

TOTALMENTE COMPROMETIDOS

VOLUMEN I

Lo que Sostiene un Matrimonio

CURSO MATRIMONIAL y GUÍA DE ESTUDIO



*Una guía practica para fortalecer el
compromiso, y construir un matrimonio que perdure.*

NOÉ CAMACHO

TOTALMENTE COMPROMETIDOS

Curso y Guía de Estudio

Este material forma parte de la serie Totalmente Comprometidos, desarrollado para ayudar a hombres y mujeres a fortalecer el compromiso en el matrimonio.

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada o distribuida, total o parcialmente, por ningún medio, sin la autorización previa y por escrito del autor, excepto en el caso de citas breves utilizadas con fines educativos, académicos o de reseña. Citas bíblicas

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de la Reina-Valera 1960 (RVR1960).

Este curso ha sido diseñado para el estudio personal, en pareja y en grupos pequeños. Se autoriza su uso en iglesias y ministerios, siempre que el contenido no sea modificado, reproducido con fines comerciales o distribuido sin autorización.

Aviso

Este material tiene un propósito formativo y pastoral. No pretende sustituir la orientación profesional de médicos, psicólogos, psiquiatras o terapeutas cuando las circunstancias así lo requieran.

Publicado por Covenant Pathway

Cancún, Quintana Roo, México

© 2026 Noé Camacho

Todos los derechos reservados.

www.covenantpathway.org

Contenido

Bienvenido..... 04

Cómo usar este curso..... 06

PARTE I

Fundamentos del Compromiso..... 07

Herramientas de Crecimiento.....18

Comprometidos en Acción.....26

PARTE II

Del Contrato al Pacto.....,32

Herramientas de Crecimiento.....45

Comprometidos en Acción.....53

PARTE III

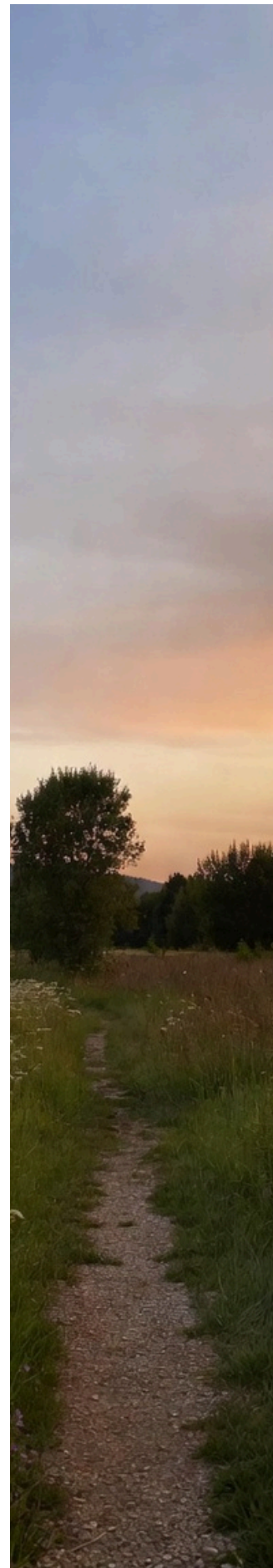
El Pacto Matrimonial.....59

Herramientas de Crecimiento.....77

Comprometidos en Acción.....79

Conclusión.....

Acerca del autor.....



Bienvenido

Si has llegado hasta aquí, es porque valoras tu matrimonio y deseas fortalecerlo. Tal vez tu matrimonio apenas comienza, o quizá ya han pasado varios años desde el día en que pronunciaron sus votos matrimoniales. **Sea cual sea tu historia, me alegra que estés aquí.**

Como pastor, consejero matrimonial y oficiante de bodas, he tenido el privilegio de acompañar a muchas parejas en distintas etapas de su relación. A través de los años, el Señor me ha permitido confirmar, que el paso del tiempo por sí solo, no fortalece un matrimonio. Para que una relación crezca, ambos necesitan cuidarla intencionalmente y permanecer fieles al compromiso que hicieron.

Mi deseo es compartir contigo principios eternos y prácticos que te ayuden a fortalecer los cimientos de tu matrimonio. Mientras avances por estas páginas, tómate el tiempo necesario para reflexionar y orar. Y si ambos están trabajando en esta guía juntos, conversen sobre lo que Dios vaya mostrando a cada uno.

Si no compartes la fe cristiana, te invito a darte la oportunidad de recorrer estas páginas y considerar los principios que encontrarás en ellas. Descubre por ti mismo lo que pueden aportar a tu matrimonio.

Mi oración es que, al terminar este recorrido, no solo comprendas mejor lo que significa el **compromiso en el matrimonio**, sino que también descubras la alegría de vivirlo cada día con tu pareja..

Comencemos.

Pastor Noé Camacho

El compromiso en el matrimonio es la decisión de seguir amando, aun cuando los sentimientos cambian. Es la fortaleza que sostiene las promesas hechas en el altar.

Cómo usar este curso y guía de estudio

Un ritmo sugerido para avanzar juntos

Este material está diseñado para reflexionar individualmente y después conversar en pareja. No es necesario avanzar rápido, sino permitir que cada enseñanza produzca conversaciones honestas y decisiones concretas.

Lo ideal es que cada cónyuge tenga su propia copia. Respondan por separado las reflexiones personales y después compartan lo aprendido y completen juntos las páginas que requieren acuerdos.

01 Semana 1 — Comprender

Lean la enseñanza individualmente. Pueden distribuir la lectura en varias sesiones breves durante la semana y marcar aquello que les parezca especialmente importante.

02 Semana 2 — Reflexionar

Completen por separado las **Herramientas de Crecimiento**. Después, aparten un momento para compartir lo que cada uno descubrió. No se trata de comparar respuestas, sino de comprenderse mejor.

03 Semana 3 — Actuar

Respondan individualmente las reflexiones personales de **Comprometidos en Acción**. Después, conversen sobre sus respuestas y completen juntos los ejercicios, acuerdos o decisiones de pareja. **Cuando establezcan un acuerdo compartido, ambos deberán escribir lo mismo en sus respectivas guías**

Aparten una cita semanal

Elijan un momento en el que puedan conversar con calma, sin teléfonos ni interrupciones. No necesitan leer todas sus respuestas palabra por palabra. Compartan aquello que sea importante para comprenderse, fortalecer su relación y dar el siguiente paso.

Cuando mi esposa y yo trabajamos juntos un libro y su guía de estudio, cada uno leía y respondía por separado. Los viernes salíamos a desayunar y compartíamos lo que habíamos descubierto. Les animo a encontrar su propio momento y convertirlo en una cita semanal.

CUANDO CONVERSEN

hablen acerca de ustedes mismos, escuchen sin interrumpir, corregir o defenderse, y nunca utilicen las respuestas del otro en su contra. Si alguna conversación necesita más tiempo, no se apresuren a continuar.

Aproximadamente nueve semanas

Siguiendo este ritmo, podrán completar las tres partes del curso en aproximadamente nueve semanas. Sin embargo, pueden avanzar más despacio cuando lo necesiten. El propósito no es solamente terminar estas páginas, sino convertir lo aprendido en una manera más consciente e intencional de cuidar su matrimonio



Licencia para parejas

La compra de este material digital otorga una licencia de uso personal a una sola pareja. Se autoriza la impresión de hasta dos ejemplares completos (uno para cada cónyuge).

Queda prohibida la reproducción, distribución, publicación, reenvío o reventa del archivo PDF. Cada pareja adicional deberá adquirir su propia licencia.

PARTE I

Fundamentos del Compromiso

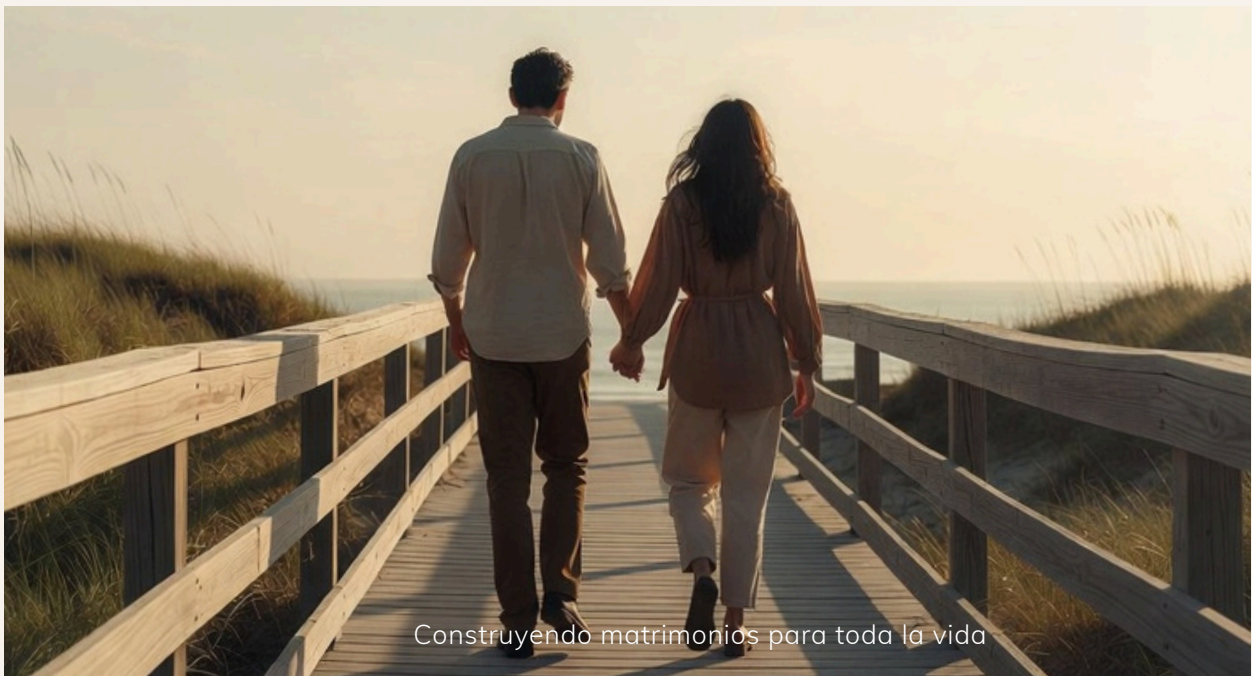
¿Qué es el compromiso?

El compromiso: mucho más que un sentimiento,

Vivimos en una época en la que muchas decisiones se toman de acuerdo con lo que sentimos, y el matrimonio no es la excepción. Mientras la relación produce felicidad, entusiasmo y satisfacción, permanecer juntos parece natural; pero cuando los sentimientos cambian, algunos comienzan a dudar de su decisión de permanecer juntos.

Los sentimientos son importantes, pero los sentimientos no permanecen siempre iguales, suelen cambiar con las circunstancias, los conflictos y las diferentes etapas de la vida. En cambio, el compromiso brinda a la relación la estabilidad que las emociones, por sí solas, no pueden ofrecer.

El compromiso es el fundamento sobre el cual se construyen todas las demás áreas de un matrimonio saludable. Es la decisión consciente de permanecer, cuidar la relación y continuar creciendo juntos, aun durante las temporadas en que hacerlo resulta difícil.



El Compromiso:

Una decisión que da estabilidad al matrimonio

El compromiso matrimonial es la decisión consciente de cuidar la relación y seguir construyendo una vida juntos. No es una idea que recordamos solamente cuando surgen problemas. Es una manera de vivir que influye en la forma en que hablamos, escuchamos, resolvemos nuestras diferencias y respondemos a las necesidades del otro.

Estar comprometidos significa reconocer que el matrimonio no se fortalece por sí solo; necesita atención, honestidad y disposición para crecer.

El compromiso se hace visible en decisiones concretas. Se ve cuando estamos presentes aun si estamos cansados. Se ve cuando cumplimos nuestra palabra, cuidamos la confianza, reconocemos nuestros errores y buscamos el bien de nuestro cónyuge. Ninguna de estas acciones parece extraordinaria por sí sola, pero con el tiempo crean seguridad en el cónyuge, y fortalecen la relación.

