



Exhortación Apostólica: “La Alegría Del Amor”

Las mejores frases de «La alegría del amor»

Del Santo Padre sobre el amor en la familia

El **Papa Francisco** aborda todo lo que afecta a la familia en su exhortación apostólica «La alegría del amor». Desde la acogida de los **divorciados vueltos a casar** en la Iglesia hasta las parejas de hecho, la maternidad, la corresponsabilidad en el hogar o la educación de los hijos.

A continuación extractamos **los mejores párrafos del Santo Padre** sobre cada uno de los temas que aborda en este texto que incorpora muchas citas de los dos **Sínodos de la Familia** y de algunas conferencias episcopales.

Cuidar el trato de las personas. «Tenemos que ser humildes y realistas, para reconocer que a veces nuestro modo de presentar las convicciones cristianas, y la forma de tratar a las personas, han ayudado a provocar lo que hoy lamentamos, por lo cual nos corresponde una saludable reacción de autocrítica».

Excesivo enfoque en la procreación. «Con frecuencia presentamos el matrimonio de tal manera que su fin unitivo, el llamado a crecer en el amor y el ideal de ayuda mutua, quedó opacado por un acento casi excluyente en el deber de la procreación».

Una Iglesia lejos de la realidad. «Otras veces, hemos presentado un ideal teológico del matrimonio demasiado abstracto, casi artificiosamente construido, lejano de la situación concreta y de las posibilidades efectivas de las familias reales. Esta idealización excesiva, sobre todo cuando no hemos despertado la confianza en la gracia, no ha hecho que el matrimonio sea más deseable y atractivo, sino todo lo contrario».

Respetar la propia conciencia de los fieles. «También nos cuesta dejar espacio a la conciencia de los fieles, que muchas veces responden lo mejor posible al Evangelio en medio de sus límites y pueden desarrollar su propio discernimiento ante situaciones donde se rompen todos los esquemas. Estamos llamados a formar las conciencias, pero no a pretender sustituirlas».

Cultura de lo provisorio. «Las consultas previas a los dos últimos sínodos sacaron a la luz diversos síntomas de la "cultura de lo provisorio". Me refiero, por ejemplo, a la velocidad con la que las personas pasan de una relación afectiva a otra. Crean que el amor, como en las redes sociales, se puede conectar o desconectar a gusto del consumidor e incluso bloquear rápidamente. Se traslada a las relaciones afectivas lo que sucede con los objetos y el medio ambiente: todo es descartable, cada uno usa y tira, gasta y rompe, aprovecha y estruja mientras sirva. Después, ¡adiós!».



Mejorar el acceso a la vivienda digna. «La falta de una vivienda digna o adecuada suele llevar a postergar la formalización de una relación. Hay que recordar que « la familia tiene derecho a una vivienda decente, apta para la vida familiar y proporcionada al número de sus miembros, en un ambiente físicamente sano, que ofrezca los servicios básicos para la vida de la familia y de la comunidad».

«Es tan inalienable el derecho a la vida del niño inocente que crece en el seno de su madre, que de ningún modo se puede plantear como un derecho sobre el propio cuerpo la posibilidad de tomar decisiones con respecto a esa vida»

Mejorar la conciliación laboral y familiar. «Muchos se han referido a la función educativa, que se ve dificultada, entre otras causas, porque los padres llegan a su casa cansados y sin ganas de conversar, en muchas familias ya ni siquiera existe el hábito de comer juntos, y crece una gran variedad de ofertas de distracción además de la adicción a la televisión».

El aborto no es un derecho de la mujer. «No puedo dejar de decir que, si la familia es el santuario de la vida, el lugar donde la vida es engendrada y cuidada, constituye una contradicción lacerante que se convierta en el lugar donde la vida es negada y destrozada. Es tan grande el valor de una vida humana, y es tan inalienable el derecho a la vida del niño inocente que crece en el seno de su madre, que de ningún modo se puede plantear como un derecho sobre el propio cuerpo la posibilidad de tomar decisiones con respecto a esa vida, que es un fin en sí misma y que nunca puede ser un objeto de dominio de otro ser humano».

