

# Pareja

Un camino para crecer en el amor

## Propuesta y Fundamentos



# Contenido

Introducción	<b>3</b>
I- Objetivos y Metodología	<b>5</b>
II- El Equipo Coordinador de +Pareja	<b>13</b>
III- El Matrimonio Acompañante	<b>15</b>
IV- Información complementaria	<b>17</b>

# Introducción

## La gestación de este proyecto

Vivimos en una sociedad muy exigente, en donde las parejas se ven abocadas a atender muchos frentes y con frecuencia se sienten abrumadas y presionadas; sin tiempo para dialogar, para construir proyectos de vida juntos y la consecuencia en muchos casos, a corto o a mediano plazo es el desencanto, el desacuerdo y la frustración, al ver sus planes y sueños rotos, llegando a la triste decisión de la separación.

Teniendo en cuenta la gran importancia que tiene acompañar y motivar a las parejas a vivir una “experiencia de reflexión y de acogida comunitaria” y considerando los logros alcanzados por los Equipos de Nuestra Señora en Brasil con este tipo de apostolado, los matrimonios responsables de las diferentes Regiones que conformaban la Super Región Hispanoamérica de los Equipos de Nuestra Señora acordaron, en el año 2003, promover este proyecto.

Para realizar +Pareja se conformó en Bogotá un equipo de trabajo compuesto por diferentes matrimonios de los ENS y por un Sacerdote Consiliario. Se discutieron en el equipo las orientaciones y pautas principales y se hizo la coordinación general del proyecto.

## El material preparado:

- ◆ **Para el Equipo Coordinador:** Con el objeto de facilitar la organización de un equipo coordinador en cada ciudad donde se ofrezca +Pareja, se ha preparado un manual que contiene los fundamentos organizativos del equipo y ayudas para realizar las reuniones de información y conformación de grupos, lo mismo que ayudas para realizar un taller de formación de Matrimonios Acompañantes.



## + Pareja

- ◆ **Presentación de +Pareja:** Para ser utilizada por los matrimonios Informadores en la Reunión de Información a las parejas interesadas en conocer el programa o participar en él. Se ha trabajado en Power Point.

- ◆ **Para el Matrimonio Acompañante** (Objetivos, metodología y reuniones de +Pareja): Publicación orientada a ayudar al Matrimonio Acompañante a desarrollar su trabajo.



- ◆ **Para trabajar en casa:** Un cuadernillo que debe ser usado por las parejas participantes, en el que se incluyen los objetivos de cada una de las reuniones, el trabajo propuesto para realizar en casa y algunas reflexiones.



# Objetivos y Metodología

+ **Pareja** es una iniciativa de algunos matrimonios de los Equipos de Nuestra Señora para acompañar y motivar a otras parejas que puedan estar interesadas, en hacer un camino o “experiencia de reflexión y de acogida comunitaria”. Esta iniciativa se ofrece al servicio de la Iglesia católica, aprovechando el conocimiento y vivencia de los miembros de los Equipos sobre la vida cristiana, conyugal, familiar y de comunidad.



## 1- Objetivo general del programa

Permitir a parejas católicas participar de una experiencia de reflexión, formando parte de una pequeña comunidad para compartir con otros y enriquecer la vida en pareja durante un tiempo limitado.

### 2- ¿A quiénes va dirigido el programa?

A parejas católicas (sin el requisito de ser casadas).

### 3- Objetivos específicos del programa

- 3.1. Crear un espacio Para la reflexión, para compartir vida y para vivir una experiencia en pareja y en comunidad.
- 3.2. Oportunidad para descubrir La importancia de la relación de pareja, el amor de Dios para con nosotros y el valor de la familia.
- 3.3. Evangelizar: Visualizar desde el Evangelio, la parte humana de la pareja y ayudar a entender que su relación en pareja requiere un proyecto de vida. Encontrar oportunidades para tener un encuentro personal con Dios, a través de la oración, la Palabra y nuestros compañeros, sin pretender hacer una catequesis propiamente dicha.

