia. Somos pecadores y, por tanto, este sacramento es necesario para fortalecer y limpiar el alma. La confesión regular es una fuente de gracia que nos ayuda a seguir mejorando.
- El sacramento del matrimonio. Mediante el Sacramento del Matrimonio el Espíritu Santo nos da la gracia para conseguir lo que Cristo nos anunció,

ratificando lo mencionado en el Génesis: que seamos una sola carne. Como dice el Catecismo, el sacramento del matrimonio “da a los esposos la gracia de amarse con el amor con que Cristo amó a su Iglesia; la gracia del sacramento perfecciona así el amor humano de los esposos, reafirma su unidad indisoluble y los santifica en el camino de la vida eterna.” (Catecismo de la Iglesia Católica, 1661)

2. Formación. Cada vez que profundizamos en lo que es el matrimonio, vamos descubriendo más su belleza. El descubrimiento de la belleza sublime de nuestra vocación es el motor para seguir viviendo cada día mejor el matrimonio. Además, cuanto más se profundiza en él, más se entiende porqué Dios lo ha creado así.
3. Esfuerzo, obras diarias de amor. Desde el pecado original, ya no es suficiente sólo con la gracia de Dios para vivir el matrimonio, necesitamos también nuestro esfuerzo. El esfuerzo diario en el matrimonio, los actos de amor, de acogida y de entrega hacia el cónyuge, son imprescindibles para vivir y disfrutar el matrimonio como Dios lo pensó.

## Propuestas

Para ayudar en estos pilares, el Proyecto pone a disposición de los matrimonios lo siguiente:

1. Oración.
  - Para ayudar a la oración conyugal diaria, publicamos un comentario diario en clave matrimonial al Evangelio.
  - Para facilitar la oración a los matrimonios, tenemos:
    - o Libro del Via Crucis en clave conyugal.
    - o Libro del Rosario en clave conyugal.
  - Para rezar por los matrimonios:
    - o Grupos diarios de oración “pasiva”
    - o Grupos semanales de oración
    - o Grupos mensuales de Adoración al Santísimo en parroquias
    - o Peregrinaciones a Fátima
2. Formación.
  - Grupos mensuales para profundizar en las catequesis de la Teología del Cuerpo.
  - Retiros de fin de semana.
3. Esfuerzo, obras diarias de amor. Para ayudar cuando se requiera un esfuerzo especial:
  - Matrimonio tutor: para ayudar a los matrimonios que lo necesiten a trasladar a su matrimonio este camino de espiritualidad, el Proyecto ofrece la figura del Matrimonio Tutor. Éste acompaña a los matrimonios para darles luz sobre cómo vivir este camino.

## Retiros de fin de semana

Dada la profundidad de la Teología del Cuerpo, adentrarse en ella es un camino largo. Por esto se ofrece a los matrimonios la posibilidad de hacer un retiro de fin de semana para conocer este itinerario, uniendo la teoría en que está basado con experiencias que aterrizan al lenguaje matrimonial dichas teorías y, todo ello, acompañado de testimonios de matrimonios que ya han iniciado este camino. Así, en estos retiros se profundiza en la Teología del Cuerpo para obtener una visión completa de la misma pero con un enfoque muy práctico, entendible y realizable para el matrimonio.

La Teología del Cuerpo se divide en seis ciclos, de los cuales los tres primeros son el tríptico antropológico (el hombre originario, el histórico y el escatológico). El Proyecto pretende desarrollar en varios retiros este tríptico.

Se empezó por un retiro basado en el primer ciclo (hombre originario), donde se ofrece a los matrimonios participantes emprender un viaje apasionante al Génesis para descubrir el verdadero plan de Dios para su matrimonio. Un viaje para el cual nos vamos al principio de los tiempos, cuando Adán y Eva estaban en el paraíso, cuando todavía el pecado no había distorsionado el plan de Dios para el matrimonio.

Se ha continuado con un retiro que aborda el segundo ciclo, el hombre histórico, donde se abordan las consecuencias del pecado y el poder profundo de la redención y la gracia.

### **Grupos mensuales**

Para ir profundizando en este camino y dado que nuestra fe ha de ser vivida en comunidad, se ofrece la posibilidad de unirse a grupos de matrimonios que se reúnen mensualmente, normalmente en parroquias, para ir profundizando en la Teología del Cuerpo. En cada reunión se va profundizando en cada una de las catequesis de la Teología de Cuerpo, con un material que aporta el Proyecto y que incorpora la catequesis original, un comentario para aterrizarla a la realidad conyugal y un caso práctico que refleja la realidad diaria de los matrimonios. Además, como en cada grupo hay un momento destinado a la oración, se incluyen unas preguntas para guiar a los matrimonios en esa oración.

### **Oración conyugal.**

Diariamente en la web del Proyecto se cuelga el Evangelio comentado en clave conyugal para ayudar a los esposos en su oración matrimonial diaria. Esta oración del matrimonio es una pieza clave de este proyecto, pues es fundamental para construir la intimidad común e irse configurando cada cónyuge de acuerdo con Cristo, el modelo de todo cristiano.

### **Descubre el matrimonio como Dios lo pensó**

- Que tu esposo es el mayor regalo, el mayor don que Dios te ha dado.
- Es tu "ayuda adecuada" (Génesis 2, 18), la ayuda que Dios ha puesto a tu lado para que seas mejor y seas muy feliz.
- Que las diferencias que tenéis no os separan sino que os complementan, haciendo de vuestra unión algo mucho más potente.
- Que todos tenemos debilidades y necesitamos que nos acojan en esa debilidad y así nosotros tenemos que acoger a nuestro esposo.
- Que todos nos equivocamos pero tenemos el perdón para seguir creciendo.
- Que estamos llamados a mirarnos uno a otro como Dios nos mira y a amarnos como Él nos ama! ¡Humanamente es imposible pero con Él sí se puede!

### **¿Para quién es?**

Para cualquier matrimonio, esté en la situación que esté

- Si estáis bien, os servirá para descubrir la pasada que aún tiene guardado Dios para vosotros

- Si estáis pasando por un momento delicado, os ayudará a encauzarlo cuanto antes
- Si creéis que es tarde... os convencerá de que para Dios nada hay imposible y que nunca es tarde para Él

“Sumérgete en la aventura de descubrir el extraordinario plan que tiene Dios para tu matrimonio. Todo lo ha hecho por amor y en la cúspide de la creación ha puesto el matrimonio para que seas muy feliz en él.”