Evitar la obsesión por el placer. «En el matrimonio conviene cuidar la alegría del amor. Cuando la búsqueda del placer es obsesiva, nos encierra en una sola cosa y nos incapacita para encontrar otro tipo de satisfacciones. Las alegrías más intensas de la vida brotan cuando se puede provocar la felicidad de los demás, en un anticipo del cielo».

Compartir «tiempo de calidad» entre los cónyuges. «Darse tiempo, tiempo de calidad, que consiste en escuchar con paciencia y atención, hasta que el otro haya expresado todo lo que necesitaba. Esto requiere la ascesis de no empezar a hablar antes del momento adecuado. En lugar de comenzar a dar opiniones o consejos, hay que asegurarse de haber escuchado todo lo que el otro necesita decir. (...) Muchas veces uno de los cónyuges no necesita una solución a sus problemas, sino ser escuchado. Tiene que sentir que se ha percibido su pena, su desilusión, su miedo, su ira, su esperanza, su sueño».

El erotismo es «un don de Dios». «Entonces, de ninguna manera podemos entender la dimensión erótica del amor como un mal permitido o como un peso a tolerar por el bien de la familia, sino como don de Dios que embellece el encuentro de los esposos».



Paternidad responsable, «no procreación ilimitada». «Las familias numerosas son una alegría para la Iglesia. En ellas, el amor expresa su fecundidad generosa. Esto no implica olvidar una sana advertencia de san Juan Pablo II, cuando explicaba que la paternidad responsable no es «procreación ilimitada o falta de conciencia de lo que implica educar a los hijos, sino más bien la facultad que los esposos tienen de usar su libertad inviolable de modo sabio y responsable, teniendo en cuenta tanto las realidades sociales y demográficas, como su propia situación y sus deseos legítimos».

La alegría de la maternidad. «A cada mujer embarazada quiero pedirle con afecto: Cuida tu alegría, que nada te quite el gozo interior de la maternidad. Ese niño merece tu alegría. No permitas que los miedos, las preocupaciones, los comentarios ajenos o los problemas apaguen esa felicidad de ser instrumento de Dios para traer una nueva vida al mundo».

«No se puede olvidar que en esta familia grande están también el suegro, la suegra y todos los parientes del cónyuge. Una delicadeza propia del amor consiste en evitar verlos como seres peligrosos»

La familia «ampliada». «El pequeño núcleo familiar no debería aislarse de la familia ampliada, donde están los padres, los tíos, los primos, e incluso los vecinos. El individualismo de estos tiempos a veces lleva a encerrarse en un pequeño nido de seguridad y a sentir a los otros como un peligro molesto (...)

Esta familia grande debería integrar con mucho amor a las madres adolescentes, a los niños sin padres, a las mujeres solas que deben llevar adelante la educación de sus hijos, a las personas con alguna discapacidad que requieren mucho afecto y cercanía, a los jóvenes que luchan contra una adicción, a los solteros, separados o viudos que sufren la soledad, a los ancianos y enfermos que no reciben el apoyo de sus hijos, y en su seno tienen cabida "incluso los más desastrosos en las conductas de su vida"».

Los suegros son parte de la familia. «Finalmente, no se puede olvidar que en esta familia grande están también el suegro, la suegra y todos los parientes del cónyuge. Una delicadeza propia del amor consiste en evitar verlos como competidores, como seres peligrosos, como invasores. La unión conyugal reclama respetar sus tradiciones y costumbres, tratar de comprender su lenguaje, contener las críticas, cuidarlos e integrarlos de alguna manera en el propio corazón, aun cuando haya que preservar la legítima autonomía y la intimidad de la pareja».

Formación de sacerdotes y seminaristas

Sacerdotes con poca formación. «En las respuestas a las consultas enviadas a todo el mundo, se ha destacado que a los ministros ordenados les suele faltar formación adecuada para tratar los complejos problemas actuales de las familias. En este sentido, también puede ser útil la experiencia de la larga tradición oriental de los sacerdotes casados».



