

GUÍA PASTORAL PARA PAREJAS CRISTIANAS

Cómo lograr un matrimonio estable y feliz de acuerdo a la Biblia

Doce enseñanzas bíblicas y prácticas para edificar un hogar sobre la Roca

Carlos Rilio

«Si Jehová no edificare la casa, en vano trabajan los que la edifican.» — **Salmo 127:1**

Introducción

Querida pareja, querido pastor: el matrimonio es uno de los regalos más hermosos que Dios ha dado a la humanidad. En nuestros barrios, campos y ciudades de la República Dominicana vemos hogares que florecen y otros que sufren. La buena noticia es que Dios no nos dejó sin dirección: en Su Palabra encontramos el plano para construir un matrimonio estable, fiel y lleno de gozo.

Esta guía recorre doce temas, uno por página. Cada capítulo incluye pasajes bíblicos (Reina-Valera 1960), una enseñanza breve, aplicaciones prácticas y preguntas para conversar en pareja, en grupos de matrimonios o en consejería pastoral. Les animamos a leer un capítulo por semana, orar juntos y poner en práctica lo aprendido. No se trata de alcanzar la perfección, sino de caminar juntos de la mano de Cristo, día tras día.

CAPÍTULO 2

El diseño de Dios para el matrimonio

«Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne.» —

Génesis 2:24

«Así que no son ya más dos, sino una sola carne; por tanto, lo que Dios juntó, no lo separe el hombre.» —

Mateo 19:6

El matrimonio no fue idea humana ni un simple contrato social: nació en el corazón de Dios en el huerto del Edén. Cuando el Señor dijo «No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea para él» (Gn 2:18), estableció una unión de compañerismo, complemento y propósito. Jesús mismo volvió a este pasaje para recordarnos que el matrimonio es un pacto sagrado y permanente.

Génesis 2:24 contiene tres verbos que forman el fundamento de todo hogar: **dejar, unirse y ser una sola carne**. Dejar significa que la nueva pareja establece su propia prioridad, por encima de padres, amistades y familia extendida, sin dejar de honrarlos. Unirse habla de un compromiso firme, de «pegarse» el uno al otro en lealtad. Ser una sola carne describe una unidad completa: espiritual, emocional, económica y física.

En nuestra cultura, donde la familia extendida es muy cercana y amada, «dejar» puede ser un desafío. Honrar a los padres sigue siendo un mandato, pero las decisiones del hogar se toman en pareja, delante de Dios.

Aplicación práctica

- Escriban juntos una breve «declaración de propósito» para su matrimonio: ¿para qué los unió Dios?
- Identifiquen áreas donde otras personas (familiares, amigos, trabajo) estén ocupando el lugar que le corresponde a su cónyuge.
- Tomen las decisiones importantes en pareja y preséntenlas unidos ante la familia.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Hemos «dejado» de verdad a nuestras familias de origen en lo emocional y en la toma de decisiones?
2. ¿En qué área nos cuesta más funcionar como «una sola carne»?
3. ¿Vemos nuestro matrimonio como un pacto delante de Dios o como un acuerdo que depende de cómo nos sintamos?

CAPÍTULO 3

El amor de 1 Corintios 13

«El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.» — 1 Corintios 13:4-7

Muchas parejas se casan enamoradas, pero con el tiempo descubren que el sentimiento por sí solo no sostiene un hogar. El amor que describe Pablo no es principalmente una emoción, sino una decisión diaria que se demuestra con hechos. Es el amor que Dios derramó en nuestros corazones por el Espíritu Santo (Ro 5:5), y por eso podemos practicarlo aun cuando no «lo sentimos».

Observe que casi todas las descripciones son verbos: el amor **espera con paciencia, actúa con bondad, no lleva cuentas de las ofensas**. Un buen ejercicio es leer el pasaje sustituyendo la palabra «amor» por su propio nombre: «Carlos es sufrido, Carlos es benigno...». Pronto descubriremos cuánto necesitamos la gracia de Dios para amar así.

La palabra «sufrido» significa paciente, de ánimo largo. En el matrimonio, la paciencia se prueba en lo pequeño: la toalla mojada sobre la cama, la tardanza, el tono de voz al final de un día cansado. Allí, en lo cotidiano, se construye o se desgasta el amor.

