

“Tenerte, Quererte, Respetarte”

Planificación Familiar Natural

Apoya los dones de Dios de amor y vida en el matrimonio.

Semana Nacional de Concientización sobre la Planificación Natural de la Familia 25–31 de Julio, 2021

Perry J. Cahall, Ph.D.

El sacramento del matrimonio es una señal de la relación de Cristo con Su Iglesia. Esa relación es de un amor generoso, abnegado, fecundo y lleno de pasión. Cuando las parejas casadas viven su vocación de acuerdo con las enseñanzas de la Iglesia, especialmente con respecto a la transmisión de la vida, muchos son los beneficios que pueden experimentarse. Las parejas casadas que utilizan la Planificación Natural Familiar (PNF) informan que entre estos beneficios incluye el crecimiento en: la comprensión y apreciación de su fertilidad; madurez emocional, especialmente en su comunicación; santidad y el respeto a los dones de Dios para el amor de cónyuges.

Este recurso está destinado a ayudar al sacerdote o diácono en la planificación de su homilía durante la Semana de Concientización de la PNF. La homilía no es el lugar donde se proporcionan detalles de la metodología de PNF. La homilía debe incluir el núcleo de las enseñanzas de la Iglesia que apoyan el uso de PNF en el matrimonio, agregando posiblemente alguna información básica del PNF.

Los sacerdotes deben procurar tener recursos de PNF disponibles en el vestíbulo de la iglesia (comuníquese con su Oficina diocesana del Ministerio de Planificación Natural Familiar).

También sería útil pedir a los maestros de PNF de su parroquia, o pedirle a su Oficina diocesana que encuentre voluntarios que estén dispuestos para poner una mesa de información con folletos informativos después de la misa.

NOTA: La Planificación Natural de la Familia (conocida también por sus siglas PNF) es el título general de todos aquellos métodos de planificación familiar que se basan en la educación sobre la fertilidad (a veces, la PNF se conoce como “Métodos basados en el Reconocimiento o Concientización de la fertilidad”). Los métodos de PNF se pueden utilizar para posponer o tratar de lograr la concepción. Cuando se trata de evitar la concepción, la PNF implica la abstinencia sexual/genital periódica. No se utilizan dispositivos ni drogas, las cuales dañan el designio de Dios para el amor matrimonial. Los métodos de PNF requieren que el esposo y la esposa aprendan, entiendan y apliquen la información en su vida conyugal. Los métodos de PNF son los únicos métodos de planificación familiar que apoyan la relación de la pareja casada y el niño que pudiera provenir de ellos. Los métodos de PNF respetan el designio de Dios para el amor entre los esposos casados. Más información en usccb.org/nfp/what-is-nfp/index.cfm.

Notas para las Homilias

Domingo, 25 de Julio, 2021

Decimoséptimo Domingo del Tiempo Ordinario

Primera Lectura: 2 Reyes 4:42–44

Salmo Responsorial: Salmo 145:10-11, 15–16, 17–18

La mano del Señor nos alimenta; él responde a todas nuestras necesidades.

Segunda Lectura: Efesios 4:1–6

Evangelio: Juan 6:1–15

Las lecturas del día de hoy nos exhortan a ser generosos con lo que Dios nos ha dado, a ser fieles a Su verdad, y a confiar en su cuidado providencial.

En la primera lectura, contra todo razonamiento, el profeta Elías confía en que Dios va a proveer el sustento de cien personas con solo veinte panes de cebada. Prefigurando la multiplicación de los panes y los peces en el Evangelio, la primera lectura nos recuerda que cuando ponemos nuestra confianza en el Señor, ofreciendo generosamente lo que Dios nos ha dado, Él nos proveerá en abundancia.

De igual manera, el salmo responsorial del día de hoy nos recuerda que es el Señor, no nosotros, quien nos alimenta y responde a todas nuestras necesidades. El Señor es justo, escuchándonos si lo invocamos, satisfaciendo nuestros deseos más profundos. No hay necesidad de estar ansiosos por tanta cosa, solo ser diligentes en invocar al Señor en la verdad, confiando que Él estará con nosotros para suplir nuestras necesidades, incluso en tiempos de dificultad.