### 4- Conceptos básicos del programa

- 4.1. El trabajo debe ser inductivo: Concentrarse más en la experiencia de vida que en la transmisión de conceptos. El programa no es temático sino basado en la experiencia.

Aceptar y vivir que lo que se descubre es mas natural que aceptar y vivir lo que otros nos sugieren.

- 4.2. Para facilitar la apertura: El tamaño del grupo debe ser pequeño (caber en una casa de familia). La confianza crece cuando las relaciones son más cercanas y personales; las reuniones se hacen en las casas de los participantes. Un hogar en ambiente de sencillez facilita la apertura.

- 4.3. Crear inquietudes y propósitos: Debe generarse entre los participantes, la inquietud para que al terminar +Pareja continúen apoyándose en su mejoramiento como pareja con la ayuda de algún programa o movimiento que escojan, preferiblemente entre los que están trabajando con la Iglesia. El Matrimonio Acompañante debe facilitar el intercambio en el grupo y dar testimonio de lo que ha vivido en su vida matrimonial.

## 5- Duración del programa:

Duración: 8 a 9 meses. Frecuencia: reuniones quincenales

## 6- Conformación de cada grupo:

El tamaño del grupo se determina de manera que las parejas tengan suficiente oportunidad de compartir y que sea práctico recibirlas en una casa de familia; no es conveniente incluir nuevos miembros en el grupo después de la segunda o tercera reunión.

Número recomendado de parejas: Ocho (8)

Un Matrimonio Acompañante

Sacerdote acompañante: deseable, no indispensable

## 7- Maneras de promover el programa:

- ◆ Por convocatoria directa de las parejas de los ENS
- ◆ A través de sacerdotes consiliarios de los ENS
- ◆ Un tiempo después de encuentros prematrimoniales.
- ◆ A través de la pastoral familiar de las parroquias o diócesis.

## 8- El Matrimonio Acompañante:

Es perteneciente a los ENS. Son facilitadores de la participación y la comunicación de todos, no son instructores. Deben haber recibido preparación por parte de los Coordinadores del programa +Pareja.

## 9- Agenda para una reunión típica

A continuación, se indican los temas y momentos que deben desarrollarse en cualquier reunión típica:

- ◆ Objetivos
- ◆ Inicio y ambientación de la reunión
- ◆ Desarrollo del tema
- ◆ Refrigerio

- ◆ Para trabajar en casa
- ◆ Conclusiones
- ◆ Reflexión final - Oración
- ◆ Fecha y lugar de la próxima reunión
- ◆ Material de referencia

### 10- El inicio y ambientación de la reunión

Es muy importante hacer todos los esfuerzos posibles para crear un ambiente de sencillez y de fraternidad entre todos. El Matrimonio Acompañante está invitado a poner la pauta, especialmente en las primeras reuniones que serán las que determinen el talante de las demás.

Se propone dedicar, al inicio de cada reunión, un corto tiempo para compartir la experiencia de cada uno en relación con el trabajo hecho en casa sobre el tema de la reunión anterior. El poner en común las experiencias vividas entre reunión y reunión ayudará a fortalecer los vínculos y la amistad.

Se recomienda tener siempre presente que el éxito de este programa dependerá en buena parte de lo que vaya descubriendo cada uno con la ayuda y el testimonio de los demás. Para esto es indispensable contar con un grupo integrado, motivado y dispuesto.

El refrigerio: El tiempo del refrigerio colaborará también para crecer en el compartir y la fraternidad entre todos. Cualquier momento de la reunión puede ser adecuado para ofrecerlo. Se recomienda dejar escoger a la pareja que recibe el momento que prefiera. Sin embargo, para facilitar el orden de la reunión es conveniente que se escoja de mutuo acuerdo con el Matrimonio Acompañante.



