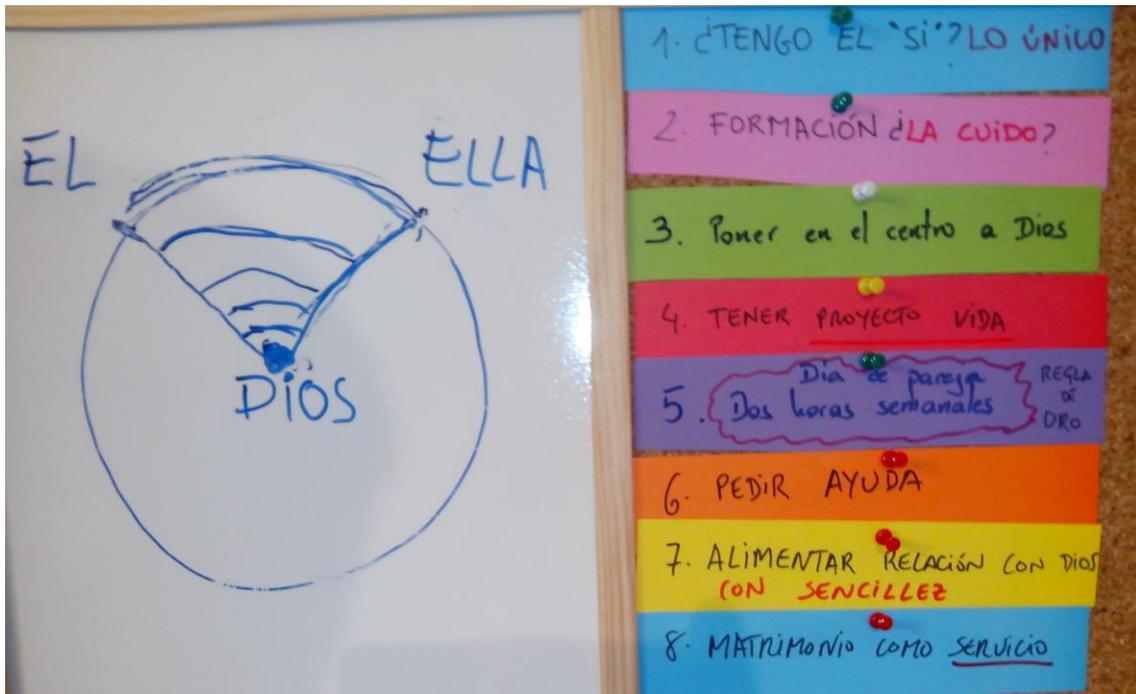


## CURSILLOS PREMATRIMONIALES

A continuación os adjuntos el esquema de lo hablado durante el cursillo prematrimonial.



Y acto seguido, os ofrecemos una serie de recomendaciones para elaborar el proyecto de vida matrimonial.

- 1) ¿Cómo elaborar proyecto de vida matrimonial?
  - a. Una libreta para cada uno
  - b. Una libreta para escribir las conclusiones que vayáis tomando.
  - c. Se trabaja por separado las preguntas, se escriben las repuestas con sinceridad; y posteriormente en el “día de la semana para vosotros” se comparten las respuestas, se dialoga y por último se escriben las conclusiones. Lo hemos dividido el trabajo en 12 semanas, que serán sin duda los cimientos de vuestro matrimonio. ¿Os animáis al desafío del Amor de 12 semanas?

Claves para nuestro diálogo:

- ✓ Hablarnos con el corazón.
- ✓ Tratarnos con cariño / respeto.
- ✓ No juzgarnos, no hacemos juicios de valor, ni críticas.
- ✓ Intentamos expresar ideas y sentimientos de lo que estoy y estamos viviendo.
- ✓ La escucha implica acogida del otro: él mismo, lo que me dice, sus sentimientos...

d. Calendario de trabajo

- 2) APPS para crecimiento espiritual en **GOOGLE PLAY STORE** de Android o en **APPLE STORE**:
- 3) Películas y libros formativos sobre el matrimonio y vida familiar

1) d) **CALENDARIO DE TRABAJO:**• **SEMANA 1**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

**TENEMOS UN PROYECTO DE PAREJA****1**

1. ¿Qué tenemos tú y yo claro como pareja?
  