En su carta a los Efesios, San Pablo escribe desde la cárcel, exhortándolos a vivir de manera digna al llamado que han recibido como discípulos cristianos. Los exhorta a ellos, y a nosotros, a practicar las virtudes de la humildad, la mansedumbre, la paciencia y el amor en nuestro trato mutuo, mientras vivimos en el Espíritu Santo, unidos en la única fe, la cual hemos recibido del único Dios: el Dios que verdaderamente tiene el control porque Él “está sobre todos, a través de todos y en todos”.

En evangelio de hoy nos cuenta que una gran multitud sigue a Jesús a través del mar de Galilea porque lo vieron curando a los enfermos. A través de estas curaciones, Jesús, que es la verdad que nos libera, muestra que Dios realmente escucha y responde a nuestras necesidades. Jesús sigue dando evidencia del cuidado providencial de Dios cuando, anticipando el don inagotable de la Eucaristía, multiplica cinco panes de cebada y dos pescados, los que se convierten en alimento más que suficiente para alimentar a cinco mil personas. Las doce canastas de mimbre llenas de las sobras muestran el deseo de Dios de proveer en superabundancia para aquellos que confían en Él y lo siguen.

Los mensajes de generosidad, de seguir la verdad y de confiar en Dios que emanan de las lecturas del día de hoy son apropiadas para este domingo que es el comienzo de la semana de concientización de la Planificación Familiar Natural – una semana enfocada a invitar a todas las parejas casadas a atreverse a ser generosas con el amor que Dios les ha permitido compartir; a abrazar la verdad del diseño de Dios para el amor vivificante del matrimonio y a confiar en el amoroso cuidado de Dios por los que siguen sus caminos.

Esta semana en particular se denomina Semana de Concientización sobre la Planificación Familiar Natural porque hace 53 años en este día, el Papa San Pablo VI publicó su encíclica *Humanae Vitae* (Sobre La Vida Humana). En esta carta papal, Pablo VI proporcionó instrucciones sobre la transmisión responsable de la vida humana, describiendo la naturaleza del amor conyugal como un diseño de Dios y reiterando la enseñanza inmutable de la Iglesia sobre la inmoralidad del comportamiento anticonceptivo. Muchas personas no están de acuerdo con esta enseñanza, pero esto no es sorprendente en una sociedad en que se ha olvidado el plan de Dios para la sexualidad humana y se ha aceptado y promovido la anticoncepción como una forma de liberación. Sin embargo, en sus enseñanzas, la Iglesia lo único que hace es sencillamente preservar y proclamar el hermoso diseño de Dios para el amor matrimonial. De acuerdo con este diseño, el amor conyugal implica una entrega total de sí mismos entre un hombre y una mujer, y la totalidad de esta donación mutua significa que su amor es permanente, fiel y fecundo. Esto incluye una disposición a estar abiertos a una nueva vida, y tener confianza en la Providencia de Dios para sostener esa vida nueva. ¡Esto es una responsabilidad sagrada, ya que desde el principio el Señor Dios confió a los esposos los dones del amor y la vida!

Cuando los esposos expresan su amor total y abnegado del uno por el otro en el acto matrimonial, sus cuerpos hablan un “lenguaje” de donación mutua. Debido a que éste acto está diseñado para expresar el amor conyugal, un esposo y una esposa deben dar y recibir todo lo que tienen para ofrecer, incluida su fertilidad. Los cónyuges deben querer reverenciar el diseño de Dios para su amor y hablar “el lenguaje del cuerpo” en la verdad.

Aquí es donde los métodos naturales para regular la fertilidad difieren notablemente de la anticoncepción. La planificación natural familiar, o “PNF”, permite que una pareja trabaje responsablemente con Dios para lograr o evitar la concepción, mientras demuestran reverencia tanto como por la dignidad de cada uno, como por la naturaleza y dignidad del acto conyugal. La PNF permite que una pareja se entregue totalmente, incluido su potencial procreador, en cada acto matrimonial. Si hay una razón para evitar el embarazo, las parejas que practican métodos modernos de planificación natural familiar pueden identificar cuando son fértiles y abstenerse del acto marital durante ese tiempo. Entonces, cuando una pareja que practica la PNF decide involucrarse en el acto matrimonial, están verdaderamente hablando el “lenguaje del cuerpo”.

