



reconectando

RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

6.0

familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN



¡BIENVENIDOS!



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida

Estamos felices de que hayan decidido confiar en la renovación matrimonial Reconectando 6.0, ya sea por primera vez o por un año más consecutivo.

Les felicitamos por invertir este tiempo para trabajar juntos en el proyecto más importante de su vida, su matrimonio y su familia.

En esta jornada tendremos momentos de predicación y exposición de temas relevantes para la vida matrimonial y familiar, así como momentos en los que podrán tener un espacio para realizar algunos ejercicios de diálogo en pareja. Esperamos que los puedan aprovechar al máximo.

Esta guía que tienes en tus manos, te ayudará en estos momentos.

Al finalizar la exposición de los temas, tendremos la misa de renovación de promesas matrimoniales, les recomendamos vivirla preparando un espacio con el debido recogimiento en su hogar. ¡Pueden invitar a sus hijos!

Simultáneamente durante la jornada, tendremos un gran grupo de personas en oración por los frutos de este esfuerzo evangelizador, así como un gran equipo de sacerdotes, consagradas y consagrados, así como consultores disponibles por chat de nuestro canal de Youtube, para responder sus dudas e inquietudes.

¡Que Dios bendiga mucho su amor!

Familia Unida Internacional

¿POR QUÉ RENOVAR?



Todo lo que funciona requiere mantenimiento, siempre ayuda hacer un alto y revisar cómo va nuestro matrimonio. Los invitamos a reflexionar y proyectarse como pareja con una actitud abierta al cambio para ajustar lo que sea necesario. Disfruten un día de especial convivencia y diálogo.

Reciban estos consejos prácticos para que puedan sacar un mayor provecho:

- Elegir un lugar tranquilo y sin distracciones para enlazarse.
- Revisar que tengan una conexión a internet estable en el lugar que han elegido.
- Escuchar las conferencias en pareja.
- Dedicar los momentos marcados en el horario como “dinámica en pareja” para trabajar juntos con la guía de acompañamiento que les proporcionamos.
- Tratar, a medida de lo posible, escuchar de manera continua la Renovación Matrimonial.
- Vivir la Santa Misa con mucho respeto, creando un ambiente de devoción y recogimiento.

09:00 AM

Bienvenida

09:10 AM

"Aprende a amar sin límites" – *P. Adolfo Güémez, LC*

Dinámica en pareja

10:00 AM

"Más allá de la monotonía" – *Dr. Marco Antonio Lôme*

Dinámica en pareja

11:00 AM

"Cortemos el ruido: Cómo escuchar y ser escuchado en el matrimonio" – *Pepe Belio Mendoza*

12:00 PM

Matrimonio, fuente de esperanza de vida

– *P. Ángel Espinosa de los Monteros, LC*

01:00 PM

Misa de renovación desde el Santuario

TEMA 1

APRENDE A AMAR SIN LIMITES

IMPARTIDA POR: P. ADOLFO GÜÉMEZ, LC

DINÁMICA EN PAREJA

Tomen un tiempo para responder las siguientes preguntas. Sin prisa, más vale profundizar en cada una.

1. Compromiso:

- ¿Sabemos a dónde vamos como pareja?
- ¿Tenemos un proyecto en común?
- ¿Conocemos nuestras metas?
- ¿Vamos caminando hacia ellas?
- ¿Qué ajustes tenemos que hacer?

2. Aceptación:

- ¿Qué cualidades tiene mi esposo/a que lo/a hacen ser especial? ¡Díganselas!
- ¿En qué temas podemos ser más pacientes y tolerantes el uno con el otro?
- ¿Qué puedo cambiar en mí para hacer más feliz a mi esposo/a?
- ¿Qué pequeño cambio podemos hacer en nuestra relación de pareja para llevarnos mejor?

3. Comunicación:

- ¿Tenemos algún tiempo destinado para nosotros durante la semana?
- ¿Qué nueva actividad podemos integrar en nuestra vida para disfrutarlos como pareja?
- ¿Somos claros y oportunos a la hora de hablar temas importantes?
- ¿Sabemos escucharnos?
- Frente a las diferencias, ¿buscamos llegar a un acuerdo en común?
- ¿Qué pudiéramos mejorar en nuestra comunicación?

