



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

reconectando 5.0
febrero 2024

P. Adolfo Güemez, L.C.
P. Ángel Espinosa de los Monteros, L.C.
P. Guillermo Serra, L.C.
P. Fernando Durán, L.C.



GUÍA DE ACOMPañAMIENTO

 Familia Unida Internacional

familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN



Muy queridos esposos:

¡Bienvenidos!

Estamos felices de que hayan decidido confiar en la renovación matrimonial Reconectando 5.0, ya sea por primera vez o por un año más consecutivo.

Les felicitamos por invertir este tiempo para trabajar juntos en el proyecto más importante de su vida, su matrimonio y su familia.

En esta jornada tendremos momentos de predicación y exposición de temas relevantes para la vida matrimonial y familiar, así como momentos en los que podrán tener un espacio para realizar algunos ejercicios de diálogo en pareja. Esperamos que los puedan aprovechar al máximo.

Esta guía que tienes en tus manos, te ayudará en estos momentos.

Al finalizar la exposición de los temas, tendremos la misa de renovación de promesas matrimoniales, les recomendamos vivirla preparando un espacio con el debido recogimiento en su hogar. ¡Pueden invitar a sus hijos!

Simultáneamente durante la jornada, tendremos un gran grupo de personas en oración por los frutos de este esfuerzo evangelizador, así como un gran equipo de sacerdotes, consagradas y consagrados, así como consultores disponibles por chat de nuestro canal de Youtube, para responder sus dudas e inquietudes.

¡Que Dios bendiga mucho su amor!

Familia Unida Internacional





PROGRAMA





reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida

PROGRAMA

HORARIO CDMX

09:00 AM

Bienvenida

09:05 AM

7 creencias destructivas en tu matrimonio

P. Guillermo Serra, L.C.

10:00 AM

El arte de discutir, sin pelear

P. Adolfo Güémez, L.C.

11:00 AM

Descubrir la belleza divina del matrimonio

P. Fernando Durán, L.C.

12:00 PM

Vacuna tu matrimonio

P. Ángel Espinosa de los Monteros, L.C.

01:00 PM

Misa con renovación de votos

P. Fernando Durán, L.C.



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

reconectando 5.0
febrero 2024

P. Guillermo Serra, L.C.



7 CREENCIAS DESTRUCTIVAS EN TU MATRIMONIO

 Familia Unida Internacional



familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN





7 CREENCIAS DESTRUCTIVAS PARA TU MATRIMONIO

TAREA

Identificar las tres principales creencias destructivas hay en mi matrimonio, haciendo el ejercicio del semáforo con cada una de las siete:

1. Porque nos amamos no vamos a tener dificultades
2. Es más fácil no afrontar un problema que afrontarlo
3. Creer que el otro va a cambiar según mis expectativas
4. Mi pasado es determinante de mi presente y de mi futuro
5. Creer que el otro sabe leer mi mente y mi corazón
6. Ante todo problema, debe haber la solución perfecta
7. Mi conyuge siempre va a estar de buenas, alegre y al 100%

a. **Rojo:** que comportamientos tengo que quitar

i. Control, evasión, crítica, enojo, indiferencia, actitud defensiva, victima, manipulación, etc..

b. **Amarillo:** que tengo que generar, que prevengan o eviten los semáforos rojos:

i. Comunicación, expresar de manera clara lo que quiero y necesito. Espacios para platicar de temas profundos y retroalimentarlos. Saber parar momentos de desborde emocional; no suponer y preguntar (violinista del tejado). Conocer los lenguajes de amor de mi cónyuge (Gary Chapman). Herramientas para afrontar los problemas. Pedir ayuda a expertos.

c. **Verde:** que tengo que mantener y potenciar

i. Pensar para cada creencia, qué hacemos bien que nos permiten no caer en esa creencia destructora



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

reconectando 5.0
febrero 2024

P. Adolfo Güemez, L.C.



EL ARTE DE DISCUTIR, SIN PELEAR

 Familia Unida Internacional



familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN



EL ARTE DE DISCUTIR, SIN PELEAR

La diferencia de opiniones o puntos de vista en el matrimonio es común, aprendamos a discutir sin pelear para poder unirnos en nuestras diferencias en lugar de distanciarnos.

Escojan un tema de diferencia y utilicen los siguientes puntos para hablarlo buscando llegar a un acuerdo discutiendo de una mejor manera.