El tema de la Semana de Concientización sobre la Planificación Natural Familiar de este año es “Tenerte, Amarte, Honrarte”. Debido a que la PNF permite que las parejas casadas hablen “el lenguaje del cuerpo” en verdad, les permite plenamente tener, sostener y honrarse mutuamente apoyando los dones de amor y vida de Dios dentro del matrimonio.

Siguiendo el mensaje de las lecturas de hoy, se alienta a las parejas casadas a confiar en el diseño de Dios para su amor y a no tener miedo de ser generosos al dar la bienvenida a una nueva vida en el mundo. ¡La nueva vida renueva la relación conyugal y el mundo! Permaneciendo en la verdad de Dios, el esposo y la esposa no tienen nada que temer y pueden

tener la confianza de que cualquier esfuerzo que se requiera para vivir de acuerdo con la verdad, Dios hará que valga la pena.

Hablar el "lenguaje del cuerpo" en la verdad les proporcionará a los esposos un profundo sentido de paz, sabiendo que nunca se mienten el uno al otro en la forma más íntima de comunicación posible entre dos personas humanas. Dios los llama a vivir de una manera que sea digna de su llamado como esposos que están casados en el Señor, confiando en el Espíritu Santo para vivir vidas de virtud. Y, mientras buscan seguir al Señor y Su plan para su amor, pueden estar seguros de saber que Dios ha prometido que Él proveerá por sus necesidades. Si las parejas casadas siguen el plan de Dios para su amor, no tienen ninguna razón para dudar de que Dios los recompensará con bendiciones inesperadas.

Anuncios desde el Púlpito o para el boletín semanal

Notas Opcionales para ajustar a las necesidades de su parroquia

“Si desea obtener más información sobre la Planificación Natural Familiar, los invito a que se acerquen a la mesa de información que tenemos disponible en el vestíbulo. También pueden visitar nuestra página web de Matrimonios (en la Diócesis de _____.)

“Para cualquier otra duda favor de comunicarse a la Oficina de Planificación Natural Familiar al _____.

“El día de hoy tendremos una pareja con nosotros que enseñan y utilizan la Planificación Natural Familiar. Ellos con mucho gusto los pueden atender en el vestíbulo después de misa para contestar sus preguntas o darles más información. ¡Los animo a visitarlos!

Apoyémonos mutuamente confiando generosamente en el diseño de Dios para el amor matrimonial, y proclamemos la verdad de ese amor, sabiendo que Dios no será superado en generosidad.

LECTURAS DIARIAS

Lunes, 26 de Julio, 2021

MEMORIAL DE SAN JOAQUÍN Y SANTA ANA, PADRES DE LA SANTÍSIMA VIRGEN MARIA

Lectura: Éxodo 32:15–24, 30–34

Salmo Responsorial: Salmo 106: 19–20, 21–22, 23

Den gracias al Señor, por que él es bueno

Evangelio: Mateo 13: 31–35

En la primera lectura del Libro del Éxodo, escuchamos la conocida historia de los israelitas que pecaron contra Dios al adorar el ídolo de un becerro de oro. En lugar de confiar y adorar al Dios que los sacó de la esclavitud en Egipto, crean un dios falso para sí mismos. En realidad, todos necesitamos examinarnos a nosotros mismos en busca de los dioses falsos que a veces adoramos.

Como esta es la Semana de Concientización sobre la Planificación Familiar Natural, es apropiado alentar a las parejas casadas a abandonar al falso dios de la anticoncepción, que tienta al esposo y la esposa a dejar de reverenciar el plan original de Dios para el amor conyugal. El salmo de hoy nos recuerda a todos: "Den gracias al Señor, porque él es bueno". Las parejas casadas pueden agradecer a Dios por el don de su amor, confiando en la bondad del plan de Dios para el acto conyugal.