4. Espiritualidad y fe:

- ¿Qué lugar le damos a Dios en nuestro matrimonio?
- ¿Cómo sería nuestro matrimonio si Dios fuera su centro?
- ¿Cómo nos podemos acercar más a Él?
- De los ejemplos vistos, ¿qué podemos hacer como pareja/familia para acercarnos más a Dios?
- ¿Cómo podemos darle a Dios el protagonismo que se merece?

TEMA 1



APRENDE A AMAR SIN LIMITES

IMPARTIDA POR: P. ADOLFO GÜÉMEZ, LC

Ejemplos concretos de actividades para trabajar en cada área:

¿Cómo fortalecer nuestro compromiso?

Tener una plática acerca de nuestros sueños y metas a corto y mediano plazo una vez al mes. Tener una plática acerca de nuestras sueños y metas a largo plazo una vez al año.

Priorizar tiempo en intimidad para los dos.

¿Cómo trabajar en la aceptación incondicional?

Trabajar individualmente en crear el hábito de que cada vez que vea algo negativo en mi pareja, buscar algo positivo y pensar en eso.

¿Cómo mejorar la comunicación en pareja?

Dedicar al menos 10 minutos al final del día para que los dos compartan lo mejor de su día, sea en tema de la pareja, de paternidad, de trabajo o de otras áreas.

Siempre que quiera expresar una necesidad, para no expresarla como queja, usar la fórmula:

1. Yo me siento "así" (describe tu sentimiento)
2. Cuando sucede "esto" (di lo que te desencadena el sentimiento)
3. Me gustaría que "hiciéramos" (pon una solución en ti y en el otro)

¿Cómo fortalecer nuestra fe?

Ir a misa en familia todos los domingos y si es posible entre semana.

Horas de adoración en familia.

Rezar juntos en la mañana y en la noche dar gracias.

TEMA 2

DIAGNÓSTICO DE LA MONOTONÍA IMPARTIDA POR: DR. MARCO ANTONIO LÔME SORIANO

El objetivo de este instrumento es hacer un diagnóstico del “nosotros” para que nos demos cuenta cómo está nuestra relación y descubrir posibles grietas de nuestro matrimonio o cosas que tenemos que reafirmar o trabajar. De manera que este análisis nos ayude a sacar propósitos para trabajar nuestra relación y no caigamos en la crisis silenciosa de la monotonía.

PRIMERA PARTE: Revisa qué tanto de estos factores están en tu matrimonio. Estos factores indican que tu matrimonio está cayendo en la monotonía. Tienes que salir de ahí. Haz un “*check list*”.

- Falta de cariño, afecto, admiración.
- Falta de pasión en la relación.
- Hay sentimientos de frustración.
- Incapacidad para comunicarse.
- Hay una sensación de tristeza o soledad.
- Hay un deseo de tener una vida diferente sin el otro.
- Hay un clima agresivo o de fastidio.
- Hay desconfianza en la relación.
- Hay desconexión emocional.
- Se ha pensado en la separación.

Después de hacer este “*check list*”, escoge tres cosas que te gustaría trabajar para cambiar tu matrimonio.

DIAGNÓSTICO DE LA MONOTONÍA

SEGUNDA PARTE: Revisa cómo están tus alcancías emocionales respecto a las dimensiones esenciales del matrimonio. Revisen y dialoguen como matrimonio cada una de las dimensiones.

Dimensión Corporal

Preguntas	Sí	No
¿Podemos decir que nuestra intimidad sexual es satisfactoria?		
¿Hay la suficiente presencia física cuando se necesita?		
¿Hay manifestaciones físicas entre nosotros: caricias, besos, abrazos...?		
¿Nos cuidamos mutuamente en lo físico, sexual y salud?		
¿Hay alguna molestia o desacuerdo en el vestir del otro que ponga en riesgo algo?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

