

EL AMOR Y LA AMISTAD

A los jóvenes,

Este libro tiene el fin de ayudarles a formar buenas amistades, tanto con chicos como chicas, como el primer paso hacia el tipo de relación con alguien del sexo opuesto que puede llevar hacia un buen matrimonio.

Puesto que la lectura incluye muchas ideas importantes, al realizarlas se sugiere que tomen un tiempo después de cada párrafo para que uno o más miembros del grupo resuman en sus propias palabras las ideas más importantes.

Cuando hay citas, se sugiere leerlas dos veces, y subrayar las ideas más importantes.

Con respecto a las preguntas que hay que responder, se sugiere dialogar sobre ellas en grupo, antes de que se respondan individualmente o en parejas.

Se llevan a cabo los otros ejercicios, según indican las instrucciones.

En la mayoría de las lecciones se han incluido sugerencias de una “Posible Actividad Artística”. Si el tutor quiere sustituir esta actividad por otra que está más al gusto del grupo, puede hacerlo. Pero debe procurar que la actividad realizada se relaciona con el tema de la sección.

Si se hacen 2 secciones en una sola clase, puede ser que sólo quieren realizar una de las actividades artísticas para no alargar mucho la clase. Sin embargo, si se estudia el libro en un curso intensivo, avanzando varias secciones cada día, se sugiere que realizan por lo menos una de las actividades artísticas cada mañana y otra, cada tarde.

CONTENIDO

Sección 1: Las Amistades Pasajeras y Duraderas

Sección 2: Buscar la Compañía de los Justos

Sección 3: Conocer el Carácter de las Amistades

Sección 4: Relaciones Puras entre Chicos y Chicas

Sección 5: Una Vida Casta y Santa

Sección 6: El Desafío de la Castidad

Sección 7: El Propósito del Matrimonio

Sección 8: Los Beneficios del Matrimonio

Sección 9: Leyes del Matrimonio Bahá'í

Sección 10: Una Fortaleza para el Bienestar

Sección 11: Prácticas para Fortalecer la Relación de Pareja y Resolver los Conflictos

SECCION 1: LAS AMISTADES PASAJERAS Y DURADERAS

Hay una estrecha relación entre el amor y la amistad. Más bien, una buena amistad ha de ser el fundamento para el verdadero amor. Así, antes de pensar en el “amor” hay que saber cómo formar amistades que son realmente buenas.

Todos queremos tener a amigos. Por eso, cuando vamos a alguna parte por primera vez, deseamos formar nuevas amistades, y nos preocupa quién querrá ser nuestro amigo. Sin embargo, no todas las amistades son iguales. Algunas amistades son duraderas, mientras que otras son pasajeras. ¿Por qué será?

‘Abdu’l-Bahá explica:

“El amor que alguna vez existe entre amigos no es [verdadero] amor... Esta clase de amor tiene su origen en las circunstancias accidentales de la vida. Esto no es amor, es simplemente atracción; está sujeta a cambios.

“Hoy veis dos almas aparentemente unidas por sincera amistad, mañana todo puede cambiar. Ayer estaban dispuestas a morir una por la otra, hoy evitan toda asociación. Esto no es amor... Cuando aquello que ha originado este "amor" muere, el amor también muere; en realidad, esto no es amor verdadero.”¹

Por ejemplo, a veces una amistad comienza simplemente porque dos personas se sentaron una al lado de la otra en una clase, o porque un chico sacó a una chica para bailar en una fiesta, o porque a uno le gustó la apariencia de otro. Estas son “circunstancias accidentales” de la vida que no garantizan de ninguna manera que la amistad perdurará.

Más bien, las amistades duraderas se basan en compartir el amor a Dios y en la práctica por cada persona de cualidades espirituales. Cuando éstas son la base para la amistad o el amor, puede suceder que a causa de las circunstancias de la vida las personas no se ven por mucho tiempo; sin embargo, su cariño y aprecio una para la otra perdura. ‘Abdu’l-Bahá explica:

“El amor que existe entre los corazones de los creyentes...se alcanza a través del conocimiento de Dios; de este modo, el ser humano ve reflejado el Amor Divino en su corazón. Cada uno ve en los demás la belleza de Dios reflejada en el alma y, al encontrar este punto de similitud, se sienten atraídos por amor uno hacia otro.”²

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Cuáles amistades tienden a ser pasajeras? _____

b. ¿En qué se basan las amistades duraderas? _____

2. Consulta. Consulten sobre las siguientes preguntas.

1. Comenten ejemplos de sus vidas de amistades que parecían buenos pero han cambiado o terminado. ¿Qué sucedió?
2. Den ejemplos concretos de cualidades de Dios, tales como la generosidad, el amor, o el perdón, que pueden ver en sus amigos. No sólo nombren la cualidad, sino indiquen las acciones que han visto hacer su amigo que la ejemplifiquen.
3. Si amamos a Dios y vemos las cualidades de Dios en otras personas, ¿podemos lograr amistades más unidas, armoniosas y duraderas? ¿Por qué?

3. Posible Actividad Artística: Canción “**Ven, Seamos Amigos**”.

VEN, SEAMOS AMIGOS

Coro

Ven, seamos amigos, vamos a luchar
Por un mundo diferente, por un mundo mejor.
Ven seamos amigos, comencemos ya.
Ven y dame tu mano y comencemos ya

Olvidemos el egoísmo, el odio y la maldad.
Que sólo amor quede, en nuestro corazón.
Ven seamos amigos, caminemos juntos ya
Hacia un mundo diferente,
Con amor y fe creciente
Con belleza siempre, siempre
No lo dudes, vamos ya.

Coro

Olvidemos los prejuicios, vamos no lo pienses más
Unidos lograremos un mundo ideal,
Ven seamos amigos, caminemos juntos ya
Hacia un mundo diferente,
Con amor y fe creciente
Con belleza siempre, siempre
No lo dudes, vamos ya.

Coro

SECCION 2: BUSCAR LA COMPAÑÍA DE LOS JUSTOS

Ya que sabemos que las amistades duraderas dependen de la práctica de las cualidades espirituales de cada persona, no debemos tomar un papel pasivo y sólo esperar para ver quién nos ofrece su amistad. Debemos fijarnos en el carácter y las cualidades de las personas, decidir quiénes podrían ser buenos amigos, y acercarnos a ellos. Bahá'u'lláh da el siguiente consejo con respecto a las amistades:

“¡Oh amigo!

En el jardín de tu corazón no plantes sino la rosa del amor, y no liberes el ruiseñor del afecto y del deseo. Aférrate a la compañía de los justos y elude toda asociación con los impíos.”³

La segunda parte de esta cita refuerza la idea de que debemos escoger a nuestros amigos, acercándonos a los “justos”, o sea las personas que practican cualidades espirituales, y apartándonos de los “impíos”; es decir las personas que mienten, engañan, tratan con crueldad a otros y actúan de otras maneras que no reflejan cualidades espirituales.

La primera parte de la cita indica que nuestros corazones siempre deben estar llenos de amor que brindamos a los demás. Por eso, una vez que tengamos una buena amistad, debemos aferrarnos a ella y mantenerla, aun en momentos difíciles.