Cuando el esposo y la esposa honran el plan de Dios para su matrimonio, se convierten en agentes de proclamación del Reino, del que habla Jesús en el Evangelio de hoy. Jesús proporciona imágenes del Reino de los Cielos, comparándolas con los detalles más pequeños que terminan teniendo un efecto desproporcionadamente enorme. Si las parejas casadas dejan a un lado el ídolo de la anticoncepción, con su falsa promesa de control, y en cambio abrazan el plan liberador de Dios para su amor, como levadura en la masa, ¡su amor será un poderoso agente para expandir el reino de Dios en nuestro mundo!

Peticiones para la Oración de los fieles

- Padre Misericordioso, ayúdanos a rechazar los ídolos en nuestras vidas, y de manera particular ayuda a las parejas casadas a rechazar el ídolo de la anticoncepción, y de honrar Tu plan para el amor conyugal.
- Dios misericordioso, dales a las parejas casadas la gracia de agradecerte siempre por el regalo del amor conyugal, y libéralos del miedo y la autosuficiencia, para que puedan abrazar los regalos de la vida y del amor en sus matrimonios.

Martes, 27 de Julio, 2021

Lectura: Éxodo 33:7–11; 34:5b–9, 28

Salmo Responsorial: Salmo 103: 6–7, 8–9, 10–11, 12–13
El Señor es compasivo y misericordioso

Evangelio: Mateo 13:36–43

Tanto la primera lectura como el salmo de hoy nos recuerdan que el Señor es clemente y misericordioso. Es un Padre amoroso que se compadece de sus hijos que le temen. Ser un hijo de Dios que teme al Señor no significa estar atemorizado de Dios, como si Él estuviera listo para castigarnos; como si fuese un gigantesco "hombre fantasma" del que debemos huir y escondernos. No. Temer al Señor significa existir en una disposición de reverencia ante El. El temor que naturalmente ocurriría al reconocer Su grandeza y nuestra pequeñez.

En el Evangelio de hoy, Jesús hace una comparación entre la buena semilla que el Hijo del Hombre siembra, con los hijos del Reino. Estos hijos son los que evitan el pecado y la influencia del demonio. Durante esta Semana de Concientización sobre la Planificación Natural de la Familia, debemos recordar que ser hijos del Reino significa rechazar las malas influencias de nuestra cultura, que nos tientan a rechazar los dones de Dios, de vida y amor en el matrimonio. Las parejas casadas deben detenerse a ponderar con reverencia ante Dios, Su hermoso diseño para el amor conyugal. Al hacerlo, evitarán el destino de la mala hierba en el Evangelio de hoy. Nuestro Dios misericordioso, lento para la ira y rico en compasión, siempre recompensará a los que le temen.

Peticiones para la Oración de los fieles

- Padre misericordioso, concédenos a todos un aumento en el don del temor a Dios Nuestro Señor. En particular, ayuda a las parejas casadas a adoptar la disposición de reverencia y asombro ante Tí y Tú plan dador de vida para su amor.
- Dios misericordioso, ayúdanos a todos, especialmente a los matrimonios, a rechazar la influencia de la cultura de la muerte y abrazar tus dones de amor y vida.

Miércoles, 28 de Julio, 2021

Lectura: Éxodo 34:29–35

Salmo Responsorial: Salmo 99:5, 6, 7, 9
Santo es el Señor Nuestro Dios.

Evangelio: Mateo 13:44–46

En el evangelio de hoy, Jesús continúa su explicación del Reino de los Cielos comparándolo con un tesoro enterrado, o perlas finas, por las que vale la pena vender todo lo que tenemos para poder adquirirlas. Cada uno de nosotros debe estar dispuesto a dar todo lo que tenemos y todo lo que somos para entrar en el Reino de Dios, que es el único lugar donde

encontraremos la verdadera felicidad. Si damos todo para entrar al Reino, entraremos en la presencia de Dios y estaremos radiantes con Su santidad, como lo hizo Moisés.

