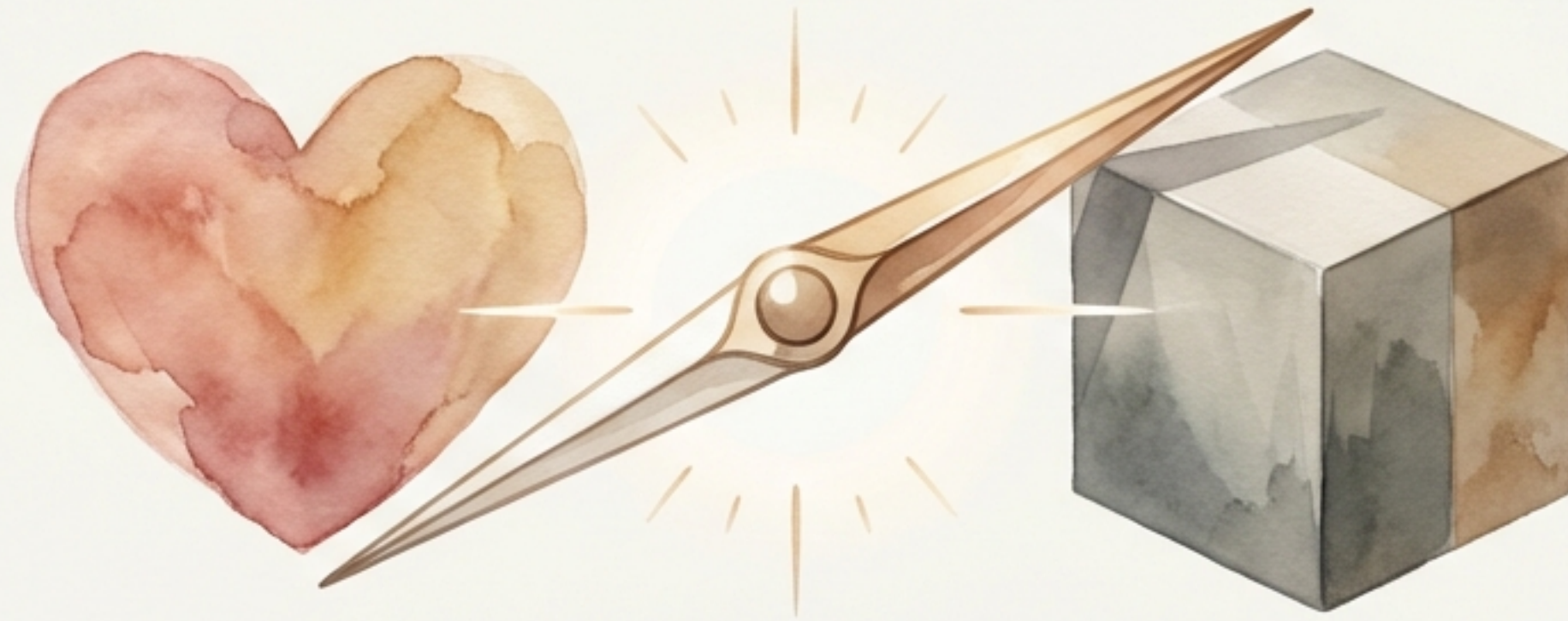


Elegir Amar: Discernimiento Cristiano en el Noviazgo

Descubriendo que amar es actuar, no solo sentir.



Lato

Dinámica de reflexión para jóvenes y adultos.

El desafío de distinguir entre ‘sentir’ y ‘construir’



En el noviazgo, es fácil confundir el apego con el amor. A veces creemos que “aguantar” es amar, o que la intensidad emocional justifica cualquier decisión.



El objetivo no es solo encontrar a la persona adecuada, sino ser la persona adecuada. Para ello, necesitamos discernir nuestras decisiones a la luz de valores fundamentales.

Los 7 Pilares del Discernimiento



Estas no son palabras abstractas; son criterios para la acción.

❤️ AMOR: Más allá del sentimiento

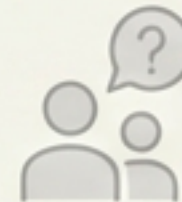
El amor no es dependencia ni ceguera. Es decidir el bien del otro, incluso cuando es difícil.

Tu pareja está distante emocionalmente. No te trata mal, pero no te da lo que necesitas.



Reflexión: ¿Qué haces: exigir, retirarte, acompañar o esperar?

Tu pareja quiere todo tu tiempo; tú descuidas amigos, familia y oración.



Reflexión: ¿Amar es decir que sí siempre?

Descubres un aspecto de su carácter que no te gusta (irascibilidad, ironía, desprecio).



Reflexión: ¿Callas 'por amor' o afrontas el tema?

● **LIBERTAD: Amor vs. Control**

El amor verdadero libera. Si te estás haciendo pequeño para caber en la relación, no es amor.

Tu pareja revisa tu móvil "porque confía en ti", pero se enfada si no se lo das.

