

# De las dificultades del noviazgo al matrimonio

Emprender un viaje de por vida requiere preparación. Dulce y José María, portugueses, hablan de los retos del noviazgo y del camino hasta su boda, que celebraron en mayo de 2021.

23/09/2021

José María tiene 28 años, vive en Lisboa, estudió Gestión de Recursos Humanos y trabaja en una Universidad de Lisboa. Dulce tiene

24 años, nació en Oeiras, estudió Ciencias de la Comunicación y trabaja como especialista en contenidos en una multinacional.

Se conocieron en 2016 en la boda de unos amigos y comenzaron a salir poco después. José ya trabajaba mientras que Dulce continuaba en la universidad. Al principio de la relación se plantearon algunas dificultades: José María confiesa que por aquella época pasó por una etapa con un trabajo muy intenso con periodos en los que estaba en la “nothing box, (la caja de 'nada'), muy centrado en mis cosas, donde no había tiempo de calidad para salir y atender a Dulce”.

“Todo eran prisas, estaba despistado y la comunicación era muy pobre”, completa su novia. En esas ocasiones Dulce tuvo que *bajarle los humos* y explicarle con cariño que -como novia, y eventualmente futura

prometida y esposa-, requería de más atención.

Por su parte, Dulce se dio cuenta de que sus clases de Ciencias de la Comunicación no siempre tenían el sentido cristiano que había aprendido en la educación familiar y en las actividades de formación en el Opus Dei. Ambos hablaron mucho de estos temas. Él le ayudó a tener criterio y a ver las cosas con una perspectiva cristiana. Mientras que Dulce, más comprensiva, llevó a José María a esforzarse por ser una persona más flexible y a encontrar el lado positivo de los asuntos del trabajo.

Más adelante José María, sin pretenderlo, introdujo un tema que tensó la relación: empezó a hablarle a Dulce sobre el matrimonio como una hipótesis... demasiado pronto, sin saber que para ella no era lo apropiado en esa etapa de la

relación. Dulce reconoce que tuvo que frenarle y esclarecer el malentendido.

## **¿Cómo resolver en el noviazgo las situaciones complicadas?**

“Sin duda era importante que habláramos más”. Y José María añade que “el punto de partida para resolver estas situaciones difíciles fue rezar más, ser más generosos con Dios en la oración y con la Virgen, rezar el rosario más a menudo juntos...”.

Poco a poco se conocieron mejor. Así era natural que la propuesta de matrimonio llegara... ya en 2020, durante la pandemia. Además de todos los preparativos para la ceremonia y la celebración, sabían que debían tomarse en serio la preparación interna con el Curso de Preparación al Matrimonio en la parroquia, que les ayudó a comprender que el matrimonio no es

una varita mágica que haría desaparecer los problemas, sino que necesitaba de la sinceridad, la confianza y la comunicación.

También aprovecharon la formación que recibieron en los centros del Opus Dei. José María reconoce que “el fundador del Opus Dei me ha ayudado mucho durante mi noviazgo, precisamente para resolver esos momentos más críticos”.

Según él, las palabras de san Josemaría son también muy inspiradoras para quienes quieren ser un buen esposo y padre: “Cuando estaba comprometido y me preparaba para el matrimonio, la ayuda que recibí del Opus Dei me ayudó a trabajar mejor y a tratar de vivir las virtudes”.

La boda tuvo lugar una mañana de mayo de 2021 en el Monasterio de los Jerónimos, entre amigos y familiares.

Y ese día comenzó una nueva aventura para los dos.

---

### **Historias relacionadas:**

Sembradores de paz y de alegría, serie de vídeos por el 75 aniversario del comienzo de la labor del Opus Dei en Portugal.

---

### **Temas para reflexionar después del vídeo**

#### **1. El matrimonio es una llamada de Dios**

El noviazgo (en italiano «fidanzamento») —se lo percibe en la palabra— tiene relación con la confianza, la familiaridad, la fiabilidad. Familiaridad con la vocación que Dios dona, porque el

matrimonio es ante todo el descubrimiento de una llamada de Dios. Ciertamente es algo hermoso que hoy los jóvenes puedan elegir casarse partiendo de un amor mutuo. Pero precisamente la libertad del vínculo requiere una consciente armonía de la decisión, no sólo un simple acuerdo de la atracción o del sentimiento, de un momento, de un tiempo breve... requiere un camino

Papa Francisco, audiencia del 27 de mayo de 2015

## **2. El amor humano** (libro electrónico gratuito)

La afectividad -estar enamorado de una persona, vivir una relación amorosa con sus momentos buenos y malos- es una parte importante de la vida de un cristiano. En este libro digital hemos recogido algunos artículos sobre el amor en el noviazgo y el matrimonio.

Enlace para descargar el libro  
electrónico gratuito.

### **3. San Josemaría habla del noviazgo cristiano (90 segundos)**

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-ni/article/superar-  
dificultades-noviazgo/](https://opusdei.org/es-ni/article/superar-dificultades-noviazgo/) (17/01/2026)