Estar comprometidos no significa que nunca habrá conflictos ni que siempre sabremos qué hacer. Significa que, cuando lleguen las dificultades, no dejaremos de atender lo que necesita el matrimonio. En lugar de ignorar los problemas, los enfrentamos. En lugar de permitir que la distancia siga creciendo, buscamos la manera de acercarnos y avanzar juntos.

Esa decisión constante es la que da estabilidad al matrimonio y le permite seguir creciendo a través de las diferentes etapas de la vida.



Cuando la llama comienza a apagarse

Los matrimonios rara vez se rompen de un día para otro; por lo general se desgastan poco a poco.

La mayoría de los matrimonios no comienza a debilitarse porque dejó de existir el amor... ni porque una gran tragedia apareció de repente.



Muchas veces comienza con algo mucho más pequeño: un abrazo que dejamos de dar, una conversación que seguimos posponiendo, un beso de despedida que no se dió, o un “te amo” que se volvió parte de la rutina.

Cuando Nohemí y yo nos casamos, encendimos una vela de unidad. Dos llamas se unieron para encender una sola, representando la nueva vida que comenzábamos juntos. Fue un momento hermoso.

Sin embargo, con los años comprendimos que encender la llama durante la ceremonia era la parte fácil. El verdadero desafío sería mantenerla viva en medio del cansancio, la rutina y las responsabilidades.

Y es que una llama necesita oxígeno. Nuestro matrimonio también. Necesita atención, afecto, conversación, servicio y tiempo compartido. Cuando dejamos de cuidar esos pequeños detalles, dos personas que todavía se aman pueden comenzar a sentirse distantes y, sin darse cuenta, terminar viviendo más como roomies que como esposos.

REFLEXIONA

¿Qué pequeños gestos de amor, atención o afecto han desaparecido de tu matrimonio?

¿Qué Sostiene un Matrimonio?

El compromiso no impide las tormentas; evita que el matrimonio quede a la deriva.

Todos disfrutamos los buenos momentos del matrimonio.

Es fácil amar cuando hay salud, estabilidad, tiempo para estar juntos y las emociones parecen fluir naturalmente. Pero ningún matrimonio puede depender únicamente de esos días. Es precisamente cuando esas condiciones cambian que el compromiso revela su verdadero valor.

En términos sencillos, el compromiso es lo que te hace levantarte a las tres de la mañana para buscar una medicina cuando tu cónyuge está enfermo. No lo haces porque en ese momento sientas mariposas en el estómago. Lo haces porque la persona que amas te necesita, y porque un día decidiste estar presente en la salud y en la enfermedad. Es en momentos donde el amor no se queda en palabras; sino que se demuestra con hechos.

Esa misma decisión que nos mueve a actuar en lo cotidiano es la que nos mantiene firmes cuando llegan las grandes tormentas.

En esos momentos, el **compromiso funciona como el ancla de un barco.**

Mientras el mar está en calma, puede parecer innecesaria. Pero cuando llega la tormenta, evita que el barco quede a la deriva. El ancla no detiene el viento ni hace desaparecer las olas; simplemente mantiene el barco firme mientras pasa la tormenta.

Por eso, la pregunta que debemos hacernos no es: “¿Todavía siento lo mismo?”. La verdadera pregunta es: **“¿Qué sostiene mi decisión de permanecer cuando amar no se siente fácil?”**

Mucho más que una promesa

Cuando escuchamos la palabra compromiso, es común pensar en una promesa. Sin embargo, el compromiso es mucho más que las palabras que se pronunciaron en un momento especial. El compromiso es una decisión consciente y permanente que determina la manera en que actuaremos, aun cuando las circunstancias o los sentimientos cambien.

En el matrimonio, el compromiso significa *decidir de antemano* amar, honrar y permanecer fieles al pacto que hicimos con nuestro cónyuge.

No depende de cómo nos sintamos en un determinado momento, sino de la convicción de que el amor verdadero se demuestra por medio de la lealtad, la honestidad, la fidelidad, y la confianza mutua,

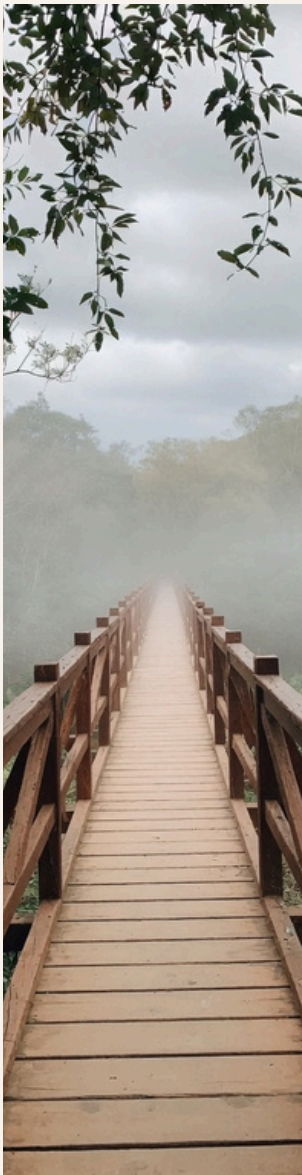


Tres principios clave para recordar:

- 1 El compromiso no nace de las emociones; nace de una decisión consciente de amar y permanecer fiel.
- 2 Las promesas se pronuncian una vez; el compromiso se demuestra cada día
- 3 El compromiso da al amor la fortaleza para crecer aun en tiempos difíciles.

Cuando los sentimientos cambian

Los sentimientos cambian con las temporadas de la vida. El compromiso nos ayuda a no perder el rumbo cuando eso sucede.



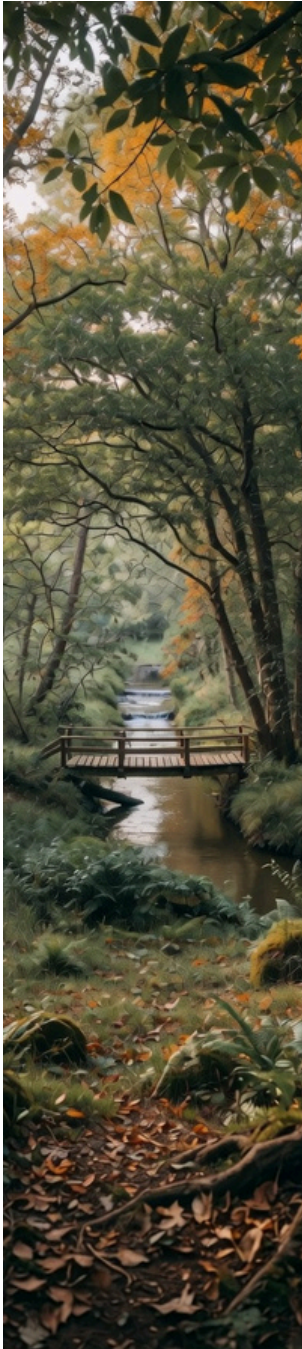
Vivimos en una cultura que enseña que el amor depende de lo que sentimos. Mientras las emociones son intensas, pensamos que todo marcha bien. Pero cuando aparecen diferencias, decepciones o el desgaste, algunas personas llegan a la conclusión de que el amor terminó y que, por lo tanto, es mejor terminar la relación.

Las emociones son reales y valiosas, pero también cambian con las circunstancias, los conflictos y las etapas de la vida. Cuando el matrimonio depende únicamente de ellas, pierde estabilidad cuando más necesita firmeza.

El compromiso nos recuerda que las emociones forman parte de nuestra experiencia, pero no tienen que decidir el rumbo del matrimonio. Cuando los sentimientos cambian, el compromiso nos ayuda a seguir cuidando la relación, hablar con honestidad, enfrentar lo que necesita cambiar y buscar nuevamente el corazón de nuestro cónyuge.

Las promesas son fáciles de hacer. Lo difícil es vivirlas cuando el entusiasmo inicial ha desaparecido.

Una desición que revela el Carácter



El compromiso comienza con una decisión interior, pero se hace visible en la manera en que vivimos.

Cada vez que dices: “Cuenta conmigo”, “Voy a estar ahí”, “Te prometo que cambiaré” o “No volverá a suceder”, no estás pronunciando palabras sin importancia. Estás dando tu palabra y poniendo tu carácter en juego.

Cuando cumplimos lo prometido, la confianza crece. Pero cuando incumplimos constantemente, nuestras palabras pierden su valor. Los demás dejan de confiar en lo que decimos, porque ya no tienen la certeza de que realmente cumpliremos.

El matrimonio no es la excepción: las pequeñas decisiones diarias revelan cuánto peso tienen nuestras palabras: la manera en que hablamos, cumplimos lo prometido, respondemos al cansancio y permanecemos fieles cuando nuestro cónyuge no está presente.

Siendo honestos, esto no significa que nunca fallaremos. Todos fallamos. El carácter también se demuestra cuando reconocemos nuestro error, pedimos perdón y decidimos volver a ser fieles a lo que prometimos. El matrimonio no crea nuestro carácter; solo lo revela.

¿Dónde queda el amor?

El amor le da calidez al matrimonio; el compromiso le da estabilidad. El amor nos inspira a unir nuestras vidas. El compromiso nos ayuda a construirlas.

El compromiso no reemplaza el amor; lo protege cuando las emociones cambian.

Al llegar a este punto, quizá te preguntes: “Entonces, ¿el amor no importa?”. ¡Claro que importa! **Yo amo profundamente a mi esposa.** El afecto, la atracción, el romance y hasta las famosas mariposas forman parte de la belleza del matrimonio. Un matrimonio sin amor sería una estructura fría, rígida y vacía.

El problema no son los sentimientos, sino el peso que colocamos sobre ellos. Las emociones pueden cambiar con el cansancio, la rutina, las heridas y las diferentes temporadas de la vida. Si interpretamos cada cambio emocional como el final del amor, nuestro matrimonio siempre estará en peligro.

Es ahí donde entra el compromiso, para crear un ambiente seguro donde el amor pueda respirar y volver a crecer. Cuando no resulta fácil sentirnos cerca, el compromiso nos mueve a escuchar, servir, pedir perdón y buscar nuevamente el corazón de nuestro cónyuge.



Cuando llegan las pruebas

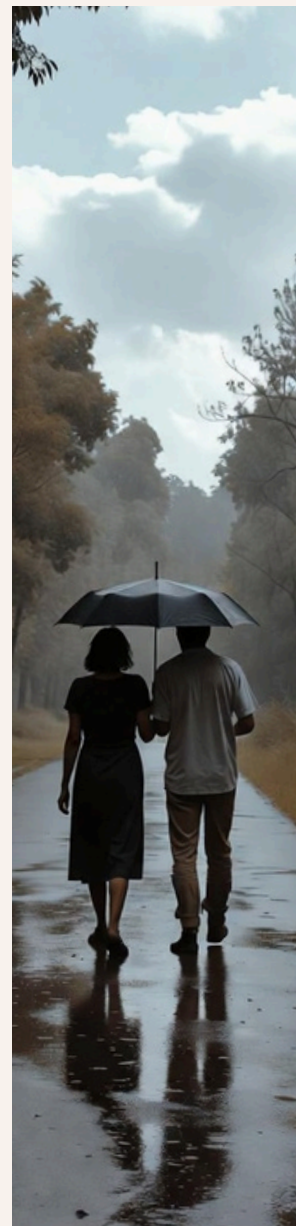
Ningún matrimonio está exento de dificultades. Tarde o temprano llegarán desacuerdos, temporadas de cansancio, problemas económicos, enfermedades, pérdidas o momentos de profunda decepción.

Es en esos momentos cuando el compromiso revela su verdadero valor. Nos recuerda la decisión de amar, permanecer y buscar el bien del otro, aun cuando hacerlo requiera un sacrificio personal.