Para ser buenos amigos, necesitamos practicar cualidades espirituales. Estas nos ayudarán a tener mejores relaciones.

A la vez, si tratamos de ver las cualidades de Dios en otras personas, fijándonos en sus buenas cualidades y no en sus defectos, la amistad se fortalecerá.

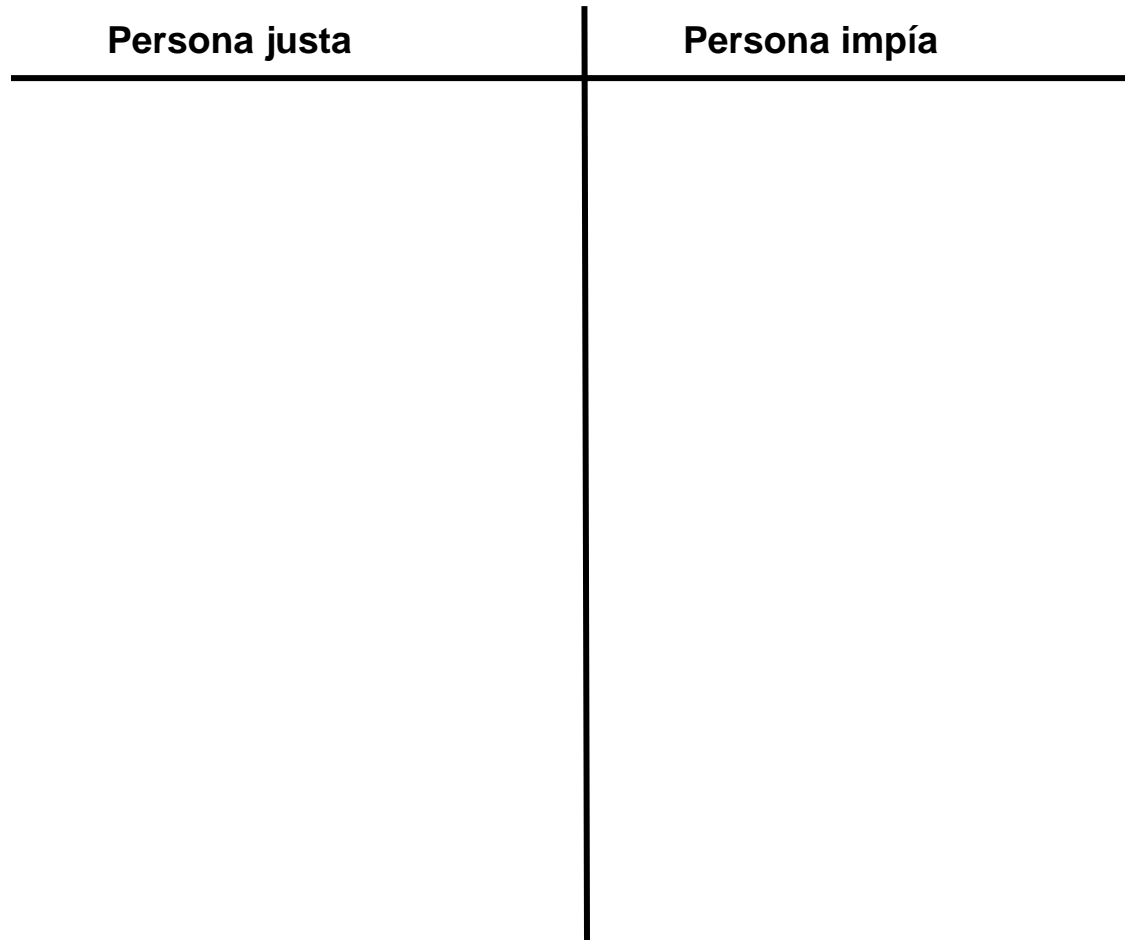
1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Qué necesitamos hacer nosotros para ser un buen amigo? _____

b. ¿En qué debemos fijarnos al escoger nuestras amistades? _____

2. Memorización de cita: *“En el jardín de tu corazón...”*

3. ¿Cómo Son? *Mediante la consulta, identifiquen algunas acciones de una persona justa y algunas acciones de una persona impía. Luego, escríbanlas en la “Tabla T” en la próxima página.*



4. Posible Actividad Artística - Teatro: *Entre todos inventen un teatro en que hay un joven o una joven que conoce a dos grupos de personas: unos que son justos; y otros, impíos. El joven los conoce, observa sus cualidades, ve sus acciones, y luego conscientemente decide alejarse de los impíos y asociarse con los justos. Ensayen el teatro.*

SECCION 3: CONOCER EL CARÁCTER DE LAS AMISTADES

Ya sabemos que debemos escoger bien a nuestras amistades; pero, ¿cómo podemos saber si una persona es “justa” o “impía”? ¿Si tiene el potencial para ser un buen amigo o no?

Ante todo, debemos tener cuidado de no juzgar a nadie por sus características exteriores, tales como su aspecto físico, su estado económico, su grado de escolaridad, su raza, su nacionalidad, su cultura o el idioma que habla. Más bien, tenemos que conocer su carácter.

Para hacerlo, no debemos hacer caso a lo que dice la gente de la persona; no debemos escuchar los comentarios negativos o la murmuración, ya que estos pueden ser producto de los prejuicios. Los prejuicios son como un velo o una nube que no permiten ver la realidad de la persona.

Bahá'u'lláh nos llama a ser justos e indica que para serlo, necesitamos ver con nuestros propios ojos. Por eso, una buena manera de conocer el carácter de otra persona es observar cómo trata a los demás: cómo trata a su familia, a sus profesores, a un desconocido, a una persona del campo, a una persona de la ciudad. Si trata a una gran diversidad de personas con bondad, con cortesía, con generosidad, con paciencia y con cariño, podemos tener confianza que estas cualidades buenas son parte de su carácter. A cambio, si sólo practica estas cualidades con algunas personas, pero no con otras, podremos considerar que dichas cualidades no son una parte sólida de su carácter.

Una vez que realmente conocemos el carácter de otro, podemos decidir si nos conviene pasar mucho tiempo con él o ella, o no.

Además de fijarnos en las cualidades que una persona muestra con una variedad de otras personas, podemos conocer su carácter en los momentos de dificultad, o de pruebas, observando si colabora, o si huye o culpa a los demás.

Si tratamos de conocer a una persona en diferentes situaciones, en los buenos momentos y en los malos, no sólo en diversiones sino también en actividades de estudio, de servicio, o al enseñar la Fe de Dios, así como en momentos en que está pasando por problemas, tenemos mayor probabilidad de llegar a conocerla cómo realmente es y no sólo cómo quiere aparentar.