2. ¿Qué objetivos buscamos juntos?
  
3. ¿Para que nos casamos?
  - ✓ ¿Qué me enamoró de ti?
  - ✓ Me gusta de ti:
  - ✓ Valoro en ti
  - ✓ Gozo cuando tú:
  
4. ¿Qué cosas alimentan nuestra vida en común?
  
5. ¿Qué encuentro yo gratificante en nuestra relación?
  
6. ¿Qué encontramos los dos gratificante en nuestra relación?
  
7. ¿Cuál es el sentido último que queremos dar a nuestra relación?

- **SEMANA 2**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **CRITERIOS CON LOS QUE ORGANIZAMOS NUESTRA VIDA 2**

1. ¿Qué valores tenemos tú y yo en común?
2. ¿Qué nos une más?
3. ¿Qué factores tenemos en cuenta cuando tomamos decisiones que nos afectan a los dos? ¿Cómo lo hacemos?
4. ¿Qué estamos viviendo ahora?
5. ¿Qué nos piden nuestros valores?

- **SEMANA 3**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **NUESTRA COMUNICACIÓN**

**3**

1. ¿Conoces bien a tu pareja?
2. ¿Qué cualidades admiras más de ella?
3. ¿Qué cosas, actitudes, comportamientos, te resultan más difíciles de aceptar?
4. Cuando algo va mal, ¿Quién da el primer paso para tratar de solucionarlo?
5. ¿Tienes dificultades para expresar a tu pareja tus sentimientos positivos y negativos? Si lo expresas ¿lo haces de la forma adecuada? Si no los expresas, ¿por qué?
6. ¿Qué sentimiento te cuesta expresar a tu pareja?
7. ¿Nos compartimos todo?
8. ¿Cómo reacciono cuando mi pareja me comparte algo negativo de mí?

- **SEMANA 4**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **MATRIMONIO: BUENA NOTICIA**

**4**

1. ¿Qué nos sugiere la siguiente cita?

“Por eso dejará el hombre a su padre y a su madre y se unirá a su mujer, y los dos se harán una sola carne. De manera que ya no son dos, sino una sola carne. Pues bien, lo que Dios unió que no lo separe el hombre” (Mt, 19, 5-6)

2. El intercambio de los consentimientos es el elemento indispensable que “hace el matrimonio”. Comentamos cada una de las afirmaciones de la fórmula del consentimiento:

- a. “Yo ..... te recibo a ti
- b. como esposo/a
- c. y me entrego a ti,
- d. y prometo serte fiel
- e. en la prosperidad y en la adversidad,
- f. en la salud y en la enfermedad,
- g. todos los días de mi vida”

3. Qué significado damos a las siguientes expresiones:

- a. Nuestro amor es indisolubilidad e incondicional.
- b. Nuestro amor es fiel.
- c. Nuestro amor es fecundo.

4. ¿Qué os sugiere las siguientes afirmaciones? Somos **sacramento**, estamos llamados a una **vocación**, nuestra vida es una **celebración**.

5. Reflexionamos: “Nuestra vocación es una llamada al Amor como don y como tarea.”

6. ¿Qué medios nos ayudarán a vivir los conceptos anteriores?

7. ¿Tenemos la impresión de que nos escondemos de Dios?

8. ¿Experimentamos con claridad que nos pertenecemos?

9. ¿Qué pasos concretos estoy dispuesto a dar para vivir en plenitud mi matrimonio?

10. ¿Qué aporta nuestro amor a nuestra fe y nuestra fe a nuestro amor?