Aplicación práctica

- Lean juntos 1 Corintios 13:4-7 cada día durante una semana, poniendo su nombre en lugar de «amor».
- Elijan una cualidad (paciencia, bondad, no guardar rencor) y practíquena intencionalmente esta semana.
- Realicen cada día un acto concreto de bondad sin esperar nada a cambio: un café, una nota, una tarea del hogar.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Cuál de estas cualidades del amor me resulta más difícil de practicar con mi cónyuge?
2. ¿Estoy llevando una «lista» de ofensas pasadas que debo entregar a Dios?
3. ¿Cómo puedo demostrar amor de una manera que mi cónyuge realmente lo perciba?

CAPÍTULO 4

Efesios 5: respeto y entrega

«Someteos unos a otros en el temor de Dios.» — **Efesios 5:21**

«Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella.» — **Efesios 5:25**

«Por lo demás, cada uno de vosotros ame también a su mujer como a sí mismo; y la mujer respete a su marido.» — **Efesios 5:33**

Efesios 5 es uno de los pasajes más hermosos, y a la vez más malinterpretados, sobre el matrimonio. Antes de hablar a esposas y esposos, Pablo establece el principio general: **sumisión mutua** en el temor de Dios. Ninguno de los dos vive para sí mismo; ambos viven bajo el señorío de Cristo.

A la esposa se le pide respetar y apoyar a su esposo, reconociendo su responsabilidad de liderar el hogar. Al esposo se le pide algo aún más radical: amar a su esposa **como Cristo amó a la iglesia**, es decir, con un amor que se sacrifica, protege, sirve y se entrega. El liderazgo bíblico no es dominio ni machismo; es servicio. El modelo es Jesús lavando los pies de sus discípulos, no un jefe dando órdenes.

Es importante decirlo con claridad pastoral: este pasaje **nunca justifica el maltrato** físico, verbal, emocional o económico. Un esposo que maltrata está desobedeciendo directamente a Efesios 5. Si en su hogar hay violencia, busque protección y ayuda de inmediato con su pastor y con las autoridades.

Aplicación práctica

- Esposo: pregunte a su esposa «¿Cómo puedo servirte mejor esta semana?» y actúe según la respuesta.
- Esposa: exprese en voz alta algo que admira y respeta de su esposo, en privado y delante de otros.
- Ambos: eviten la crítica en público, el sarcasmo y las comparaciones con otras parejas.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Mi forma de liderar o de apoyar refleja el carácter de Cristo?
2. ¿Qué gestos hacen que mi cónyuge se sienta amado(a) y respetado(a)?

CAPÍTULO 5

Comunicación y perdón

«Todo hombre sea pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse.» — **Santiago 1:19**

«Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo.» — **Efesios 4:32**

La comunicación es el sistema circulatorio del matrimonio: cuando fluye, el hogar vive; cuando se bloquea, todo se enferma. Muchas parejas hablan mucho de cuentas, hijos y trabajo, pero poco de su corazón. Santiago nos da una regla de oro: escuchar primero, hablar después y controlar la ira.

Escuchar de verdad significa dejar el celular, mirar a los ojos y buscar entender antes de responder. Hablar con sabiduría implica escoger palabras que edifiquen: «Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación» (Ef 4:29). Recuerde también que «la blanda respuesta quita la ira; mas la palabra áspera hace subir el furor» (Pr 15:1).

El perdón es la otra cara de la comunicación. Dos pecadores que viven juntos inevitablemente se herirán. Perdonar no significa negar el dolor ni aprobar el mal, sino soltar la deuda y renunciar a la venganza, así como Cristo nos perdonó. El perdón es una decisión; la sanidad de las emociones y la reconstrucción de la confianza pueden tomar tiempo.

Aplicación práctica

- Tengan 15 minutos diarios de conversación sin pantallas: «¿Cómo estuvo tu día? ¿Cómo está tu corazón?».
- Usen frases en primera persona: «Yo me siento...» en lugar de «Tú siempre...» o «Tú nunca...».
- Aprendan a decir con sinceridad: «Me equivoqué, perdóname», y a responder: «Te perdono».

Preguntas para reflexionar

1. ¿Me siento escuchado(a) por mi cónyuge? ¿Escucho yo de verdad?
2. ¿Hay alguna ofensa que todavía no he perdonado?
3. ¿Qué palabras o tonos debo eliminar de nuestras conversaciones?