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Cuáles de estas características son signos que alguien podría ser un buen amigo?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tiene bastante dinero | <input type="checkbox"/> Critica a los demás. |
| <input type="checkbox"/> Dice la verdad. No miente. | <input type="checkbox"/> Es buen deportista. |
| <input type="checkbox"/> Trata a todos con bondad. | <input type="checkbox"/> No toma cerveza o licor. |
| <input type="checkbox"/> Respeta a todos | <input type="checkbox"/> Tiene mucha ropa bonita. |
| <input type="checkbox"/> Usa malas palabras. | <input type="checkbox"/> Ama a Dios. |
| <input type="checkbox"/> Es honesto. Nunca toma cosas de otros. | <input type="checkbox"/> Hace lo correcto aun cuando otros se burlan |

b. ¿Cómo podemos conocer el carácter de otros? _____

c. ¿Con cuáles diferentes grupos de personas es recomendable observar las interacciones de las personas? _____

2. Juego: *Ensayen el siguiente juego; luego, entre todos dialoguen sobre las preguntas*

Fórmense en dos filas, una frente a otra. Luego, cada persona anota en un papelito cómo considera que es su propio carácter; escribiendo las cualidades que considera practicar bien.

En el otro lado del papel anota cuáles cree que son las buenas cualidades de la persona que está enfrente de él o ella. Cuando ambos terminan de anotar, comparten el uno con el otro y ven qué diferencias hay entre lo que creían del carácter del otro y cómo la persona misma considera que es.

- ¿Tenían razón sobre lo que creían del carácter del otro?
- ¿Creen que a veces juzgamos el carácter de otro sin conocerlo bien? Pueden dar algunos ejemplos
- ¿Estamos siendo justos cuando juzgamos sin conocer? ¿Por qué?
- ¿Qué podemos hacer para evitar juzgar incorrectamente?

3. Posible Actividad Artística: *Escriban una canción corta sobre el tema de conocer el carácter de otros y escoger a buenas amistades.*

SECCION 4: RELACIONES PURAS ENTRE CHICOS Y CHICAS

Bahá'u'lláh nos aconseja:

“¡Oh Habitantes de Mi Paraíso!

Con manos de amorosa bondad he plantado el árbol nuevo de vuestro amor y vuestra amistad en el sagrado jardín del paraíso, y lo he regado con las abundantes lluvias de mi tierno favor. Ahora que ha llegado el momento de dar su fruto, esforzaos para que sea protegido y no lo consuma la llama del deseo y la pasión.”⁴

Esta cita nos indica que el amor y la amistad son dones que vienen de Dios. Sin embargo, tenemos que esforzarnos para mantener la pureza de nuestras amistades y no faltar al respeto verbal o físico, ya que el deseo y la pasión pueden echar a perder el amor y la amistad. Cuando queremos algo fuertemente y ese deseo nos lleva a cometer actos indebidos, nos estamos dejando llevar por el deseo y la pasión. En una amistad entre un joven y una señorita, o un hombre y una mujer, es fácil que despierte la pasión. Por eso, hay que hacer un esfuerzo especial para ejercer la auto-disciplina y canalizar debidamente la expresión de los sentimientos, para no llegar a propasarnos.

Para tener relaciones puras es necesario evitar la “fácil intimidad”. La intimidad significa conocer a una persona muy bien, conocer sus sentimientos más profundos y también conocerla físicamente. La intimidad es algo reservada para el matrimonio, donde dos personas se comprometen el uno con la otra y desean compartir toda su vida, ayudándose mutuamente. Juntos se cuentan todo y también conocen íntimamente el cuerpo uno del otro.

Sin embargo, mientras uno todavía no está para casarse, debido a la edad, la situación económica, académica o laboral, o simplemente porque no ha encontrado a una persona con quien quiere compartir toda la vida, necesita desarrollar la auto-disciplina con el fin de evitar la “fácil intimidad”.

La “fácil intimidad” sucede cuando personas que aun no están casadas buscan intimidad física con otras. La fácil intimidad puede consistir en dar besos o caricias, hacer juego de manos, o estar demasiado “pegadito” a otra persona. Esto se da comúnmente entre jóvenes, especialmente entre cortejos o novios. Pero a veces se da entre personas que apenas se conocen. En cualquier caso, la fácil intimidad sólo busca la intimidad física, sin el compromiso y la responsabilidad que trae el matrimonio.

La fácil intimidad puede traer muchas consecuencias dañinas, desde una confusión en la mente y los sentimientos de los jóvenes y tensión en sus relaciones hasta enfermedades sexuales o embarazos no deseados.

Por lo tanto, por nuestra salud mental y física y por el bienestar de nuestro futuro matrimonio, nos conviene hacer todo esfuerzo por evitar la fácil intimidad.

Pensemos un poco más sobre los problemas causados por la fácil intimidad. ¿A alguno de ustedes le gustaría casarse con alguien que está acostumbrado a besar, coquetear o tener relaciones con muchos otros?

Una persona acostumbrada a la fácil intimidad a menudo tiene ese tipo de relación con muchas personas, no sólo una. Es decir, cae en la promiscuidad. Cuando esa persona se casa, le puede ser difícil cambiar su forma de actuar y ser absolutamente fiel a su compañero o compañera. Aun si no llega a “hacer nada malo”, su forma de ser puede generar sospechas, celos, y desconfianza dentro de la pareja. Luego, la desconfianza y los demás sentimientos negativos pueden destrozar el matrimonio.

Por todas esas razones, en la Fe Bahá'í no se busca tener a un cortejo o corteja en el sentido común que le da la sociedad, ya que un bahá'í debe ser casto. Ser casta no sólo significa no tener relaciones sexuales fuera del matrimonio, sino no buscar excitarse sexualmente, no mirar a mujeres (o hombres) imaginando cómo sería tener el sexo con ellos, ni tampoco hablar sobre cosas indecentes; por ejemplo, contar chistes con contenido sexual.

En resumen, los Escritos Bahá'ís aclaran que:

“Tal vida casta y santa... condena toda manera de promiscuidad, de fácil intimidad y de vicios sexuales.”⁵

Practicar esta norma tan elevada no es fácil en la sociedad de hoy que está sumergida en estímulos sexuales y promueve la idea de que uno debe dar rienda suelta a sus instintos sexuales. Por eso, practicar la castidad exige mucha fuerza de voluntad.

Es más fácil practicar la castidad si nos apoyamos unos a otros en nuestros esfuerzos, ya que al encontrarnos en una situación “difícil”, el apoyo de otra persona puede darnos fuerza para tomar una decisión correcta y actuar debidamente. Este apoyo puede tomar la forma de una frase común y corriente que sirve como una señal secreta que indica: “Piensa bien lo que estás haciendo.” Por ejemplo, la frase podría ser: “Mira por arriba,” “¿Dónde vas?”, o cualquier otra frase que escogen los amigos para servirles como recordatorio.

Si algunos amigos escogen una frase tal y acuerdan usarla para ayudarse unos a otros, actuarían de la siguiente manera. Si alguien viera que uno de sus compañeros está comenzando a caer en la fácil intimidad, diría la frase, como una forma de hacerle reflexionar. Por otra parte, si alguien le dijera la frase, reflexionaría sobre lo que está haciendo, y tomaría acciones para evitar la fácil intimidad.