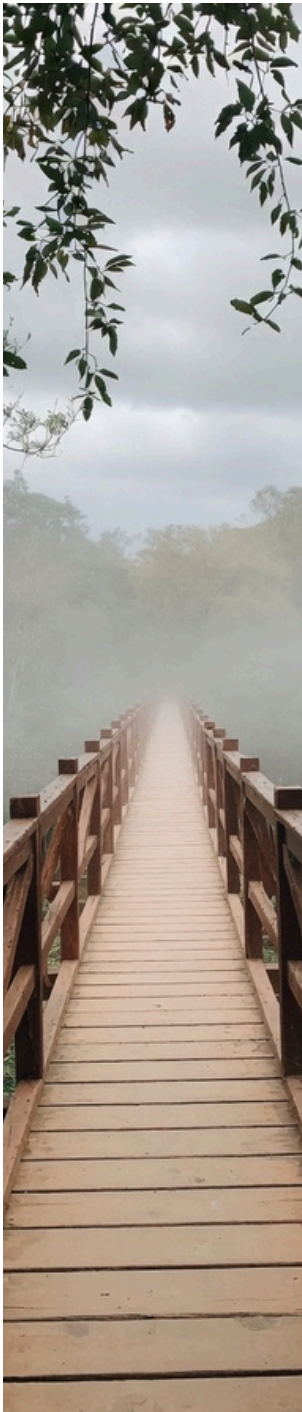
En la práctica, esto significa no permitir que el problema nos convierta en enemigos. Significa hablar con honestidad, asumir nuestra responsabilidad, pedir ayuda cuando sea necesario y buscar juntos la manera de seguir adelante. El compromiso no elimina el dolor ni resuelve los problemas de inmediato, pero nos recuerda que seguimos estando del mismo lado.

Un matrimonio fuerte no es el que nunca atraviesa dificultades, sino el que ha construido un fundamento sólido para permanecer firme cuando llegan las tormentas, y aprende a enfrentarlas sin dejar de cuidar la relación.

Las pruebas no crean el compromiso; simplemente revelan si realmente existe. Es fácil decir: «Te amaré para siempre» cuando todo marcha bien. El verdadero compromiso se demuestra cuando la vida deja de ser sencilla. Es entonces cuando las palabras se convierten en acciones.



Elegir amar cada día



Las grandes relaciones no se construyen con grandes momentos, sino a través de las decisiones que tomamos cada día.

El compromiso no se demuestra únicamente en los grandes momentos de la vida, sino en las decisiones sencillas de cada día. Se hace visible cuando elegimos escuchar antes que discutir, servir antes que exigir, perdonar antes que guardar resentimiento y buscar el bien del otro antes que nuestro propio interés.

Con frecuencia esperamos que un matrimonio fuerte se construya mediante grandes gestos de amor. Sin embargo, la realidad es muy distinta. Son las pequeñas decisiones diarias las que fortalecen o debilitan la relación. Una palabra amable, una conversación sincera, una muestra de respeto o un acto de servicio pueden parecer insignificantes, pero con el tiempo forman el carácter del matrimonio.

El compromiso no termina en el altar. El “sí, acepto” que pronunciamos ese día tenemos que aprender a vivirlo después, en las pequeñas decisiones de cada día.

En un futuro volumen: **Del compromiso a la devoción**, profundizaremos en estas decisiones cotidianas

Vale la pena permanecer



Permanecer no siempre será fácil. Habrá momentos de alegría y momentos de desafío. Pero cuando ambos deciden caminar juntos, descubren que vale la pena permanecer.

Cuando dos personas deciden seguir caminando juntas, aun en medio de las dificultades, descubren que el compromiso produce algo que no puede construirse de otra manera, como la confianza, la seguridad, la madurez y una conexión cada vez más profunda.

Los matrimonios que perduran no son perfectos. Son matrimonios formados por personas imperfectas que aprendieron a extender gracia, pedir perdón y volver a comenzar las veces que fue necesario.

Sin embargo, permanecer no significa simplemente continuar bajo el mismo techo ni aguantarlo todo en silencio. Significa seguir eligiendo la verdad, la responsabilidad y el crecimiento. Cuando existe abuso, violencia o una traición que continúa, es necesario buscar ayuda, establecer límites y enfrentar la verdad.

A medida que aprendemos a amar, servir y perseverar, nuestro carácter también es transformado. Así, la decisión de permanecer no solo fortalece el matrimonio; también fortalece el corazón de quienes perseveran en él.

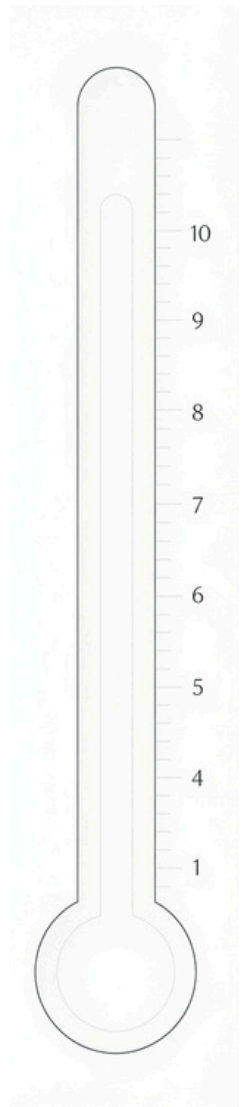
El Termómetro del Compromiso

INTRODUCCIÓN

Hasta este momento hemos hablado sobre qué es el compromiso, por qué es mucho más que un sentimiento y cómo se fortalece a través de las decisiones que tomamos cada día. Pero conocer estos principios es solo el comienzo.

Ahora es momento de detenernos y hacer una pregunta más personal: ¿Cómo se refleja ese compromiso en mi vida diaria? —Es fácil pensar que seguimos tan comprometidos como el día en que dijimos: "Sí, acepto." Sin embargo, el compromiso no suele desaparecer de un momento a otro. Con frecuencia se debilita poco a poco, en los pequeños detalles de la vida cotidiana, casi sin que nos demos cuenta.

Por eso, antes de continuar, quiero invitarte a hacer un alto y mirar con honestidad tu corazón. No para juzgarte ni para sentirte culpable, sino para reconocer aquellas áreas que necesitan mayor atención y donde aún hay espacio para que tu matrimonio pueda crecer.



"No busques una calificación perfecta; busca una evaluación honesta."

El Termómetro... *(continuación)*

En la conferencia Totalmente Comprometidos, dedicamos un tiempo a realizar una dinámica llamada, el Termómetro del Compromiso, donde las parejas han descubierto, a través de este sencillo ejercicio, conversaciones, fortalezas y áreas de crecimiento que antes pasaban desapercibidas.

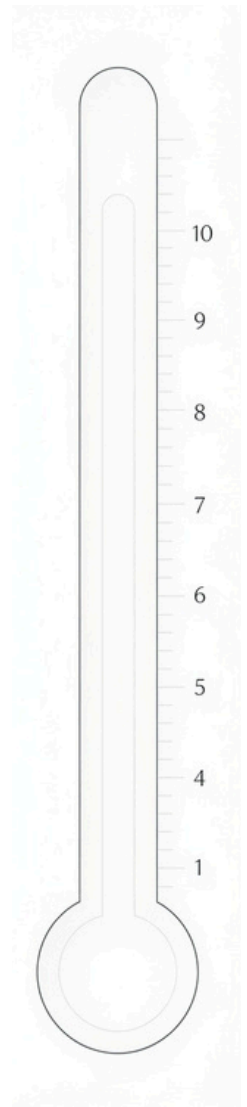
Ahora es tu turno.

En las siguientes páginas encontrarás una herramienta diseñada para ayudarte a evaluar, con sinceridad, diferentes áreas de tu compromiso matrimonial.

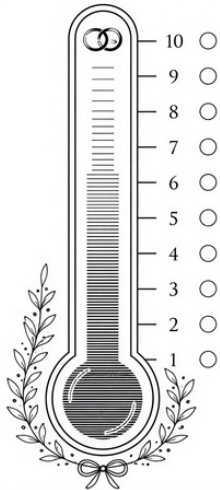
No busques una calificación perfecta; busca una evaluación honesta. El objetivo no es impresionar a nadie, sino identificar dónde puedes dar el siguiente paso.

Un matrimonio comienza a fortalecerse el día en que dejamos de fingir que todo está bien y tenemos el valor de reconocer lo que necesita cambiar. No podemos fortalecer aquello que nos negamos a reconocer. La honestidad es siempre el primer paso hacia el cambio

En la siguiente página encontrarás las instrucciones para realizar el ejercicio.



Evalúa tu nivel de compromiso



¿CÓMO REALIZAR ESTE EJERCICIO?

Antes de comenzar

Toma unos minutos para preparar tu corazón. Este ejercicio no busca producir culpa ni señalar a tu cónyuge. Su propósito es ayudarte a evaluar con honestidad aquellas áreas donde tu compromiso puede fortalecerse.

SIGUE ESTAS RECOMENDACIONES:



Evalúa únicamente tu propio compromiso.

No intentes calificar a tu cónyuge.



Responde con honestidad.

No pienses en dónde te gustaría estar, sino en donde te encuentras hoy.



No te justifiques.

Evita los “sí, pero...” o las comparaciones.



Si realizan este ejercicio como pareja.

Completen el termómetro primero de manera individual, y al terminar, compartan sus respuestas con respeto y disposición para escucharse.

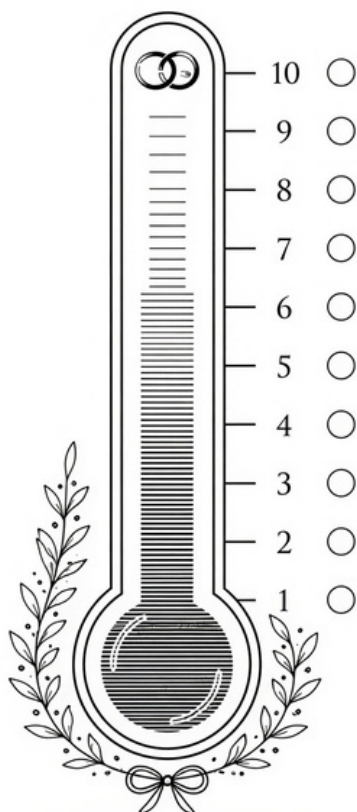
Evalúa tu nivel de compromiso

TU TERMÓMETRO DEL COMPROMISO

El propósito de esta evaluación no es medir tu valor como esposo/a, sino ayudarte a identificar aquellas áreas donde tu compromiso puede crecer.

¿Cómo interpretar la escala?

Marca el número que mejor describa tu realidad hoy, no el nivel al que te gustaría estar.



LA ESCALA

10 — Totalmente comprometido

Estoy totalmente comprometido en esta área.

7 — Consistente

Generalmente demuestro compromiso en esta área, aunque todavía hay espacio para crecer.

4 — Intermitente

Necesito prestar mayor atención y fortalecer mi compromiso en esta área.