CAPÍTULO 6

Unidad en la oración

«Y cordón de tres dobleces no se rompe pronto.» — **Eclesiastés 4:12**

«Porque donde están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos.» — **Mateo 18:20**

«Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente... para que vuestras oraciones no tengan estorbo.» — **1 Pedro 3:7**

El «cordón de tres dobleces» es una hermosa imagen del matrimonio cristiano: esposo, esposa y Dios entrelazados. Cuando Cristo está en el centro, la cuerda resiste tensiones que de otra manera la romperían. La oración en pareja es una de las prácticas más poderosas, y a la vez más descuidadas, en los hogares cristianos.

Muchas parejas oran por separado, en la iglesia o en sus devocionales personales, pero se sienten incómodas orando juntas. Orar juntos crea una intimidad única: es imposible mantener por mucho tiempo el resentimiento contra la persona con quien uno se arrodilla cada noche delante de Dios. La oración une los corazones, alinea los planes y nos recuerda que dependemos del Señor.

Pedro advierte que la forma en que el esposo trata a su esposa afecta su vida de oración. La relación horizontal (con el cónyuge) y la vertical (con Dios) están conectadas. No podemos estar bien con Dios mientras ignoramos el daño que causamos en casa.

Aplicación práctica

- Comiencen con oraciones cortas: tomados de la mano, cinco minutos antes de dormir.
- Lleven una libreta de peticiones y respuestas de oración como pareja; celebren lo que Dios hace.
- Oren el uno por el otro en voz alta, bendiciendo a su cónyuge por nombre.
- Asistan juntos a la iglesia y participen en un grupo o ministerio de matrimonios.

Preguntas para reflexionar

1. *¿Qué nos impide orar juntos con regularidad?*
2. *¿Qué motivos de oración compartimos hoy como pareja y como familia?*

CAPÍTULO 7

Roles y servicio mutuo

«Porque el Hijo del Hombre no vino para ser servido, sino para servir, y para dar su vida en rescate por muchos.» — Marcos 10:45

«Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo.» — Filipenses 2:3

La Biblia enseña que esposo y esposa tienen igual valor delante de Dios: ambos fueron creados a Su imagen (Gn 1:27) y son «coherederos de la gracia de la vida» (1 P 3:7). Al mismo tiempo, Dios les ha dado responsabilidades complementarias. El esposo está llamado a liderar con amor, proveer, proteger y guiar espiritualmente; la esposa, a ser ayuda idónea, sabia constructora del hogar (Pr 14:1) y compañera fiel.

Sin embargo, el centro de los roles bíblicos no es «quién manda», sino **quién sirve más**. Jesús, el Rey de reyes, tomó la toalla y lavó los pies de sus discípulos. En nuestra cultura dominicana a veces se espera que la mujer cargue sola con la casa, los hijos y, además, un trabajo fuera. El esposo que ama como Cristo no ve las tareas del hogar como «cosa de mujeres», sino como una oportunidad de servir.

Cada pareja tiene dones, horarios y circunstancias distintas. Lo importante es conversar, acordar responsabilidades con justicia y estar dispuestos a ayudarse cuando uno de los dos está cansado o enfermo.

Aplicación práctica

- Hagan una lista de las tareas del hogar y repártanlas de forma justa según sus horarios y dones.
- Manejen las finanzas en equipo: presupuesto, diezmo, ahorro y decisiones de compra en común.
- Cada semana, sorprenda a su cónyuge haciendo una tarea que normalmente le toca al otro.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Mi cónyuge siente que llevamos la carga del hogar juntos, o que la lleva solo(a)?
2. ¿En qué área puedo servir más, aunque nadie lo note?
3. ¿Valoramos y reconocemos los dones del otro?

CAPÍTULO 8

Intimidad y fidelidad

«Honroso sea en todos el matrimonio, y el lecho sin mancilla; pero a los fornicarios y a los adúlteros los juzgará Dios.» — Hebreos 13:4

«Sea bendito tu manantial, y alégrate con la mujer de tu juventud.» — Proverbios 5:18

La intimidad sexual es un regalo de Dios para el matrimonio, no algo vergonzoso. El libro de Cantares celebra el amor entre esposos con belleza y pasión. Dios diseñó la unión física para expresar la unidad de «una sola carne», para el placer mutuo, la cercanía y la procreación. Pablo enseña que los esposos se pertenecen mutuamente y no deben negarse el uno al otro sin acuerdo y por un tiempo (1 Co 7:3-5).

