

# ¡Vive la verdad y la belleza del plan de Dios para el amor conyugal!

*¡La creación se desborda con la vida y el amor de Dios! No te equivoques: ¡Dios te creó a ti y a nuestro mundo por Su gran amor! Consideremos la manera en que esta verdad incluye el matrimonio. Y echemos un vistazo a la manera en que los métodos de la Planificación Familiar Natural (PFN) honran la verdad y la belleza del plan de Dios para el amor en el matrimonio.*

## **Es amar.**

Desde el comienzo, Dios creó a Adán y luego a una pareja idónea para él: Eva. ¡La primera relación humana creada fue la del matrimonio! “Esta sí es hueso de mis huesos y carne de mi carne” (Génesis 2,23). Los dos se entregan uno al otro para convertirse en uno. El hecho de dar de sí mismo al otro es una marca distintiva del matrimonio. No existe “yo” en el matrimonio, sino “nosotros”. Es parte del plan de Dios por el bien de la humanidad. Eso se debe a que el matrimonio refleja el amor de Dios: permanente, fiel y fructífero. Además, con la llegada de nuestra salvación en Jesús, el matrimonio refleja el amor de Cristo por Su Iglesia.

Los métodos de la PFN honran e incluso tienen el potencial de proteger y fortalecer la capacidad de una pareja casada de reflejar el amor de Dios. Eso se debe a que la PFN requiere comunicación y cooperación entre los cónyuges. Los métodos de la PFN, que se basan en la ciencia, hacen uso de educación y el cambio de conducta para lograr y evitar el embarazo. Cuando se aprenden y se emplean correctamente, son un medio eficaz de paternidad responsable.

Cuando una pareja aprende sobre su don conjunto de la fertilidad y entiende cuál es el mejor momento para concebir o posponer la concepción de un bebé, están en mejor posición para discernir el plan de Dios para el matrimonio. Si desean demorar un embarazo, se abstendrán del acto conyugal. Entonces, no harán nada para perjudicar el don de Dios de la fertilidad. El uso de la PFN a menudo exige el sacrificio propio cuando los cónyuges analizan otras maneras de demostrar afecto mutuo al abstenerse periódicamente para posponer el embarazo. Al trabajar juntos, los cónyuges descubrirán que esto puede profundizar su intimidad emocional y espiritual como cónyuges.

## **Es vivir.**

Dios creó a los hombres y las mujeres según Su imagen: hombre y mujer. La sexualidad humana es parte del plan de Dios. Esto está tramado en el tejido de cada hombre y mujer. La sexualidad humana conlleva un poder doble de amor y de vida. La naturaleza esencial de esta verdad doble debe valorarse y respetarse.

En el matrimonio, el esposo y la esposa profundizan el amor que sienten uno por el otro por medio de la celebración de la verdad de su unión sexual. Las relaciones sexuales son un don conyugal con un propósito doble: acercar a los cónyuges, para estar unidos y para procrear, y dar vida.

¡La procreación es la increíble invitación de Dios y un deber sagrado para que el esposo y la esposa compartan Su poder creativo! En ocasiones, una pareja no puede tener hijos aunque lo desee. Su desafío es ofrecer su amor marital como una bendición en su comunidad al servicio de otros.



El matrimonio es la base para construir las familias. Los hijos son “el don más excelente del matrimonio” (*Gaudium et spes*, 50). La invitación que Dios extiende a los cónyuges para la procreación se extiende más allá del embarazo y llama a los padres a ser guardianes de sus hijos: para criarlos y enseñarles a amar a Dios y al prójimo.

La Iglesia siempre ha entendido que Dios desea que los padres se abran a la vida y cuiden a sus hijos. ¡Ser padre es una vocación que dura toda la vida! Es por eso que la Iglesia puede decir que las parejas casadas están “como consagradas” en sus deberes conyugales (*Gaudium et spes*, 48).

Los métodos de la PFN apoyan el don de Dios de la procreación porque valoran la nueva vida. A diferencia de la anticoncepción, que existe para rechazar la fertilidad humana, la PFN respeta la fertilidad natural. La educación con respecto a la PFN les permite a los cónyuges entender su ventana de fertilidad (cuándo tienen mayor probabilidad de que venga un embarazo) y, por lo tanto, también puede utilizarse para ayudarlos a concretar un embarazo además de posponerlo. La PFN respeta el poder de la vida de Dios. ¡La anticoncepción no puede hacer eso!