Puntos para tener una buena discusión:

1. Buscar el momento oportuno para hablar. Hacerlo en persona y evitarlo cuando haya prisas y cansancio.
2. Tomar turnos para hablar y para escucharse el uno al otro:
 - El que habla: hablar sobre cómo me siento y cómo veo la situación. Evitar la crítica y el juicio. Hablar con respeto hacia la persona que amas.
 - El que escucha: escuchar poniendo atención, con la mirada, los gestos, las posturas, sabiendo que todo comunica, sin distracciones y sin interrumpir. Al terminar, intentar repetir lo que dijo tu esposo(a) para verificar que se haya entendido y evitar malentendidos.
3. Platicar sobre los puntos en los que están de acuerdo y en desacuerdo. Ver las posibles soluciones donde los dos se sientan tomados en cuenta. Aceptar responsabilidad en lo que la tengas, y pedir disculpas si hay algo en lo que es necesario reparar. Llegar a un acuerdo temporal que funcione para los dos, hablen sobre cómo nos gustaría que esto sucedería la próxima vez.
4. Si la conversación deja de ser calmada, tomar una pausa, relajarse y retomarla en un plazo no mayor a 24 horas.
5. Si en un futuro lo acordado deja de funcionar para alguno de los dos volver a platicarlo siguiendo estos puntos para llegar a un nuevo acuerdo.