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿De qué tenemos que proteger el amor que sentimos hacia otra persona? _____

b. ¿Qué significa la “intimidad”? _____

c. ¿Cuál es el lugar apropiado para la expresión de la intimidad? _____

d. ¿En qué consiste la “fácil intimidad”? _____

e. ¿A cuáles problemas puede llevar la “fácil intimidad”? _____

f. ¿En qué consiste la promiscuidad? _____

g. ¿Qué implica la práctica de la castidad? _____

h. ¿Cómo podemos ayudarnos unos a otros a no propasarnos? _____

2. Memorización de cita: “¡Oh Habitantes de Mi Paraíso! ...”

3. Escribir Afirmaciones

Cada uno escribe en forma personal, lo que de ahora en adelante va a hacer para asegurarse de mantener sus amistades puras y sanas. Por ejemplo:

Yo voy a ser sincera con mis amigos y amigas.

Siempre voy a mostrar respeto a mis amigos y amigas.

No voy a permitir que mis amigos se propasen conmigo.

4. Escojan una señal secreta. *Entre todos, escojan una frase que pueden usar como una “señal secreta” para ayudarse cuando alguien está para caerse en la “fácil intimidad”.*

5. Idea para Actividad Artística: **Teatros en 2 Grupos**

Un grupo representa una amistad verdadera, pura y sincera, y el otro representa una amistad interesada, contaminada por el deseo y la pasión. Los teatros deben mostrar cómo termina cada amistad. (Al representar la amistad interesada, deben cuidarse de no llevar a cabo acciones indebidas; basta con mencionar la intención de hacerlas.)

SECCION 5: UNA VIDA CASTA Y SANTA

Bahá'u'lláh declara que la castidad es el mejor ornamento para las personas. La práctica de la castidad fortalece el carácter y el espíritu y los vuelven hermosos, y esto es aun más importante que la belleza física.

La castidad tiene que ver no sólo con lo que hacemos, sino también con lo que vemos, escuchamos, pensamos, y decimos. Una persona casta tiene cuidado de no ver películas, revistas, o espectáculos que puedan provocar pensamientos impuros. También cuida su forma de vestir, andar, y comportarse para ser un ejemplo de comportamiento decente y respetable. Conscientemente elige a sus amistades, evitando a personas que le podrían llevar a un comportamiento vergonzoso; más bien, buscará la compañía de personas cuya conducta es digna de alabanza.

La castidad comienza con la mente. Si constantemente imaginamos actos incastos, es más probable que los cometamos. Por eso, debemos tener cuidado de no llenar nuestra mente con vanas imaginaciones.

Sin embargo, a veces nos vienen sin querer pensamientos impuros. Cuando esto sucede, en vez de entretenernos con ellos, siguiendo el hilo de nuestras vanas imaginaciones, debemos hacer un esfuerzo por dejar atrás esos pensamientos y pensar en otra cosa. Para ayudarnos en eso, podemos decir una oración y luego hacer algo que absorbe los pensamientos, tales como comenzar una conversación sobre otra cosa, jugar un deporte, o enseñar la Fe. Bahá'u'lláh recomienda **“consumir todo pensamiento descarriado con la llama de su amorosa mención.”**

La castidad es distinta de la virginidad. Ser casto tiene que ver con la forma de pensar y actuar voluntariamente y es una actitud que hay que mantener a lo largo de la vida. Por eso, si una persona es violada, puede seguir siendo casta, porque lo que sucedió no fue su culpa. Dios no le va a juzgar, sino castigará a la persona que le hizo daño. Por eso, no debe culparse a sí mismo, sino seguir comportándose de manera casta hacia todas las personas. Asimismo, los demás no debemos juzgarle, ni murmurar. Por respeto, no debemos hablar sobre el asunto con otros. Más bien, debemos tratar a la persona afectada con cariño, comprensión y amor.

Por otra parte, si una persona ha tenido la costumbre de tener relaciones sexuales fuera del matrimonio y luego se da cuenta de las enseñanzas de Dios sobre la castidad, desde ese momento puede comenzar a practicar la castidad. En ese caso, debe decir oraciones de perdón y cambiar su conducta.

En la siguiente cita Shoghi Effendi explica los alcances de una vida casta y santa, afirmando:

“Tal vida casta y santa, con sus implicaciones de modestia, pureza, temperancia, decencia y mentalidad clara, comprende no menos que el ejercicio de la moderación en todo lo que concierne al vestido, lenguaje, entretenimiento y todos los pasatiempos artísticos y literarios. Ésta exige la vigilancia diaria en el control de nuestros deseos carnales o inclinaciones corruptas. Requiere el abandono de una

conducta frívola, con su excesivo apego a los placeres triviales y, con frecuencia, erróneamente dirigidos. Requiere la total abstinencia de toda bebida alcohólica, del opio y de drogas similares que forman hábito. Condena la prostitución del arte y la literatura, las prácticas del nudismo y del matrimonio en compañerismo, la infidelidad en las relaciones matrimoniales y toda forma de promiscuidad, de fácil intimidad y de vicios sexuales.”⁶

1. **Preguntas.** Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.

- a. ¿En cuáles aspectos de la vida en que hay que ejercer moderación para tener una vida casta y santa? _____

- b. ¿Qué necesitamos vigilar diariamente? _____

- c. Dé ejemplos concretos de una “conducta frívola” o “placeres triviales”. _____

- d. ¿De qué hay que abstenerse totalmente? _____

- e. ¿Qué implica la castidad acerca de la conducta sexual? _____

- g. ¿Qué se recomienda hacer si le vienen a la mente pensamiento impuros sin querer? _____

- h. ¿Qué diferencia hay entre la castidad y la virginidad? _____

- i. Si una persona es violada, ¿ha perdido la castidad? _____
- j. ¿Qué actitud debemos tomar hacia una persona que ha sido violada? _____

- k. Si una persona ya ha tenido relaciones sexuales, ¿qué necesita hacer para practicar la castidad? _____

2. **Memorización de cita:** “*Tal vida casta y santa...*” de la sección anterior.

3. Idea para Actividad Artística: *Teatro*

Inventen un teatro en que representen a un grupo de jóvenes que sale a pasear. Algunos muestran una conducta casta con relación a las actividades que quieren realizar; y otros, no. Los que tienen una conducta casta orientan a los otros y les explican la importancia de la castidad.

SECCIÓN 6: EL DESAFÍO DE LA CASTIDAD

Bahá'u'lláh enseña que tanto los hombres como las mujeres deben practicar la castidad. Hablando de las mujeres, declara:

“Dios, en verdad, ha hecho que la castidad sea una corona para las cabezas de sus siervas. Grande es la gloria de aquella sierva que ha alcanzado esta alta posición.”⁷

Y de los hombres:

“Si él encontrase la más hermosa y gentil de las mujeres, no sentiría su corazón seducido por la más leve sombra del deseo por su belleza. Tal hombre es, ciertamente, la creación de una castidad sin mancha.”⁸

Es más fácil practicar la castidad, si uno prevé las situaciones y toma acción para evitar aquellas que podrían llevarle a hacer algo que no es casto. Por ejemplo, si alguien le invita a salir a un lugar indecente, puede sugerir otro lugar al cual preferiría ir. Si la otra persona insiste, puede decirle que prefiere no ir y pedir que le vuelva a invitar cuando va a otro lugar.

