

Meditación matrimonial

Canto inicial: Jesús, estoy aquí

Guía:

Querido Señor,
venimos para estar junto a ti
como esposos.

Acudimos a ti,
para renovar nuestro amor
en tu amor.

Nuestra unidad
se funda en ti.
Nuestro amor puede ser total y para siempre,
si está arraigado en tu amor.

En nuestros oídos resuenan tus palabras:
"Así como yo los he amado,
ámense los unos a los otros.
Permanezcan en mi amor".

Sí, Señor,
queremos permanecer en tu amor.

Canto: Si no estuvieras tú

Lector 1:

Todos necesitamos de los demás. Siempre.
Nos necesitamos el uno al otro como esposos.
Tú necesitas de mí y yo necesito de ti.

Qué consolador es recibir
el cariño de la persona amada
en los momentos en que lo precisamos.
Sentir su apoyo y su comprensión,
su calor y su cercanía.

Su riqueza enriquece nuestra vida.
Su necesidad de apoyo
nos hace salir de nosotros mismos.
¡Cuánto tenemos que agradecer que siempre,
especialmente en los momentos difíciles,
podamos contar el uno con el otro!

Y que los momentos más felices
podamos gozarlos juntos:

el uno en el corazón del otro,
para siempre.

(Punteo de guitarra como fondo)

Guía:

Permanezcamos un momento en silencio ante el Señor y agradezcámosle que nos haya regalado el uno al otro como compañía inseparable. Hemos recibido a nuestro cónyuge como un regalo incomparable. Como signo de acogida de ese don, les invito a que extendamos nuestras manos abiertas y que las pongámoslas sobre nuestras rodillas, significando así la acogida al regalo que Dios nos hace.

*Continuar unos momentos la música de fondo un poco más fuerte.
Continua suave la música de fondo mientras se lee el primer párrafo de lo que sigue.*

Lector 2:

Señor Jesús,
tú te acercas a nosotros a través de nuestro prójimo.
"Cada cosa que hagáis
a uno de estos pequeños, decías,
a mí me lo hacéis".

Tu amor nos llega a través de las personas que nos rodean
y quieres también recibir nuestro amor
a través de quienes amamos.

Lo más próximo que tenemos
es esa persona que nos has regalado
como compañía cercana e íntima,
para que fuéramos uno solo.

Su amor nos hace sentir tu amor.
Su cuidado nos hace presente tu cuidado.
Su perdón nos hace palpable tu perdón.
En el latido de su corazón
percibimos el latido de tu corazón.

Gracias, Señor, por este regalo
único, imponderable,
gratuito y permanente.

Si en el amor de nuestro cónyuge
reconocemos tu amor,
reconoce también tú
en nuestro amor por esa persona
nuestro amor por ti.

Canto: Gracias al Dios creador

Lector 1:

La confianza es algo decisivo
en nuestra vida matrimonial.
Aprendamos a confiar el uno en el otro.
Abramos nuestros corazones;
en ellos hay mucha bondad que compartir.

Que seamos el uno para el otro
nuestro mejor amigo,
nuestra mejor amiga;
que seamos nuestro mejor confidente,
nuestro apoyo más seguro,
nuestro refugio preferido,
aquella persona a quien podemos contar
sin temor
lo que pasa dentro de nosotros.

Que nuestro cónyuge sepa
lo que sentimos,
lo que pensamos;
que conozca nuestros proyectos,
nuestras penas,
nuestros fracasos
y nuestras alegrías.

(Punteo de guitarra como fondo)

Guía:

Meditemos en silencio y pidamos al Señor el don de la confianza del uno en el otro.

Les invito ahora a que los esposos abran su mano para que su esposa pueda posar, como muestra de confianza, su mano en la suya. Permanezcamos un momento en silencio ante el Señor y agradezcámosle que nos haya regalado el uno al otro como compañía inseparable.

Hemos recibido a nuestro cónyuge como un regalo incomparable. Como signo de acogida de ese don, les invito a que extendamos nuestras manos abiertas y que las pongámoslas sobre nuestras rodillas, significando así la acogida al regalo que Dios nos hace.

Continuar unos momentos un poco más fuerte la música de fondo.

Continuar suave la música de fondo el primer párrafo de lo que sigue, fade out

Lector 2:

Señor Jesús,
tú dijiste que aquel que estuviera cansado

se acercara a ti,
porque tú eras manso y humilde de corazón
y tu carga era ligera.

¡Qué bueno es tener junto a nosotros
a alguien a quien siempre podemos recurrir!
Sin máscaras,
sin recelos.
Y saber que esa persona
nos va a recibir.