Dimensión Psíquica

Preguntas	Sí	No
¿Buscamos en todo momento el bien de cada uno de nosotros?		
¿Podemos contar siempre con la disposición de uno y otro? ¿Es mi lugar seguro?		
¿Hay una visión positiva mútua (lo que el otro ve de mí es positivo)?		
¿Existe en nuestro matrimonio un ambiente abrumador, violento, agresivo?		
¿Existe preocupación por parte de los dos respecto a las necesidades de cada uno (alimentación, vestido, seguridad, protección, metas, plan de vida...)?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

DIAGNÓSTICO DE LA MONOTONÍA

Dimensión Espiritual

Preguntas	Sí	No
¿Nos sentimos valorados y amados en nuestro matrimonio?		
¿Tenemos un proyecto en común que conecte con mis anhelos y valores?		
¿Poseemos una misma filosofía de vida?		
¿Vivimos una misma fe?		
¿Existen situaciones en las que no se respeta nuestra dignidad?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

Dimensión Afectiva

Preguntas	Sí	No
¿Nos preocupamos y ocupamos mutuamente de manera que nos hacemos sentir en conexión afectiva?		
¿Podemos expresar sin miedo nuestros sentimientos, puntos de vista y necesidades?		
¿Hay expresiones verbales y físicas de afecto?		
¿Conocemos nuestros lenguajes de amor?		
¿Existen juicios o etiquetas que nos hacen sentir desvalorizados?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

DIAGNÓSTICO DE LA MONOTONÍA

Dimensión Intelectual

Preguntas	Sí	No
¿Nos conocemos lo suficiente como pareja?		
¿Conocemos las metas y deseos actuales de los dos?		
¿Conocemos nuestras preocupaciones y tensiones actuales?		
¿Conocemos nuestras historias: huellas de amor como heridas?		
¿Hay visión distorsionada en nuestro matrimonio respecto a lo que cada uno piensa del otro? ¿Hay etiquetas puestas? ¿Cuáles? ¿Duelen?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

Dimensión Volitiva

Preguntas	Sí	No
¿Siento que en mi matrimonio hay control, celos, desconfianza?		
¿Hay en nuestro matrimonio acciones que nos hacen sentir amados?		
¿Hay en nuestro matrimonio acciones que nos hieren?		
¿En nuestro matrimonio existe disposición para saber renunciar por el bien del matrimonio?		
¿Hay voluntad de querer mejorar en nuestro matrimonio?		
Comentarios: Si las cosas andan bien, describan cómo manejan esta dimensión en sus vidas. Si las cosas no andan bien comenten sobre los obstáculos que impiden que su relación mejore en esta dimensión.		

DIAGNÓSTICO DE LA MONOTONÍA

TERCERA PARTE: Pónganse 5 actividades como matrimonio que deseen trabajar cada semana y revísenlas cada semana para ver cómo van.

PROPÓSITO MATRIMONIAL	CÓMO LO VAN A MEDIR

TEMA 3



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida

CORTEMOS EL RUIDO: CÓMO ESCUCHAR Y SER ESCUCHADO EN EL MATRIMONIO IMPARTIDA POR: PEPE BELIO MENDOZA

1. ¿Cuáles son los ruidos internos que tengo que me impiden sentirme escuchado por ti ?
2. ¿Cuáles son los ruidos internos que tengo que me impiden escucharte a ti ?
3. ¿Cuáles son los ruidos externos que tengo que me impiden sentirme escuchado por ti ?
4. ¿Cuáles son los ruidos externos que tengo que me impiden escucharte a ti ?
5. ¿Cuáles son los ruidos que tiene nuestra relación que nos impiden sentirnos y sabernos escuchados?