Equilibrio psico - afectivo de los seminaristas. «Los seminaristas deberían acceder a una formación interdisciplinaria más amplia sobre noviazgo y matrimonio, y no sólo en cuanto a la doctrina. Además, la formación no siempre les permite desplegar su mundo psico - afectivo.

Algunos llevan sobre sus vidas la experiencia de su propia familia herida, con ausencia de padres y con inestabilidad emocional. Habrá que garantizar durante la formación una maduración para que los futuros ministros posean el equilibrio psíquico que su tarea les exige (...) En ese sentido, es saludable la combinación de algún tiempo de vida en el seminario con otro de vida en parroquias, que permita tomar mayor contacto con la realidad concreta de las familias. En efecto, a lo largo de su vida pastoral el sacerdote se encuentra sobre todo con familias».

Preparación para el matrimonio

Más formación para los novios. «Conviene encontrar además las maneras, a través de las familias misioneras, de las propias familias de los novios y de diversos recursos pastorales, de ofrecer una preparación remota que haga madurar el amor que se tienen, con un acompañamiento cercano y testimonial. Suelen ser muy útiles los grupos de novios y las ofertas de charlas opcionales sobre una variedad de temas que interesan realmente a los jóvenes. No obstante, son indispensables algunos momentos personalizados, porque el principal objetivo es ayudar a cada uno para que aprenda a amar a esta persona concreta con la que pretende compartir toda la vida. Aprender a amar a alguien no es algo que se improvisa ni puede ser el objetivo de un breve curso previo a la celebración del matrimonio».

«Muchos novios llegan a la nupcia sin conocerse. Solo se han distraído juntos, pero no han enfrentado el desafío de mostrarse a sí mismos y de aprender quién es en realidad el otro»

Celebrar San Valentín. «Tampoco hay que olvidar los valiosos recursos de la pastoral popular. Para dar un sencillo ejemplo, recuerdo el día de san Valentín, que en algunos países es mejor aprovechado por los comerciantes que por la creatividad de los pastores».

Acompañar el noviazgo. «La preparación de los que ya formalizaron un noviazgo, cuando la comunidad parroquial logra acompañarlos con un buen tiempo de anticipación, también debe darles la posibilidad de reconocer incompatibilidades o riesgos. De este modo se puede llegar a advertir que no es razonable apostar por esa relación, para no exponerse a un fracaso previsible que tendrá consecuencias muy dolorosas. El problema es que el deslumbramiento inicial lleva a tratar de ocultar o de relativizar muchas cosas, se evita discrepar, y así sólo se patean las dificultades para adelante. Los novios deberían ser estimulados y ayudados para que puedan hablar de lo que cada uno espera de un eventual matrimonio, de su modo de entender lo que es el amor y el compromiso, de lo que se desea del otro, del tipo de vida en común que se quisiera proyectar. Estas conversaciones pueden ayudar a ver que en realidad los puntos



de contacto son escasos, y que la mera atracción mutua no será suficiente para sostener la unión».

Muchos novios no se conocen. «Lamentablemente, muchos llegan a las nupcias sin conocerse. Sólo se han distraído juntos, han hecho experiencias juntos, pero no han enfrentado el desafío de mostrarse a sí mismos y de aprender quién es en realidad el otro».

El desgaste de la boda. «La preparación próxima al matrimonio tiende a concentrarse en las invitaciones, la vestimenta, la fiesta y los innumerables detalles que consumen tanto el presupuesto como las energías y la alegría. Los novios llegan agobiados y agotados al casamiento, en lugar de dedicar las mejores fuerzas a prepararse como pareja para el gran paso que van a dar juntos. Esta mentalidad se refleja también en algunas uniones de hecho que nunca llegan al casamiento porque piensan en festejos demasiado costosos, en lugar de dar prioridad al amor mutuo y a su formalización ante los demás».