Tú, Señor, estás siempre en el tabernáculo,
dispuesto a recibirnos.
Y nos has regalado a una persona
que también siempre está dispuesta
a acogernos y a escucharnos.

Tú miras lo que hay en el corazón del hombre.
No viniste a condenar sino a salvar.

Señor, tú también pusiste junto a nosotros
a alguien que no nos juzga por nuestros éxitos;
que sabe acogernos también en nuestros fracasos;
porque cree en nosotros.

Tú sabes, Señor,
que en el fondo de nuestro ser somos frágiles;
que necesitamos cariño y comprensión.
¡Qué bueno has sido tú con nosotros
al darnos una compañía cercana,
que nos comprende y perdona
cuando hemos fallado!
Señor, haz que cobijándonos el uno en el otro,
nos sintamos profundamente cobijados en tu corazón.

Canto: He pensado

Lector 1:

El amor matrimonial es una planta
que hay que regar, cuidar,
abonar y proteger.
Esto exige esfuerzo, trabajo e interés.
Pero, vale la pena.

Hagamos crecer cada día más nuestro amor.
¡Alimentémoslo!
El amor matrimonial no crece por arte de magia;
es fruto del esfuerzo de ambos.

Dediquemos un tiempo exclusivo para nosotros dos.
Reencantemos siempre de nuevo nuestro amor.
Si descubrimos que no ha crecido,
o que ha disminuido,
busquemos la causa de su deterioro.

Con fe en la gracia que nos da el sacramento
que nos unió para siempre,
emprendamos el camino de su recuperación.
No dejemos que se nos escape la felicidad
de pertenecernos el uno al otro.
¡Conquistemos esa felicidad!

(Punteo de guitarra como fondo)

Guía:

Nuestro amor, porque es de corazón, busca expresarse sensiblemente. Por eso les invito a darse ahora la mano, entrelazando sus dedos así como se entrelazan sus vidas.

Meditemos en silencio: ¿qué apporto yo a nuestra comunidad de corazones?
¿Es suficiente lo que doy? ¿Qué más podría entregar de mí mismo?

*Continúa unos momentos un poco más fuerte sólo la música de fondo
Continúa suave la música de fondo el primer párrafo de lo que sigue, fade out*

Lector 2:

Señor Jesús,
tú dijiste que nadie tiene mayor amor
que aquel que da su vida por sus amigos.
Tú diste tu vida por nosotros.
Diste tu cuerpo y tu sangre.
Te diste sin reservas, heroicamente.

Aunque nosotros
no te correspondiéramos en la misma medida
y muchas veces te desengañáramos,
tú te nos seguías entregando.

Señor, enséñanos a darnos el uno al otro.
A nunca cansarnos de entregarnos
a esa persona que pusiste a nuestro lado
y que necesita de nuestro amor,
tanto como nosotros necesitamos del suyo.

Purifica nuestro amor.
Borra en nosotros todo egoísmo:
los rencores,

las distancias,
las ingratitudes,
la frialdad
y ese orgullo que tanto nos daña.

Ayúdanos a perdonarnos siempre,
a darnos siempre una nueva oportunidad.
Enséñanos a amarnos
así como tú nos amas.

Canto: No me mueve

Lector 1:

El día tiene 24 horas,
la semana, 7 días.
El ser humano vive muchas realidades distintas:
es persona,
es esposo o esposa
es padre o madre
es amigo o amiga
es profesional,
es trabajador,
es cristiano...

Todas estas realidades hay que vivirlas
y vivirlas a cabalidad...
A cada una hay que dedicarle tiempo.
Pero, que no suceda que el tiempo
que dedicamos a nuestro matrimonio,
sea insuficiente
o, incluso, que sea mínimo.

Aprendamos a posponer otras cosas
para dar tiempo a lo que es más importante:
cuidar y alimentar nuestro amor.

Sabemos que esto nos cuesta.
Creemos que nuestro amor está seguro.
Que puede esperar.
Pero en esa espera, se puede marchitar
y hasta morir.

Démonos tiempo para nosotros mismos:
para compartir,
para disfrutar,
para conversar,
para dialogar,
simplemente para estar el uno junto al otro.

¿Recordamos cuánto tiempo
nos dedicábamos antes de casarnos?

Quien está a nuestro lado necesita mucho de nosotros:
necesita nuestro cariño,
nuestros gestos,
nuestra ayuda,
nuestro tiempo:
nos necesita a nosotros mismos.

(Punteo de guitarra como fondo)

Guía:

Al inicio de esta meditación hicimos el gesto de abrir nuestras manos hacia Dios. Ahora les invito a hacer ahora el mismo gesto poniendo nuestras manos abiertas sobre nuestras rodillas, como signo de ofrecimiento y entrega a quien el Señor nos ha dado como compañero o compañera de vida.