La verdadera intimidad comienza mucho antes del dormitorio: con ternura, palabras amables, ayuda en casa, tiempo de calidad y comunicación abierta. Cuando hay heridas sin sanar o indiferencia, la intimidad física se resiente.

La fidelidad es el muro que protege este jardín. La infidelidad rara vez comienza de repente; empieza con pequeñas concesiones: conversaciones privadas con otra persona, mensajes que se ocultan, pornografía, o buscar en otro lado la atención que falta en casa. Jesús enseñó que el adulterio comienza en el corazón (Mt 5:28). Por eso necesitamos guardar nuestros ojos, nuestros dispositivos y nuestras amistades.

Aplicación práctica

- Establezcan límites sabios: transparencia en celulares y redes sociales, y evitar estar a solas con personas del sexo opuesto en situaciones comprometedoras.
- Hablen con honestidad y respeto sobre sus necesidades de intimidad.
- Planifiquen tiempos a solas: una cita mensual, un fin de semana de descanso como pareja.
- Si hay lucha con la pornografía u otra tentación, busquen ayuda pastoral y rendición de cuentas.

Preguntas para reflexionar

1. *¿Hay alguna «puerta abierta» en mi vida que pone en riesgo nuestra fidelidad?*
2. *¿Cómo podemos cultivar más ternura y cercanía en lo cotidiano?*

Conflictos y reconciliación

«Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo.» — **Efesios 4:26**

«Soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros si alguno tuviere queja contra otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también hacedlo vosotros.» — **Colosenses 3:13**

Todo matrimonio tiene conflictos. La diferencia entre un hogar estable y uno que se desmorona no está en la ausencia de problemas, sino en la manera de enfrentarlos. El enojo en sí mismo no siempre es pecado, pero se convierte en pecado cuando lo alimentamos, lo usamos para herir o lo dejamos crecer día tras día.

«No se ponga el sol sobre vuestro enojo» no significa que debemos resolver todo antes de dormir, sino que no debemos permitir que el enojo eche raíces. A veces es sabio pedir una pausa: «Estoy muy molesto; hablemos mañana en la mañana, después de orar». Lo importante es volver al tema con humildad y buscar juntos una solución.

Reglas para pelear limpio

- **Ataquen el problema, no a la persona.** Eviten insultos, gritos, amenazas de divorcio y sacar errores del pasado.
- **Uno habla, el otro escucha.** Repitan lo que entendieron antes de responder.
- **Nada de violencia.** Jamás se justifica levantar la mano, romper cosas o intimidar.
- **Busquen el «nosotros».** Pregunten: «¿Qué podemos hacer juntos para resolver esto?».
- **Pidan ayuda a tiempo.** Acudir a un pastor o consejero no es señal de fracaso, sino de sabiduría (Pr 11:14).

La reconciliación es el corazón del evangelio. Así como Dios nos reconcilió consigo mismo por medio de Cristo (2 Co 5:18), nosotros podemos dar el primer paso hacia nuestro cónyuge, aunque sintamos que la culpa es del otro. «Bienaventurados los pacificadores» (Mt 5:9).

Preguntas para reflexionar

1. ¿Cuál es el patrón que más se repite en nuestras discusiones?
2. ¿Quién suele dar el primer paso hacia la reconciliación, y por qué?

Familia e hijos

«Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes.» — Deuteronomio 6:6-7

«Pero yo y mi casa serviremos a Jehová.» — Josué 24:15

Los hijos son herencia del Señor (Sal 127:3), y el mejor regalo que unos padres pueden darles es un matrimonio sano. Los niños aprenden más de lo que ven que de lo que oyen: cuando observan a papá y mamá tratarse con respeto, pedirse perdón y orar juntos, reciben una lección de vida que ningún sermón puede reemplazar.

Es importante recordar el orden: el cónyuge va antes que los hijos. Muchos matrimonios se enfrían porque se dedican totalmente a los hijos y se olvidan el uno del otro; cuando los hijos se van, descubren que son dos extraños. Cuidar el matrimonio es también cuidar a los hijos.

La crianza bíblica combina amor y disciplina: «Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él» (Pr 22:6). Pablo añade: «Padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor» (Ef 6:4). La disciplina debe ser firme pero nunca cruel, siempre acompañada de ternura, tiempo y ejemplo. Los padres deben presentar un frente unido y no desautorizarse delante de los hijos.