1 — He bajado la guardia

Reconozco que necesito fortalecer mi compromiso y comenzar a dar pasos concretos

Evalúa tu nivel de compromiso

Atención y presencia

¿Escuchas con atención a tu cónyuge cuando desea conectar contigo, o suele competir con tu celular, el trabajo u otras distracciones por unos minutos de tu atención?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**

Servicio diario

¿Buscas hacerle la vida más fácil a tu cónyuge mediante pequeños actos de servicio, o normalmente esperas que sea él o ella quien tome la iniciativa?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

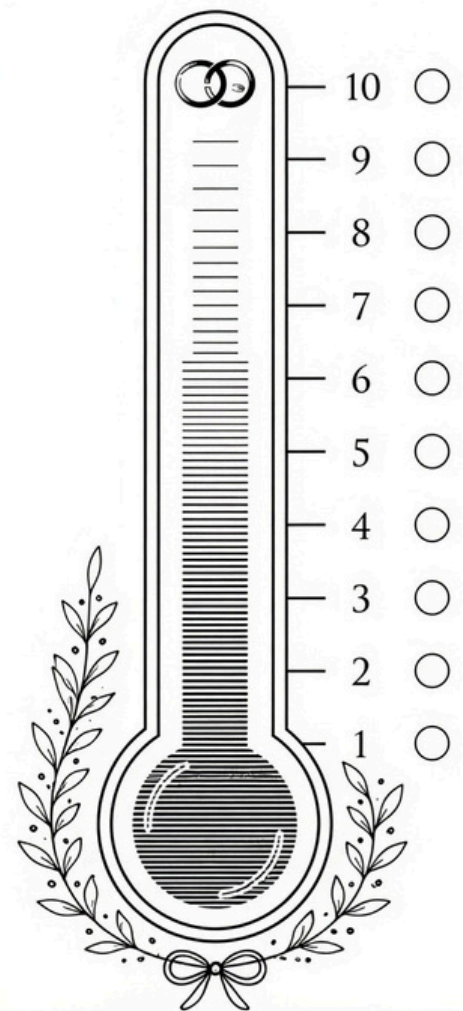
— **Mi próximo paso:**

Afecto espontáneo

¿Expresas afecto de manera natural mediante abrazos, besos, caricias o palabras de cariño, o esos gestos se han vuelto cada vez menos frecuentes?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**



Evalúa tu nivel... (continuación 1)

Intimidad y cercanía

¿Buscas cultivar una conexión emocional y física con tu cónyuge, o la rutina y el cansancio han ido ocupando ese lugar?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**

Cuidado de las palabras

¿Tus palabras edifican, animan y transmiten respeto, o con frecuencia recurras a la crítica, el sarcasmo o un tono que hierde?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

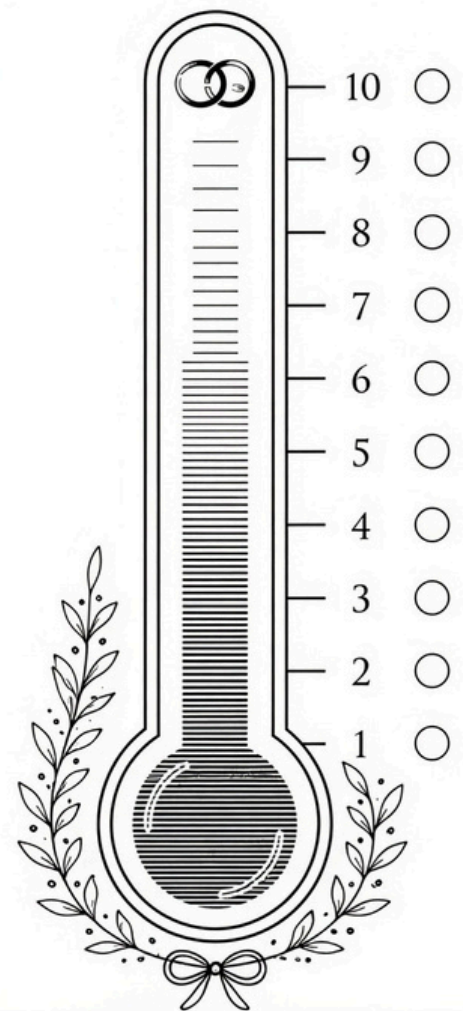
— **Mi próximo paso:**

Manejo de conflictos y perdón

¿Cuando surge un conflicto buscas escuchar, dialogar y perdonar, o acostumbras guardar resentimiento, levantar barreras o prolongar el silencio?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**



Evalúa tu nivel... (continuación 2)

Tiempo de calidad

¿Apartas tiempo intencional para compartir con tu cónyuge sin distracciones, o la agenda siempre termina ocupando el primer lugar?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**

Conversaciones profundas

¿Conversas con frecuencia con tu cónyuge sobre sus sueños, preocupaciones y emociones, así como sobre la relación, o la mayoría de sus conversaciones se limita a la rutina diaria?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

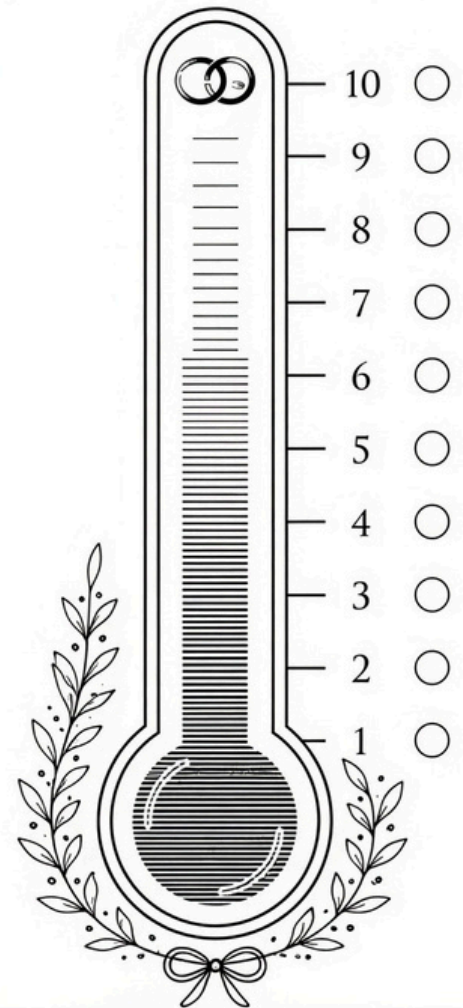
— **Mi próximo paso:**

Lealtad

¿Proteges tu corazón, tu mente y tus relaciones para honrar exclusivamente a tu cónyuge, evitando comparaciones, coqueteos o vínculos que puedan debilitar la confianza?

— Mi nivel de compromiso: _____ / 10

— **Mi próximo paso:**



Evalúa tu nivel... (continuación 3)

Crecimiento espiritual

¿Buscan crecer espiritualmente como matrimonio, orando juntos y acercándose a Dios, o han descuidado esta área de su relación?

(Si la fe cristiana no forma parte de tu matrimonio, reflexiona sobre cómo pueden crecer juntos en sus valores, propósito y compromiso mutuo..)

— Mi nivel de compromiso: ____ / 10

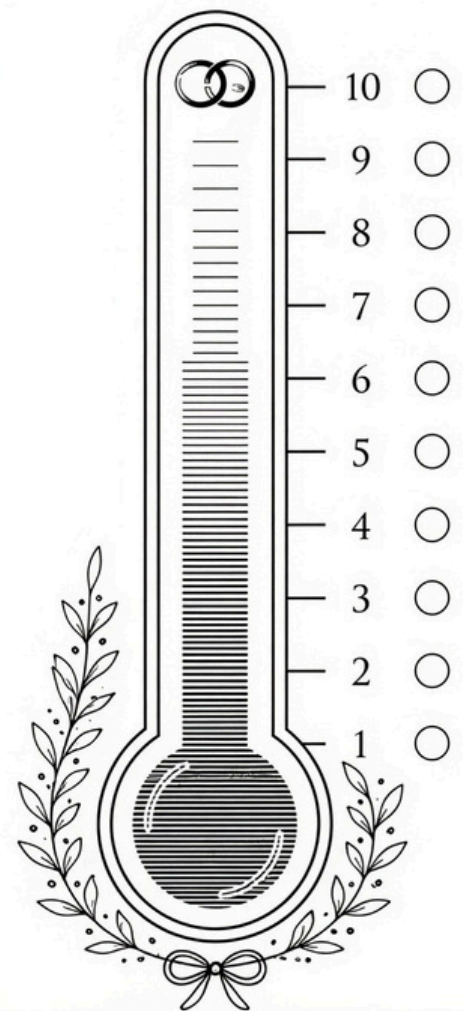
— **Mi próximo paso:**

Reflexión final

Después de completar esta evaluación, observa tus respuestas.

— ¿Qué áreas obtuvieron la calificación más baja?

— ¿Cuál será el primer paso concreto que tomarás esta semana para fortalecer tu compromiso en cada una de esas áreas?



Lleva esta Lección a la práctica



A lo largo de esta primera parte has descubierto que el compromiso es mucho más que un sentimiento. Es una decisión que se fortalece día a día. El Termómetro del Compromiso te ayudó a evaluar algunas áreas de tu compromiso matrimonial, pero no resume todo lo que hemos aprendido.

Has identificado las áreas donde tu compromiso necesita fortalecerse. Ahora te invito a mirar más allá de los resultados. Antes de continuar, dedica unos minutos a pensar en lo que hay detrás de tus respuestas. Con frecuencia, el problema no es únicamente la conducta, sino aquello que la produce..

En las siguientes páginas tendrás la oportunidad de reflexionar sobre las enseñanzas de esta lección, conversar con tu cónyuge y dar pasos concretos para vivir un compromiso más firme, consciente e intencional. El objetivo no es hacerlo todo de una vez, sino comenzar con una decisión que puedas poner en práctica esta semana.

*“El conocimiento, por sí solo, no produce cambios duraderos;
son las decisiones y las pequeñas acciones diarias las que
transforman nuestra vida.”*

REFLEXIONA

Responde honestamente las siguientes preguntas a partir de lo que descubriste acerca de tu propio nivel de compromiso.

O1 ¿Qué enseñanza de esta primera parte impactó más tu manera de entender el compromiso matrimonial? ¿Por qué?

O2 ¿De qué manera esta lección transformó o desafió tu forma de entender el compromiso y el amor dentro del matrimonio?

O3 ¿Qué hábito, actitud o decisión necesitas comenzar a cambiar para vivir un compromiso más firme e intencional?

O4 ¿Qué pequeño cambio podría hacer una diferencia visible para tu cónyuge esta semana?

CONVERSEN

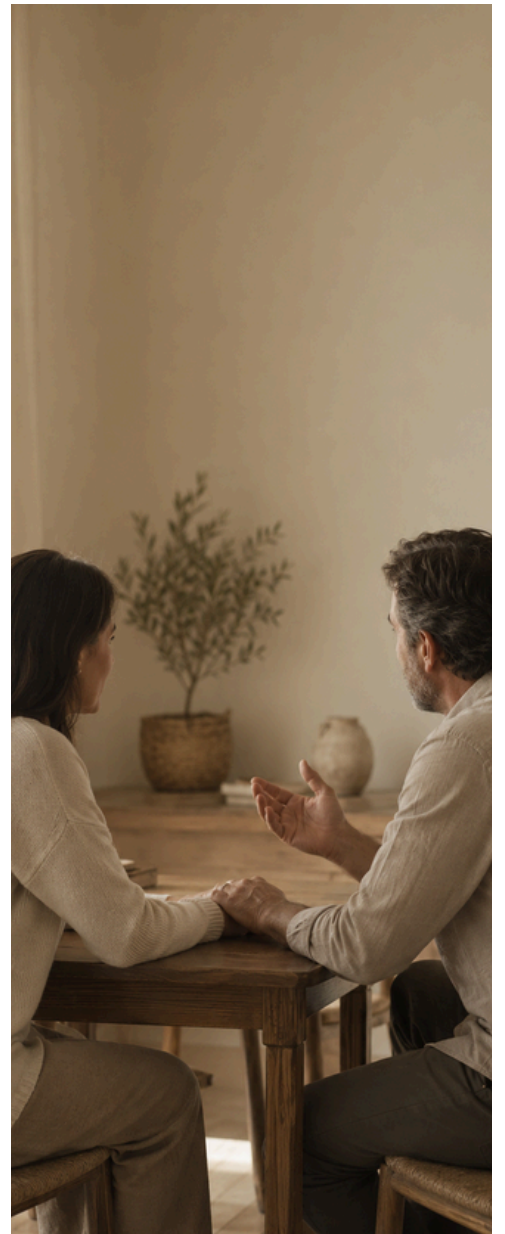
Compartan sus respuestas con calma y respeto. Escuchen con atención. Hablen con sinceridad. Eviten interrumpirse y procuren comprender antes de responder.

01 ¿Qué enseñanza de esta lección impactó más a cada uno? ¿Por qué?

02 ¿Hubo alguna idea, ilustración o ejemplo que les hizo ver su matrimonio desde una nueva perspectiva?

03 ¿Qué aspecto del compromiso consideran que necesitan fortalecer juntos durante esta etapa de su matrimonio?

04 ¿Cómo pueden apoyarse mutuamente para poner en práctica lo que han aprendido esta semana?