- **SEMANA 5**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **NUESTRA SEXUALIDAD**

**5**

1. ¿Qué sentido damos a la sexualidad en nosotros?
2. ¿Y al encuentro sexual?
3. ¿Qué importancia ocupa en nuestras vidas?
4. ¿Responde la realidad a las expectativas que nos habíamos creado?
5. ¿Qué dificultades nos encontramos?
6. ¿Qué podemos hacer para superarlas?
- 7.- ¿Qué nos ayuda y qué nos dificulta para que nuestras relaciones sexuales sean un verdadero encuentro?
- 8.- ¿Qué hace que nuestros encuentros sexuales sean buenos?

- **SEMANA 6**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **LA FAMILIA DE ORIGEN**

**6**

1. ¿Cómo vamos a enfocar nuestra relación con cada una de nuestras familias?
2. ¿Cuál será nuestro ámbito privado y qué vamos a compartir con ellos?
3. ¿Qué tiempo vamos a dedicar a unos y a otros?
4. ¿Cómo vamos a compaginarlo?
5. ¿Cómo vamos a solucionar nuestras diferencias en este campo cuando surjan?
6. ¿Y cuando estén muy mayores?

- **SEMANA 7**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **NUESTROS HIJOS**

**7**

1. ¿Vamos a tener hijos? ¿Por qué? ¿Cuáles son nuestras motivaciones para ello?
2. ¿Qué supone pasar de un proyecto de pareja a un proyecto de familia?
3. ¿Tenemos que renunciar a algo? ¿Quién?
4. ¿Cómo organizaremos nuestro tiempo de familia y de pareja?  
¿Cómo nos repartimos las nuevas responsabilidades?
5. ¿Qué acuerdos previos podemos tomar para evitar situaciones difíciles a la hora de educar a nuestros hijos?
6. ¿Qué nos proponemos al educar a nuestros hijos?
7. dado el mundo que nos toca vivir ¿En qué valores será necesario insistir?

- **SEMANA 8**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **LA ECONOMÍA**

**8**

1. ¿Cómo consideramos nuestro dinero? ¿Tuyo o mío?  
¿Nuestro?
2. ¿Cada uno tiene su parte o todo es común?
3. ¿Quién administra qué?
4. ¿Cómo vamos a usar nuestro dinero? ¿Cuáles serán nuestras prioridades?
5. ¿Qué sentido damos al dinero?
6. ¿En qué vamos a gastar lo no imprescindible?
7. ¿El dinero como fin o como medio?
8. El dinero y nuestro compromiso con los demás.

- **SEMANA 9**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **LA RELACIÓN CON DIOS**

**9**

1. ¿Qué lugar tiene Dios en nuestra vida personal?
2. ¿Y en nuestra vida de pareja?
3. ¿De qué manera lo hacemos presente en nuestra toma de decisiones?
4. ¿Cómo vamos a intentar discernir cuál es el querer de Dios sobre cada uno de nosotros y sobre nuestra familia?
5. ¿Cómo vamos a adecuar nuestra vida a él?
6. ¿Qué lugar ocupa o va a ocupar en nuestra vida la oración conyugal?
7. ¿De qué forma vamos a participar de la vida de fe?
8. ¿Cómo vamos a transmitir nuestra vivencia a nuestros hijos?
9. ¿Qué sentido tiene para nosotros ser un sacramento?

- **SEMANA 10**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **EL TRABAJO PROFESIONAL**

**10**

1. ¿Qué sentido damos cada uno al trabajo profesional?
2. ¿Cómo nos planteamos nuestra responsabilidad ante él?
3. ¿Cuáles son nuestros criterios de calidad en el trabajo?
4. ¿Qué lugar ocupa lo profesional en nuestra lista de prioridades frente a otros aspectos de la vida?
5. ¿Cómo organizaremos el trabajo en la casa?
6. ¿Encontramos sentido a dedicar unos años en exclusiva al cuidado de los hijos?
7. ¿Puede tener esto algún rendimiento o costo personal?

