



**PROYECTO DE
VIDA
PERSONAL Y
MATRIMONIAL**

FORMACIÓN

HUMANA



1. INTRODUCCIÓN

Presentamos un sencillo material que nos puede servir a todos los matrimonios a la hora de ir perfilando nuestro proyecto de vida particular y matrimonial. Es importante que cuando hemos decidido compartir nuestra vida con aquella persona a la que amamos, ambos tengamos muy claro quiénes somos y qué queremos.

2. ORACIÓN

Comenzamos invocando al Espíritu Santo.

¡Ven Espíritu Santo!

¡Ven a nuestros corazones!

Enséñanos a silenciarnos

para ser capaces de escuchar a Dios

y escucharnos entre nosotros.

Enséñanos a recibirnos

desde lo más profundo de nuestro ser.

Que nuestra familia

pueda ser una pequeña comunidad

donde todos tengamos la experiencia

de ser amados incondicionalmente

Como somos y como Tú,

Trinidad Santa, nos amas.

Con tu ayuda María.

Por ti, Señor Jesús,

Y en ti Espíritu Santo,

queremos decirte Padre Bueno:

Que se haga en cada uno de nosotros,

En nuestras familias y en todas las familias,

Tu Santa Voluntad, ahora y siempre.

Amén.

Lectura del Evangelio: Mt. 5, 3-12

3. IDEARIO

Leer un párrafo del texto elegido por el matrimonio encargado de preparar el tema. O bien comenzar desde el principio del Ideario. “No se ama lo que no se conoce”

4. PROYECTO DE VIDA APOSTÓLICA

El contenido de esta carta versa sobre el *proyecto personal de vida* que se conoce también entre nosotros con el nombre de *regla de vida*. Es un tema presente desde los orígenes de nuestro Movimiento y hay grupos en los que se practica con gran provecho personal, para los esposos, para la familia y para el mismo grupo. El proyecto personal de vida es algo que *mira a la maduración humana y cristiana de las personas*, cuya medida es Cristo y su Evangelio reflejado para nosotros en el espíritu de nuestro Ideario.

El proyecto personal es la descripción de los *objetivos* que un miembro de HDB se propone alcanzar y de los *pasos y medios concretos* que quiere usar para aproximarse cada vez más a esa meta, a la luz de su vocación humana y cristiana, realizada desde el matrimonio y la familia. En la presente carta encuentran los HDB motivaciones, reflexiones y sugerencias acerca de dicho proyecto. Se trata, en definitiva, de adquirir robustez espiritual evitando la superficialidad.

Los cristianos laicos dan la impresión de que se conducen en su vida cristiana por un cierto desorden, poco menos que inevitable, determinado por las ganas personales, tan cambiantes, o por las circunstancias externas, más cambiantes todavía. Sin embargo, *es aconsejable, también para los laicos*, que tengan un proyecto personal o regla de vida

acomodada a su condición de laicos. Los matrimonios de HDB quieren poner a Dios al centro de su vida. Por eso perciben que puede serles de gran utilidad el tener un *proyecto personal explícito*, es decir, trazarse una manera de vivir el Evangelio, al estilo de los HDB, al estilo salesiano. Las cosas importantes de la vida, *como* el trabajo, la paternidad y maternidad, la relación con Dios... no se viven de manera espontánea, sino que hay que ordenarlas.

Para motivarse sobre la conveniencia de tener un proyecto personal de vida, los miembros de HDB cultivan la reflexión. No resulta difícil comprender que un proyecto personal de vida ayuda a realizarse como persona y como matrimonio y *da constancia y estabilidad* al camino emprendido. No es bueno vivir en situación anómica (*anomos* quiere decir sin norma orientadora) ni dejarse contagiar por la enfermedad de la alergia a la ley. Conviene, además, recordar que la gracia divina no destruye la naturaleza humana, sino que la eleva y la perfecciona. El camino ascético, el de la generalidad de los cristianos, exige esfuerzo, exige cooperar a la acción del Espíritu de Dios con la mente y la voluntad. La gracia divina presta ayuda para superar el riesgo de una vida fragmentada y para superar las dificultades ineludibles, porque es Dios quien da el crecimiento espiritual (I Cor. 3,7). Si se practica el “a Dios rogando y con el mazo dando”, se descubrirá que con la oración, el mazo funciona mejor.