Expectativas demasiado altas sobre el matrimonio. «Una de las causas que llevan a rupturas matrimoniales es tener expectativas demasiado altas sobre la vida conyugal. Cuando se descubre la realidad, más limitada y desafiante que lo que se había soñado, la solución no es pensar rápida e irresponsablemente en la separación, sino asumir el matrimonio como un camino de maduración, donde cada uno de los cónyuges es un instrumento de Dios para hacer crecer al otro».

El amor necesita tiempo. «Este camino es una cuestión de tiempo. El amor necesita tiempo disponible y gratuito, que coloque otras cosas en un segundo lugar. Hace falta tiempo para dialogar, para abrazarse sin prisa, para compartir proyectos, para escucharse, para mirarse, para valorarse, para fortalecer la relación. A veces, el problema es el ritmo frenético de la sociedad, o los tiempos que imponen los compromisos laborales. Otras veces, el problema es que el tiempo que se pasa juntos no tiene calidad. Sólo compartimos un espacio físico pero sin prestarnos atención el uno al otro».

La crisis de los matrimonios. «Hay crisis comunes que suelen ocurrir en todos los matrimonios, como la crisis de los comienzos, cuando hay que aprender a compatibilizar las diferencias y desprenderse de los padres; o la crisis de la llegada del hijo, con sus nuevos desafíos emocionales; la crisis de la crianza, que cambia los hábitos del matrimonio; la crisis de la adolescencia del hijo, que exige muchas energías, desestabiliza a los padres y a veces los enfrenta entre sí; la crisis del "nido vacío", que obliga a la pareja a mirarse nuevamente a sí misma; la crisis que se origina en la vejez de los padres de los cónyuges, que reclaman más presencia, cuidados y decisiones difíciles».

«Hay que reconocer que hay casos donde la separación es inevitable. A veces puede llegar a ser incluso moralmente necesaria»



Separaciones inevitables. «En algunos casos, la valoración de la dignidad propia y del bien de los hijos exige poner un límite firme a las pretensiones excesivas del otro, a una gran injusticia, a la violencia o a una falta de respeto que se ha vuelto crónica. Hay que reconocer que "hay casos donde la separación es inevitable. A veces puede llegar a ser incluso moralmente necesaria, cuando precisamente se trata de sustraer al cónyuge más débil, o a los hijos pequeños, de las heridas más graves causadas por la prepotencia y la violencia, el desaliento y la explotación, la ajenidad y la indiferencia". Pero "debe considerarse como un remedio extremo, después de que cualquier intento razonable haya sido inútil"».

Educación de los hijos

No al control de los hijos. «La obsesión no es educativa, y no se puede tener un control de todas las situaciones por las que podría llegar a pasar un hijo. (...) Si un padre está obsesionado por saber dónde está su hijo y por controlar todos sus movimientos, sólo buscará dominar su espacio. De ese modo no lo educará, no lo fortalecerá, no lo preparará para enfrentar los desafíos».

La alienación tecnológica. «En este tiempo, en el que reinan la ansiedad y la prisa tecnológica, una tarea importantísima de las familias es educar para la capacidad de esperar. No se trata de prohibir a los chicos que jueguen con los dispositivos electrónicos, sino de encontrar la forma de generar en ellos la capacidad de diferenciar las diversas lógicas y de no aplicar la velocidad digital a todos los ámbitos de la vida».

No descuidar la educación sexual. «El Concilio Vaticano II planteaba la necesidad de "una positiva y prudente educación sexual" que llegue a los niños y adolescentes "conforme avanza su edad" y "teniendo en cuenta el progreso de la psicología, la pedagogía y la didáctica (...) Deberíamos preguntarnos si nuestras instituciones educativas han asumido este desafío».

«Con frecuencia la educación sexual se concentra en la invitación a "cuidarse", procurando un "sexo seguro". Esta expresión transmite una actitud negativa hacia la finalidad procreativa natural de la sexualidad, como si un posible hijo fuera un enemigo del cual hay que protegerse».