TEMA 3

CORTEMOS EL RUIDO: CÓMO ESCUCHAR Y SER ESCUCHADO EN EL MATRIMONIO

IMPARTIDA POR: PEPE BELIO MENDOZA



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

ELEGIR UN TEMA O NECESIDAD DE ESTA ÁREA	COMO GENERALMENTE EXPRESO MI NECESIDAD DE ESTA ÁREA -CÓNYUGE A-	LO QUE GENERALMENTE ENTIENDES DE TU CÓNYUGE A -CÓNYUGE B-	MI NECESIDAD REAL Y PROFUNDA -CÓNYUGE A- DILO DE OTRA MANERA MÁS ASERTIVA	ASÍ TE PODRÍA RESPONDER PARA QUE TE SIENTAS VALIDADO EN ESTE TEMA -CÓNYUGE B-
SOCIAL (EJEMPLO)	Deberías de acompañarme más a las reuniones que se organizan con los compañeros de mi trabajo	Quiere controlarme y no me deja hacer mis actividades cuando tengo libre un espacio para mi trabajo	Me gustaría que me acompañaras a las reuniones pues soy muy feliz cuando hacemos cosas juntos.	Gracias por decirme lo importante que es para ti esto. Entiendo lo mucho que significa para ti pasar tiempo juntos
INTIMIDAD				
FAMILIA POLÍTICA				
ECONOMÍA				
HIJOS				
AMISTADES				
TRABAJO				
ESPIRITUALIDAD				
SOCIAL				

TEMA 4

MATRIMONIO FUENTE DE ESPERANZA DE VIDA IMPARTIDA POR: P. ANGEL ESPINOSA DE LOS MONTEROS, LC

Proyecto de vida matrimonial

Dónde me veo en 2, 5 y 10 años.

Tomar en cuenta todos los ámbitos de la relación de pareja.

Por ejemplo:

Comunicación

- ¿Qué medidas podemos poner en práctica para solucionar mejor nuestros conflictos?
- ¿Cuál es para nosotros la mejor forma de tomar las decisiones importantes?

Economía y trabajo

- ¿Tenemos un presupuesto familiar?
- ¿Cómo compartiremos las responsabilidades y tareas del hogar?
- ¿Ambos trabajamos? ¿Cuánto tiempo le dedicamos al trabajo?

Convivencia y ambiente familiar

- ¿Qué fiestas celebramos?
- ¿Cuáles conservaremos y cómo las viviremos en nuestra vida?
- ¿Cómo manejaremos nuestro tiempo de descanso?
- ¿Cuáles son nuestras actividades de entretenimiento?
- ¿Cómo pasamos nuestras vacaciones?

Experiencia y fe compartida

- ¿Cómo expresamos nuestra fe? ¿Cómo participamos en la Iglesia?
- ¿Vamos a misa juntos, rezamos antes de dormir y al despertar?
- ¿Qué podríamos hacer para seguir formándonos y creciendo en la fe?

Vida Social

- ¿Cómo es nuestra relación con nuestras familias de origen?

Visitas, convivencia, etc.

- ¿Qué amistades queremos cultivar?

Vida Íntima

- ¿Cómo podemos cultivar nuestra vida afectiva y sexual?

Por ejemplo: caricias, regalos, delicadeza, agradecimientos, actos de servicio, etc.

¿QUÉ ACUERDOS VAN A PREVALECER EN NUESTROS MATRIMONIO?

¿Cómo vamos a construir nuestro futuro?

Expositores

Marco Antonio Lôme Soriano



Casado y padre de cuatro hijos varones. Busca impactar en la vida de las personas, los matrimonios y las familias para hacer un verdadero cambio en la sociedad.

Estudió la **Licenciatura en Filosofía** en el *Ateneo Regina Apostolorum* (Roma, Italia), la **Licenciatura en Administración de Empresas** en la *Universidad Interamericana para el Desarrollo* (Guadalajara, México) y la **Maestría en Ciencias de la Familia** en el *Pontificio Instituto Juan Pablo II para la Familia de la Universidad Anáhuac* (México).

Es **Doctor en Psicología clínica** por el *Instituto Metropolitano de Psicología* (Guadalajara, México) cuya tesis de investigación cuantitativa versó sobre la validación de *la escala de percepción del conflicto en la pareja* y el diagnóstico de *las zonas de conflicto de los matrimonios en crisis* para el diseño de una intervención matrimonial.