Los miembros de HDB son conscientes de que existen serias dificultades para el logro de una regla de vida o proyecto personal. Los esposos y el grupo pueden y deben ayudarse recíprocamente en la *superación de esas dificultades*. Jesucristo nos ha puesto a sus discípulos un listón muy alto: “Sed, pues, perfectos como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto (Lc. 6, 2-28)”. *Nos ha propuesto la santidad*, es decir, un alto grado de amor a Dios y a los hombres. Es una propuesta de por sí entusiasmante que hay que lograr que sea también entusiasmante para cada miembro de HDB.

Pero “no tengáis miedo”. El proyecto personal de vida ha de ser *sencillo, realista, progresivo*. Eso sí, no es una declaración de intenciones, es algo a lo que cada uno “*se obliga*”. La superación del riesgo de una vida fragmentada y la consecución de una vida unificada exige esfuerzos. Pero ese es el camino posible para

conseguir mejor la propia maduración personal, conyugal, familiar y social y responder así, con alegría, a la llamada de amor que Dios dirige a cada uno.

Sabemos que entre las personas, las diferencias, tanto en el plano espiritual como en el humano, son grandes. Por eso los HDB no proponen una Regla de vida común para todos, ni siquiera para la pareja. El proyecto *es personal*, aunque sea obvia la *armonización con el proyecto de vida y amor que es el matrimonio*. Hay una interdependencia entre los dos proyectos: se refuerzan y se ayudan recíprocamente. Aunque es proyecto personal. sin embargo, en el anexo de esta carta se ha querido evitar la dispersión de compromisos, ofreciendo las grandes líneas de lo que puede ser un proyecto personal de vida de los miembros de HDB.

Esta carta termina recordando algo muy importante: *el proyecto personal de vida exige también una evaluación*, una revisión periódica personal y, discretamente, en la pareja y en el grupo. La carta sobre la *revisión de vida* puede orientar en este cometido.

Para interrogarse

- Enumera algunos pros y contra para tener un proyecto personal de vida.
- Comentar los puntos 1, 2, y 4, ilustrándolos con experiencias propias, a ser posible.

ANEXO

SUGERENCIAS PARA HACER UN PROYECTO PERSONAL DE VIDA

Ante todo, el interesado ha de preguntarse: ¿qué quiere Dios de mí y de mi matrimonio y cuál es mi situación actual, personal, conyugal y social? Partiendo de ese punto, parece que las grandes líneas en las que pueden inspirarse los HDB para elaborar el proyecto personal de vida pueden ser las siguientes:

1. *Centrar la vida en la Palabra de Dios.*

La lectura y escucha de la Palabra de Dios asiduamente, es un encuentro privilegiado con

Jesucristo que es la Palabra encarnada. Es una gracia para orientar la propia vida personal, conyugal, familiar y social. Para ayudarse a que la lectura de la Palabra sea provechosa, es bueno asimilar el espíritu de la *lectio divina*, para mejor ejercitarse en la meditación y llegar a aplicaciones concretas.

2 Dedicar un tiempo a la oración como encuentro con Dios.

Organizar la oración cotidiana, la frecuencia de los sacramentos, la participación y frecuencia de la misa, la oración conyugal y en familia, un tiempo para la meditación y para alguna lectura formativa espiritual, son posibles concreciones que se pueden adaptar al ritmo de cada uno.

El diálogo conyugal.

El diálogo entre los esposos ha de ser continuo y sabemos que tiene su momento privilegiado en el *encuentro* (que se debe hacer en presencia del Señor). Ayuda a los esposos a resaltar la verdad y a mantener la serenidad. Es una forma conyugal del examen personal que es aconsejable hacer cotidianamente. Desemboca en decisiones concretas para la vida del matrimonio y la tranquilidad familiar. Para refrescar ideas y procedimientos, puede ayudar la lectura de la carta dedicada al encuentro.

Programar la comunicación cristiana de bienes en favor de otros más necesitados, como una manera de vivir la cultura de la austeridad compartida y ser exponente de real solidaridad.

Determinar la propia participación en alguna actividad apostólica, como modo de vivir la propia entrega personal a los demás y la superación del egoísmo. El fijarse dos horas semanales, al menos, para realizar alguna acción apostólica es una buena línea.