Por otra parte, si una persona comienza a tocarle de una manera indebida o le presiona para participar en un comportamiento que involucra la fácil intimidad, se puede explicarle las razones que no desea ese tipo de relación. Si el otro no comprende e insiste, es mejor ya no relacionarse con esa persona.

Aunque puede ser doloroso dejar la relación, hay que recordar que una persona que realmente nos aprecia, nos respetará como persona; es decir, respetará nuestras ideas y creencias, así como nuestro cuerpo. Por eso, si nos aprecia, deseará ayudarnos a practicar la castidad, una vez que comprende que es importante para nosotros.

Es más fácil practicar la castidad si recordamos que el propósito de nuestras vidas es conocer y adorar a Dios, desarrollar cualidades espirituales y colaborar en hacer un mundo mejor, y que todo lo que hacemos, debe ayudarnos a cumplir con ese propósito.

Cuando olvidamos de este propósito, a veces toma su lugar el deseo del dinero, la admiración, la popularidad, el prestigio, o los placeres físicos. Para conseguirlos, a veces hacemos cosas que van en contra de nuestros verdaderos principios. A menudo fingimos ser lo que no somos o tener lo que no tenemos, con el fin de quedar bien con los demás. Además, podemos dedicar demasiado tiempo y energía a cosas que no valen la pena, o que deben ocupar un lugar secundario en nuestras vidas. Como consecuencia nos alejamos de Dios y malgastamos nuestros esfuerzos, energía y habilidades.

En cambio, si ponemos Dios primero en todas nuestras acciones y tratamos de complacerle a Él, las tentaciones perderán su poder sobre nosotros. Bahá'u'lláh da el siguiente ejemplo de cómo Su verdadero seguidor no se dejaría tentar por el dinero.

“Es mi seguidor verdadero aquél que, de llegar a un valle de oro puro, pasará recto a través de él, indiferente como una nube y ni volverá ni se detendrá... De su vestidura, el Concurso de lo Alto puede inhalar la fragancia de la santidad.”⁹

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Quiénes deben practicar la castidad? _____

b. ¿Qué nos ayuda a practicar la castidad? _____

c. ¿Qué debemos hacer si otra persona nos presiona a participar en acciones que no son castas? _____

d. ¿Cuál es el propósito de nuestra vida? _____

e. ¿Cuáles son algunas consecuencias de olvidar el propósito de nuestras vidas?

f. ¿Qué podemos hacer para que las tentaciones pierdan su poder sobre nosotros?

2. Memorización de citas:

Mujeres: “Dios, en verdad, ha hecho que la castidad...”

Hombres: “Si él encontrase la más hermosa y gentil de las mujeres...”

3. Idea para Actividad Artística: Tira Cómica

Haga una serie de dibujos, como tira cómica, que muestren algo que le puede distraer de su propósito en la vida, y lo que haría para no dejarse seducir por ello, sino mantenerse concentrado en Dios. Como título, escriba “Una Vida Casta y Santa”.

SECCION 7: EL PROPÓSITO DEL MATRIMONIO

Todas las personas desean tener un buen matrimonio; pero desafortunadamente, sólo desear que un matrimonio sea bueno no es suficiente para que así sea. Más bien, un buen matrimonio exige esfuerzo, aun antes de casarse.

A veces las personas se casan sin estar seguros de lo que esperan del matrimonio. No quieren esforzarse, sino que esperan que todo se les haga fácil. Esto solo trae desilusión.

Para comenzar, un buen matrimonio depende de la práctica de cualidades espirituales, tales como el amor, el respeto, la veracidad, la fidelidad, la comprensión, la paciencia, y la alegría. Estas son cualidades que cada uno de los esposos necesita desarrollar **antes** del matrimonio, ya que si no las tiene, su falta causará problemas dentro del matrimonio.

Además de desarrollar estas cualidades uno mismo, hay que fijarse si la persona con quien desea casarse tiene éstas y otras cualidades espirituales. ‘Abdu’l-Bahá advierte: **“Cada uno, no obstante, debe poner el máximo cuidado por informarse profundamente del carácter del otro, para que el convenio obligatorio entre ellos sea un lazo que perdure para siempre.”**¹⁰

Si uno no se esfuerza por desprenderse de sus sentimientos de “enamoramiento” con el fin de ver a la otra persona como realmente es, con tanto sus cualidades como sus defectos, puede cometer un error que le causará mucho sufrimiento durante años de su vida. Por eso, para conocer al carácter del otro, se recomienda no sólo pasear y divertirse juntos, sino trabajar y servir juntos. También se recomienda pasar una buena parte del tiempo que esté con esa persona, en la compañía de otros, para que pueda darse cuenta del trato que se acostumbra dar a otros.

Además, es importante que ambos compartan ideas parecidas o complementarias acerca del propósito de la vida y lo que desean hacer con sus vidas, ya que ‘Abdu’l-Bahá explica que: **“El matrimonio bahá’í es ... la mutua vinculación de mente y corazón...”**¹¹

Asimismo, la pareja debe compartir ideales espirituales, ya que **“el verdadero matrimonio de los bahá’ís es que el esposo y la esposa se unan tanto espiritual como físicamente, para que siempre puedan mejorar mutuamente la vida espiritual de cada uno y puedan gozar de unidad sempiterna a través de los mundos de Dios.”**¹²

Una vez que la pareja se case, cada uno debe dedicar todo lo que es y tiene a promover el bienestar mutuo. Más específicamente, en la “Tabla de Matrimonio” se exhorta: *“Debéis dedicar vuestros conocimientos, vuestros talentos, vuestras fortunas, vuestros títulos, vuestros cuerpos y vuestros espíritus a Dios, a Bahá’u’lláh y uno a otro.”*¹³

Si una pareja vive de esa manera, su amor y compañerismo se profundizarán cada día más, como indica ‘Abdu’l-Bahá:

“Ellos son dos compañeros, dos íntimos amigos, cada uno interesado en el bienestar del otro. Si viven de ese modo, pasarán a través de este mundo en perfecta dicha, felicidad y paz del corazón.... Mas si lo hacen de otro modo, vivirán su vida en gran amargura.” ¹⁴

La pareja también debe recordar que, según Bahá'u'lláh, un propósito importante del matrimonio es tener hijos y educarlos en el amor de Dios. Él declara: **"Desposaos, oh pueblo, para que de vosotros aparezca aquel que me recuerde entre mis siervos. Este es uno de los mandamientos que os doy; obedecedlo como ayuda para vosotros mismos".** ¹⁵

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Qué importancia tiene la práctica de las cualidades espirituales dentro del matrimonio? _____

b. ¿Cómo se puede conocer el carácter de otra persona antes de decidir casarse con él o ella? _____

c. ¿Por qué es importante que la pareja comparta ideales espirituales? _____

d. ¿De qué depende la dicha, la felicidad y la paz en el matrimonio? _____

e. Al tener hijos, ¿qué hay que enseñarles? _____

2. Memorización de cita: *“Cada uno... debe poner el máximo cuidado ...”*

3. Escribir Sus Ideas: *Cada uno escribirá sus ideas sobre el tema:*

“¿Cómo quiere que sea mi matrimonio, y qué voy a hacer antes del matrimonio para que sea así?”

