



**La Senda Antigua – Iglesia Pentecostal**

**P.O. Box 8169  
Glendale, Arizona, 85312  
(623) 776-7917**

---

## **DOCE PASOS QUE PUEDEN SALVAR SU MATRIMONIO**

**Pastor Reynaldo Estrada**

Dice Génesis 2:24 *"Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne"*. No podemos hablar del matrimonio ignorando al que lo instituyó. Dios creó al hombre y a la mujer para que ambos se complementaran, por eso, esta frase nos motiva a preguntarnos, Qué cosa es el matrimonio?

El matrimonio son dos voluntades fusionadas en una sola, con sus propios gustos, virtudes, debilidades y responsabilidades. El matrimonio es como una corporación de ahorros, entre más invierta en esa corporación, mayores intereses y ganancias tendremos en él. El matrimonio es como una llave y un candado. Ambos elementos forman un mecanismo completo, pero si la llave sin candado y candado sin llave no funciona.

Hagamos funcionar el mecanismo de nuestro matrimonio, pero ¿Cómo? Yo le tengo una propuesta de 12 pasos para hacerlo funcionar bien, para salvarlo. Lo primero que le quiero advertir, es que su matrimonio no va a funcionar bien, si ambas partes no ponen de su parte. Esto de salvar el matrimonio exige una salvación de ambas partes. No espere que nadie le salve el matrimonio, sálvelo usted. Ni siquiera Dios le puede salvar el matrimonio, si usted no participa. Establezca en su mente que usted es el protagonista número uno de la salvación de su matrimonio.

**Paso uno: ámense.** "De cada doce matrimonios, cuatro se estrellan contra las rocas del divorcio; seis permanecerán a flote, aunque sin gozo ni amor, por consideración a los hijos, a la carrera, a la familia o a la iglesia; y sólo dos se elevan hasta alcanzar la cumbre del matrimonio establemente feliz". ¿Está usted entre los cuatro que se estrellan? ¿Entre los seis que permanecen a flote? o ¿entre los dos que alcanzan la cumbre de la felicidad?.

Para que ambos alcancen la cumbre, necesitan amarse el uno al otro. La necesidad más crítica de ambos, es la de amarse. El amor es como un arte que se aprende. ¿En dónde aprende uno a amar? Esto lo aprende uno es en el matrimonio. Usted no aprende a amar en un motel ni en un prostíbulo, en estos dos sitios se aprende a malgastar la plata, pero nunca a amar. Si reconoces que el amor se aprende en el matrimonio, entonces, el objeto de tu amor es tu pareja. Si tú tienes una profesión que te brinda una economía estable, y no tienes amor por tu pareja, nada eres. Las cinco virtudes del amor son: el amor todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta y el amor nunca deja de ser.

Para la mujer el amor es más que beso, un abrazo y la cama. Para ella es consideración, es un trato eficaz, es un respeto hacia su vida. La mujer sabe que es amada por la manera que se le trata. Por ejemplo: Cuando un esposo trata bien a su esposa, no necesita mendigar una relación conyugal; porque la primera que corre hacia el dormitorio es ella. Un esposo sabe que es amado por la manera en que la mujer lo respeta y lo valora. Una mujer que valora a su marido, no necesita pedirle un par de zapatos, unos interiores nuevos, o buena provisión para el hogar; porque el marido valorado provee todas estas necesidades. El amor es gentileza, comprensión, elogios, demostración pública, es cortesía, es delicadeza, es dialogo.



## La Senda Antigua – Iglesia Pentecostal

P.O. Box 8169  
Glendale, Arizona, 85312  
(623) 776-7917

**Paso dos: escúchense.** ¿Por qué ambos deben escucharse? Porque el matrimonio es un punto de apoyo moral, sentimental, espiritual y económico. Las parejas casi siempre están discutiendo por todo lo que tiene que ver con: los hijos; el sexo; el dinero; la Iglesia a dónde van; los suegros de ambos; y las cosas materiales del hogar. ¿Cómo manejar esas fricciones? Como ambos son los peleadores, ambos también son los salvadores por medio del dialogo. Aprender a dialogar es un arte. Es un arte cuando ambos se escuchan, recapacitan, y conversan. ¿Qué se debe hacer frente a un altercado? Se debe tratar el asunto sin iras ni resentimientos, sin enojo agresivo, sin posición de defensa. Hay que aprender a trabajar el dialogo.

¿Cómo se define usted frente a este sencillo cuestionario? Es usted en el dialogo: Constructivo; evasivo; explosivo; dominante; conflictivo; prejuicioso; ansioso; amenazante; desaprobador; abrumador; informativo; explorador; atento o peleador. La respuesta que usted de, le indicará que clase de actitud tiene usted cuando trata de dialogar con su pareja. La actitud ideal sería: constructivo, informativo y atento. Trabaje estas tres (3) actitudes y verá que si puede dialogar con éxito con su pareja. El dialogo profundiza la unión de la pareja, facilita el crecimiento personal, ayuda a tomar decisiones en equipo, Cuando usted le hable a su pareja, háblele con respeto, con lógica, con franqueza, con atención, y con amor.