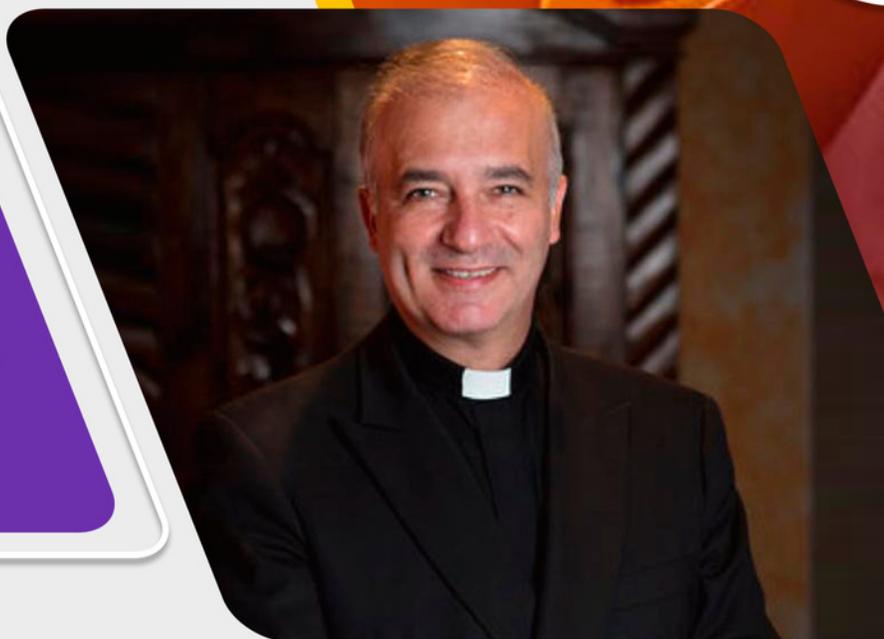


reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

reconectando 5.0
febrero 2024

P. Ángel Espinosa de los Monteros, L.C.



VACUNA TU MATRIMONIO

 Familia Unida Internacional



familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN





VACUNA TU MATRIMONIO

REFLEXIÓN PERSONAL

1. Soberbia: ¿Qué tan abierto estoy a escuchar la opinión de mi esposo(a) y a dejarme influenciar por el/ella? ¿Impongo mi voluntad o cedo para buscar el bien común en temas como el gasto, la educación, gustos, salidas ...? ¿Cómo trato a mi esposo(a) e hijos?
2. Avaricia: ¿Soy generoso con lo que tengo? ¿Busco tener más con un trabajo honesto, sin faltarle a mi esposo(a) y/o a mis hijos, sin arriesgar mi salud y sin hacerle daño a los demás?
3. Envidia: ¿Me alegro por lo bueno que le pasa al prójimo? ¿Le deseo el bien al otro? ¿Doy lo mejor de mi y lo pongo al servicio de los demás?
4. Ira: ¿Cómo reacciono ante lo que me molesta o no me gusta? ¿Soy tolerante? ¿Me pongo de mal humor cuando las cosas no salen como yo quisiera? ¿Cometo algún tipo de violencia (física, sexual, económica, emocional, del silencio...)?
5. Lujuria: ¿Me protejo de lo que oigo, veo y hago? ¿Cuido día con día la fidelidad en mi matrimonio o me pongo en riesgo?
6. Gula: ¿Me cuido en los excesos de comida y bebida? ¿Cuido mi salud?
7. Pereza: ¿Aprovecho mi tiempo? ¿Qué tanto afecta mi uso del celular/tecnología a mi matrimonio y familia?
8. Ideologías: ¿Tengo claro como pienso y que quiero en la vida? ¿Puedo defender mi postura? ¿Tengo definido mi proyecto personal y familiar? ¿Hay algo que me limite en irlo cumpliendo?

Al terminar la reflexión personal platicar en pareja cuales fueron sus aprendizajes y rezar la oración al Espíritu Santo juntos. (Adjunta en la siguiente hoja)

VACUNA TU MATRIMONIO

ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO

¡Oh Espíritu Santo!, llena de nuevo nuestra alma con la abundancia de tus dones y frutos. Haz que sepamos, con el don de Sabiduría, tener este gusto por las cosas de Dios que nos haga apartar de las terrenas.

Que sepamos, con el don del Entendimiento, ver con fe viva la importancia y la belleza de la verdad cristiana.

Que, con el don del Consejo, pongamos los medios más conducentes para santificarnos, perseverar y salvarnos.

Que el don de Fortaleza nos haga vencer todos los obstáculos en la confesión de la fe y en el camino de la salvación.

Que sepamos con el don de Ciencia, discernir claramente entre el bien y el mal, lo falso de lo verdadero, descubriendo los engaños del demonio, del mundo y del pecado.

Que, con el don de Piedad, amemos a Dios como Padre, le sirvamos con fervorosa devoción y seamos misericordiosos con el prójimo.

Finalmente, que, con el don de Temor de Dios, tengamos el mayor respeto y veneración por los mandamientos de Dios, cuidando de no ofenderle jamás con el pecado.

Llénanos, sobre todo, de tu amor divino; que sea el móvil de toda nuestra vida espiritual; que, lleno de unción, sepamos enseñar y hacer entender, al menos con nuestro ejemplo, la belleza de tu doctrina, la bondad de tus preceptos y la dulzura de tu amor. Amén.



reconectando
RENOVACIÓN ONLINE

familia unida

reconectando 5.0
febrero 2024

P. Fernando Durán, L.C.



DESCUBRIR LA BELLEZA DIVINA DEL MATRIMONIO

 Familia Unida Internacional



familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN



EJERCICIO

Imagen y semejanza a nivel personal

1. ¿En qué cosas concretas de tu vida, descubres tu imagen y semejanza con Dios? Se trata de analizar tu día a día y darte cuenta, que así también lo haría Dios.

Ejemplo: "cuando llevo a mis hijos a la escuela, siempre me cuesta levantarme, pero los amo y estaría dispuesto a cualquier sacrificio por ellos. Reconozco que Dios haría lo mismo"

2. ¿Sé dedicar tiempo a Dios en mi día a día? ¿Puedo decir que tengo una relación personal con Él?

3. ¿Qué significa para ti, el hecho que Dios, te da una vocación?
¿Qué consecuencias concretas tiene en tu vida aceptar tu vocación?

Ejemplo: "hago oración, porque solo unido a Dios, puedo cumplir esta vocación".

Imagen y semejanza a nivel de pareja

1. *¿En qué cosas concretas de su matrimonio, ven la imagen y semejanza con Dios?*

Ejemplo: “pasamos por una etapa difícil económicamente, y esto nos ayudó a unirnos mucho más, sobre todo, fue un momento de más oración y confianza en Dios. Aquí fuimos imagen y semejanza con Dios, porque aceptamos su voluntad, como Cristo aceptó la voluntad a su padre y así demuestra cuanto lo ama”.