## **11- El esfuerzo por mejorar y el trabajo en casa**

Para ser mejores parejas no basta con reunirse a compartir con otros, es indispensable hacer individualmente y en pareja nuestro propio trabajo. Mejorar implica necesariamente cambiar algo que no tenemos suficientemente bien y eso representa un esfuerzo de nuestra parte. El Matrimonio Acompañante debe transmitir este mensaje en todas las ocasiones que encuentre adecuadas.

El trabajo en casa es un primer paso en la línea del mejoramiento personal y en pareja, ayudará a tomar conciencia de la necesidad de esforzarnos y trabajar permanentemente para ser mejores.

Para mejorar, cada uno debe asumir su propio trabajo. Nadie puede hacer mi trabajo en mi lugar, solamente yo puedo hacerlo. La pequeña comunidad ayuda muchísimo a motivar, a ver más claro lo que estamos viviendo, a entender los problemas que se nos presentan, los cuales muchas veces son comunes con los de nuestros compañeros... pero en últimas, ser mejores depende de nosotros mismos. Podemos estar seguros de que el esfuerzo que hagamos quedará inmensamente recompensado.

## **12- La Reflexión final – Oración**

Los esfuerzos por lograr ser mejores requieren también de reflexión profunda. En las primeras reuniones se plantean diferentes temas y lecturas que faciliten la reflexión, a medida que se avance, estas reflexiones se cambiarán por momentos de oración.

## **13- Temas básicos a tratar en las diferentes reuniones**

Se iniciará con temas puramente humanos que motiven la reflexión y el compartir, luego se continuará con temas que hagan ver la necesidad de mirar hacia un Dios-amor, que orienta y enriquece nuestra vida.

## 14- +Pareja Objetivos de cada reunión

No	Título	Objetivos
No 1	Integración y objetivos +Pareja	Dar el primer paso en el conocimiento mutuo de las parejas. Conocer mejor los objetivos principales de <b>+Pareja</b> . Entender el valor y la importancia de compartir vida en una pequeña comunidad.
No 2	Reconocerme como persona	Propiciar un proceso de reflexión personal que permita a los participantes vivir una experiencia de reconocimiento y renovación de su realidad.
No 3	Hombre y mujer seres diferentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar que hombres y mujeres tienen diferencias biológicas, fisiológicas, afectivas y emocionales que necesariamente hacen que piensen, sientan y actúen de manera diferente.</li> <li>- Entender que somos seres distintos pero complementarios y que si sabemos manejar esa complementariedad podemos tener una relación de pareja plena y armónica.</li> </ul>
No 4	El Diálogo Conyugal	Desarrollar en las parejas la necesidad de realizar y mantener el diálogo conyugal. Apreciar su importancia como "esencial", imprescindible, para compartir lo que somos, para que nuestro amor crezca, para vivir a dos.
No 5	Redescubrir el amor	Hacer que las parejas tomen conciencia que lo que originó su relación fue " <b>El Amor</b> ", por lo tanto, es muy importante mantener viva la llama de ese amor, la cual no se mantiene encendida por sí sola, requiere ser renovada y avivada permanentemente. Se busca entender que: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) El amor es dinámico y por lo tanto debe ser permanentemente construido</li> <li>b) El amor se realiza en la búsqueda de la unidad, dentro de la pluralidad.</li> </ol>
No 6	El Perdón, manifestación de la misericordia de Dios	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser conscientes que el perdón hace parte del amor misericordioso de Dios y es al mismo tiempo una exigencia para todos los cristianos. Solo será capaz de perdonar el que tenga en su corazón el amor de Dios.</li> <li>- Entender que perdonar no es necesariamente olvidar, pero sí ser capaces de recordar sin dolor ni resentimiento.</li> </ul>
No 7	La Sexualidad, creada y querida por Dios	Permitir que las parejas reflexionen sobre su sexualidad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Que ha sido creada y querida por Dios</li> <li>- Que es parte importante de nuestra vida y de la relación de pareja.</li> <li>- Que se debe cuidar y cultivar.</li> </ul>
No 8	Proyecto de vida en pareja	Ayudar a tomar conciencia de la necesidad que la pareja tenga un proyecto de vida que sirva para orientar su vida en común.
No 9	Familia: primera comunidad	Promover en los participantes la reflexión sobre el espacio familiar como escenario privilegiado para construir relaciones de pareja, de paternidad y de fraternidad que testimonien el amor.
No 10	La paternidad, un regalo de Dios	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser conscientes de que Dios nos ama infinitamente, tanto que nos permite ser co-creadores con Él, al darnos los hijos como fruto de nuestro amor.</li> <li>- Entender que el regalo más grande que Dios nos da como pareja se concreta en nuestros hijos y que gran parte de lo que Él espera de nosotros depende del papel que desempeñemos como padres.</li> <li>- <b>Tomar conciencia de la presencia de Dios en nuestra vida.</b></li> <li>- Reflexionar sobre los principales elementos que los padres debemos aportar a los hijos para ayudarlos a desarrollarse.</li> <li>- Identificar a nuestros hijos, no como de nuestra propiedad sino como posesión de Dios, que los pone bajo nuestra responsabilidad para ayudar en su formación y crecimiento en la fe.</li> </ul>