**Paso tres: Libérense del aburrimiento.** El aburrimiento es la tediosa pesadez de siempre ver y hacer lo mismo. Hay muchas parejas que se sienten encerrados en la celda de la monotonía. El aburrimiento es sintomático, es inflictivo, es acusativo, es sensitivo.

a- es sintomático: porque nos indica que algo anda mal  
b- es sensitivo: porque es un sentimiento interno de impotencia, de cobardía personal  
c- es acusativo: porque nos obliga a echarle la culpa a los demás ¿Cuál es la solución al aburrimiento? Es vigorizar la relación, es renovar lo que tenemos. La solución al aburrimiento no consiste en cambiar de cónyuge, ni de cosas. La antítesis del aburrimiento es la distracción. Les sugiero que se diviertan juntos, que duerman juntos, que salgan juntos, que oren juntos, que merquen juntos, etc. La relación de pareja es corporativa no individualista.

**Paso cuatro: Sean solícitos en guardar la unidad.** ¿Por qué se unió o se casó con su pareja? Por atracción física; conveniencia económica; salir de un hogar con problemas; placer sexual; desesperación; pensaba que ya era tiempo. El matrimonio es un encuentro de dos mentes. Son dos personas que comparten sus cuerpos, sus gustos, sus visiones, sus aspiraciones, su economía y sus problemas.

Lo que le da éxito a su matrimonio es la honra mutua, el amor mutuo, la sexualidad mutua, el dialogo mutuo, porque el matrimonio es un asunto de mutualidad. ¿Cómo se guarda la unidad? Se guarda por medio de la humildad, la mansedumbre y el soportar a la pareja con paciencia en amor. Ser humilde es ceder, ser manso es no contender, ser paciente es acoplarse. Con paciencia se logra la empatía y la compactibilidad. Si no hay tolerancia no se puede lograr la unidad. Señale el punto real en la que usted está fallando y debido a ello no se logra un buen ambiente de tranquilidad con su pareja: Respetar; honrar, valorar, considerar, Esforzarme, crecer, madurar, cambiar, perdonar, reactivar las cosas.

**Paso cinco: Sométanse el uno al otro.** La sumisión es la actitud obediente y humilde que uno hace ante una persona que considera respetuosa y responsable. Sumisión no es lo mismo que servilismo o esclavitud. La sumisión es reciproca. El sometimiento reciproco implica ser



## La Senda Antigua – Iglesia Pentecostal

P.O. Box 8169  
Glendale, Arizona, 85312  
(623) 776-7917

---

responsable ante el otro. Toda decisión, viaje, compra, venta, negocio, proyecto y planificación debe someterse a mutuo consentimiento. ¿Por qué la pareja se debe a un mutuo sometimiento? Porque:

- a- en la unidad de criterios, gustos y decisiones hay paz y sabiduría
- b- satisface la justicia de la pareja
- c- enriquece el valor personal
- d- es un deber propio de la pareja

**Paso seis: Planifiquen el dinero.** La mayoría de los conflictos económicos en el matrimonio se debe a la falta de comprensión respecto al dinero. Ambos deben sentarse a planificar el cómo ganaran y gastarás el dinero. Ambos tienen que vivir dentro de sus ingresos y no contraer deudas que les sean imposibles de pagar. Meterse en enormes deudas es quedar obligado, comprometido, enlazado y preso en esa deuda. Hagan una lista de todas las necesidades de la familia. Reduzcan sus gastos por medio de preguntas. Incrementen las entradas o ingresos. Hagan una lista de todos sus bienes o posesiones y pregúntese: ¿Tenemos algún artículo que en realidad no necesitamos? ¿Podríamos venderlos, empeñarlos, o permutarlos por otros que necesitamos? Si tiene un garaje o sótano visible, Podría organizar una venta de artículos? Tiene algunos elementos en duplicado?.

Sea productor. Ahorre dinero aprendiendo a coser, tejer, o hacer alguna cerámica etc. Pídale consejo a otros que han progresado o qué saben más que usted. Es posible que ellos le enseñen el cómo sacar el mejor provecho a lo que usted está haciendo o cómo ganar más dinero sin sacrificar otras responsabilidades importantes.

**Paso seis: Fomenten la intimidad.** La intimidad implica un estado de confidencia. La intimidad es un arte que se aprende. La intimidad está edificada sobre cuatro columnas: la confianza, la sinceridad, la libertad, la sexualidad. La confianza produce seguridad y libertad. Donde hay confianza no hay recriminación, coerción ni crítica. La confianza demanda lealtad al cónyuge y respeto. La sinceridad es lo opuesto a la hipocresía. Dentro de la relación de pareja, no hay porque fingir, disimular o convertirse en un actor de mentira y engaño, si existe sinceridad.