Desafío del Compromiso

Elige una o dos áreas específicas en las que deseas crecer esta semana y comienza con pasos pequeños, intencionales y constantes.

Pequeñas decisiones que fortalecen el matrimonio

01

Escucha con atención

Dedica al menos 15 minutos diarios para escuchar a tu cónyuge sin interrumpir, corregir ni distraerte con el celular. Procura comprender antes que responder.

02

Sirve intencionalmente

Realiza cada día un acto de servicio que haga la vida de tu cónyuge un poco más fácil. Hazlo con alegría, sin esperar reconocimiento ni nada a cambio.

03

Expresa gratitud

Cada día, expresa tu gratitud diciéndole a tu cónyuge una razón específica por la que lo valoras, lo admiras o agradeces su presencia en tu vida.

Antes de continuar....

Has dado un paso importante. A lo largo de esta primera parte has descubierto que el compromiso no depende únicamente de las emociones, sino de la decisión diaria de permanecer, amar y cuidar el pacto que comenzaron a construir el día en que dijeron: "Sí, acepto."

También has tenido la oportunidad de evaluar tu propio compromiso, reflexionar sobre las enseñanzas de esta lección y asumir un desafío concreto para comenzar a vivirlas.

Sin embargo, todavía queda una pregunta fundamental. **¿Qué sostiene ese compromiso cuando llegan las pruebas, las decepciones o las temporadas difíciles?**

Antes de avanzar hacia esa pregunta, te invito a cerrar esta primera parte poniendo delante de Dios lo que has descubierto y el paso que has decidido dar.

A photograph of a man and a woman walking away from the camera down a dirt path in a park. The woman is on the left, wearing a light-colored cardigan and pants. The man is on the right, wearing a brown sweater and light-colored pants. They are walking towards a line of trees in the background. The lighting is warm, suggesting late afternoon or early morning.

*Los matrimonios fuertes se construyen
una decisión a la vez.*

ORA

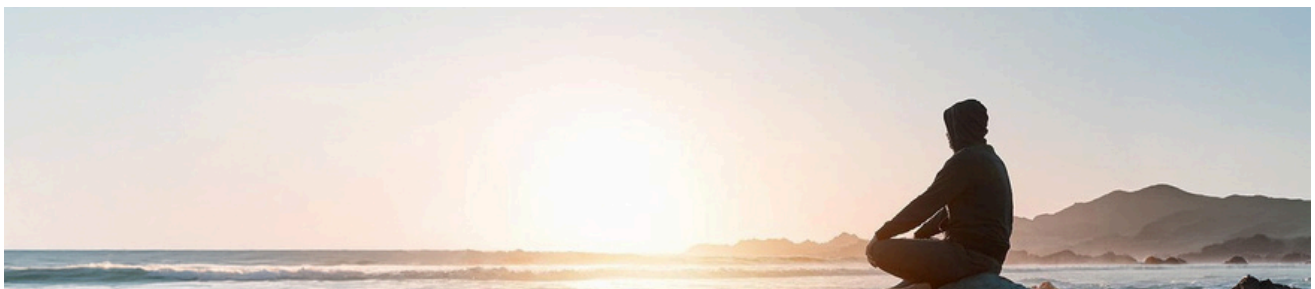
Para finalizar esta primera parte, dedica unos minutos para hablar con Dios. Mientras oras, guarda también unos momentos de silencio para escuchar su voz.

Pídele dirección para saber cómo avanzar, claridad para aceptar las áreas donde necesitas crecer, humildad para asumir tu responsabilidad, y valentía para vivir con fidelidad el compromiso que has asumido.

Si aún estás explorando la fe cristiana, utiliza este momento para reflexionar en silencio sobre las decisiones que deseas comenzar a poner en práctica.

Abre también tu corazón a la posibilidad de que Dios quiera acompañarte y guiarte en este proceso.

Examíname, Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis pensamientos. Ve si hay en mí camino de perversidad y guíame en el camino eterno.
Salmos 139:23-24



PARTE II

Del Contrato al Pacto



¿Somos socios o somos esposos?

La mayoría de las personas entra al matrimonio convencida de que el amor será suficiente para sostener la relación. Sin embargo, cuando llegan las pruebas, muchos descubren que el verdadero problema no es la falta de amor, sino el fundamento sobre el cual construyeron su compromiso.

Vivimos en una cultura que entiende las relaciones como contratos: acuerdos que permanecen vigentes mientras ambas partes reciben lo que esperan. Pero el matrimonio fue diseñado para ser mucho más que un contrato. Es un pacto.

Esa diferencia cambia por completo la manera de entender el compromiso, la fidelidad y la permanencia.

Un contrato pregunta: '¿Qué recibo?'

Un pacto pregunta: ¿Cómo puedo amar?

Mucho más que un contrato

Todos sabemos lo que es un contrato. Firmamos contratos para comprar una casa, rentar un automóvil, abrir una cuenta bancaria o aceptar un empleo. Los contratos son parte de la vida y cumplen una función importante: establecen derechos y obligaciones para las personas que los firman.

Sin embargo, todos los contratos tienen algo en común: se mantienen vigentes mientras ambas partes cumplen con las condiciones establecidas. Si alguna de ellas deja de hacerlo, el contrato puede modificarse, rescindirse o darse por terminado.

Esa forma de pensar puede ser útil para los negocios, pero resulta insuficiente para el matrimonio.

Con frecuencia, sin darnos cuenta, comenzamos a relacionarnos con nuestro cónyuge como si nuestro compromiso dependiera del desempeño del otro. Pensamos: "Si él cambia..." o "Si ella cumple con lo que espero..." Entonces empezamos a negociar, a llevar la cuenta, a exigir antes de servir y a condicionar nuestra entrega.

El amor se convierte en un intercambio: doy si tú das, cumplo si tú cumples y permanezco mientras tú satisfagas mis expectativas.

El matrimonio, sin embargo, fue diseñado para descansar sobre un fundamento completamente diferente. No es simplemente un contrato entre dos personas: Es un pacto.

Y comprender esa diferencia transforma por completo la manera en que entendemos y vivimos el compromiso, el amor, la fidelidad y dentro del matrimonio..

*"Los contratos establecen condiciones para permanecer.
Los pactos expresan la decisión de permanecer aun
cuando las condiciones cambian.."*

Contrato o Pacto

Dos maneras muy diferentes de entender el matrimonio

Aunque las palabras contrato y pacto suelen utilizarse como si significaran lo mismo, en realidad describen dos formas completamente diferentes de entender una relación. La diferencia no está solamente en las palabras que usamos, sino en la clase de relación que estamos construyendo.

Un contrato se basa en condiciones y obligaciones mutuas. Cada parte espera recibir aquello que considera justo, y cuando esas condiciones dejan de cumplirse, el acuerdo puede modificarse o incluso darse por terminado.

Un pacto, en cambio, nace de una decisión mucho más profunda. No ignora las responsabilidades ni las dificultades, pero su fundamento no es la conveniencia, sino la fidelidad.

Por eso, en el matrimonio, comprender esta diferencia cambia la manera en que hablamos, servimos, perdonamos y permanecemos juntos.

Entonces... ¿cómo se ve realmente un contrato...
y cómo se ve un pacto dentro del matrimonio?



Construyendo matrimonios para toda la vida

CONTRATO o PACTO



CONTRATO

- Se basa en condiciones.
- Protege intereses personales.
- Pregunta:
“¿Qué voy a recibir?”
- Lleva la cuenta.
- Busca igualdad de intercambio.
- Permanece mientras las condiciones se cumplen.
- Se rompe cuando una parte falla.



PACTO



- Se basa en compromiso.
- Protege la relación.
- Pregunta:
“¿Cómo puedo amar mejor?”
- Extiende gracia.
- Busca fidelidad mutua.
- Permanece aun cuando las circunstancias cambian.
- Busca restaurar cuando una parte falla.

PIENSA POR UN MOMENTO

¿Cuál de estas dos columnas describe mejor la manera en que estás viviendo tu matrimonio hoy?

No necesitas responder en voz alta. Tampoco se trata de juzgar tu matrimonio por una sola página. ¿Qué columna refleja con mayor frecuencia la manera en que respondes a tu cónyuge?

El abogado que todos llevamos dentro

Cuando el objetivo es ganar el caso,
la relación siempre termina perdiendo.



El abogado que todos llevamos dentro (*continuación*)

Cuando vivimos con una mentalidad de contrato, constantemente medimos lo que damos, lo que recibimos y todo aquello que sentimos que nuestro cónyuge nos debe. Es entonces cuando aparece ese pequeño abogado que todos llevamos dentro. No usa traje ni carga un maletín, pero entra en acción rápidamente cuando nos sentimos heridos, incomprendidos o decepcionados.

Su trabajo es reunir pruebas, presentar argumentos y demostrar por qué tenemos la razón. Muchas veces la evidencia es real, tal vez nuestro cónyuge incumplió una promesa, dijo algo que nos lastimó o cometió el mismo error...



"Cuando llevamos la cuenta de las ofensas, dejamos de celebrar las evidencias de la gracia."

El problema no es reconocer lo sucedido, sino utilizarlo para justificar nuestra frialdad, nuestra distancia o nuestros propios errores.

Sin darnos cuenta, dejamos de pensar como dos personas que buscan restaurar su relación y comenzamos a comportarnos como adversarios.

La conversación deja de enfocarse en cómo resolver el problema y empieza a girar alrededor de quién tiene la razón.

El abogado siempre está preparado

El abogado nunca llega con las manos vacías. Trae recuerdos, fechas, promesas incumplidas y una lista de errores cuidadosamente archivados.

Por eso, cuando nuestro cónyuge intenta expresar lo que siente, muchas veces ya estamos preparando la defensa. En lugar de escuchar para comprender, escuchamos para responder. Antes de que termine de hablar, ya tenemos una explicación, una excusa o una acusación con la cual defendernos.

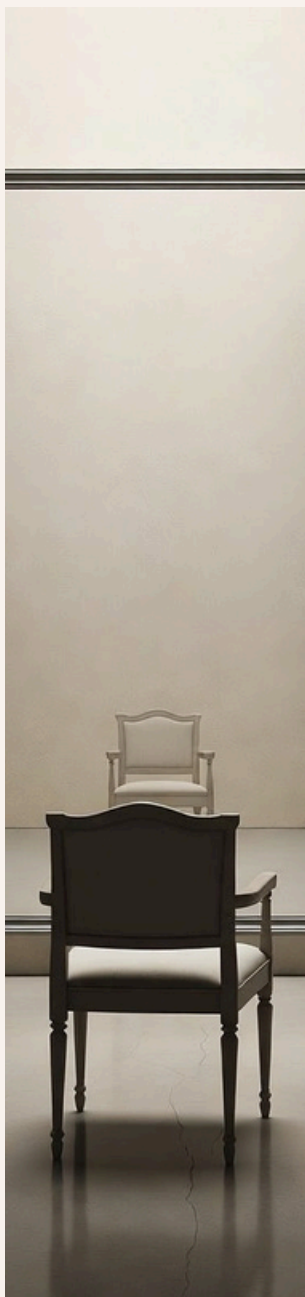
Entonces aparecen frases como: “¿Y tú no te acuerdas cuando...?”, “Siempre haces lo mismo” o “Tú tampoco puedes reclamarme”. En lugar de atender el dolor que nuestro cónyuge intenta expresar, abrimos el expediente y presentamos nuestras propias pruebas.

Así, una conversación que pudo acercarnos termina convirtiéndose en un debate. Ya no estamos tratando de comprender el corazón de la persona que amamos; estamos buscando demostrar que nuestra versión de los hechos es la correcta.

Y cuando cada conversación se convierte en un tribunal, dejamos de hablar como esposos y comenzamos a tratarnos como adversarios.

*Cada vez que buscamos demostrar que tenemos la razón,
corremos el riesgo de sacrificar la relación para ganar el argumento.*

El abogado siempre defiende al mismo cliente



Todo abogado tiene un cliente, y el que llevamos dentro siempre defiende al mismo: nosotros.