Después de terminar, cada uno comparte lo que ha escrito.

4. Idea para Actividad Artística: Inventen música para la canción “**El Matrimonio**”.

El matrimonio no termina con casarse,
Sino más bien es el comienzo nada más.
El matrimonio es el vínculo perfecto
Y lo perfecto no se logra así no más.
Los esposos deben compartir su vida
Unidos en la mayor lealtad.
Si cada uno solo jala por su lado
La competencia vencerá la unidad.

Coro

Continuamente nutre este árbol
De unión con su afecto y su amor
Y así producirán frutos sabrosos,
Serán amantes celestiales del Señor.

El que se casa no se puede dar el lujo
De esperar que su pareja cederá
A su manera de vivir y a sus manías
Pues son los dos unidos quienes cambiarán.
La igualdad entre esposos no se logra
Sin primero consultar entre los dos
Y lograr una visión de los que aspiran
Una visión basada en la ley de Dios.

Coro

La afinidad, intimidad y simpatía
Son señales de una sana relación.
Si no lo hay entre esposos rectifiquen
Son esenciales para guardar la unión.
Entre esposos no permitan que los celos
Debiliten la esencia de su amor.
Hablen el uno con el otro con franqueza
Con comprensión de corazón y sin rencor.

Coro

SECCION 8: LOS BENEFICIOS DEL MATRIMONIO

Aunque lograr un buen matrimonio exige un esfuerzo, vale la pena, ya que Bahá'u'lláh compara el matrimonio con **“una fortaleza para el bienestar y la salvación.”** Así, podemos pensar en el matrimonio como un refugio, como un lugar de tranquilidad donde podemos reponer fuerzas. Es una relación que puede traer mucha felicidad.

Además, el matrimonio no sólo es una fortaleza para nosotros, sino también para nuestros hijos, ya que el matrimonio es la situación ideal para criar a hijos que conozcan y adoren a Dios, donde se les nutre y brinda protección.

Se puede comprender mejor estos beneficios del matrimonio, cuando se piensa en las alternativas. Imagínense una pareja de novios que decide vivir juntos sin casarse. ¿Qué problemas suelen tener?

Aunque cada caso es diferente, algunos problemas que a menudo surgen son: poco cuidado con respetar los sentimientos uno del otro, poco compromiso con los gastos familiares, infidelidad y sospechas de infidelidad, fácilmente se rompe la unión, hijos fuera del matrimonio que a menudo quedan abandonados por uno de los padres, y poco cuidado en la educación espiritual y material de los hijos.

Por otra parte, algunas personas optan por vivir solos, sin pareja. Ellos suelen tener otros problemas, tales como la soledad, la falta de apoyo emocional, y la falta de apoyo económico. No tienen a alguien que les brinda protección física o cuida su salud, cuando lo necesitan. No tienen la bendición de criar a un hijo, o al adoptar uno, tienen más dificultad en educarle debidamente. Están expuestas a más tentaciones sexuales y corren el peligro de volverse egoístas, ya que no tienen que pensar en el bienestar de otros seres cercanos.

Por eso, a pesar del esfuerzo que necesitamos hacer antes del matrimonio para desarrollar nuestras cualidades y para conocer adecuadamente el carácter del otro, y dentro del matrimonio para aprender a cuidar debidamente uno al otro, **“Bahá'u'lláh ha recomendado a toda la gente el matrimonio como el modo natural y legítimo de vivir.”**¹⁶

1. Preguntas. Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.

a. ¿Con que compara Bahá'u'lláh el matrimonio? _____

b. ¿Qué problemas a menudo surgen cuando una pareja vive juntos sin casarse?

c. ¿Qué problemas puede tener una persona que vive sola sin pareja? _____

**Prácticas que Fortalecen
el Matrimonio**

Cómo lo Fortalece

Amor a Dios

Fidelidad

Confiar en el Otro y Evitar los Celos

Consulta en Privada

Juntos Orar y Estudiar los Escritos Bahá'ís

Expresar el Amor con Palabras y Hechos

Dar Aliento Uno al Otro

Ayudarse Amorosamente a Corregir Sus Faltas

Hablar de Aspiraciones Nobles

SECCIÓN 9: LEYES DEL MATRIMONIO BAHÁ'Í

Una vez que una pareja decide casarse, si uno de los contrayentes es bahá'í, ambos necesitan obedecer las siguientes leyes que gobiernan la boda bahá'í.

- 1) Ambos contrayentes deben desear casarse entre sí.
- 2) Una vez que la pareja decida que desea casarse, los 4 padres naturales deben dar su consentimiento al matrimonio. Según Shoghi Effendi, **“Esta gran ley fue establecida por (Bahá'u'lláh) para fortalecer la trama social, para unir más estrechamente los lazos del hogar, para crear indudable gratitud y respeto en los corazones de los hijos, hacia quienes les dieron la vida y enviaron sus almas en el viaje eterno hacia su Creador.”**¹⁷ Si los padres no dan permiso, la pareja no puede casarse, aunque puede decir oraciones y dialogar con los padres para saber por qué no están de acuerdo y ver si hay algo que pueden hacer a fin de que los padres cambien de parecer.
- 3) Pedir la aprobación de la boda por una Asamblea Espiritual, presentando el permiso de los padres, preferiblemente por escrito, y proponiendo a 2 testigos para la boda bahá'í.
- 4) Durante la boda, ambos novios recitan el verso: **“En verdad, todos acataremos la voluntad de Dios.”**
- 5) La ceremonia civil, la ceremonia bahá'í y la consumación del matrimonio deben realizarse dentro de un período de 24 horas. Si uno de los contrayentes no es bahá'í y desea tener laa ceremonia de su propia religión también, las tres ceremonias deben realizarse dentro de las 24 horas.

El no obedecer las leyes bahá'ís lleva a problemas y situaciones difíciles en la vida, y puede traer sanciones administrativas de las instituciones bahá'ís.

La boda bahá'í en sí es muy sencilla y bella. La pareja escoge varias oraciones y citas para leer en la boda y elaboran un pequeño programa, incluyendo el verso que han de recitar los novios. Si desean, también pueden incluir canciones o una breve explicación sobre las enseñanzas bahá'ís sobre el matrimonio. Luego, piden a diferentes amigos que lean las citas y oraciones durante la ceremonia. Si necesitan ayuda en diseñar el programa, pueden pedir ayuda de la Asamblea.

En cuanto a muchas prácticas tradicionales—tales como el uso de un vestido blanco largo por la novia, el intercambio de anillos, o convidar a los invitados a una fiesta después de la ceremonia—quedan al criterio de la pareja. No son necesarias, pero tampoco se prohíben. Sin embargo, se recomienda que la ceremonia sea sencilla y que se ponga énfasis en la parte espiritual. No es recomendable endeudarse para tener una boda más lujosa.