### **Es ser libre.**

El libre albedrío es uno de los dones de Dios para los hombres y las mujeres. Cuando Dios creó la humanidad, hizo a la persona humana como un ser “racional”, que puede iniciar, controlar y decidir la manera de actuar (vea el *Catecismo de la Iglesia Católica*, 1730). La libertad de conciencia es un don de Dios que le permite a cada persona desarrollar la madurez y poder amar a Dios y a su prójimo con libertad. Al mismo tiempo, la fe católica nos dice que la verdadera libertad solo se puede encontrar cuando decidimos amar a Dios. Por lo tanto, la libertad no es la capacidad arbitraria de hacer lo que queramos en cualquier momento.

La verdadera libertad es la capacidad de *reconocer el bien y hacer lo que es correcto*. Si una persona decide vivir una vida en la cual toma decisiones pensando únicamente en su propia felicidad y no hace el bien que Dios le manda, la persona crea un tipo de prisión para sí (ver *Catecismo*, 1740). Hacer lo que está bien en la vida a menudo requiere sacrificio personal para lograr un bien mayor que el deseo o el placer propios. ¡Y este bien es liberador!

Al aplicarse al matrimonio, las decisiones de los cónyuges pueden construir o derribar el corazón de un matrimonio. La manera en la que los cónyuges ejercen su libertad individual dentro del matrimonio no puede ser de forma aislada, sino respetando las necesidades del otro, las de sus hijos, la familia ampliada y otras obligaciones y responsabilidades fuera del hogar.

La comunicación marital saludable es de especial importancia con respecto a las relaciones conyugales. El pecado nos afecta a todos. Es engañoso. El pecado puede torcer lo bueno de las relaciones sexuales. Los cónyuges pueden ser egoístas en la manera en que se tratan el uno al otro. La plena correspondencia mutua que se basa en

el amor a Dios y entre los miembros de la pareja, fortalece el matrimonio. Los cónyuges deben apoyarse entre sí para esforzarse por honrar el plan de Dios al rechazar todo lo que pueda perjudicar el amor marital. Es el motivo por el cual la Iglesia se opone a los anticonceptivos. Estos golpean de lleno al amor marital.

Los métodos de la PFN proporcionan información útil sobre el ciclo de fertilidad de la mujer. La PFN ayuda a los cónyuges a decidir si el hecho de tener relaciones sexuales puede traer una nueva vida al mundo. Elaborar gráficos diarios de los signos de fertilidad de la esposa puede dar inicio a una conversación profunda sobre el plan de Dios para el matrimonio. La práctica de la PFN puede propiciar el crecimiento mutuo en el dominio propio, desarrollar la madurez emocional y espiritual, y dar lugar a una vida más auténtica vivida en la libertad del diseño de Dios.

### **Es darse.**

Dios es amor. En Su gran amor, Dios creó a los hombres y las mujeres según Su imagen para compartir Su vida divina. Cuando nuestros primeros padres se alejaron de Él, Dios los buscó. “¡Así amó Dios al mundo! Le dio al Hijo Único para que quien cree en él no se pierda, sino que tenga vida eterna” (Juan 3,16).

Todas las vidas humanas son un don de Dios, y, a su vez, como nuestro Padre Celestial, juntos somos un don el uno para el otro. No podemos descubrir por completo quiénes somos como personas “excepto por medio de un don sincero” de unos para con los otros (ver *Gaudium et spes*, 24). Los seres humanos somos totalmente humanos cuando nos acercamos a nuestro prójimo para formar una red de relaciones afectuosas de vida y amor. ¡Todos somos hijos e hijas de la sola familia de Dios!

El matrimonio es un don particularmente único de Dios. El matrimonio no es “efecto de la casualidad o producto de la evolución de fuerzas naturales inconscientes; es una sabia institución del Creador para realizar en la humanidad su designio de amor” (*Humanae vitae*, 8). Dios creó el matrimonio para unir a un hombre y una mujer en una sola carne, como la Escritura enseña con tanta elocuencia (Génesis 2,24). Es gracias al matrimonio que existen las familias.

Hoy en día, tenemos la fortuna de vivir en un tiempo en el que la reproducción humana se entiende claramente. Los métodos confiables de la PFN se basan en una sólida investigación sobre la fisiología masculina y femenina. La ciencia de la PFN ha confirmado los signos de fertilidad del ciclo menstrual de la mujer y ha definido los parámetros de la fertilidad combinada de un hombre y una mujer, lo que crea la ventana de fertilidad. La PFN puede ser un medio moral de lograr o posponer un embarazo. Además, para una mujer, la elaboración de gráficos de la PFN puede brindar información sobre la salud de su sistema reproductivo. Con un don tan bueno en nuestro mundo, ¿por qué no conocer más acerca de estos métodos saludables y éticos que apoyan el plan de Dios para el amor conyugal? Visita [usccb.org/nfp](http://usccb.org/nfp). Y recuerda “¡Vive la verdad y la belleza del plan de Dios para el amor conyugal!”