No	Título	Objetivos
No 11	Un Padre que nos ama	Propiciar un proceso de reflexión personal que permita a los participantes evaluar sus experiencias de relación con Dios y su identificación con EL, como personas y como parejas.
No 12	Jesús modelo de vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomar conciencia que Dios nos dio a su hijo Jesucristo como modelo para nuestra vida.</li> <li>- Jesús es Dios hecho hombre como nosotros</li> <li>- Reflexionar sobre la manera de seguir las huellas de Jesús.</li> <li>- Reconocer que Jesús es el único camino hacia Dios Padre.</li> </ul>
No 13	La Iglesia de Jesús	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hacernos conscientes de que ser miembros de la Iglesia, es vivir en comunidad, siguiendo el ejemplo que nos dio Cristo con su vida, impulsados por el Espíritu Santo.</li> <li>- Tomar conciencia de nuestra responsabilidad de vivir como miembros de la Iglesia y dar testimonio de Jesús con nuestra vida cotidiana. Sólo una comunidad que vive de esta manera es verdadero testigo de Jesús resucitado y liberador.</li> <li>- Favorecer una conciencia de pertenencia y amor a la Iglesia como cuerpo de Cristo.</li> </ul>
No 14	La vida cristiana, vida sacramental	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender que una verdadera vida cristiana se vive y se celebra comunitariamente</li> <li>- Introducir una comprensión de los sacramentos desde la realidad de la vida y no solamente desde la expresión ritual</li> <li>- Tener una visión de los sacramentos de la Iglesia</li> </ul>
No 15	Sacramento del matrimonio	<p>Proporcionar a los participantes elementos que les permitan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Profundizar en el significado de la vida matrimonial como experiencia vital de encuentro de la pareja y de ella con Dios.</li> <li>- Identificar en la vida sacramental del matrimonio una fuente de felicidad y un camino de mejoramiento de la sociedad.</li> </ul>

