

# Fidelidad en el matrimonio

*Guía católica para custodiar la alianza conyugal*

*La fidelidad es el amor que permanece, cuida y vuelve a elegir incluso cuando cuesta.*

## Propósito de esta guía

La fidelidad matrimonial no es solo evitar una traición. Es renovar cada día el sí dado ante Dios, cuidar el amor, proteger la confianza y crecer en santidad juntos.

<b>Uso</b>	Catequesis personal, parroquial, familiar o escolar.
<b>Método</b>	Leer, reflexionar, dialogar y cerrar con una decisión concreta.
<b>Enfoque</b>	Fidelidad al Magisterio, lenguaje sencillo y aplicación pastoral.

## 10 preguntas para reflexionar

### 1. Que promete el matrimonio católico?

Los esposos prometen amor fiel, libre, total y fecundo hasta la muerte. Dios sostiene esa alianza con la gracia sacramental.

### 2. La fidelidad es solo sexual?

No. Incluye fidelidad del corazón, del tiempo, de la palabra, de las decisiones y de la imaginación. También se puede traicionar con indiferencia o doble vida.

### 3. Como se cuida la confianza?

Con verdad, transparencia, detalles cotidianos, escucha, respeto y coherencia. La confianza se construye en lo pequeño antes de las grandes pruebas.

### 4. Que peligros actuales amenazan la fidelidad?

Pornografía, chats ambiguos, comparaciones, falta de dialogo, exceso de trabajo, resentimientos no hablados y amistades sin límites sanos.

### 5. Como resolver conflictos?

Sin humillar, sin acumular, sin escapar. Escuchar, pedir perdón, expresar necesidades y buscar ayuda si el conflicto supera a la pareja.

### 6. Que lugar tiene la oración?

La oración matrimonial recuerda que el amor no depende solo de fuerzas humanas. Pedir juntos une, sana y orienta las decisiones.

### **7. Como sanar una herida de infidelidad?**

Requiere verdad, arrepentimiento, reparacion, tiempo, acompanamiento y gracia. No se sana negando el dano, sino caminando con humildad.

### **8. Como mantener vivo el amor?**

Con tiempo de calidad, gratitud, ternura, intimidad ordenada, proyecto comun, servicio mutuo y memoria de la vocacion compartida.

### **9. Que hacer cuando falta sentimiento?**

El amor maduro no se reduce a emocion. La fidelidad ayuda a atravesar etapas secas mientras se trabajan las causas y se busca renovar el vinculo.

### **10. Como educar a los hijos en fidelidad?**

Mostrandoles respeto entre los padres, perdon visible, coherencia y la belleza de una promesa vivida con sacrificio y alegria.

## **Ejercicio pastoral**

*Esta semana tengan una conversacion sin pantallas: agradezcan tres cosas del otro, pidan perdon por algo concreto y elijan un pequeno gesto diario de amor.*

## **Cierre**

Senor Jesus, forma nuestro corazon en la verdad y en la caridad. Que este recurso nos ayude a vivir la fe con inteligencia, humildad y amor a la Iglesia. Amen.