2. *¿Oran en pareja? ¿Tienen ya un camino para cultivar su espiritualidad en pareja?*

Vida espiritual de la pareja

(Nota: No se trata de anotar lo que se hace a nivel personal, sino lo que se hace en pareja)

Lo que ya tenemos

Lo que nos serviría

EJERCICIO

reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida



Imagen y semejanza de pareja

3. Pregúntense esto ¿qué nos diría Dios, sobre nuestro matrimonio en este momento?



MISA





Primera Lectura

Lectura del libro del Deuteronomio

Dt 26, 16-19

En aquel tiempo, habló Moisés al pueblo y le dijo: "El Señor, tu Dios, te manda hoy que cumplas estas leyes y decretos; guárdalos, por lo tanto, y ponlos en práctica con todo tu corazón y con toda tu alma.

Hoy has oído al Señor declarar que él será tu Dios, pero sólo si tú caminas por sus sendas, guardas sus leyes, mandatos y decretos, y escuchas su voz.

Hoy el Señor te ha oído declarar que tú serás el pueblo de su propiedad, como él te lo ha prometido, pero sólo si guardas sus mandamientos. Por eso él te elevará en gloria, renombre y esplendor, por encima de todas las naciones que ha hecho y tú serás un pueblo consagrado al Señor, tu Dios, como él te lo ha prometido".

Palabra del Señor.



Salmo Responsorial

Del Sal 118,1-2.4-5.7-8

R/. Dichoso el que camina en la voluntad del Señor

Dichoso el que, con vida intachable,
camina en la ley del Señor;
dichoso el que, guardando sus preceptos,
lo busca de todo corazón. **R/.**

Tú promulgas tus mandatos
para que se observen exactamente.
Ojalá esté firme mi camino,
para cumplir tus decretos. **R/.**

Te alabaré con sincero corazón
cuando aprenda tus justos mandamientos.
Quiero guardar tus decretos exactamente,
tú no me abandones. **R/.**



Evangelio

Lectura del santo evangelio según san Mateo

Mt 5, 43-48

En aquel tiempo, Jesús dijo a sus discípulos: "Han oído que se dijo: Ama a tu prójimo y odia a tu enemigo. Yo, en cambio, les digo: Amen a sus enemigos, hagan el bien a los que los odian y rueguen por los que los persiguen y calumnian, para que sean hijos de su Padre celestial, que hace salir su sol sobre los buenos y los malos, y manda su lluvia sobre los justos y los injustos.

Porque, si ustedes aman a los que los aman, ¿qué recompensa merecen? ¿No hacen eso mismo los publicanos? Y si saludan tan sólo a sus hermanos, ¿qué hacen de extraordinario? ¿No hacen eso mismo los paganos? Sean, pues, perfectos como su Padre celestial es perfecto".

Palabra del Señor.



RENOVACIONES DE PROMESAS

reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida



Así pues, agradecidos por todas las bendiciones recibidas durante los años transcurridos en matrimonio, y ya que quieren reforzar entre ustedes la alianza santa bendecida por Dios unan sus manos y renueven su consentimiento delante de Dios y de su Iglesia.

Yo _____, te recibo a ti _____,
como esposa y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

Yo _____, te recibo a ti _____,
como esposo y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

_____, recibe esta alianza, en señal de mi amor y diferida a ti.

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

_____, recibe esta alianza, en señal de mi amor y fidelidad a ti.

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

Lo que Dios ha unido, no lo separe el hombre.

R/ Amén.

COMUNIÓN ESPIRITUAL

reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida



Jesús mio, creo que estás realmente presente en el Santísimo Sacramento.

Te amo sobre todas las cosas y deseo vivamente recibirte dentro de mi alma.

Ya que en este momento no puedo recibirte sacramento, ven al menos espiritualmente a mi corazón; y como si ya te hubiera recibido te abrazo y me uno todo a Ti.

No permitas nunca que me separe de Ti.

Amén.



ORACIONES



ORACIONES

Oración por mi esposo

Señor, tú que sondeas los corazones y escudriñas en las profundidades del alma, hoy quiero hablarte del hombre que para mi corazón es muy amado.

A quien elegí para que sea mi compañero y mi mejor amigo; a quien preferí y escogí entre las páginas de mi vida.

Quiero pedirte por su corazón, míralo con ternura y acaricia sus heridas más profundas, sana su memoria de recuerdos dolorosos y regálale la alegría siempre nueva para sus labios.

Colma su corazón de amor, para que sus palabras, sus gestos transmitan a quienes estamos a su lado la compañía y la seguridad que tanto necesitamos.