Expresémosle así nuestra abertura de corazón, nuestra disposición a acoger, y nuestro afecto.

¿Cuánto tiempo dedico a escuchar o acompañar a mi cónyuge?

¿Cuál es la calidad de ese tiempo que le dedico?

Agradecemos al Señor los momentos que pasamos juntos.

Continúa unos momentos un poco más fuerte sólo la música de fondo.

Continua suave la música de fondo el primer párrafo de lo que sigue, fade out

Lector 2:

Señor Jesús,
tú viniste en busca nuestra.
Tomaste carne en el seno de María
para establecer tu tienda entre nosotros.

Viviste 30 años junto a María,
tu Madre y Compañera.

Viniste para reunir a las ovejas dispersas
y fuiste en busca de aquellas que necesitaban redención.

Fuiste tú quien tomó la iniciativa.
Al regalarte a nosotros
en el Pan eucarístico
quisiste estar siempre a nuestro alcance.

Enséñanos, Señor, a seguir tus pasos.
A tomar la iniciativa para ir hasta el otro.
A no esperar que sea el otro
quien se acerque primero.

Así sea.

Canto: Estás dentro de mí

Lector 1:

Entrelazar nuestras manos es signo de cariño,
de apoyo y de unión.
Tomarnos de la mano
es un gesto de amor y fuente de comunicación.

Lo hicimos desde que nos comenzamos a querer.
Lo hicimos en privado y lo hicimos en público.

Era una necesidad.
Queríamos decirnos:
cuenta conmigo, estoy contigo, te amo.
Queríamos decirles a todos:
¡nos amamos!
Un gesto tan sencillo, tan simple,
pero tan significativo.
Nuestras manos se abrían para acoger la mano
de quien amábamos.

Ello era una imagen
de lo que iba a suceder con nuestras vidas...
Se iban a entrelazar la una con la otra.
Para siempre.

Ese gesto: mi mano en tu mano,
quiere continuar vivo.

También ahora nos tendemos la mano
el uno al otro:
Un solo amor,
una sola misión,
un solo proyecto,
una sola familia,
una sola carne...

Sigamos uniendo nuestras manos y nuestros corazones.
Hagámoslo cada vez con mayor amor,
simbolizando con este gesto
lo que anhelamos en lo más profundo de nuestro ser:
entrelazar nuestras vidas y nuestros corazones.

(Punteo de guitarra como fondo)

Guía:

¿Hemos mantenido el encanto de nuestro amor a través del tiempo, expresando con ello la fuerza de nuestra unión?

Tomémonos ahora de la mano. Mantengamos nuestras manos fuertemente estrechadas. Aquí, ante el Señor, digámosle una vez más que él bendiga nuestro amor y lo conserve fiel y lozano.

Continúa unos momentos un poco más fuerte sólo la música de fondo.

Continúa suave la música de fondo el primer párrafo de lo que sigue, fade out

Lector 2:

Señor Jesús,
tú tendiste tu mano a Pedro cuando él,
por su incredulidad,
se estaba sumergiendo en el agua.

Tú pusiste tus manos en los ojos del ciego
para que recobrarla la vista.
Tú colocaste tus manos en los oídos del sordo
para que pudiera escuchar.

Tú tomaste en tus manos a los niños
y los bendijiste,
diciendo que si queríamos entrar en el reino de los cielos,
fuéramos como ellos.

Tú cogiste en tus manos la oveja perdida
y tomaste en tus manos el pan
para darte como alimento
de nuestras almas.

Tú nos extiendes también ahora tu mano,
para confortarnos,
levantarnos,
y apoyarnos,
para estrecharnos a ti.

De tu mano queremos caminar hacia el Padre.
Enséñanos, Señor,
a cogernos de la mano
y a expresar en este signo nuestra unidad de corazones.
Recibe nuestras manos y guárdalas las tuyas.
Así sea.

Canto: Toma

Lector 1:

“Prometo serte fiel en lo favorable y en lo adverso,
con salud o enfermedad, todos los días de mi vida”.

Ese es el compromiso con el cual sellamos nuestra unión.
Un compromiso que debemos cumplir
siendo fieles en las cosas pequeñas,
para ser también fieles en las grandes cosas.

Que no haya alegría o tristeza,
inquietud o temor, sufrimiento o éxito
que no sea compartido.

Queremos llevar al mundo un mensaje de esperanza
Proclamemos con nuestra vida,
que es posible el amor y la fidelidad;
y que todo lo podemos en Aquel que nos conforta.

Pongamos nuestro amor de esposos
bajo la protección de María,
la Madre del Amor Hermoso
y de la santa esperanza.

Canto final: Oh María