Ha estudiado los siguientes **estudios de posgrados**:

- **Máster en Humanidades y Letras** en Salamanca, España.
 - **Máster en Antropología Personalista** por la *Asociación Española de Personalismo* y la *Universidad Católica de Valencia*.
 - **Máster en Acompañamiento Familiar** por la *Universidad Católica de Ávila* y el *Instituto da Familia*.
 - **Máster en Pensamiento de Karol Wojtyła** por la *Asociación Española de Personalismo*.
 - **Máster en Liderazgo virtuoso** por la *Universidad Francisco de Vitoria* y la *Universidad Regina Apostolorum*.
 - **Máster en Teología del cuerpo** por el *Pontificio Instituto Juan Pablo II*.
- Está en el proceso de certificación en *Coaching de vida*, desde el modelo del *Coaching Dialógico*, por la *Universidad Francisco de Vitoria* (España), en la certificación de *Terapia de Parejas del Método Gottman* por *The Gottman Institute*, en la certificación del método de *Terapia de parejas Enfocada en emociones* (EFT).

Entre sus **estudios de especialización** se encuentran:

- "Orientación Familiar".
 - "Psicoterapia de pareja".
 - "Intervención de parejas desde el punto de vista personalista".
 - "Acompañamiento matrimonial en situaciones difíciles".
 - "Inteligencia emocional en la familia".
 - "Tanatología".
 - "Teología del cuerpo y del amor humano".
 - "Desarrollo psicoafectivo y educación integral de la sexualidad".
 - "Pedagogía y acompañamiento para el amor".
 - "Visión integral de la persona".
 - "Matrimonio y Familia".
 - "Psicotrauma".
-
- Como experiencia laboral ha trabajado en el sector educativo en educación media-superior como profesor, coordinador académico y director de formación en México, Italia y Brasil. Ha explorado el campo empresarial en el área de recursos humanos. Ha participado como conferencista en varios congresos nacionales e internacionales con temas de familia en Italia, España, Brasil, Honduras, Ecuador, Perú, Colombia, Argentina, Estados Unidos y México. Ha sido conductor de programas de radio en Guadalajara, Jal. y en la estación de *"Guadalupe Radio"* en Los Ángeles, CA. Fue 11 años director del Pontificio Instituto Teológico Juan Pablo II para las ciencias del Matrimonio y Familia, plantel Guadalajara. Fue secretario general de REDIFAM, *Red Universitaria Latinoamericana de Institutos de la Familia*. Ha ejercido la docencia en las áreas de filosofía, literatura, coaching y acompañamiento matrimonial y familiar.
 - Es Fundador de *Trascentia family consulting* (empresa dedicada a consultoría y a la difusión de contenidos de formación). Es miembro de la Asociación Española de Personalismo. Es terapeuta matrimonial, consultor familiar y coach. Es conferencista sobre temas de familia, matrimonio, educación, paternidad, masculinidad, afectividad, sexualidad, coaching y liderazgo. Es autor del libro: *"El ring del amor, tres reglas de oro para cambiar tu matrimonio"*.

P. Adolfo Güémez, LC



Nació en Celaya, Gto.
Legionario de Cristo desde 1995

EXPERIENCIA ACADÉMICA

Licenciado en Filosofía por la Universidad Anáhuac.

Bachiller en Teología por el Ateneo Regina Apostolorum en Roma.

Realizo estudios de maestría en Humanidades clásicas en el centro de estudios humanísticos de la Legión de Cristo en Connecticut, USA.

Se ordenó sacerdote el 15 de Agosto de 2008.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Ha escrito seis libros entre los que destacan, "Corazón de Mujer", "9 pasos para Amar Más" y "Caminando Juntos, espiritualidad matrimonial para una época digital."

Es conferencista internacional y está presente activamente en las redes sociales.

Desempeñó sus primeros años de sacerdocio en Chile y Argentina.

Actualmente es Director de la sección de señores en San Pedro Garza García, NL.

P. Ángel Espinosa de los Monteros, LC



Ha impartido mas de 4,000 conferencias sobre matrimonio, valores familiares y espiritualidad en diferentes ciudades de México, Estados Unidos, Francia, Italia, España y todo Centro y Sudamérica.

Ha atendido a cientos de matrimonios ofreciendo consejo y programa de crecimiento conyugal y familiar.

Publicó "El anillo es para siempre" traducido a diferentes lenguas y ha dictado más de 20 títulos de conferencias.