Durante esta Semana de Concientización sobre la Planificación Natural Familiar, animo a las parejas casadas a considerar cómo pueden entregarse plenamente uno al otro para entrar en el Reino de Dios. El amor matrimonial es un amor hermoso pero exigente. Es un amor que requiere una entrega mutua y total de sí mismo, que a veces conlleva al sacrificio, o, en el lenguaje del Evangelio de hoy, “vender todo lo que tenemos”. Cuando el amor generoso del matrimonio se expresa en el acto conyugal, los esposos se entregan y se reciben mutuamente en su totalidad, sin retener nada, incluido su potencial procreador. No nos pertenecemos a nosotros mismos, sino a un Dios de amor, y este Dios amoroso ha diseñado el acto matrimonial para unir a un hombre y a una mujer en un don mutuo de sí mismo que está abierto a la vida y al amor.

Necesitamos confiar en el hermoso plan de Dios para el amor conyugal, y confiar en que si lo seguimos, este plan nos conducirá a la verdadera felicidad y libertad. En realidad, la verdadera libertad solo se encuentra cuando elegimos vivir de acuerdo con la verdad que viene de Dios, para que podamos entrar en Su Reino. Caminar por el camino de la verdad puede no ser siempre fácil, y puede costarnos todo lo que somos, ¡pero siempre valdrá la pena!

Peticiones para la Oración de los fieles

- Que los matrimonios den todo lo que son al servicio del Reino de Dios.
- Que los matrimonios reconozcan el tesoro que tienen en el uno y en el otro y en el don de Dios del amor vivificante del matrimonio.

Jueves, 29 de Julio, 2021

MEMORIAL DE LOS SANTOS MARTA, MARIA Y LÁZARO

Lectura: Éxodo 40:16–21, 34–38

Salmo Responsorial: Salmo 84:3, 4, 5–6a and 8a–11

Qué amable es tu morada, Señor del universo!

Evangelio: Juan 11:19–27

La primera lectura relata cómo Moisés preparó el tabernáculo en el que se guardaba el Arca de la Alianza. Esta era la morada del Señor mientras los israelitas viajaban por el desierto camino de la Tierra Prometida. Hoy tenemos un tabernáculo aún mayor entre nosotros, uno en el que Jesús mismo reside en el Santísimo Sacramento: cuerpo, sangre, alma y divinidad. Jesús en el tabernáculo es el mismo Jesús en el cual Marta profesa su fé en el evangelio de hoy, proclamando que es El Hijo de Dios, Quien tiene el poder de resucitar a su hermano Lázaro de entre los muertos. Este Jesús, que está entre nosotros, siempre busca levantarnos a una nueva vida, no solo al final de los tiempos, sino ahora. Él desea desesperadamente ayudarnos a conquistar el pecado en nuestras vidas y darnos la plenitud de la vida en su amor.

Durante esta semana de Concientización sobre la Planificación Natural Familiar, animo a las parejas casadas a que no tengan miedo de acercarse a Jesús para pedirle que renueve la vida de sus matrimonios. Si alguna pareja ha caído en la práctica de usar anticonceptivos, ¡no teman

acercarse a nuestro Señor para pedirle ayuda para superar este comportamiento! En cambio, profesen de nuevo su fé y su confianza en Jesús, buscando Su sanación y fortaleza en el Sacramento de la Confesión. Atrévase a comprometerse a abrazar el plan que El tiene para su amor y experimenten la resurrección de su matrimonio. ¡Comprometámonos todos a seguir el plan de amor de Jesús en nuestras vidas para que podamos experimentar la resurrección!

Peticiones para la Oración de los fieles

- Para que los matrimonios renueven su fe en Jesús y esto les permita renovar su amor, del uno por el otro.
- Que las parejas casadas adopten la planificación natural familiar como un medio para recibir a Jesús en sus vidas.

Viernes, 30 de Julio, 2021

Lectura: Levítico 23:1, 4–11, 15–16, 27, 34b–37

Salmo Responsorial: Salmo 81:3–4, 5–6, 10–11ab
Canten con júbilo al Señor, nuestra fuerza.