Si como pareja quieren lograr la intimidad, tiene que ser sinceros y exponer ante su pareja lo que piensan, lo que sienten. La sinceridad elimina la mentira, ¿Cuál es la peor de la mentiras? Es querer mantener la imagen de una relación fingida. La relación matrimonial no es un asunto de sujeto a objeto, sino de sujeto a sujeto. La libertad es el resultado que viene de la confianza y de la sinceridad. Lo contrario a libertad es subyugación o esclavitud. Ambos deben permitirse gozar de cierta libertad e individualidad. La individualidad no es andar a las anchas y a las anchas, consiste en desarrollar de manera personal sus gustos, sus salidas, su tiempo libre, su talento, su deseo sin presión de parte de la pareja.

Para lograr individualidad dentro del matrimonio, se requiere que la pareja tenga confianza y sinceridad. El que es sincero no tiene porque prefabricar sospechas. La pareja que goza de libertad e individualidad es aquella que no es criticada, ni recriminada. La sexualidad es la máxima expresión de la confianza, sinceridad y libertad. Los cuatro cimientos en que está fundamentada la intimidad es la confianza, la sinceridad, la libertad, y la sexualidad. La sexualidad no admite una relación íntima superficial, ella se da al máximo cuando existe una armonía a dúo.



## La Senda Antigua – Iglesia Pentecostal

P.O. Box 8169  
Glendale, Arizona, 85312  
(623) 776-7917

**Paso siete: Practique el arte de la vinculación.** Hay parejas que están casadas, pero no vinculadas. Existen cuatro clases de vinculación: visual, auditiva, táctil, verbal. La visual implica seguir a su pareja con los ojos de afecto, verle de frente y verle en movimiento. La auditiva implica escuchar a su pareja. La táctil implica el beso y la acaricia. La verbal implica el intercambio de opiniones, ideas, gustos, e ilusiones. ¿Qué es vinculación? Es aquella singular atracción que se produce entre dos personas que se aman. La vinculación de pareja no es automática sino gradual y progresiva.

**Paso ocho: Perdónense.** ¿Por qué tantos divorcios? Por falta de perdón. ¿Por qué tanto odio y amargura en las parejas? Porque casi nunca se dijeron ¡perdóname!. Las heridas y roces nos lastiman, pero no nos mutilan. El perdón es el bálsamo para el resentimiento y la hostilidad. El que no perdona está enfermo del alma. Debemos aprender a conjugar el verbo perdonar. El perdón no es un sentimiento sino una decisión.

**Paso nueve: Fomente la importancia persona.** Lo que más puede dañar el valor personal de una pareja, son las palabras crudas, negativas y ridículas: eres un idiota, no sirves para nada, bruto, burro, torpe, tarado, inútil. ¿Cómo puede usted fomentar la importancia personal? Préstele atención a su pareja, de le el puesto, el honor y el valor que se merece. Usted no le da importancia personal cuando:

- a - ignora sus sentimientos, ideas y pensamientos
- b - le expresa el gran valor que su pareja es para usted.
- c- no le ayuda a salir adelante en el aspecto intelectual, social, y espiritual
- d- no le presta atención a sus congojas, depresiones, y problemas
- e- no le acompaña a reuniones importantes

**Paso diez: Crear un ambiente de paz.** Lo contrario a la paz es la violencia física, psicológica y verbal. No hay paz en una relación de pareja, donde predomina el alcohol, la droga, el resentimiento, y las malas palabras. Usted puede darle un giro a todo ese ambiente pesado, con la ayuda de Dios. Usted puede convertirse en un reconciliador, en un pacificador, en un creador de paz. Sus hijos tienen todo el derecho de ser criados en un ambiente de paz.

**Paso once: Fomente el sentido de la responsabilidad.** ¿Qué significa ser responsable? Significa cumplir con nuestras obligaciones legales. La pareja que es responsable ante su pareja:

- a- está dispuesto a explicar sus acciones y sus razones
- b- ser sincero y no estar a la defensiva a los motivos de uno
- c- sencillamente responde
- d- suple las explicaciones de su comportamiento

Los tres (3) rasgos de nuestro carácter ante la responsabilidad son: La vulnerabilidad, el espíritu enseñable, la disponibilidad. El cónyuge vulnerable es aquel que anda a la defensiva y con excusas ante su pareja. El cónyuge con espíritu enseñable, es pronto para oír a su pareja, y dispuesto para cambiar. El cónyuge disponible es aquel que se deja interrumpir, que es accesible y dispuesto a reunirse con su pareja.

**Paso doce: Procuren el temor de Dios.** El temor de Dios no es un asunto de religión, sino de relación. El temor de Dios es apartarse del mal. Un cónyuge con temor de Dios es aquel que no



**La Senda Antigua – Iglesia Pentecostal**

**P.O. Box 8169  
Glendale, Arizona, 85312  
(623) 776-7917**

---

negocia sus principios, sus valores éticos, morales y espirituales. El temor de Dios fomenta la espiritualidad de la pareja. Ser espiritual es muy distinto a ser religioso. La espiritualidad es un estilo de vida. La espiritualidad es un conocimiento progresivo de Dios. Es una cuestión de instrucción espiritual. Temor de Dios no es miedo a Dios, es reverencia a su palabra, a sus atributos. El temor de Dios es intrínseco, es un asunto interno, personal, pero sobre todo es alejarse del mal.