Fortalece sus manos, para que su trabajo sea digno y bueno; guía sus pensamientos para que sus pasos sean bendecidos. No alejes tu mirada de sus días, para que se sienta muy amado por Ti.

Atráelo hacia tus Fuentes, si se encuentra alejado; manténlo muy unido a Ti, si ya está aferrado a tus amores.

Toma su mano y guíalo cada día para que como padre y esposo, sea fiel a tus mandamientos y su sola presencia inspire fuerza, valentía y seguridad.

Que su familia pueda recurrir a él, como sostén y guía, fuerza y ayuda en cualquier situación. Que nuestros hijos descubran en él, al modelo perfecto de amor y seguridad; que en sus brazos aprendan del valor del trabajo y la fidelidad, y que por sus palabras beban de honestidad y responsabilidad.

Bendice su trabajo y las manos que día a día no se cansan; que todos sus caminos sean bendecidos y que yo, como esposa, descubra en él... el amor verdadero y eterno que siempre anhelé.

Dame capacidad de entenderlo y amarlo, sin pretender cambiarlo, más bien valorarlo. Que corrija con prudencia y camine a su lado respetando su individualidad y diferencias. Que lo ame y cada día lo conduzca con mis oraciones y ejemplo, hacia nuestro fin, que es el Cielo, donde el amor será eterno.

Que encuentre en él la fuente del amor humano, que su corazón no sea turbado y que nuestros corazones al mismo ritmo de amor fusionen su latir, para que quienes comparten nuestras vidas, vean en nosotros la belleza del amor humano.

Amén.

-P. Guillermo Serra, L.C.

ORACIONES

Oración por mi esposa

Señor, Tú has soñado el proyecto de amor entre el hombre y la mujer y desde el comienzo de la humanidad creaste para el varón la compañía ideal y la razón de amar en una mujer.

Permíteme hoy agradecerte por ella, es mi esposa, aquella mujer que como parte de mi ser debo cuidar y custodiar.

Quiero pedirte por ella, para que en su corazón no envejezca la capacidad de amar; que sus sonrisas se multipliquen como las estrellas en la noche y la luz de su mirada, no pierda el brillo jamás.

Que en sus manos, siempre sean nuevas las caricias que sanan con ternura y se ocupan día a día de nuestra familia.

Que su corazón no sea encadenado por la tristeza y que en él fluya, como torrente de vida, tu Amor.

Que yo sea para ella, compañero y amigo fiel, amante de su alma y admirador de todas sus delicadezas que la hacen bella, única, irremplazable y mi esposa.

Que sepa amarla y custodiarla, protegerla y valorarla, soñarla y hacerla muy feliz.

Que no empañe jamás su sonrisa y disfrute del tiempo con ella a mi lado.

Tómala bien fuerte de la mano, bendice siempre su vientre de amor, que es cuna de vida y ternura.

Serénala cuando no encuentra sosiego y corónala de bendiciones cada día al despuntar el alba.

Hazme sereno y hasta delicado para no lastimar su hermosura, que sepa abrazarla y darle mis mejores años para que juntos, amándonos descubra la belleza

de este amor que viene de Ti y hacia Ti va; coronado por este tiempo de vida juntos

Como compañeros de camino, Amigos del alma y esposos cristianos.

Amén

-P. Guillermo Serra, L.C.

Oración de los esposos

Cuando nos casamos prometimos amarnos sin límites ni condiciones hasta el final de la vida. Lo hicimos entre tres, no solo dos: Tú, Espíritu Santo, fuiste parte de esa sagrada alianza. Hoy queremos suplicarte que infundas nueva vida, nueva fuerza, nueva frescura a nuestro amor conyugal.

Que seamos unción el uno para el otro: transparencia del Amor Divino.

Que por la ternura, la profundidad y la delicadeza de nuestro amor conozcamos el amor con que Tú nos amas. También nosotros, los dos juntos, queremos confirmarte lo mucho que te amamos. Permanezcamos los tres unidos en el Corazón de Jesús.

Amén.

(Del libro: "Un minuto al día con el Espíritu Santo 3/16; Evaristo Sada, L.C.)