## 15. Resumen del Plan general de las reuniones

No	Título	Aplicación práctica	Para trabajar en casa	Reflexión final y Oración
No 1	Integración y objetivos +Pareja	Presentación y conocimiento de las parejas	Una comunidad La lección del fuego.	Asamblea en la carpintería
No 2	Reconocerme como persona	Taller: Mi huella	¿Debo dejar de ser yo para quererte a Ti?	¿Qué hiciste?
No 3	Hombre y mujer seres diferentes	Dinámica: Principales necesidades afectivas	Mis necesidades, tus necesidades.	Empieza por cambiar tú
No 4	El Diálogo Conyugal	Taller: La alabanza	Nuestro día al mes	A los que amas, diles que los amas.
No 5	Redescubrir el amor	¿Cómo nos conocimos y nos enamoramos?	Los pequeños detalles que alimentan el amor.	Lo que unifica al hombre es el amor...
No 6	El Perdón, manifestación de la misericordia de Dios	Nuestra experiencia del Perdón	El peso que llevas sobre tu espalda. El perdón, un acto de la voluntad	¿Quieres ser feliz toda la vida? Perdona
No 7	La Sexualidad, creada y querida por Dios	Enamoramiento y Amor	La importancia de abordar el tema de la sexualidad en nuestro diálogo conyugal	El amor humano es la forma más explícita que el Señor ha encontrado para darse a conocer a los hombres
No 8	Proyecto de vida en pareja	Las Piedras Grandes	Nuestros Valores, Actitudes y Criterios. Nuestro proyecto de vida	Nuestra aventura definitiva
No 9	Familia: primera comunidad	Taller: Y colorín colorado, este cuento no ha acabado...	Un encuentro familiar	La historia de un hogar
No 10	La paternidad, un regalo de Dios	La experiencia de Dios vivida a través de la paternidad	Redescubrir lo maravilloso que son nuestros hijos. Una carta para nuestros hijos. Vuestros hijos no son vuestros hijos.	Dichoso el que honra al Señor (Salmo 127)
No 11	Un Padre que nos ama	Mi encuentro con Dios	El Padre Nuestro, Dios y Tú. Diálogo	Dios nos amó primero... Jn. 4, 10-12
No 12	Jesús modelo de vida	Características del mensaje de Jesús	¿Estamos haciendo lo que Jesús nos pide?	Oración comunitaria espontánea
No 13	La Iglesia de Jesús	Nuestro concepto de Iglesia	Poner al servicio de "mi Iglesia, comunidad o grupo" alguna de mis cualidades o carismas	¿Maestro dónde vives? Jn 1, 35-39 Amo a la Iglesia
No 14	La vida cristiana, vida sacramental	Los Sacramentos. En ellos la gracia invisible nos viene a través de cosas sensibles	Lectura sobre los sacramentos. Compartir con los de la casa y la familia el valor de los signos de los sacramentos que hemos recibido.	Oración comunitaria espontánea.
No 15	Sacramento del matrimonio	Testigos del amor de Dios	Cristo, centro, criterio y modelo de tu matrimonio	Oración de los esposos
No 16	Opción y Compromiso	Apreciaciones generales sobre + Pareja Evaluación	Diálogo sobre el compromiso que desean asumir para continuar siendo + Pareja	La felicidad que nos ofrece el Señor. Oración comunitaria espontánea.

# El Equipo Coordinador de **+ Pareja**

En la publicación “Para el Equipo Coordinador” se amplían las recomendaciones y ayudas para facilitar su trabajo.

Se recomienda que en los lugares donde se ofrezca el programa **+Pareja**, se conforme un equipo para coordinar el trabajo a realizar, dicho equipo estará formado por un **Matrimonio Responsable**, por uno encargado de los **Matrimonios Acompañantes** y por otro encargado de las **Parejas Informadoras**, todos pertenecientes a los ENS y asesorados, de ser posible, por un sacerdote.

## El Equipo Coordinador tendrá los siguientes encargos principales:

- ◆ Invitar a los matrimonios candidatos para formarse como Matrimonios Acompañantes.
- ◆ Velar por la formación de los Matrimonios Acompañantes.
- ◆ Promover el entendimiento de la importancia de una comunidad cristiana
- ◆ Estar atentos a satisfacer los requerimientos de los diferentes grupos.
- ◆ Realizar reuniones del Equipo Coordinador.
- ◆ Definir los proyectos de formación de nuevos grupos y la metodología para realizar las reuniones de información.

## Tipos de Información

- ◆ **Información a un grupo:** Cuando se realiza en parroquias, asociaciones de padres de familia, etc. a personas que han acudido para conocer más a fondo **+Pareja**.
- ◆ **Información personalizada:** Cuando obedece a la invitación a la casa de la Pareja Informadora, donde asiste un número reducido de parejas. La

reunión se centra en una presentación general y permite compartir las necesidades y cuestionamientos de las parejas que asisten.