«Es posible que el modo de ser masculino del esposo pueda adaptarse de manera flexible a la situación laboral de la esposa. Asumir tareas domésticas o algunos aspectos de la crianza de los hijos no lo vuelven menos masculino»

Corresponsabilidad en el hogar. «También es verdad que lo masculino y lo femenino no son algo rígido. Por eso es posible, por ejemplo, que el modo de ser masculino del esposo pueda adaptarse de manera flexible a la situación laboral de la esposa. Asumir tareas domésticas o algunos aspectos de la crianza de los hijos no lo vuelven menos masculino ni significan un fracaso, una claudicación o una vergüenza. Hay que ayudar a



los niños a aceptar con normalidad estos sanos "intercambios", que no quitan dignidad alguna a la figura paterna».

Iglesia abierta e integradora

Nadie puede ser condenado para siempre. El Sínodo se ha referido a distintas situaciones de fragilidad o imperfección. Al respecto, quiero recordar aquí algo que he querido plantear con claridad a toda la Iglesia para que no equivoquemos el camino: (...) El camino de la Iglesia es el de no condenar a nadie para siempre y difundir la misericordia de Dios a todas las personas que la piden con corazón sincero (...) Porque la caridad verdadera siempre es inmerecida, incondicional y gratuita».

«Se trata de integrar a todos, se debe ayudar a cada uno a encontrar su propia manera de participar en la comunidad eclesial, para que se sienta objeto de una misericordia "inmerecida, incondicional y gratuita". Nadie puede ser condenado para siempre, porque esa no es la lógica del Evangelio.

No me refiero sólo a los divorciados en nueva unión sino a todos, en cualquier situación en que se encuentren. Obviamente, si alguien ostenta un pecado objetivo como si fuese parte del ideal cristiano, o quiere imponer algo diferente a lo que enseña la Iglesia, no puede pretender dar catequesis o predicar, y en ese sentido hay algo que lo separa de la comunidad».

Divorciados vueltos a casar

Divorciados vueltos a casar. «A las personas divorciadas que viven en nueva unión, es importante hacerles sentir que son parte de la Iglesia, que "no están excomulgadas" y no son tratadas como tales, porque siempre integran la comunión eclesial. Estas situaciones "exigen un atento discernimiento y un acompañamiento con gran respeto, evitando todo lenguaje y actitud que las haga sentir discriminadas, y promoviendo su participación en la vida de la comunidad"».

Los hijos no son rehenes. «A los padres separados les ruego: "Jamás, jamás, jamás tomar el hijo como rehén. Os habéis separado por muchas dificultades y motivos, la vida os ha dado esta prueba, pero que no sean los hijos quienes carguen el peso de esta separación, que no sean usados como rehenes contra el otro cónyuge. Que crezcan escuchando que la mamá habla bien del papá, aunque no estén juntos, y que el papá habla bien de la mamá"».

No ser rígidos. «Los divorciados en nueva unión, por ejemplo, pueden encontrarse en situaciones muy diferentes, que no han de ser catalogadas o encerradas en afirmaciones demasiado rígidas sin dejar lugar a un adecuado discernimiento personal y pastoral. Existe el caso de una segunda unión consolidada en el tiempo, con nuevos hijos, con probada fidelidad, entrega generosa, compromiso cristiano, conocimiento de la irregularidad de su situación y gran dificultad para volver atrás sin sentir en conciencia que se cae en nuevas culpas».



«Jamás, jamás, jamás tomar al hijo como rehén. Os habéis separado por muchas dificultades pero que no sean los hijos quienes carguen el peso de esa separación»

Algunas consideraciones. «La Iglesia reconoce situaciones en que "cuando el hombre y la mujer, por motivos serios, —como, por ejemplo, la educación de los hijos— no pueden cumplir la obligación de la separación".

También está el caso de los que han hecho grandes esfuerzos para salvar el primer matrimonio y sufrieron un abandono injusto, o el de "los que han contraído una segunda unión en vista a la educación de los hijos, y a veces están subjetivamente seguros en conciencia de que el precedente matrimonio, irreparablemente destruido, no había sido nunca válido"».