1. Preguntas. Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.

- a. ¿Por qué estableció Bahá'u'lláh que los padres deben dar su consentimiento al matrimonio? _____

- b. ¿Qué se puede hacer si los padres no dan su consentimiento para el matrimonio?

- c. Si el novio o novia no es bahá'í y quiere tener la ceremonia de su religión, ¿qué se hace? _____

- d. ¿En qué consiste la boda bahá'í? _____

2. Idea para Actividad Artística: Teatros en Dos Grupos

a) Un grupo muestra un caso en que la pareja lleva a cabo todas las leyes bahá'ís, y todo va bien.

b) El otro grupo muestra un caso en que la pareja lleva a cabo todas las leyes bahá'ís, pero los padres no están de acuerdo, recalcando cómo reacciona la pareja, al seguir las leyes bahá'ís.

SECCION 10: UNA FORTALEZA PARA EL BIENESTAR

Bahá'u'lláh ha comparado al matrimonio con **“una fortaleza para el bienestar”**. Sin embargo, es una fortaleza que la pareja tiene que construir, en base a la confianza y el apoyo mutuo, la dedicación uno al otro, y el compartir el amor, el servicio y la obediencia a Dios.

A la vez, cada uno necesita tener cuidado de no cometer actos que puedan dañar los cimientos mismos de esta fortaleza; por ejemplo, la infidelidad o la mentira, las cuales llevan a la desconfianza, la desunión y a menudo a las peleas.

La fidelidad es un aspecto de la castidad. Shoghi Effendi aclara:

“La castidad supone, tanto antes como después del matrimonio, una vida casta y sin mancha. Antes del matrimonio, absolutamente casta; después del matrimonio, absolutamente fiel al compañero que uno ha elegido. Fiel en todos los actos, fiel en las palabras y en los hechos.”¹⁸

Esta cita deja en claro que la castidad no sólo tiene que ver con las relaciones sexuales en sí, sino que se refiere a una actitud que necesitamos practicar a lo largo de nuestras vidas. Sin embargo, hay una diferencia en la manera en que la castidad se manifiesta en los hechos antes y después del matrimonio.

Es decir, durante toda la vida debemos practicar la castidad con respecto a lo que vemos, escuchamos, pensamos, y decimos. Debemos evitar películas, revistas, o espectáculos que puedan provocarnos pensamientos impuros. Tampoco debemos contar chistes o hacer comentarios que tratan el sexo con una actitud superficial.

Antes de casarnos, la castidad también implica abstenernos de las relaciones sexuales con persona alguna. Una vez que nos casamos, la castidad implica ser absolutamente fiel a nuestra pareja.

Además de no tener relaciones sexuales con alguien que no sea nuestro esposo o esposa, la fidelidad implica el no hablar mal de nuestra pareja, el no murmurar de él o ella, el no entretenernos con pensamientos románticos acerca de otra persona, el no coquetear, así como evitar situaciones que pueden llevar a la infidelidad.

1. Preguntas. *Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.*

a. ¿Cómo dañan la infidelidad y la mentira al matrimonio? _____

b. ¿De qué manera debemos practicar la castidad durante toda la vida? _____

c. ¿Qué diferencia hay en la práctica de la castidad antes y después del matrimonio?

d. Además de no tener relaciones sexuales con otros ¿qué implica la fidelidad?

2. Memorización de Cita: “La castidad supone...”

3. Aparejamiento de Conductas y Situaciones. *Abajo hay algunas conductas y algunas situaciones. Trabajando en dos grupos, decidan cuál conducta describe cada situación, y ponga la letra que corresponde en la línea en frente de cada situación. Se les previene que hay más de una situación que van con algunas conductas. Deben ser capaces de explicar la razón por las respuestas que marcan.*

Conductas

- | | |
|---------------------------|-----------------------------------|
| a. Fidelidad de palabra | e. Castidad antes del matrimonio, |
| b. Fidelidad de hecho | f. Castidad en el matrimonio |
| c. Infidelidad de acto | g. Falta de castidad |
| d. Infidelidad de palabra | |

Situaciones

- _____ 1. Melecio, el esposo de Blanca, evita la compañía de Ana porque tiene ciertos sentimientos hacia ella y no quiere llegar a ser infiel.
- _____ 2. En la fiesta de la oficina, Elena pasó toda la noche bailando pegadito con uno de sus colegas, a pesar de estar casada.
- _____ 3. Los esposos Carla y Julián siempre hablan bien uno del otro. Nunca comentan los defectos de su pareja.
- _____ 4. Antes de que José y Gabriela se casaran, siempre se trataban con respeto. José nunca exigió a Gabriela que le diera besos o que “demostrara su amor” sexualmente.
- _____ 5. En el trabajo el señor Francisco piropea a todas las empleadas, tratando de enamorarles.
- _____ 6. Aunque Felipe era casado, se sintió muy incómodo y se retiró de la reunión cuando todos comenzaban a hacer comentarios obscenos, hablando de sus conquistas sexuales.
- _____ 7. Armando, el papá de Juan, pensando que debía saber más sobre cómo conquistar a las mujeres, le mostró una revista con fotos de mujeres desnudas.

_____ 8. Cuando el señor de la tienda comenzaba a coquetear con Brígida, ella habló de su esposo de manera que dejó en claro que estaba felizmente casado, para que no siguiera.

_____ 9. El señor Donald y la señora Filomena llevan 50 años casados; tienen un matrimonio muy feliz. Ninguno jamás se ha interesado en otra persona.

4. Idea para Actividad Artística: *Teatros*

Un grupo prepara un teatro en que se presenta una situación de infidelidad. Luego, los demás que no estaban en el teatro deben consultar y dar sus ideas acerca de las consecuencias de esa acción.

El otro grupo prepara un teatro en que ante una situación difícil los esposos practican la fidelidad. Luego, los demás dan sus ideas acerca de cómo seguirá el matrimonio, explicando sus razones.

SECCION 11: PRÁCTICAS PARA FORTALECER LA RELACIÓN DE PAREJA Y RESOLVER LOS CONFLICTOS

Además de evitar acciones que pueden dañar el matrimonio, es importante que la pareja establezca prácticas en conjunto que lo fortalecen. Algunas de las prácticas que recomiendan los Escritos Bahá'ís son:

Orar individualmente y como familia;

Servir la Fe juntos;

Tomar acciones para promover el amor y la armonía;

Ocuparse del bienestar uno de otro;

Siempre hablar bien uno del otro;

Consultar a solos para resolver problemas, sin comentarlos a otros.

Sin embargo, hay que reconocer que ninguna persona es perfecta. Por eso, no debemos hacer que nuestro amor depende de la conducta de nuestra pareja, sino que debemos tratar de amarle por amor a Dios, esforzándonos por ser un canal que transmite el amor de Dios a él o ella. Recordar la siguiente cita puede ayudarnos en este esfuerzo.

