



**Busca el amor duradero ...
¡Crea esperanza para el futuro!**

**Planificación Familiar Natural... apoya los dones
de Dios de amor y vida en el matrimonio**

¿Qué significa buscar el amor duradero?

Los hombres y mujeres atrapados en las responsabilidades de la vida diaria, se pueden olvidar fácilmente que están destinados a la eternidad. Nuestro yo atrapado en el tiempo tiene dificultad para entender que el amor de Dios perdura para siempre. Es una afirmación noble que puede ser fácil de dejar en el estante como un “ideal”, en lugar de una verdad que debe integrarse en el matrimonio, aquí y ahora.

Debido a las consecuencias del pecado original, no venimos a este mundo sabiendo amar como Dios ama. En cambio, recibimos y conocemos el amor de Dios por nosotros a lo largo de nuestra vida, incluso cuando aprendemos a modelar ese amor en la forma en que tratamos a los demás. Como decía el papa Francisco:

Cuando una persona descubre a Dios, el verdadero tesoro, abandona un estilo de vida egoísta y busca compartir con los demás la caridad que viene de Dios. Quien llega a ser amigo de Dios, ama a los hermanos, se compromete en salvaguardar su vida y su salud...

(Papa Francisco, Homilia, 2014)*

Aprender de la Trinidad

Una forma clave en que podemos aprender más sobre el amor de Dios es examinando la relación trinitaria entre Dios Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. La Trinidad son tres personas distintas unidas en una misma Divinidad. La vida interior de la Trinidad es interpersonal, abnegada y comunicativa.

Como cristianos, se nos desafía a tener una fe que es “la garantía de los bienes que se esperan, la plena certeza de

las realidades que no se ven” (*Hebreos 11,1*). El primer paso en la búsqueda de un amor duradero, con la Trinidad como nuestro ejemplo, es creer que un amor duradero es posible, que realmente podemos participar y participamos diariamente en una realidad divina que está más allá de lo que se puede ver en la superficie.

¡El Amor es libre, total, fiel y fecundo!

La enseñanza de la Iglesia sostiene que el amor conyugal debe ser libre, total, fiel y fructífero. ¡Así es exactamente como ama la Trinidad! En la Trinidad, el amor se da libremente entre las tres personas. Las personas de la Trinidad se ponen voluntariamente al servicio de su comunión. No hay coerción ni segundas intenciones.

Segundo, las personas de la Trinidad se entregan totalmente unas a otras. Aunque cada persona de la Trinidad conserva su personalidad única, no se guarda nada de la participación en el amor trinitario. El don total de cada persona a la otra permite la unicidad de la relación trinitaria.

El don total de cada persona al otro permite la unidad de la relación trinitaria.

Tercero, el amor trinitario es fiel. La firmeza de la Trinidad es una parte indispensable de un amor que perdura por toda la eternidad. Y finalmente, el amor es fructífero. El amor de la Trinidad es vivificante. Toda la creación, la humanidad, la bondad, la belleza es el resultado y fluye del amor de la relación trinitaria.

La persona como don

Solo a partir de la comprensión del amor podemos llegar a conocer lo que es una persona. La persona está hecha por amor y para el amor. San Juan Pablo II lo expresa bellamente en su norma personalista: los seres humanos son sujetos y no objetos. Los objetos se usan; los sujetos se reciben como regalo. Cuando valoramos a nuestro cónyuge y a nuestros hijos como regalos nuestra relación con ellos se transforma.

Las familias están llamadas a ser íconos de la Trinidad, donde los corazones se expanden por el amor mutuo y se preparan para participar en el amor eterno. Los esposos en su intimidad conyugal entran al amor duradero cuando se reciben como un don mutuo. Los esposos están llamados a abrir su corazón a Dios en la intimidad de modo que cada acto conyugal esté orientado a la apertura a la vida y al bien recíproco.

La planificación familiar natural, expresión de amor

También es importante tener en cuenta que hay ocasiones en que, por razones graves, puede no ser prudente que una pareja tenga un hijo. De acuerdo con la visión de un amor duradero, libre, total, fiel y fecundo, la Iglesia propone la Planificación Familiar Natural (PFN) como método práctico y moralmente permisible para que las parejas casadas eviten o logren el embarazo.

Según la Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos, practicar la PFN permite a los cónyuges ser padres responsables y también “respetar el diseño de Dios para la vida y el amor”. La PFN permite a los cónyuges aprovechar los momentos naturales de fertilidad e infertilidad. En tiempos en que sea imprudente tener un hijo debido a razones graves, psicológicas, financieras, físicas, la pareja se abstiene de relaciones durante el período fértil. La PFN también se puede utilizar para lograr el embarazo.

La PFN no es anticonceptiva porque no hace nada para alterar o bloquear los ritmos naturales de fertilidad del cuerpo. En cambio, la PFN se basa en métodos científicamente probados para rastrear el ciclo menstrual de una mujer para que una pareja pueda tomar una decisión informada guiada por la fe y la razón. La PFN depende de la libre elección de las parejas de abstenerse o tener relaciones en base al bien de los cónyuges y de la familia en su conjunto.

Cuando los esposos utilizan su libre albedrío para comunicarse de esta manera, están eligiendo verse el uno al otro y a los futuros hijos como regalos y diciendo sí a un amor que es libre, total, fiel y fructífero, respondiendo al llamado de ser una imagen de amor trinitario duradero.

Más información

Visite el Programa de PFN de los obispos de EE. UU. en www.usccb.org/nfp (solo en inglés).

Para obtener más información sobre la doctrina católica sobre el matrimonio, el amor conyugal y la paternidad responsable, consulte www.usccb.org/topics/natural-family-planning/church-teaching (solo en inglés).

Lee el documento de los obispos de EE. UU. “El amor matrimonial y el don de la vida” en www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/natural-family-planning/catholic-teaching/upload/Married-Love-and-the-Gift-of-Life-Spanish-New-USCCB-Website.pdf.

Para obtener más información sobre las PFN, consulte www.usccb.org/topics/natural-family-planning/what-natural-family-planning (solo en inglés).

¿Quieres aprender un método de PFN? Visita www.usccb.org/topics/natural-family-planning/nfp-national-providers (solo en inglés).

*Cita de la homilía del papa Francisco durante la misa con motivo de la fiesta de santa Ana, patrona de Caserta (26 de julio de 2014).

www.vatican.va/content/francesco/es/homilies/2014/documents/papa-francesco_20140726_omelia-caserta.html.

¿Preguntas?

Escribe a nfp@usccb.org

©2025, Soren Johnsen. Este artículo se utiliza aquí con el permiso del autor. Se da permiso para reproducir este artículo en su totalidad sin ediciones. Soren Johnsen, MA, junto con su esposa Ever, son cofundadores de Trinity House Community y Trinity House Café y Mercado en Leesburg, VA.