No debe esperarse nueva normativa general. «Acojo las consideraciones de muchos Padres sinodales, quienes quisieron expresar que "los bautizados que se han divorciado y se han vuelto a casar civilmente deben ser más integrados en la comunidad cristiana en las diversas formas posibles, evitando cualquier ocasión de escándalo. Si se tiene en cuenta la innumerable diversidad de situaciones concretas, como las que mencionamos antes, puede comprenderse que no debía esperarse del Sínodo o de esta Exhortación una nueva normativa general de tipo canónica, aplicable a todos los casos».

Caso por caso. «Sólo cabe un nuevo aliento a un responsable discernimiento personal y pastoral de los casos particulares, que debería reconocer que, puesto que "el grado de responsabilidad no es igual en todos los casos", las consecuencias o efectos de una norma no necesariamente deben ser siempre las mismas».

Papel de los sacerdotes. «Los presbíteros tienen la tarea de "acompañar a las personas interesadas en el camino del discernimiento de acuerdo a la enseñanza de la Iglesia y las orientaciones del Obispo. En este proceso será útil hacer un examen de conciencia, a través de momentos de reflexión y arrepentimiento"».

Examen de conciencia. «Los divorciados vueltos a casar deberían preguntarse cómo se han comportado con sus hijos cuando la unión conyugal entró en crisis; si hubo intentos de reconciliación; cómo es la situación del cónyuge abandonado; qué consecuencias tiene la nueva relación sobre el resto de la familia y la comunidad de los fieles; qué ejemplo ofrece esa relación a los jóvenes que deben prepararse al matrimonio. Una reflexión sincera puede fortalecer la confianza en la misericordia de Dios, que no es negada a nadie».

Se trata de un itinerario de acompañamiento y de discernimiento que "orienta a estos fieles a la toma de conciencia de su situación ante Dios. La conversación con el sacerdote, en el fuero interno, contribuye a la formación de un juicio correcto sobre aquello que obstaculiza la posibilidad de una participación más plena en la vida de la Iglesia y sobre los pasos que pueden favorecerla y hacerla crecer"».



Leyes morales y situaciones irregulares. «La Iglesia posee una sólida reflexión acerca de los condicionamientos y circunstancias atenuantes. Por eso, ya no es posible decir que todos los que se encuentran en alguna situación así llamada "irregular" viven en una situación de pecado mortal, privados de la gracia santificante.

Por ello, un pastor no puede sentirse satisfecho sólo aplicando leyes morales a quienes viven en situaciones "irregulares", como si fueran rocas que se lanzan sobre la vida de las personas. Es el caso de los corazones cerrados, que suelen esconderse aun detrás de las enseñanzas de la Iglesia "para sentarse en la cátedra de Moisés y juzgar, a veces con superioridad y superficialidad, los casos difíciles y las familias heridas".

Abrir camino a la gracia de Dios. «El discernimiento debe ayudar a encontrar los posibles caminos de respuesta a Dios y de crecimiento en medio de los límites. Por creer que todo es blanco o negro a veces cerramos el camino de la gracia y del crecimiento, y desalentamos caminos de santificación que dan gloria a Dios. Recordemos que "un pequeño paso, en medio de grandes límites humanos, puede ser más agradable a Dios que la vida exteriormente correcta de quien transcurre sus días sin enfrentar importantes dificultades"».

Evitar la pastoral de los fracasos. «(...) Comprender las situaciones excepcionales nunca implica ocultarla luz del ideal más pleno ni proponer menos que lo que Jesús ofrece al ser humano. Hoy, más importante que una pastoral de los fracasos es el esfuerzo pastoral para consolidar los matrimonios y así prevenir las rupturas.(...) Invito a los fieles que están viviendo situaciones complejas, a que se acerquen con confianza a conversar con sus pastores o con laicos que viven entregados al Señor».