### Los proyectos de formación de nuevos grupos

La formación de nuevos grupos responderá a planes acordados en el Equipo Coordinador, puesto que debe ser acorde con los respectivos planes de formación de Matrimonios Acompañantes e Informadores. El Equipo Coordinador asignará el Matrimonio Acompañante a cada nuevo grupo.

# El Matrimonio Acompañante

## Su Testimonio y Compromiso

Estamos seguros de que el éxito de +Pareja dependerá en una buena parte del testimonio y compromiso de los Matrimonios Acompañantes; al buscar asumir un estilo de vida, lo fundamental es su testimonio y su manera de transmitir el mensaje.

Su presencia en las reuniones como Matrimonio Acompañante, lejos de ser en el carácter de profesores, se hace como testigos de lo que han vivido, aceptando su trabajo como un llamado de Cristo, contando con la iluminación y la ayuda del Espíritu Santo para realizar un servicio que implica una responsabilidad grande para con las parejas, a las que ayudarán a revitalizar y a descubrir las riquezas de su relación de pareja.

Un servicio como este los invita a conocerse en la verdad, a desarrollar y fortalecer las capacidades que los ayudan a ir al encuentro con el otro, a escuchar a los demás y a aprender de ellos, a dejarse interpelar por la Palabra y también a dejar brotar sin miedo la fuente de riqueza que está en cada uno.

Se requiere asumir la experiencia +Pareja con espíritu de búsqueda de la voluntad de Dios, de búsqueda de la Verdad y de la vivencia del Encuentro y de la Comunión y respetar el carácter de las diferentes parejas en el esfuerzo por encontrar el camino.



### Consejos y recomendaciones para realizar su trabajo:

- ◆ Preocuparse por la formación y la preparación requerida para desempeñar su servicio.
- ◆ Preparar cuidadosamente las reuniones: Debe tenerse en cuenta que en el documento “Para el Matrimonio Acompañante” se presentan diferentes esquemas para desarrollar las reuniones, con la intención de que sirva de guía y faciliten el trabajo. Cada Matrimonio Acompañante podrá imprimir su propio estilo.
- ◆ Al preparar las reuniones se debe leer también lo relacionado con el “Trabajo en Casa” sobre cada tema, para tener presente lo que se está solicitando realizar a las parejas participantes.
- ◆ Tener presente no juzgar a las parejas que no están en una situación plenamente cristiana.
- ◆ El Matrimonio Acompañante debe recalcar que todos los ejercicios planteados para trabajar en casa, en cada reunión, se hagan de manera que se conviertan en una semilla para fortalecer el hábito del diálogo conyugal.
- ◆ Es conveniente, cuando el grupo ha sido formado en una parroquia, tener al párroco al tanto del desarrollo del grupo y llevarle el directorio del mismo.
- ◆ Para facilitar la comunicación entre los participantes del grupo es importante acordar las reglas de manejo de redes sociales y sistemas de chat, evitando que se desvíen del objetivo principal.
- ◆ Hacer mucha oración.

Los Matrimonios Acompañantes están llamados a mostrar a las parejas que asistan a las reuniones, la alegría y la riqueza que se obtienen al vivir el matrimonio según el plan de Dios. La autenticidad y sencillez de su testimonio serán determinantes para que los demás aprecien lo que pueden lograr.

# IV Información complementaria

## 1- Video de invitación a las parejas participantes



*Escanea el código para ver el video*

## 2- Video de invitación a los Matrimonios ENS a ser Acompañantes



*Escanea el código para ver el video*

## 3- Nuestra página Web: [www.maspareja.com](http://www.maspareja.com)



*Escanea el código para ir a la página*



# **Pareja**

Un camino para crecer en el amor



**[www.maspareja.com](http://www.maspareja.com)**



**[maspareja](https://www.youtube.com/maspareja)**



**[@masparejacolombia](https://www.facebook.com/masparejacolombia)**



**[@maspareja](https://www.instagram.com/maspareja)**



**[masparejacolombia@gmail.com](mailto:masparejacolombia@gmail.com)**