Oración a la Sagrada Familia

Jesús, María y José en vosotros contemplamos el esplendor del verdadero amor, a vosotros, confiados, nos dirigimos. Santa Familia de Nazaret, haz también de nuestras familias lugar de comunión y cenáculo de oración, auténticas escuelas del Evangelio y pequeñas iglesias domésticas. Santa Familia de Nazaret, que nunca más haya en las familias episodios de violencia, de cerrazón y división; que quien haya sido herido o escandalizado sea pronto consolado y curado. Santa Familia de Nazaret, haz tomar conciencia a todos del carácter sagrado e inviolable de la familia, de su belleza en el proyecto de Dios. Jesús, María y José, escuchad, acoged nuestro súplica.

Amén.

(Oración compuesta por el Papa Francisco y ofrecida en la fiesta de la Sagrada Familia el 29 de diciembre de 2013.)

ORACIONES

Oración del Espíritu Santo

¡Oh Espíritu Santo!, llena de nuevo nuestra alma con la abundancia de tus dones y frutos. Haz que sepamos, con el don de Sabiduría, tener este gusto por las cosas de Dios que nos haga apartar de las terrenas.

Que sepamos, con el don del Entendimiento, ver con fe viva la importancia y la belleza de la verdad cristiana.

Que, con el don del Consejo, pongamos los medios más conducentes para santificarnos, perseverar y salvarnos.

Que el don de Fortaleza nos haga vencer todos los obstáculos en la confesión de la fe y en el camino de la salvación.

Que sepamos con el don de Ciencia, discernir claramente entre el bien y el mal, lo falso de lo verdadero, descubriendo los engaños del demonio, del mundo y del pecado.

Que, con el don de Piedad, amemos a Dios como Padre, le sirvamos con fervorosa devoción y seamos misericordiosos con el prójimo.

Finalmente, que, con el don de Temor de Dios, tengamos el mayor respeto y veneración por los mandamientos de Dios, cuidando de no ofenderle jamás con el pecado.

Llénanos, sobre todo, de tu amor divino; que sea el móvil de toda nuestra vida espiritual; que, lleno de unción, sepamos enseñar y hacer entender, al menos con nuestro ejemplo, la belleza de la doctrina, la bondad de tus preceptos y la dulzura de tu amor. Amén.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

reconectando
RENOVACIÓN ONLINE
familia unida



¡Gracias por confiar en Familia Unida para acompañarlos en esta renovación de sus promesas matrimoniales!

- Libros P. Adolfo Güémez L.C. <https://padreadolfo.com/libros>
- *Los claroscuros del amor* - Mario Guerra
Descubre el tono real del amor, el desamor y las relaciones de pareja.
Ediciones Debolsillo. Penguin Random House. Grupo Editorial
- *5 lenguajes del amor* - Gary Chapman
- *Lo que me hubiera gustado saber antes de casarme* - Gary Chapman
- *Abrázame fuerte* - Sue Johnson
- *Lo que él necesita, lo que ella necesita* - Willard F. Harley
- *La buena noticia sobre el sexo y el matrimonio* - Christopher West

El área de consultoría de las sedes de Familia Unida tiene como misión ofrecer un servicio integral de consultoría personal, conyugal y familiar que contribuya en la edificación de la familia, y promueva la civilización del amor.

Su objetivo es brindar consulta personal, conyugal y familiar para favorecer el desarrollo y crecimiento integral de la familia con:

- Innovación y excelencia
- Actitud de servicio a la sociedad y a la iglesia
- Sentido personalista, cristiano y trascendente
- Principios sólidos

familiaunida.org/safet



Para poder brindar la atención debida, los centros pueden contar con las siguientes especialidades:

- Terapia conyugal
- Asesoría familiar
- Asesoría a novios
- Asesoría a jóvenes y adolescentes
- Asesoría en el área de sexualidad
- Terapia familiar
- Asesoría personal
- Apoyo espiritual
- Tanatología





familia unida
CONSULTORÍA • FORMACIÓN

Búscanos en todas nuestras plataformas como:

Familia Unida Internacional



 81 87052541

www.familiaunida.org
educacion@familiaunida.org

DERECHOS RESERVADOS

Estos materiales son solo para el uso exclusivo de los asistentes de Reconectando 5.0. Cualquier uso inapropiado de estos materiales será considerado una falta a la ética. A fin de preservar los derechos de propiedad intelectual de todos los expositores invitados queda prohibido reenviar, compartir, alterar o reproducir total o parcialmente estos documentos.