- **SEMANA 11**

Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **DIVERSIONES, VACACIONES Y AMIGOS**

**11**

1. ¿A qué dedicamos nuestro tiempo libre?
2. ¿Compartimos algunas actividades o somos incompatibles con ellas?
3. ¿Hemos intentado cultivar las aficiones del otro, aunque sólo sea porque a el/ella le gustan?
4. Dichas aficiones, ¿Nos absorben todo el tiempo libre o lo compaginamos con otro tipo de actividades?
5. ¿Qué tiempo dedicamos a nuestros amigos?
6. ¿Son amigos comunes?
7. ¿Hemos intentado integrarnos en el grupo de amigos del otro?
8. ¿Cómo son nuestras vacaciones?
9. ¿Las planeamos juntos teniendo en cuenta el gusto de los dos?
10. ¿Son vacaciones para los dos?

- **SEMANA 12**

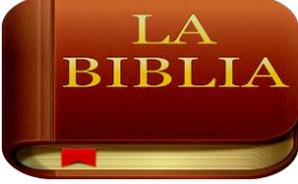
Trabajamos las preguntas por separado, y fijamos un día luego para la puesta en común.

## **Nuestra proyección externa**

**12**

1. ¿Qué significa nuestra presencia para los demás?
2. ¿Qué aportamos en nuestro pequeño mundo de cada día?
3. ¿Estamos comprometidos en algo por los demás?
4. ¿Vamos a adquirir un compromiso de dedicación fuera de nuestro ámbito cotidiano?
5. ¿Dónde?
6. ¿Cómo podemos participar los dos en él?

2) APPS para crecimiento espiritual en **GOOGLE PLAY STORE** de Android o en **APPLE STORE**:

 <p>Google play</p>	
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=mansoftware.rv&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=mansoftware.rv&amp;hl=es</a>  <a href="https://itunes.apple.com/es/app/rezandovoy/id444429372?mt=8">https://itunes.apple.com/es/app/rezandovoy/id444429372?mt=8</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sismov.evangelio">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sismov.evangelio</a>  <a href="https://itunes.apple.com/es/app/evangelizacion-activa/id432757771?mt=8">https://itunes.apple.com/es/app/evangelizacion-activa/id432757771?mt=8</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sirma.mobile.bible.android&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sirma.mobile.bible.android&amp;hl=es</a>  <a href="https://itunes.apple.com/es/app/biblia/id282935706?mt=8">https://itunes.apple.com/es/app/biblia/id282935706?mt=8</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.com.liturgiadelashoras&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=ar.com.liturgiadelashoras&amp;hl=es</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=va.news.thepopeapp&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=va.news.thepopeapp&amp;hl=es</a>  <a href="https://itunes.apple.com/es/app/the-pope-app/id593468235?mt=8">https://itunes.apple.com/es/app/the-pope-app/id593468235?mt=8</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=co.lam.micatecismo&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=co.lam.micatecismo&amp;hl=es</a></p>
	<p><a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=va.family.familiam&amp;hl=es">https://play.google.com/store/apps/details?id=va.family.familiam&amp;hl=es</a>  <a href="https://itunes.apple.com/IT/app/id858593157?mt=8">https://itunes.apple.com/IT/app/id858593157?mt=8</a></p>

3) Películas y libros formativos sobre el matrimonio y vida familiar.

<http://encuentrosdefamilia.jimdo.com/preparación-al-matrimonio/>

En dicha página web encontraréis:

**1) GUÍA PARA ELABORAR UN PROYECTO DE VIDA MATRIMONIAL EN ARCHIVO PDF (EL QUE LLEVÁIS EN FOTOCOPIAS)**

# PROYECTO DE VIDA MATRIMONIAL

(Desarrollo Vital de la Familia)

**2) PELÍCULAS FORMATIVAS PARA VISUALIZAR ONLINE O DESCARGAR**



**3) LIBROS FORMATIVOS SOBRE EL MATRIMONIO Y VIDA FAMILIAR (ENTRANDO EN LA PÁGINA WEB Y PINCHANDO EN LAS IMÁGENES DE LOS LIBROS TE ENLAZAN PARA PODER COMPRARLO)**