Evangelio: Mateo 13:54–58

El evangelio de hoy relata la recepción de Jesús en su ciudad natal. La gente de allí pensó que lo conocía, y se ofendieron ante aquel a quien supusieron que era simplemente el hijo del carpintero, pero quien proclamó las buenas nuevas entre ellos. Carecían de fé para ver más allá de sus propias presuposiciones y cálculos, y por eso perdieron la oportunidad de recibir el gozo que Jesús quería darles.

Durante esta Semana de Concientización sobre la Planificación Natural Familiar, debemos asegurarnos de no ofendernos con Jesús debido a Sus enseñanzas. Cuando escuchamos las enseñanzas de la Iglesia sobre el amor conyugal y la paternidad responsable, estamos escuchando la amorosa voz de Jesús llamándonos a vivir de acuerdo con el hermoso plan de Dios de amor vivificante. En lugar de ofendernos por estas enseñanzas, todos nosotros, y, especialmente las parejas casadas, debemos regocijarnos en esas enseñanzas y "Cantar con gozo a Dios nuestra ayuda", como lo hicieron los israelitas en muchos de sus días festivos. Todos debemos resistir las voces de nuestra cultura que nos hacen dudar de quién es Jesús y, por lo tanto, nos hacen dudar de Su amor por nosotros. Necesitamos escuchar la verdad que nos libera: la verdad del amor que da vida.

Peticiones para la Oración de los fieles

- Que las parejas casadas crezcan en su comprensión y acepten el plan de Dios para el amor conyugal.
- Que abramos nuestros oídos, nuestra mente y nuestro corazón para recibir las buenas nuevas sobre el amor vivificante del matrimonio que Jesús enseña a través de su Iglesia.

Sábado, 31 de Julio, 2021

MEMORIAL DE SAN IGNACIO DE LOYOLA, SACERDOTE

Lectura: Levítico 25:1, 8–17

Salmo Responsorial: Salmo 67:2–3, 5, 7–8

Que los pueblos te den gracias, Señor!

Evangelio: Mateo 14:1–12

En la primera lectura de hoy, Dios instruye a su pueblo a través de Moisés sobre cómo conmemorar el año del jubileo. Al final de este relato, vemos que uno de los temas de las lecturas del martes aparece de nuevo: el temor al Señor. Dios le dice a su pueblo: “No trates injustamente, entonces; pero teme a tu Dios”. El salmo de hoy también dice: “¡Que Dios nos bendiga y que todos los confines de la tierra le teman!”. El Evangelio de hoy relata cómo Juan el Bautista llegó a su muerte. Para Juan, el temor del Señor y el celo por la verdad de Dios regían claramente su vida, más que el temor a Herodes o a cualquier otro poder mundano.

En este último día de la Semana de Concientización sobre la Planificación Familiar Natural, oremos para que aumente en nosotros el don del temor al Señor, para que podamos quedarnos asombrados y reverenciados ante Dios y ante su asombroso diseño de la persona humana que es “formidable y maravilloso”. (Salmo 139: 14)

Dios ha creado al hombre y a la mujer para complementarse con sus propios dones únicos. Esta complementariedad es tan intensa que un esposo y una esposa pueden expresar su amor el uno por el otro de cierta manera, ¡y nueve meses después pueden tener la posibilidad de ponerle nombre a esa expresión de amor! ¡Qué hermoso, qué sobrecogedor, qué maravilloso!

La reverencia por el designio de Dios para el amor humano y el abrazo marital es esencial para que las parejas vivan matrimonios verdaderamente felices y para que la sociedad prospere. La planificación natural familiar promueve la reverencia por el plan de Dios y protege la dignidad de los cónyuges y el amor conyugal. ¡Que todos estemos llenos del celo por el plan de Dios para el amor matrimonial y lo proclamemos a través de nuestras palabras y nuestras acciones!

Peticiones para la Oración de los fieles

- Que Dios aumente en las parejas casadas el don del temor al Señor, para que puedan vivir el plan de Dios para su amor, en lugar de absorber las influencias falsas de la sociedad.
- Que las parejas casadas rechacen los estilos de vida anticonceptivos y adopten la planificación natural familiar como una forma de vivir el plan de Dios para su amor conyugal.

This translation was graciously offered by Ana Luisa Martinez de Carrillo of the Diocese of Phoenix.