Reflexión: ¿Dónde termina el amor y empieza el control?



Te presiona para dar un paso que no tienes claro (convivencia, sexualidad, compromiso).

Reflexión: ¿Qué valor debe guiar tu respuesta?



Empiezas a cambiar tu forma de vestir, hablar o pensar para evitar discusiones.

Reflexión: ¿Eso es amar o perderse?



● VERDAD: La autenticidad como cimiento

Una relación construida sobre lo que ocultamos es una relación construida sobre arena.

Has ocultado algo importante de tu pasado por miedo a que te deje.



Reflexión: ¿Cuándo y cómo entra en juego la verdad?

Tu pareja pregunta algo cuya respuesta puede herirle.



Reflexión: ¿Decir toda la verdad siempre es lo correcto?

Notas que estás idealizando la relación y evitas ver señales claras de alerta.



Reflexión: ¿Qué papel juega la verdad contigo mismo/a?

● VIDA: Crecimiento y Fecundidad

Un noviazgo sano genera vida y esperanza. No debe ser una fuente de ansiedad constante.

La relación te lleva a una tristeza constante, ansiedad o pérdida de esperanza.



Reflexión: ¿Qué indica esto sobre el rumbo del noviazgo?

Situación de embarazo inesperado; el entorno presiona para “solucionarlo rápido”.



Reflexión: ¿Qué significa cuidar la vida aquí?

La relación te aleja de Dios, de la oración y de tu vocación profunda.



Reflexión: ¿Puede algo así dar vida a largo plazo?

● JUSTICIA: Reciprocidad y Dignidad

El amor es entrega, pero no es injusto. Observa cómo se trata a los demás y cómo se equilibra la carga.

Siempre eres tú quien cede, perdona y comprende. Tu pareja rara vez lo hace.



Reflexión: ¿Es justo? ¿Es cristiano?

Uno de los dos invierte mucho más (tiempo, dinero, renunciaciones).



Reflexión: ¿Cómo se discierne la justicia en el amor?

Tu pareja es encantadora contigo, pero se burla de otros (ex, compañeros, camareros).



Reflexión: ¿Qué dice eso realmente de la relación?

● UNIDAD: Proyecto y Acuerdos

La emoción no basta. Se necesita un horizonte compartido y la capacidad de resolver conflictos.

Tenéis proyectos de vida muy distintos (fe, hijos, estilo de vida), pero “os queréis mucho”.



Reflexión: ¿El amor basta para construir unidad?

Discutís constantemente por temas importantes y nunca llegáis a acuerdos reales.



Reflexión: ¿Unidad es evitar conflictos?

Tu entorno cercano (familia, amigos, acompañante) ve problemas que tú minimizas.



Reflexión: ¿Escuchar rompe o construye unidad?

● PAZ: El termómetro final

La presencia de Dios da Paz. La ausencia de Paz es la advertencia más fuerte.

Después de veros, te quedas inquieto/a, nervioso/a o con culpa, aunque hubo momentos buenos.



Reflexión: ¿Qué valor ilumina esta experiencia interior?

Cada conversación importante termina en tensión o amenaza de ruptura.



Reflexión: ¿Eso es normal en un noviazgo sano?

Cuando imaginas el futuro con esa persona, sientes miedo más que esperanza.



Reflexión: ¿Qué te está diciendo la paz (o su ausencia)?

La Matriz del Amor Verdadero

Lato

El amor verdadero no anula la libertad, no esconde la verdad, no mata la vida, no rompe la paz.

	Amor: Busca el bien del otro vs. Busca satisfacción propia.
	Libertad: Potencia tu ser vs. Te anula o controla.
	Verdad: Transparencia vs. Ocultamiento/Miedo.
	Vida: Genera esperanza vs. Genera ansiedad.
	Justicia: Reciprocidad vs. Desequilibrio.
	Unidad: Proyecto común vs. Caminos divergentes.
	Paz: Serenidad interior vs. Inquietud constante.



El Espejo: Auditoría Personal

Preguntas para llevar a la oración.

1. ¿Qué valores te cuesta más vivir en tu noviazgo actual?
2. ¿Qué valor tiendes a sacrificar “por amor”?
3. ¿Qué diferencia encuentras hoy entre ‘amar’ y simplemente ‘aguantar’?

¿Qué imagen de Dios aparece detrás de tus decisiones afectivas?

Un Cierre Cristiano

El discernimiento no es solo análisis lógico; es buscar la voluntad de Dios en nuestros afectos. Basado en 1 Corintios 13, 4-7 y Amoris Laetitia 134-141.

Oración: Señor, enséñame a amar como Tú amas, no como yo necesito. Que mis decisiones construyan libertad, verdad y vida.



Amar es una decisión diaria.

El noviazgo es el tiempo para hacer las preguntas difíciles,
para que el matrimonio sea la respuesta certera.

Elige amar. Elige actuar.