Actualmente se dedica a tiempo completo a impartir conferencias y renovaciones matrimoniales en 20 países del mundo.

Pepe Belio Mendoza



EXPERIENCIA ACADÉMICA

Licenciatura en Ciencias de la Familia.
Maestría en Psicopedagogía.
Doctorante en Liderazgo y Dirección de Instituciones de Educación Superior.

EXPERIENCIA ACADÉMICA

Director académico de formación integral en la Universidad Anáhuac México.

Imparte coaching a nivel individual y matrimonial.

Liderea con su esposa programas de cursos prematrimoniales.

Participa como expositor y asesor en renovaciones matrimoniales dentro y fuera del país.

Ha impartido más de 500 conferencias en temas de desarrollo humano, familia, matrimonio, Teología del Cuerpo, inteligencia emocional y liderazgo.

EXPERIENCIA COMPLEMENTARIA

Diplomados en Coaching, Orientación familiar y Terapia de pareja centrada en emociones.

En proceso de certificación de Terapia de pareja Método Gottman.

En proceso de certificación de Coaching Dialógico por la Universidad Francisco de Vitoria.

Misa

Sábado 1 de Febrero del 2025

Primera lectura

Lectura de la carta a los Hebreos

Hebreos 11, 1-2, 8-19

Hermanos: La fe es la forma de poseer, ya desde ahora, lo que se espera, y de conocer las realidades que no se ven. Por ella, fueron alabados nuestros mayores.

Por su fe, Abraham, obediente al llamado de Dios, y sin saber a dónde iba, partió hacia la tierra que habría de recibir como herencia. Por la fe, vivió como extranjero en la tierra prometida, en tiendas de campaña, como Isaac y Jacob, coherederos de la misma promesa, después de él. Porque ellos esperaban la ciudad de sólidos cimientos, cuyo arquitecto y constructor es Dios.

Por su fe, Sara, aun siendo estéril y a pesar de su avanzada edad, pudo concebir un hijo, porque creyó que Dios habría de ser fiel a la promesa; y así, de un solo hombre, ya anciano, nació una descendencia numerosa como las estrellas del cielo e incontable como las arenas del mar.

Todos ellos murieron firmes en la fe. No alcanzaron los bienes prometidos, pero los vieron y los saludaron con gozo desde lejos. Ellos reconocieron que eran extraños y peregrinos en la tierra. Quienes hablan así, dan a entender claramente que van en busca de una patria; pues si hubieran añorado la patria de donde habían salido, habrían estado a tiempo de volver a ella todavía. Pero ellos ansiaban una patria mejor: la del cielo. Por eso Dios no se avergüenza de ser llamado su Dios, pues les tenía preparada una ciudad.

Por su fe, Abraham, cuando Dios le puso una prueba, se dispuso a sacrificar a Isaac, su hijo único, garantía de la promesa, porque Dios le había dicho: De Isaac nacerá la descendencia que ha de llevar tu nombre. Abraham pensaba, en efecto, que Dios tiene poder hasta para resucitar a los muertos; por eso le fue devuelto Isaac, que se convirtió así en un símbolo profético.

Palabra de Dios

Salmo

Lc 1,69-70.71-72.73-75

R/. Bendito sea el Señor, Dios de Israel, porque ha visitado a su pueblo

Suscitándonos una fuerza de salvación
en la casa de David, su siervo,
según lo había predicho desde antiguo
por boca de sus santos profetas. **R/.**

Es la salvación que nos libra de nuestros enemigos
y de la mano de todos los que nos odian;
realizando la misericordia que tuvo con nuestros padres,
recordando su santa alianza. **R/.**

Y el juramento que juró a nuestro padre Abrahán,
para concedernos que, libres de temor,
arrancados de la mano de los enemigos,
le sirvamos con santidad y justicia,
en su presencia, todos nuestros días. **R/.**

Evangelio del día

Lectura del santo evangelio según san Marcos 4,35-41

Aquel día, al atardecer, dijo Jesús a sus discípulos:

«Vamos a la otra orilla».