Aplicación práctica

- Establezcan un culto familiar semanal sencillo: una lectura bíblica, un canto, una oración.
- Coman juntos en la mesa al menos algunas veces por semana, sin televisión ni celulares.
- Acuerden en privado las reglas y consecuencias para los hijos, y aplíquenlas en unidad.
- Bendigan a sus hijos con palabras de afirmación y oración antes de dormir.

Preguntas para reflexionar

1. *¿Qué están aprendiendo nuestros hijos sobre el matrimonio al observarnos?*
2. *¿Hemos descuidado nuestra relación de pareja por atender todo lo demás?*

Prácticas diarias y semanales

«Por la misericordia de Jehová no hemos sido consumidos, porque nunca decayeron sus misericordias. Nuevas son cada mañana; grande es tu fidelidad.» — **Lamentaciones 3:22-23**

«¿Andarán dos juntos, si no estuvieren de acuerdo?» — **Amós 3:3**

Un matrimonio estable no se construye con grandes gestos ocasionales, sino con pequeños hábitos repetidos fielmente. Así como un jardín necesita agua todos los días, el amor necesita atención constante. Estas son algunas prácticas sencillas que pueden transformar su hogar:

Cada día

- **Saludo y despedida con cariño:** un abrazo, un beso, una palabra amable al salir y al llegar.
- **Conversación del corazón:** 15 minutos sin pantallas para compartir cómo se sienten.
- **Oración juntos:** aunque sean dos minutos, tomados de la mano.
- **Gratitud:** decir al menos una cosa que agradece de su cónyuge.

Cada semana

- **Cita de pareja:** no tiene que ser costosa; una caminata por el malecón, un helado o un café en casa.
- **Reunión de hogar:** revisar agenda, presupuesto y decisiones pendientes.
- **Culto familiar** y asistencia juntos a la iglesia.
- **Día de descanso:** apartar tiempo para Dios, la familia y el reposo.

Cada mes y cada año

- Leer juntos un libro o devocional sobre el matrimonio.
- Celebrar el aniversario renovando votos y evaluando cómo va el matrimonio.
- Participar en un retiro o encuentro de matrimonios de su iglesia.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Cuál de estas prácticas podemos comenzar esta misma semana?
2. ¿Qué hábito dañino necesitamos reemplazar por uno que edifique?

Cierre: compromiso y oración

«Y sobre todas estas cosas vestíos de amor, que es el vínculo perfecto.» — **Colosenses 3:14**

«Estando persuadido de esto, que el que comenzó en vosotros la buena obra, la perfeccionará hasta el día de Jesucristo.» — **Filipenses 1:6**

Hemos recorrido el diseño de Dios para el matrimonio: dejar y unirse, amar como dice 1 Corintios 13, respetarse y entregarse, comunicarse y perdonar, orar juntos, servirse, guardar la fidelidad, resolver los conflictos, criar a los hijos en el Señor y cultivar hábitos diarios. Ningún matrimonio vive todo esto a la perfección. Pero el mismo Dios que comenzó la obra en ustedes es fiel para completarla.

Si su matrimonio está pasando por un desierto, no se rindan. Dios es especialista en restaurar lo que parece perdido. Busquen ayuda pastoral, rodéense de matrimonios maduros y, sobre todo, acérquense a Cristo. Pastores: sigan sembrando en los hogares de su congregación; un matrimonio fortalecido bendice a toda una generación.

Pacto de compromiso

Delante de Dios, renovamos nuestro compromiso de amarnos, respetarnos y servirnos; de perdonarnos como Cristo nos perdonó; de orar juntos; de guardar nuestra fidelidad; y de edificar un hogar donde Jesús sea el Señor. «Yo y mi casa serviremos a Jehová».

Esposo: _____ Esposa: _____ Fecha: _____

Oración final

«Señor amado, gracias por el regalo del matrimonio. Te entregamos nuestro hogar, con sus alegrías y sus heridas. Llénanos de Tu amor, que es sufrido y benigno. Enséñanos a escucharnos, a perdonarnos y a servirnos como Cristo nos sirvió. Guarda nuestra fidelidad, protege a nuestros hijos y haz de nuestra casa un testimonio de Tu gracia en nuestra comunidad y en nuestra nación. Que el cordón de tres dobleces nunca se rompa. En el nombre de Jesús, amén.»

«Jehová te bendiga, y te guarde; Jehová haga resplandecer su rostro sobre ti, y tenga de ti misericordia; Jehová alce sobre ti su rostro, y ponga en ti paz.» — Números 6:24-26