Cuando somos nosotros quienes fallamos, explicamos nuestras intenciones: “No quise decir eso”, “Estaba cansado” o “He tenido demasiada presión”. Pero cuando nuestro cónyuge se equivoca, rara vez mostramos la misma comprensión. En lugar de considerar sus circunstancias, interpretamos sus acciones desde nuestras heridas.

Así terminamos utilizando dos medidas diferentes: una llena de explicaciones y misericordia para nosotros, y otra mucho más estricta para nuestro cónyuge.

Quizá por eso Jesús hizo una pregunta tan incómoda:

“¿Por qué miras la paja que está en el ojo de tu hermano, y no echas de ver la viga que está en tu propio ojo?”

Mateo 7:3

Jesús no nos pide ignorar las faltas del otro ni fingir que nada sucedió. Nos enseña a comenzar examinando nuestro propio corazón. Porque la gracia empieza cuando ofrecemos a nuestro cónyuge la misma comprensión que esperamos recibir.

El peligro de llevar la cuenta

Para ganar sus casos, el abogado que llevamos dentro necesita pruebas. Por eso comienza a guardar un registro mental de cada sacrificio, cada promesa incumplida y cada ocasión en que nuestro cónyuge no respondió como esperábamos.

- “Yo pedí perdón la última vez.”
- “Yo siempre intento hablar primero”
- “Yo fui con tu familia; ahora te toca acompañarme a mí.”



Al principio, llevar la cuenta puede parecer una manera de protegernos o asegurarnos de que la relación sea justa. Pero, poco a poco, el matrimonio deja de sentirse como un equipo y comienza a convertirse en una competencia. Servimos por obligación, damos afecto como recompensa y utilizamos la distancia para castigar.

La Biblia dice que el amor “no lleva cuenta de las ofensas” (1 Corintios 13:5). Esto no significa ignorar el dolor, evitar conversaciones necesarias o fingir que nada sucedió. Significa que no guardamos un expediente emocional para utilizarlo como evidencia en la próxima discusión. Porque cuando intentamos ganarle a nuestro cónyuge, ambos terminamos perdiendo.

Si vivimos contando los errores, terminaremos perdiendo de vista todo lo bueno que todavía podemos construir juntos.

El mito del 50/50

Habrá días en que uno tendrá que sostener más peso. Mañana puede ser al revés. De eso se trata caminar juntos.



La idea de que un buen matrimonio funciona cuando cada uno aporta su 50% parece justa, equilibrada y hasta madura: “Yo cumplo con mi mitad y t  cumples con la tuya”. Pero esa manera de pensar puede convertir la relación en otra forma de llevar la cuenta.

Si solo estoy dispuesto a dar mi 50%, pasar  demasiado tiempo vigilando si mi cónyuge ya cumplió con su parte. Y cuando sienta que no lo hizo, encontrará una razón para retirar mi esfuerzo, mi atención o mi afecto.

Pero  qu  sucede cuando llega una enfermedad o una situación adversa, y uno de los dos apenas tiene fuerzas para dar un 10%? El matrimonio no siempre puede dividirse en partes iguales. Habrá temporadas en las que uno tendrá que cargar un poco más, y otras en las que será el otro quien necesite hacerlo.

Dar el 100% no significa tolerar irresponsabilidad ni sostener la relación completamente solo. Significa que no utilizo la debilidad temporal de mi cónyuge como una excusa para retirar mi propio compromiso.

Mi contrato secreto

Las cláusulas que más dañan un matrimonio suelen ser aquellas que nunca se hablaron.

La mentalidad de contrato no siempre aparece en forma de grandes discusiones o amenazas de divorcio. A veces se esconde en pequeñas decisiones: en el silencio, en la distancia emocional o en el afecto que dejamos de expresar.

Todos, aunque nos cueste admitirlo, llevamos un pequeño contrato escrito en el corazón. Sus cláusulas comienzan con frases como: “Yo no hago esto porque tú no hiciste aquello”, “Ya no te busco porque tú siempre me rechazas”.



Casi nunca hablamos de estas condiciones. Sin embargo, las aplicamos como si formaran parte de un acuerdo oficial, convirtiendo el afecto en una recompensa, el silencio en un castigo y la distancia en una manera de cobrarnos lo que sentimos que nos deben.

Una expectativa se convierte en cláusula cuando comenzamos a condicionar lo que damos a lo que nuestro cónyuge haga primero.

Muchas de esas cláusulas nacieron de una herida, del cansancio o de sentirnos poco valorados. Eso no las justifica, pero nos ayuda a enfrentarlas con honestidad.

REFLEXIONA

¿Qué has dejado de hacer por tu cónyuge porque sientes que él o ella dejó de cumplir primero?

¿De dónde vienen nuestras cláusulas?

Muchas de nuestras cláusulas matrimoniales no comenzaron después de casarnos. Fueron escritas antes de conocer a nuestro cónyuge.

Desde pequeños observamos cómo nuestros padres expresaban afecto, resolvían conflictos, manejaban el dinero y repartían las responsabilidades del hogar. Sin darnos cuenta, comenzamos a formar nuestras propias ideas acerca de lo que es el matrimonio.

Algunos aprendieron que el amor se demuestra estando presentes. Otros, trabajando y proveyendo. Algunos crecieron en hogares donde se hablaba abiertamente; otros aprendieron a guardar silencio para evitar los conflictos.

A todo esto se suman las películas de Hollywood, las redes sociales, novelas y las experiencias que hemos vivido.

El problema no es tener expectativas, sino asumir que nuestro cónyuge las conoce y debería cumplirlas sin que tengamos que explicarlas.

Entonces, cuando la otra persona no sigue nuestro guion mental, interpretamos sus acciones como falta de interés o de amor. Pero muchas veces no se trata de falta de amor; cada uno está tratando de construir el matrimonio siguiendo reglas diferentes.

Cuando esas reglas no se hablan, pueden convertirse en cláusulas que comienzan a gobernar la relación.



Lalo y Lola

Lola creció viendo a su padre encargarse de las reparaciones de la casa. Si había una fuga de agua, él la arreglaba. Para ella, un hombre que cuidaba su hogar demostraba que amaba y protegía a su familia.

Lalo creció de otra manera. Su padre trabajaba duro para proveer, y cuando algo se descomponía, su mamá llamaba a un experto. Si había una fuga de agua, su mamá llamaba a un plomero. Para Lalo, trabajar y tener los recursos para resolver el problema también era una manera de amar.

Un día, Lalo y Lola se conocieron, se enamoraron, y terminaron casandose.

Tiempo después apareció una fuga en el baño. Lola esperó que Lalo la reparara; Lalo esperó que Lola llamara al plomero. **Ninguno dijo lo que esperaba del otro.** Ninguno de los dos hizo nada.

Mientras el agua seguía cayendo, Lola pensaba: “Si le importara, él haría algo para repararla”. — Lalo, por su parte, se preguntaba: “¿Por qué está molesta? Solo tiene que llamar al plomero”. —

El problema no era solamente la fuga en el baño. Sino que ambos estaban reaccionando a reglas que habían aprendido en casa, pero que nunca habían hablado. Cada uno esperaba algo distinto y ninguno sabía lo que el otro esperaba.



Mis cláusulas ocultas

Las Cláusulas de Él

Estos ejemplos no pertenecen exclusivamente a hombres o mujeres. No los leas para señalar a tu cónyuge, sino para reconocer tus propias respuestas.

Algunos esposos responden a la frustración retirándose, guardando silencio o dejando de intentar aquello que antes hacían con naturalidad.

Lee las siguientes cláusulas y marca aquellas que se parezcan a alguna actitud que has adoptado:

- ☐ «**Si ella no me respeta**, yo tampoco tengo por qué escucharla».
- ☐ «**Si siempre critica lo que hago**, mejor dejo de ayudar».
- ☐ «**Si rechaza mis intentos de acercamiento**, ya no volveré a buscarla».
- ☐ «**Si no muestra interés en la intimidad**, dejaré de expresar afecto».
- ☐ «**Si nunca está satisfecha**, entonces haré solamente lo indispensable».
- ☐ «**Si ella no reconoce mis esfuerzos**, yo tampoco reconoceré los suyos».
- ☐ «**Si cada conversación termina en discusión**, mejor no le cuento nada».
- ☐ «**Si puede tomar decisiones sin consultarme**, yo también haré lo mismo».

Estas reacciones pueden surgir del cansancio, el rechazo o de no sentirse valorado, y necesitan ser reconocidas. Sin embargo, cuando tu respuesta depende de lo que ella haga, el dolor se convierte en una cláusula.

Para reflexionar

- ¿Cuál de estas cláusulas se parece más a alguna actitud que has adoptado?
- ¿Qué has dejado de dar, expresar o intentar como respuesta a lo que has recibido?

Mis cláusulas ocultas

Las Cláusulas de Élla

Algunas esposas expresan sus cláusulas retirando el afecto, acumulando resentimiento o dejando de atender ciertas áreas de la relación.

Lee las siguientes cláusulas y marca aquellas que se parezcan a alguna actitud que has adoptado:

- ☐ «Si él no me escucha, yo tampoco le contaré lo que siento».
- ☐ «Si no se interesa por mí de día, que no espere cercanía de noche»
- ☐ «Si nunca toma la iniciativa, dejaré de recordarle lo que necesitamos».
- ☐ «Si no aprecia lo que hago, entonces dejaré de esforzarme»..
- ☐ «Si prioriza el trabajo o el teléfono, no espere lo reciba con entusiasmo».
- ☐ «Si él no me ayuda en casa, yo tampoco atenderé sus necesidades»..
- ☐ «Si cada vez que hablo minimiza lo que siento, mejor guardaré silencio».
- ☐ «Si él no cambia primero, yo no daré el primer paso».

Detrás de estas cláusulas puede haber soledad, agotamiento o la sensación de no ser vista ni valorada. Todo eso necesita expresarse. Pero cuando el dolor determina lo que estás dispuesta a dar, la relación se convierte en un intercambio.

Para reflexionar

— ¿Cuál de estas cláusulas se parece más a alguna actitud que has adoptado?_____

— ¿Qué has dejado de dar, expresar o intentar como respuesta a lo que has recibido?_____

Mis cláusulas ocultas

Todos tenemos condiciones que, sin darnos cuenta, muchas veces aplicamos dentro del matrimonio. Tal vez nunca las hemos expresado en voz alta, pero influyen en la manera en que tratamos a nuestro cónyuge.

No escribas lo que tu cónyuge debería cambiar. Reconoce lo que está sucediendo dentro de tu propio corazón.

1. Identifica tus cláusulas

Completa una o más de las siguientes frases:

- “Yo no _____
porque tú no _____.”
- “Dejé de _____
desde que tú _____: _____.”
- “Estoy esperando que tú _____
antes de que yo _____.”

2. ¿Qué hay detrás de esa cláusula?

Marca lo que mejor describa lo que estás sintiendo:

- ☐ Dolor
- ☐ Cansancio
- ☐ Resentimiento
- ☐ Temor al rechazo
- ☐ Sentirme ignorado (a) o poco valorado (a)
- ☐ Deseo de protegerme
- ☐ Otro: _____



Mis cláusulas ocultas

3. Mira lo que está produciendo

Completa una o más de las siguientes frases:

¿Qué efecto ha tenido esta cláusula en tu matrimonio?

- ☐ Distancia emocional
- ☐ Menos comunicación
- ☐ Pérdida de afecto o intimidad
- ☐ Discusiones frecuentes
- ☐ Resentimiento acumulado
- ☐ Indiferencia
- ☐ Otro: _____

Describe brevemente lo que has observado:



4. Reconoce el costo

Si mantienes esta cláusula, ¿qué podría suceder con el tiempo?

¿Qué has dejado de dar, expresar o hacer como resultado de esta cláusula?

Mis cláusulas ocultas

De la cláusula a una decisión de pacto

Reconocer nuestras cláusulas ocultas no significa negar el dolor ni fingir que nada ha sucedido. Significa dejar de utilizar ese dolor como una condición silenciosa para retirar nuestro amor, afecto o participación en el matrimonio.