Dejando a la gente, se lo llevaron en barca, como estaba; otras barcas lo acompañaban. Se levantó una fuerte tempestad y las olas rompían contra la barca hasta casi llenarla de agua. Él estaba en la popa, dormido sobre un cabezal. Lo despertaron, diciéndole:

«Maestro, ¿no te importa que perezcamos?».

Se puso en pie, increpó al viento y dijo al mar:

«¡Silencio, enmudece!».

El viento cesó y vino una gran calma.

Él les dijo:

«¿Por qué tenéis miedo? ¿Aún no tenéis fe?».

Se llenaron de miedo y se decían unos a otros:

«¿Pero quién es este? ¡Hasta el viento y el mar lo obedecen!».

Palabra del Señor

Renovación de votos

Yo _____, te recibo a ti _____, como esposa y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

Yo _____, te recibo a ti _____, como esposo y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

_____, recibe esta alianza, en señal de mi amor y fidelidad a ti. En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

_____, recibe esta alianza, en señal de mi amor y fidelidad a ti. En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

Comunión espiritual

Creo, Jesús mío,
que estás realmente presente en el Santísimo Sacramento del Altar.
Te amo sobre todas las cosas
y deseo recibirte en mi alma.
Pero como ahora no puedo recibirte sacramentado,
ven a lo menos espiritualmente a mi corazón.
Y como si ya te hubiese recibido,
Te abrazo y me uno del todo a Ti.
Señor, no permitas que jamás
Me aparte de Ti.

Amén.



Oraciones

reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida



Oraciones Por mi esposa



Señor,

Tú has soñado el proyecto de amor entre el hombre y la mujer y, desde el comienzo de la humanidad, creaste para el varón la compañía ideal, y su razón de amar, en una mujer.

Permíteme hoy agradecerte por ella: es mi esposa, aquella mujer que, como parte de mi ser, debo cuidar y custodiar.

Quiero pedirte por ella, para que en su corazón no envejezca la capacidad de amar, que sus sonrisas se multipliquen como las estrellas en la noche y la luz de su mirada no pierda el brillo jamás.

Que en sus manos siempre sean nuevas las caricias que sanan con ternura y se ocupan día a día de nuestra familia.

Que su corazón no sea encadenado por la tristeza y que en él fluya, como torrente de vida, tu Amor.

Que yo sea para ella compañero y amigo fiel, amante de su alma y admirador de todas las delicadezas que la hacen bella, única, irremplazable... mi esposa.

Que sepa amarla y custodiarla, protegerla y valorarla, soñarla y hacerla soñar, Que no empañe jamás su sonrisa y disfrute del tiempo con ella feliz a mi lado.

Tómala bien fuerte de la mano, bendice siempre su vientre de amor, que es cuna de vida y ternura. Serénala cuando no encuentre sosiego y corónala de bendiciones cada día, al despuntar el alba.

Hazme sereno, y hasta delicado, para no lastimar su hermosura.

Que sepa abrazarla y darle mis mejores años para que, juntos, amándonos, descubramos la belleza de este amor que viene de ti y hacia ti va, coronado por este tiempo de vida juntos, como compañeros de camino, amigos del alma y esposos cristianos.

Amén.

Oraciones Por mi esposo



Señor,

hoy quiero hablarte del hombre que para mi corazón es muy amado, a quien elegí para ser mi compañero y mi mejor amigo, a quien preferí y escogí entre las páginas de mi vida.

Quiero pedirte por su corazón: míralo con ternura y acaricia sus heridas más profundas.

Sana su memoria de recuerdos dolorosos y regálale alegría siempre nueva para sus labios.

Colma su corazón de amor para que sus palabras y sus gestos transmitan, a quienes estamos a su lado, la compañía y la seguridad que tanto necesitamos.

Fortalece sus manos para que su trabajo sea digno y bueno. Guía sus pensamientos para que sus pasos sean bendecidos.

Toma su mano y guíalo cada día para que, como padre y esposo, sea fiel a tus mandamientos y su sola presencia inspire fuerza, valentía y seguridad.

Que su familia pueda recurrir a él como sostén y guía, fuerza y ayuda en cualquier situación.

Que nuestros hijos descubran en él un modelo perfecto de amor y seguridad; que en sus brazos aprendan el valor del trabajo y la fidelidad y que por sus palabras beban honestidad y responsabilidad.