Orientar el esfuerzo personal a adquirir una virtud o a suprimir un defecto predominante. Se tenga muy en cuenta que favorezca el progreso en la vida conyugal y familiar. Hay que eliminar la viga que se lleva en el propio ojo, más que pensar en quitar la mota que llevan los demás. "Procurad adquirir las virtudes que creéis que faltan a vuestros hermanos, y ya no veréis sus defectos, porque ya no los tendréis vosotros" (San Agustín).

En el proyecto personal es aconsejable incluir, de mutuo acuerdo los esposos, la asistencia al Encuentro Anual de Matrimonios que ofrece el Movimiento, y del que se habla en el punto 5 de la carta nº VII sobre las reuniones en el Movimiento.

- Cartas de Hogares Don Bosco. D. Miguel Aragón

5. PROYECTO DE VIDA MATRIMONIAL

Hoy día son muchos los proyectos y planes que se elaboran en una empresa. Cada uno de estos tiene como propósito mejorar, desarrollar, o establecer un producto en el mercado. En todo proyecto se busca ir más allá de donde se está, y para lograrlo se necesita trabajar en equipo, donde cada uno dé lo mejor de sí.

Miremos el matrimonio como un gran proyecto de vida. Esta puede ser una de las experiencias más gratificantes de la vida: "que los dos trabajen en este proyecto común". Para ello es necesario establecer metas, y evaluar el avance de dichas metas.

Cuando nos casamos y establecemos una familia, por lo general pensamos que ya hemos alcanzado lo que soñábamos, y olvidamos que es apenas el comienzo para construir la relación, y lo que una vez nos cautivó como pareja. Es precisamente dentro del matrimonio donde debemos trabajar en ese proyecto de vida, el cual nos permitirá ver cristalizado nuestros deseos y sueños

Recuerda, un matrimonio no es una bella boda con muchos amigos y una gran celebración. Eso es solo el disparo de partida. Es después de ese disparo que comienza el carrara, el desafío, los ajustes, la comunicación sincera y muchas otras cosas más. Es allí donde se demuestra que tan comprometidos estamos en llevar adelante ese proyecto llamado: "matrimonio".

Si comienzas a ver tu matrimonio como un proyecto, y estableces las metas comunes a lograr, eso traerá como consecuencia un profundo entusiasmo. El entusiasmo es necesario en todo lo que hacemos en la vida, pero mucho más cuando se trata del matrimonio. El entusiasmo es algo contagioso que se disfruta, que se palpa en el ambiente, y ayuda a mantener la ilusión con que se unió la pareja.

El entusiasmo es el resultado de tener un propósito común. Este se fortalece cuando comenzamos a ver los resultados de trabajar en ese proyecto, como el experimentar los cambios tanto en mi propia vida, como en la vida de la otra persona. Una de las cosas que destruye a las parejas es no tener una razón de vivir cada día. Esto es provocando por la monotonía de la rutina cotidiana, que poco a poco va minando el amor, la pasión, la ilusión, y los sueños, hasta acabar con ellos.

Cuando el matrimonio se convierte en tu proyecto vida esto hace que ambos trabajen en equipo y se apoyen mutuamente. Es interesante lo que la Biblia dice al respecto: *“Mejor son dos que uno... porque si cayeren, el uno levantará a su compañero” (Eclesiastés 4:9-10)* Esto quiere decir que cada uno es necesario para ayudar al otro. Realmente el matrimonio se trata de eso, de apoyarse mutuamente en todo. Cuando la pareja tiene un enfoque claro de lo que quieren y desean, esto redundará en mayor comprensión y apoyo.

No importa si están por casarse, o lo han estado por años. Hoy pueden comenzar a hacer de su matrimonio el proyecto de vida que soñaron. Les animo a que piensen y decidan juntos establecer las metas que los harán mejor en el transcurso de sus vidas, y hacer de su estilo de vida algo más que vivir bajo un mismo techo. Les animo a que comiencen hoy. Dios los bendiga y manos a la obra.

Ideas para su presentación

– Podemos jugar con la metáfora de la construcción de una casa.

Dos personas se encuentran, un yo y un tú. Y ven que pueden construir la casa del nosotros. ¿Qué se precisa para construir una casa? Pero antes de eso, ¿verdad que uno cuando planea la construcción de su casa lo que quiere es construir la mejor casa del mundo?

Pues eso vamos hacer.