1. Escribe la cláusula que identificaste

Completa una o más de las siguientes frases:

“Yo no _____
porque tú no _____”

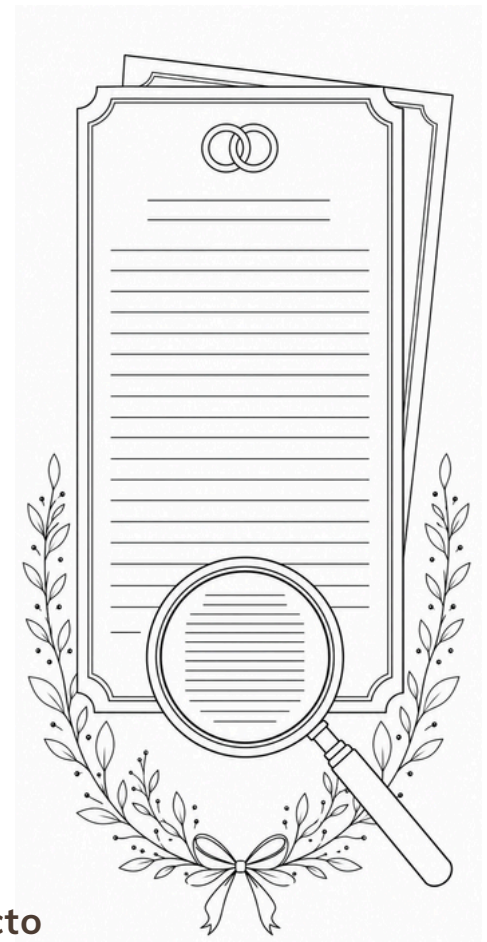
2. ¿Qué estabas tratando de obtener o proteger?

3. ¿Has expresado esta necesidad claramente?

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ Lo he expresado, pero principalmente mediante reclamos o distancia.

4. Reemplaza la cláusula con una decisión de pacto

«Aunque necesito hablar contigo acerca de _____,
decido dejar de _____
y comenzar a _____».



La importancia de la transparencia



La transparencia comienza cuando dejamos de defender nuestra posición. No busca ganar una discusión, sino permitir que nuestro cónyuge nos conozca y comprenda mejor.

Ser transparentes no significa reclamar, exigir o decir todo lo que pensamos sin considerar cómo puede recibirlo la otra persona. Significa hablar con honestidad, pero también con respeto y humildad.

A veces necesitamos atrevernos a decir: “Esto me está doliendo”, o “Esto es lo que necesito”.

Estas conversaciones pueden ser incómodas, pero también evitan que sigamos juzgando al otro por reglas que desconoce.

La transparencia nos recuerda que nuestro cónyuge no es el enemigo. Es una persona con su propia historia, heridas y limitaciones, que también está aprendiendo a amar.

Poner nuestras expectativas sobre la mesa, nos ayuda a examinarlas juntos, y comenzar a construir acuerdos más claros y saludables.

Dejando Atrás

la Mentalidad de Contrato



Hasta este punto, es posible que te hayas visto reflejado en algunas de las actitudes que hemos explorado. Tal vez has identificado a ese abogado interno que suele llevar la cuenta, o que redacta cláusulas secretas.

Dejar atrás la mentalidad de contrato no significa ignorar heridas reales, tolerar el maltrato o renunciar a límites saludables. Significa dejar de medir el matrimonio solamente por lo que recibimos y de condicionar lo que damos a la conducta del otro.

Pero no tiene que seguir siendo así.

Hoy puedes despedir al abogado que vive dentro de ti. Deja de querer ganar cada discusión, y pregúntate cómo puedes fortalecer la relación.

Todo matrimonio está siendo moldeado por la manera en que cada cónyuge piensa.

- Una forma de pensar construye distancia. *La otra construye confianza.*
- Una alimenta el orgullo. *La otra cultiva la humildad.*
- Una protege los intereses personales. *La otra protege la relación.*

Ningún matrimonio cambia de la noche a la mañana. Sin embargo, toda transformación comienza cuando decidimos abandonar una vieja manera de pensar y abrazar un camino diferente.

En las siguientes lecciones descubriremos cómo desarrollar esa nueva manera de pensar.

— Veremos que un pacto no es simplemente otra forma de hablar del matrimonio — es una manera completamente diferente de amar, permanecer y vivir nuestro compromiso. —

UNA MENTALIDAD DE PACTO

*"No se conformen a este mundo, sino transfórmense
mediante la renovación de su mente..."*

Romanos 12:2

Antes de transformarnos, Dios transforma nuestra manera de pensar.

Comprender que el matrimonio es un pacto es un buen comienzo. Pero conocer esa verdad no garantiza que vivamos conforme a ella. Muchas parejas creen que el matrimonio es un pacto, pero en la práctica siguen reaccionando como si fuera un contrato.

Cuando aparecen los conflictos, las decepciones o las heridas, un cónyuge pregunta: "¿Y qué hay de mí?", "¿Por qué siempre cedo yo?", "¿Qué estoy recibiendo a cambio?" — Mientras tanto, el otro justifica sus faltas, minimiza el daño que ha causado o espera que su cónyuge simplemente lo acepte.

Aunque sus respuestas parecen diferentes, ambos revelan la misma mentalidad: están más preocupados por defenderse o satisfacer sus propios intereses que por proteger el pacto que hicieron delante de Dios. El problema no es simplemente de información; es de mentalidad.

Una mentalidad es la forma habitual en que interpretamos la realidad. Dos personas pueden enfrentar exactamente la misma dificultad y responder de maneras completamente diferentes, dependiendo de la forma en que entienden su compromiso.

El cónyuge que tiene una mentalidad de consumidor busca proteger sus propios intereses. El que tiene una mentalidad de pacto busca proteger la relación que Dios le ha confiado.



Lleva esta Lección a la práctica

A lo largo de esta segunda parte has descubierto que podemos vivir el matrimonio como un contrato sin darnos cuenta. Esto ocurre cuando llevamos la cuenta, esperamos que todo sea 50/50, defendemos constantemente nuestra posición o aplicamos cláusulas que nunca expresamos.

Reconocer estas actitudes puede resultar incómodo, pero también puede ayudarnos a crecer. El propósito no es señalar los errores de nuestro cónyuge, sino examinar primero nuestro propio corazón.

En las próximas páginas tendrás la oportunidad de identificar algunas de tus expectativas, hablar de ellas con honestidad y comenzar a reemplazar las suposiciones con acuerdos claros.

*“El conocimiento, por sí solo, no produce cambios duraderos;
son las decisiones y las pequeñas acciones diarias las que
transforman nuestra vida.”*

REFLEXIONA

Responde pensando en tus propias actitudes. Evita evaluar a tu cónyuge.

01 Cuando siento que mi cónyuge no cumple su parte, ¿cómo suelo reaccionar?

02 ¿Qué expectativa mantengo, aunque nunca la haya expresado claramente?

03 ¿Dónde aprendí que el matrimonio debía funcionar de esa manera?

04 ¿Esa expectativa representa una necesidad legítima o una preferencia personal?

05 ¿Qué necesito reconocer o cambiar antes de pedirle algo a mi cónyuge?

CONVERSEN

Compartan sus respuestas sin acusarse ni tratar de demostrar quién tiene la razón. **Mientras uno habla, el otro debe escuchar sin interrumpir o justificarse**

01 Una expectativa que reconocí en mí es...

02 Creo que esa expectativa se formó a partir de...

03 Cuando no se cumple, tiendo a reaccionar...

04 Detrás de esa reacción, lo que siento y necesito que comprendas es...

05 Al examinar esta expectativa, reconozco que necesito...



Después de escuchar, cada uno puede responder:

“Lo que te escuché decir es...” — “¿Te comprendí correctamente?”

El propósito no es resolver todos los desacuerdos en una sola conversación, sino **comprender mejor** la historia, las expectativas y el corazón del otro.

Desafío del Compromiso

Cambien una cláusula por un acuerdo.

El desafío de esta semana

Elijan una expectativa que nunca haya expresado con claridad. Expliquen de dónde viene, por qué es importante y cómo les afecta cuando no se cumple.

Al finalizar la semana vuelvan a conversar. No evalúen como lo hizo el otro; hablen de lo que funcionó, lo que resultó difícil y lo que necesitan ajustar.

01 IDENTIFICA

¿Que esperabas que el otro hiciera o cumpliera?

02 EXPLICA

¿De dónde viene esa expectativa y por qué es importante?

03 REVISA

¿Es razonable, debe modificarse o necesita abandonarse?

04 ACUERDEN

¿Que puede hacer cada uno de manera concreta?

Nuestro Acuerdo

Esta semana decidimos...

Antes de continuar....

En esta segunda parte aprendiste a reconocer la mentalidad de contrato, despedir al abogado interior, dejar de llevar la cuenta y examinar las cláusulas ocultas que llevaste al matrimonio.

El objetivo no es vivir sin expectativas. Es aprender a expresarlas, revisarlas y evitar que se conviertan en condiciones para amar.

Salir de la mentalidad de contrato requiere tiempo. Habrá momentos en los que volverás a defenderte, llevar la cuenta o esperar que el otro cambie primero. Cuando suceda, detente, reconoce lo que está ocurriendo y vuelve a elegir una manera diferente de responder.

Ahora estamos listos para comprender qué significa vivir el matrimonio con una mentalidad de pacto.



*Los matrimonios fuertes se construyen
una decisión a la vez.*

ORA

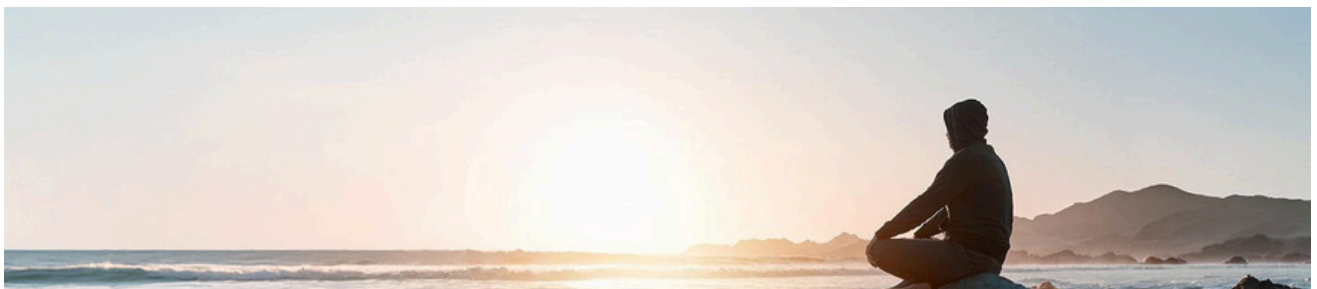
Para concluir esta segunda parte, dedica unos minutos para hablar con Dios. Pídele que te ayude a reconocer las actitudes, expectativas y resentimientos que necesitas poner delante de Él.

Puedes orar con estas palabras:

Señor, ayúdame a examinar mi corazón antes de señalar las faltas de _____ (nombre de tu cónyuge). Muéstrame las expectativas que he convertido en exigencias y dame humildad para hablar con honestidad, escuchar con paciencia y reconocer mis errores. Enséñame a dejar de llevar la cuenta y a cuidar nuestro matrimonio con amor, verdad y gracia. Amén.

Si todavía estás explorando la fe, utiliza este momento para reflexionar en silencio sobre lo que has descubierto y las decisiones que deseas comenzar a tomar de hoy en adelante..