Bendice su trabajo y las manos que día a día no se cansan; que todos sus caminos sean bendecidos.

Que yo descubra en él, como esposa, el amor verdadero y eterno que siempre anhelé.

Dame capacidad de entenderlo, valorarlo y amarlo, sin pretender cambiarlo.

Que corrija con prudencia y camine a su lado respetando su individualidad y diferencias.

Que lo ame y cada día lo conduzca, con mis oraciones y ejemplo, hacia nuestro fin, que es el Cielo, donde nuestro amor será eterno.

Amén.

Oraciones Por los hijos



Te presentamos, Señor, el fruto de nuestro amor;
nuestra unión hecha vida por tu gracia;
regalo tierno y misterioso que acogimos
con alegría: nuestros hijos.
Cada uno es un don y una tarea.

Ayúdanos a descubrir, como padres, su misión.
Ilumínanos para guiarlos siempre hacia el bien.
Fortalece nuestra voluntad en ser pacientes.
Danos sabiduría para enseñarles el amor.

Te pedimos caridad y unidad como padres:
que los dos sepamos aportar a nuestros hijos
los regalos que, como padre y madre, ellos necesitan;
que compartamos juntos esta tarea,
con la misma unión de la cual fueron fruto.

Danos tu luz para que les regalemos raíces,
para que su vida sea sólida en la virtud.
Danos generosidad y esperanza para darles alas,
para que, a su tiempo, vuelen a su nido
y formen una nueva familia como la nuestra.

Que sepamos vencer heridas del pasado.
Que tengamos la humildad para aprender de ellos.
Que vivamos con ellos la alegría de la comunión.
Que perseveremos en el amor.
Que podamos ver a los hijos de nuestros hijos.

Son tuyos, Señor, te los presentamos un día más.
Que les regalemos el don de la fe vivida con coherencia
para que su vida sea una ofrenda agradable a ti.
Míralos, son tus hijos, llévalos en tu Corazón,
como también nosotros los llevamos en el nuestro.

Amén.



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida

Oraciones Matrimonio en dificultad

Venimos, Señor, con un corazón abierto,
con la esperanza de sanar nuestra
comunión,
la que firmamos con alegría e ilusión
el día de nuestro matrimonio.

Ha pasado ya tiempo desde que iniciamos
esta aventura con confianza y amor:
nos hemos reído, abrazado y besado,
pero ahora nos reconocemos enfermos.

Sí, enfermos de amor: ya no sentimos
lo que al inicio fue un paraíso de pasión.
Ahora, cada día es un lento avanzar
en la conquista de nuestro corazón herido.

Ayúdanos a perseverar en nuestra entrega,
que, donde haya infidelidad,
uno sepa perdonar, y el otro, reparar;

que, donde haya odio,
pongamos una gota de amor;

que, donde haya silencio y rencor,
pongamos una palabra de esperanza;

que, donde haya miedo y violencia,
pongamos un gesto de cariño.

Enséñanos a vivir las tres "Ces" del
matrimonio: cariño, comunicación y
comprensión.

Cariño forjado con la voluntad
y no sólo con el sentimiento;
que la esposa sienta el calor de los detalles;
que el esposo sienta el consuelo del
reconocimiento.

Comunicación que se haga desde dentro;
palabras que, más que hablar, escuchen;
corazón que se una al del otro en silencio;
miradas que recuerden la del primer día.

Comprensión que es quererse como somos;
tomarse de la mano y mirar juntos en la
misma dirección; desprenderse de todo
afecto que no sea recto;
crecer para ser mejores, no sólo mayores.

Líbranos de las sirenas egoístas de nuestros
sueños, de todo lo que perturba el dar sin
buscar recibir. Crea en nosotros un corazón
nuevo, como el tuyo.

Por último, te pedimos fuerza para levantar
juntos la mirada hacia la prueba más
grande de amor que nos diste;
que mirando al crucifijo nos recuerdes
que el vino mejor siempre está por llegar,
si juntos nos esforzamos por llenar esas
seis tinajas del agua de nuestra humanidad.

Amén.