“Amad a las criaturas por amor a Dios y no por sí mismas. Jamás estaréis enojados ni impacientes si los amáis por el amor a Dios. La humanidad no es perfecta. Existen imperfecciones en cada ser humano, seréis siempre desdichados si miráis a la gente. Pero si miráis a Dios, los amaréis y seréis amables con ellos, porque el mundo de Dios es el mundo de la perfección y de la completa merced. Por lo tanto, no miréis los defectos de nadie; mirad con la vista del perdón. El ojo imperfecto contempla imperfecciones. El ojo que cubre las faltas mira hacia el Creador de las almas.”¹⁹

Sin embargo, hay que reconocer que hay ciertos vicios y conductas negativas que son muy difíciles de soportar como pareja, a la vez que es muy difícil que la persona que los tenga, los corrija. Por eso, no debemos casarnos con alguien pensando que lograremos cambiarle.

Por esa razón, es tan importante conocer bien el carácter propio y el de la otra persona antes de casarnos. Así, podemos prevenir problemas y no involucrarnos sentimentalmente con alguien que presenta aun un poco de estas conductas no deseables; por ejemplo, una persona que le gusta beber alcohol; alguien que anda con más de un cortejo o corteja a la vez; una persona que se enoja rápidamente y a veces se vuelve agresiva; alguien que siempre critica. Aun si no muestra la conducta negativa con nosotros, sino sólo con otras personas, es una señal de que tenga esa debilidad, y por lo tanto, es mejor no involucrarnos. En el caso de que ya nos sentimos fuertemente atraídos hacia una persona tal, es mejor tomar la decisión de cortar la relación y luego practicar el desprendimiento, por difícil que sea, confiando que Dios nos ayudará.

1. Preguntas. Consulten sobre las preguntas y luego escriban sus respuestas.

a. Enumere 5 prácticas que fortalecen el matrimonio. _____

b. ¿Cómo podemos amar a otra persona a pesar de sus imperfecciones? _____

c. ¿Cómo ayuda a evitar problemas en el matrimonio el conocer bien el carácter de otra persona antes de casarse? _____

d. ¿Qué aconsejaría a una persona que piensa casarse con alguien que tiene un vicio y afirma que sabe que por medio del poder de su amor va a lograr cambiarle?

2. Análisis de Citas en Parejas: Cada pareja lee una cita de la próxima página; luego, identifica y anota en la Tabla T las actitudes y prácticas recomendadas en los Escritos Bahá'ís para fortalecer el matrimonio.

**Actitudes y Prácticas Recomendadas
por los Escritos Bahá'ís**

Actitudes

Prácticas

Actitudes	Prácticas

1. "Has de saber que todo hogar donde se alaba a Dios y se ora a Él y Su Reino es proclamado, es un jardín de Dios y un paraíso de Su felicidad." *'Abdu'l-Bahá*
2. "El servir la Fe juntos con unidad y devoción es la forma más elevada de cooperación bahá'í en el matrimonio." *Shoghi Effendi*
3. "Cuando se presentan diferencias, consultad juntos y en secreto; no sea que otros aumenten el grano de polvo hasta convertirlo en una montaña. No guardéis en vuestros corazones resentimiento alguno, más bien explicad su naturaleza uno a otro con tanta franqueza y comprensión que desaparezca sin dejar ningún recuerdo." *'Abdu'l-Bahá*
4. "Si el amor y la armonía se manifiestan en una sola familia, esa familia progresará, se volverá iluminada y espiritual." *'Abdu'l-Bahá*
5. "Que nada vean sino el bien uno en otro, que nada oigan salvo alabanzas de uno hacia otro, y que no pronuncien palabra, uno con respecto al otro, si no es tan solo para alabar." *'Abdu'l-Bahá*
6. "Son dos colaboradores, dos amigos íntimos que deben ocuparse del bienestar del otro." *'Abdu'l-Bahá*
7. "En esta gloriosa Causa, la vida de un matrimonio debería parecerse a la vida de los ángeles en el cielo, una vida plena de alegría y deleite espiritual, una vida de unidad y concordia, una amistad tanto física como mental. El hogar debería ser disciplinado y bien organizado. ...Deberían estar siempre exaltados con gozo y alegría, y ser una fuente de felicidad para los corazones de los demás. Deberían establecer un ejemplo para sus congéneres, manifestar amor sincero y verdadero el uno hacia el otro, y educar a sus hijos de tal forma que proclamen la fama y gloria de su familia." *'Abdu'l-Bahá*

3. Memorización de Cita: *Cada uno escoge una de las citas para memorizar.*

4. Idea para Actividad Artística: *Escribir un Cuento en Parejas*

Escriban un cuento acerca de uno de estos temas.

- 1) Alguien que se siente atraído hacia otra persona, pero luego se da cuenta que tiene una falta seria, y decide alejarse de esa persona para evitar problemas futuros.
- 2) Alguien que tiene un conflicto dentro del matrimonio y se esfuerza por mejorar la situación, poniendo en práctica los consejos que dan los Escritos Bahá'ís.

REFERENCIAS

- ¹ ‘Abdu’l-Bahá. “Las Cuatro Clases de Amor”, La Sabiduría de ‘Abdu’l-Bahá.
- ² ‘Abdu’l-Bahá. “Las Cuatro Clases de Amor”, La Sabiduría de ‘Abdu’l-Bahá.
- ³ Bahá’u’lláh. Las Palabras Ocultas persa #3.
- ⁴ Bahá’u’lláh. Las Palabras Ocultas persa #34.
- ⁵ Shoghi Effendi, incluido en El Modelo de Vida Bahá’í, p. 17.
- ⁶ Shoghi Effendi, El Advenimiento de la Justicia Divina, 1974, p. 47-48.
- ⁷ Bahá’u’lláh, incluido en El Modelo de Vida Bahá’í, p. 15.
- ⁸ Bahá’u’lláh, incluido en El Modelo de Vida Bahá’í, p. 15.
- ⁹ Bahá’u’lláh, incluido en El Modelo de Vida Bahá’í, p. 15.
- ¹⁰ ‘Abdu’l-Bahá. Selecciones de los Escritos de ‘Abdu’l-Bahá, #86.
- ¹¹ ‘Abdu’l-Bahá. Selecciones de los Escritos de ‘Abdu’l-Bahá, #86.
- ¹² ‘Abdu’l-Bahá. Selecciones de los Escritos de ‘Abdu’l-Bahá, #86.
- ¹³ Atribuido a ‘Abdu’l-Bahá. “Tabla del Matrimonio”
- ¹⁴ ‘Abdu’l-Bahá. Selecciones de los Escritos de ‘Abdu’l-Bahá, #92.
- ¹⁵ Bahá’u’lláh, “Oraciones para el Matrimonio”, Oraciones Bahá’ís.
- ¹⁶ Shoghi Effendi 21 enero 1943, citado en Luces de Guía #1268.
- ¹⁷ Shoghi Effendi, citado en Vida Familiar, p. 44-45.
- ¹⁸ Shoghi Effendi. Carta de 28 septiembre 1941, citado en Luces de Guía #1212, p. 498.
- ¹⁹ ‘Abdu’l-Bahá. El Divino Arte de Vivir, p. 185.