Queremos construir una buena casa. Pero como no tenemos todavía muchos medios, construiremos ahora las primeras habitaciones, lo más esencial de la casa. Luego con el paso del tiempo iremos ampliando la casa, añadiéndole plantas y habitaciones.

Pero para que podamos ampliar luego la casa, lo primero que tenemos que tener es unos buenos cimientos y pilares. Estos cimientos y pilares son la fe en Cristo. La fe en Cristo nos hace construir sobre roca sólida. Dios nos enseña cuáles son los pilares fundamentales de nuestra vida. Dios nos muestra aquello que aunque vengan tormentas, no se va a hundir nunca, nos enseña a no construir sobre arena.

PROYECTO, diseñamos algo que con el tiempo tendremos que revisar y adecuar a las circunstancias de la vida. La vida siempre es dinámica. A veces es más que necesario contemplar estos vaivenes de la vida.

Por eso nuestro proyecto es de **VIDA**, y vida entre dos personas y más que vendrán posteriormente (hijos) y otros con los que habrá que relacionarse (padres de los esposos, amistades, vecinos, familia...) y una vida

MATRIMONIAL, de matrimonio, entre un hombre y una mujer.

– Para este proyecto uno quiere el mejor arquitecto posible. El mejor arquitecto: Cristo y su palabra que nos informará y adecuará nuestro proyecto a nosotros. **Ese es el sacramento del matrimonio, la elección de Cristo como arquitecto de nuestra vida matrimonial.**

Una casa para ser sólida necesita los mejores materiales. El cemento es básico. El mejor cemento para la construcción de nuestro matrimonio es el respeto, la urdimbre que sostiene un tú, un yo y un nosotros. Previo al amor es el respeto. El respeto nos lleva al conocimiento y el conocimiento a querer y a amar al otro. **Donde no hay respeto no hay amor.**

Empezamos a construir las primeras habitaciones: la habitación del nosotros, la habitación de la sexualidad, la habitación del trabajo y de la economía. ¿Cómo deseamos estas habitaciones? ¿Cómo las vamos a decorar? ¿Qué enfoque y criterios y cómo pensamos tratarlos en nuestro matrimonio?

Luego vienen las ampliaciones de la casa. La habitación de los hijos, de su educación, de su cuidado. También la habitación de los padres de ambos ¿Cómo se van a relacionar con las familias de origen? ¿Qué harán cuando sus padres sean mayores? ¿Los van a honrar –honrarás a tu padre y a tu

madre—? También las habitaciones de la familia, la terraza de los amigos etc.

Cómo ya se ha hecho parte de la casa, y como personas previsoras que somos, tendremos que tener un apartado para su mantenimiento, reparación y conservación. De vez en cuando, limpieza general, un poco de pintura, quitar un desconchón de la pared.

Las reparaciones y el mantenimiento en la casa son la fuerza para perdonar y reconciliarse. Es imposible que dos personas se amen siempre perfectamente y nunca se digan ni hagan nada ofensivo. El perdón es esencial para construir la unidad en la pareja: nos permite ser auténticos, aceptarnos completamente el uno al otro y recomponer la unidad cuando se ha roto.

De vez en cuando tenemos que llamar a un electricista o a un fontanero también. Y esto seguramente porque no sabremos hacer esas reparaciones. Los electricistas y fontaneros son aquellas terceras personas, orientadores, amigos formados, sacerdotes, etc. que en algún momento de dificultades en nuestra relación podrán ayudarnos.

Ya tenemos construida la casa casi en totalidad. Seguramente nos gustará una amplia terraza ahora que ya todo está más o menos encajado. Esta terraza es nuestra vejez. ¿Cómo la vamos a construir? ¿Qué vamos a hacer y cómo vamos a vivir cuando ya seamos mayores, nuestros hijos se hayan ido para construir sus propias casas y nos quedemos solos el uno frente al otro? ¿Vamos a construir para disfrutar la terraza?

6. PUESTA EN COMÚN Y DIÁLOGO

*Comentamos las dudas que nos haya podido surgir.

*¿Veo la importancia de hacer el proyecto de vida?

*¿Nos comprometemos a hacer nuestro proyecto?

Notas:

7. FINALIZAMOS LA REUNIÓN

Oración a M^{re} Auxiliadora

Ave María.

María Auxiliadora de los Cristianos. Ruega por nosotros.

8. FECHA PROXÍMA REUNIÓN Y LUGAR DE CELEBRACIÓN

Notas: