

## Elaborando un exquisito menú

La espiritualidad matrimonial no es un hecho abstracto que podamos aprender en algún tratado. Es algo consustancial al matrimonio y que se aprende dentro de él, si de verdad los esposos queremos vivir dentro del plan que Dios tiene para nosotros como matrimonio. Y es que cuando como esposos nos esforzamos por vivir su plan, somos testigos de su amor.

Viviendo la paciencia, aceptación, escucha, comprensión, ilusión... y dialogando, vamos construyendo nuestra relación y potenciando la espiritualidad matrimonial.



Si estamos atentos el uno al otro para descubrir lo que necesita para crecer en relación y nos entregamos a ello, estamos construyendo nuestra espiritualidad matrimonial.

Si somos capaces de renunciar a nuestro egoísmo, ponernos en lugar del otro para aceptarle y comprenderle, son pasos que damos para crecer en espiritualidad.

Para vivir todo esto no son necesarias grandes manifestaciones externas -regalos caros, salidas continuas-, es sencillamente decirle al otro te quiero, pero implicándome en su vida con pequeños detalles que constatan que me hago presente.

Después de treinta años de matrimonio es interesante reflexionar sobre lo que ha hecho posible nuestro crecimiento como persona y pareja en relación.

El enamoramiento, la ternura, la acogida, la generosidad, la pasión. En cada etapa vivida de una manera pero siempre presentes en nuestra convivencia diaria. Así es como entendemos la espiritualidad matrimonial: todo lo que de forma consciente vivimos para potenciar, enriquecer, mimar y cuidar nuestro mundo afectivo, base de nuestro equilibrio emocional.

Cuando vivo pendiente de tu persona para hacerte feliz y todo en mí es alegría porque tú deseas verme así; cuando mí escucha es respetuosa, sin juicios previos pero a la vez activa para estar más cerca de ti.

Cuando a pesar de nuestras diferencias voy a ti confiado en que me acogerás aunque interiormente tema un posible rechazo; cuando cuido nuestra intimidad como un tesoro y saboreo cada minuto que somos el uno del otro.

Vivir nuestra espiritualidad conyugal es como disponer de todos los ingredientes necesarios para elaborar un exquisito menú. No basta con tenerlos preparados, hay que medir, mezclar con laboriosidad cada uno de ellos -aunque cueste y sea difícil- si queremos salir airoso y sorprender con los resultados.

Unas veces lo conseguimos fácilmente y otras hay que hacer verdaderos esfuerzos, pero ahí radica el misterio de triunfar o fracasar, en no decaer, en tener presente por qué quiero vivir un estilo de vida que me compromete a seguir luchando aunque en ocasiones tenga tentaciones de abandonar. Es la aventura de nuestra vida en pareja y vale la pena apostar aunque el riesgo sea grande. Nadie puede hacer por nosotros más de lo que hagamos tú y yo.

Justo y M<sup>a</sup> Carmen Rodríguez-Alayrach

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/elaborando-un-exquisito-menu](http://www.ciudadredonda.org/articulo/elaborando-un-exquisito-menu)