*«Examínate, oh Dios, y conoce mi corazón;
pruébame y conoce mis pensamientos;
y ve si hay en mí camino de perversidad,
y guíame en el camino eterno».*
Salmo 139:23–24



PARTE III

El Pacto Matrimonial

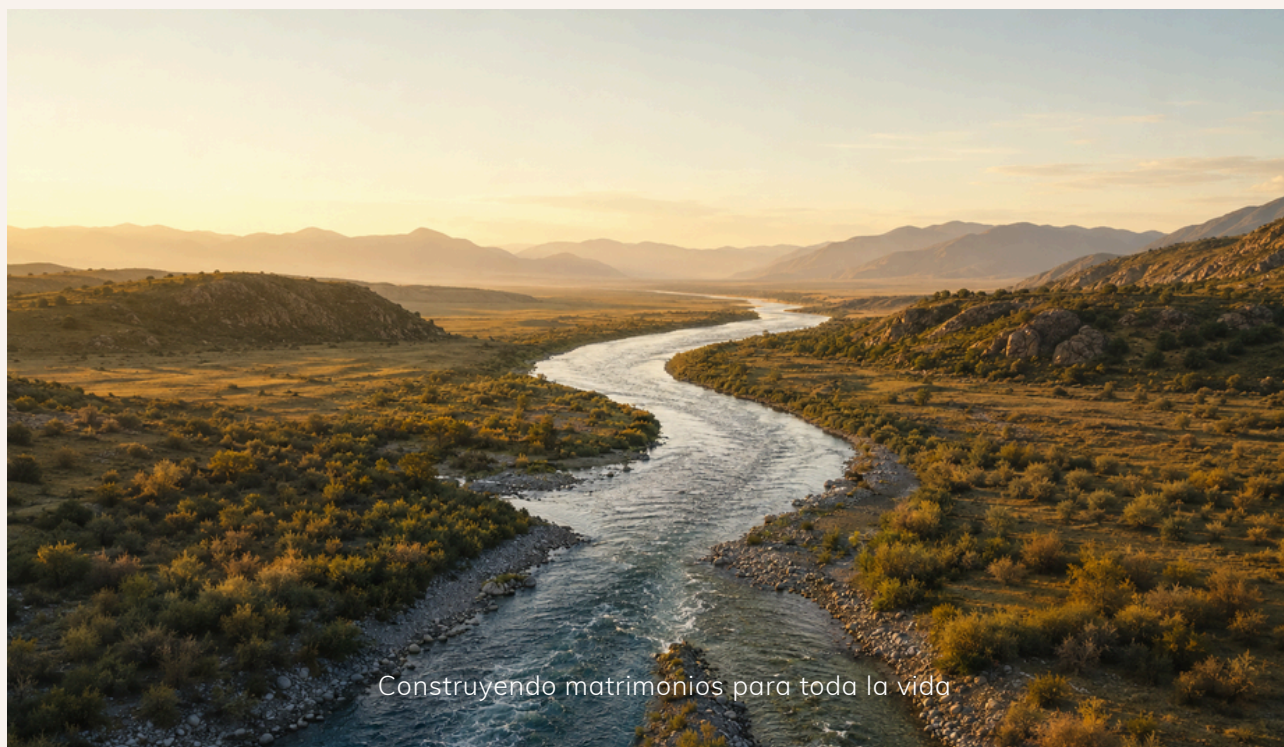
Una unión de fidelidad, permanencia y protección mutua

En la parte anterior descubrimos que el matrimonio fue diseñado para ser mucho más que un contrato basado en condiciones. Ahora profundizaremos en lo que significa estar unidos por un pacto.

El pacto matrimonial no solo expresa el amor que dos personas sienten en el presente. También establece cómo han decidido amarse en el futuro, aun cuando enfrenten circunstancias, cambios y temporadas que todavía no pueden imaginar.

En esta parte exploraremos el valor de la promesa matrimonial, las características que distinguen al pacto y la responsabilidad que ambos cónyuges comparten de honrarlo y protegerlo.

*El pacto se establece con una promesa,
se honra con fidelidad y se protege cada día.*



Construyendo matrimonios para toda la vida

EL VALOR DE UNA PROMESA

En casi todas las bodas que he tenido el privilegio de officiar, llega un momento en que aun las parejas más tranquilas se ponen nerviosas: **el intercambio de votos.**

He visto manos temblar, voces quebrarse y palabras cuidadosamente ensayadas desaparecer por un instante. Algunos ríen para aliviar la tensión; otros hacen una pausa, respiran profundamente y vuelven a comenzar.



Podría contar muchas historias sobre esos momentos. Sin embargo, más allá de lo emotivo o incluso gracioso que pueda suceder, creo que esos nervios revelan que la pareja reconoce, *aunque no siempre pueda expresarlo*, la seriedad de lo que está a punto de hacer.

Los votos son el corazón de la ceremonia.

La música y las flores, poseen un significado especial, pero solo acompañan el momento central en el que dos personas se miran y entregan mutuamente su palabra.

Allí no solo expresan lo que sienten; sino que **declaran públicamente lo que han decidido ofrecerse y asumen la responsabilidad de amar, honrar y permanecer fieles.**

Por eso los votos no son solamente palabras románticas ni una formalidad en la ceremonia. Cuando los novios dicen: «**lo prometo**», están vinculando sus palabras con las acciones mediante las cuales deberán honrarlas.

Los votos son el corazón de la ceremonia porque en ellos dos personas no solo expresan su amor: se entregan mutuamente su palabra.

EL ALCANCE DE LOS VOTOS

Precisamente porque los votos tienen tal peso, que suelo recordarles a los novios que las promesas que están a punto de pronunciar abarcan mucho más que ese momento.. No están simplemente repitiendo palabras bonitas. Por medio de esas promesas, están comprometiéndose con una vida que apenas comienza y con experiencias que todavía no pueden prever.

Ninguna pareja puede saber todo lo que encontrará en el camino. No conoce los cambios que experimentará, las decisiones que deberá tomar, las pérdidas que enfrentará ni las nuevas etapas que transformarán su vida y su relación.

Cuando una pareja pronuncia sus votos, lo hace desde el presente. Expresa el amor que siente, celebra la historia que los ha llevado hasta ese momento y declara su deseo de compartir la vida. Sin embargo, el alcance de esas palabras va mucho más allá del día de la boda.

Por eso, los votos matrimoniales son a la vez una declaración del amor presente y un compromiso para las temporadas que vendrán.

No prometemos que siempre sentiremos lo mismo ni que nunca tendremos dificultades. Prometemos que, en medio de esos cambios, procuraremos seguir amando, honrando, cuidando y permaneciendo fieles.

*Los votos expresan el amor que hoy sentimos
y orientan la manera en que hemos decidido
amarnos en los días que vendrán.*



¿Qué es un pacto?



"Un contrato protege los intereses de las personas. Un pacto protege la relación."

Desde el principio, Dios ha escogido relacionarse con las personas mediante pactos. Hizo un pacto con Noé después del diluvio, con Abraham al llamarlo a formar una gran nación, con Israel en el monte Sinaí y, finalmente, estableció un Nuevo Pacto por medio de Jesucristo.

Cada uno de esos pactos revela el corazón de Dios. No son simples acuerdos legales entre dos partes iguales. Son compromisos solemnes basados en la fidelidad, la confianza y la permanencia. A través de ellos, Dios nos muestra que la esencia de un pacto es permanecer fiel a lo que hemos prometido.

De la misma manera, el matrimonio fue diseñado para ser mucho más que un acuerdo entre un hombre y una mujer. Es un pacto de amor y fidelidad que trasciende las circunstancias, las emociones y las temporadas de la vida.

Cuando entendemos el matrimonio como un pacto, dejamos de preguntarnos únicamente "¿Qué estoy recibiendo?" y comenzamos a preguntarnos "¿Cómo puedo honrar el compromiso que hice?"

El Matrimonio como Pacto



El pacto matrimonial une dos vidas mediante promesas que ambos deciden honrar.

En términos sencillos, un pacto es un compromiso solemne que une a dos personas mediante promesas de fidelidad, responsabilidad y permanencia. No se limita a establecer lo que cada uno debe dar o recibir; crea una relación en la que ambos entregan su palabra y asumen la responsabilidad de honrarla.

La Biblia está llena de pactos que revelan el corazón fiel de Dios. Por medio de ellos, Dios establece una relación, ofrece promesas y llama a las personas a responder con fidelidad a esos pactos.

La Biblia presenta el matrimonio como un pacto.

Malaquías 2:14 describe a la esposa como «tu compañera y la mujer de tu pacto». Mediante sus votos, dos personas se entregan mutuamente y se comprometen a compartir la vida con amor, fidelidad y permanencia.

Comprender el matrimonio como un pacto transforma nuestra manera de verlo. Ya no nos preguntamos solamente: «¿Qué estoy recibiendo?», sino también:

«¿Cómo puedo honrar la palabra que entregué y cuidar la unión que juntos formamos?»

Un Cordón de Tres Hilos

Dios en el centro del pacto matrimonial

En muchas de las ceremonias que oficio, la pareja realiza un ritual sencillo pero lleno de significado: entrelaza tres cordones mientras se leen las palabras de

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

Los primeros dos cordones representan a los esposos; el tercero simboliza a Dios. No como un participante más dentro del matrimonio, sino como Aquel ante quien establecen su pacto y de quien reciben dirección, sabiduría y fortaleza.

Eclesiastés no está hablando específicamente del matrimonio ni identifica a Dios como el tercer hilo. Sin embargo, su imagen expresa un principio que se aplica hermosamente a la vida matrimonial: juntos somos más fuertes que solos.

La presencia de Dios no significa que el matrimonio nunca enfrentará conflictos ni que sus votos se cumplirán automáticamente. Cada cónyuge sigue siendo responsable de honrar su palabra. Pero cuando ambos buscan a Dios y permiten que su carácter moldee la manera en que aman, perdonan y permanecen fieles, su unión se fortalece.

Un matrimonio se fortalece cuando dos vidas no solo se unen entre sí, sino que aprenden a entrelazar su relación con Dios.



Cuatro Verdades para Recordar

01 Un pacto busca el bien de la relación.

Un contrato se enfoca en proteger derechos personales, el pacto invita a ambos a proteger la unidad, la confianza y el bienestar del matrimonio. La pregunta deja de ser: “¿qué me corresponde?” y pasa a ser “¿qué necesita nuestra relación?”.

02 Un pacto nace de una decisión, no de una emoción.

Las emociones cambian con el tiempo. El pacto permanece porque descansa sobre una decisión consciente de amar aun cuando las circunstancias cambian. No necesitamos sentir lo mismo cada día para seguir siendo fieles a lo que decidimos.

03 Un pacto se demuestra en las decisiones diarias.

El pacto no se mantiene únicamente con las promesas que se intercambian el día de la boda. Se fortalece cada vez que elegimos servir, perdonar, escuchar, honrar y permanecer. Así, lo prometido en el altar toma forma en la vida cotidiana.

04 Un pacto se demuestra en las decisiones diarias.

Los votos se intercambian entre los esposos, pero son dichos delante de Dios. Malaquías 2:14 presenta al Señor como testigo del pacto matrimonial. Por eso, honrar las palabras pronunciada el día de la boda es una manera de honrar a Dios.



Los grandes matrimonios no se sostienen por grandes promesas, sino por pequeñas decisiones repetidas cada día.

Dios Testigo del Pacto

Los votos se entregan al cónyuge, pero se pronuncian delante de Dios.

Un compromiso ante la presencia de Dios

En el altar no solo hay dos personas pronunciando promesas; allí está Dios, escuchando sus votos y siendo testigo del pacto que están estableciendo.

Malaquías 2:14 revela una dimensión del matrimonio que fácilmente podemos olvidar: los esposos se entregan su palabra el uno al otro, pero Dios escucha esas promesas: «Jehová ha atestiguado entre ti y la mujer de tu juventud... siendo ella tu compañera, y la mujer de tu pacto».

Dios no solo presencia el intercambio de votos. También observa cómo cada cónyuge honra su palabra cuando nadie más está mirando: en la manera de hablarse, cuidarse, resolver sus diferencias y proteger la fidelidad de su relación.

Por eso, el pacto matrimonial no es únicamente un compromiso privado entre dos personas. Es una responsabilidad asumida delante de Dios. Honrar al cónyuge y cuidar la unión matrimonial también son maneras de honrarlo a Él.



UN PACTO DE PERMANENCIA

Una unión creada para permanecer

Desde el primer matrimonio, Dios expresó su propósito para esta unión:

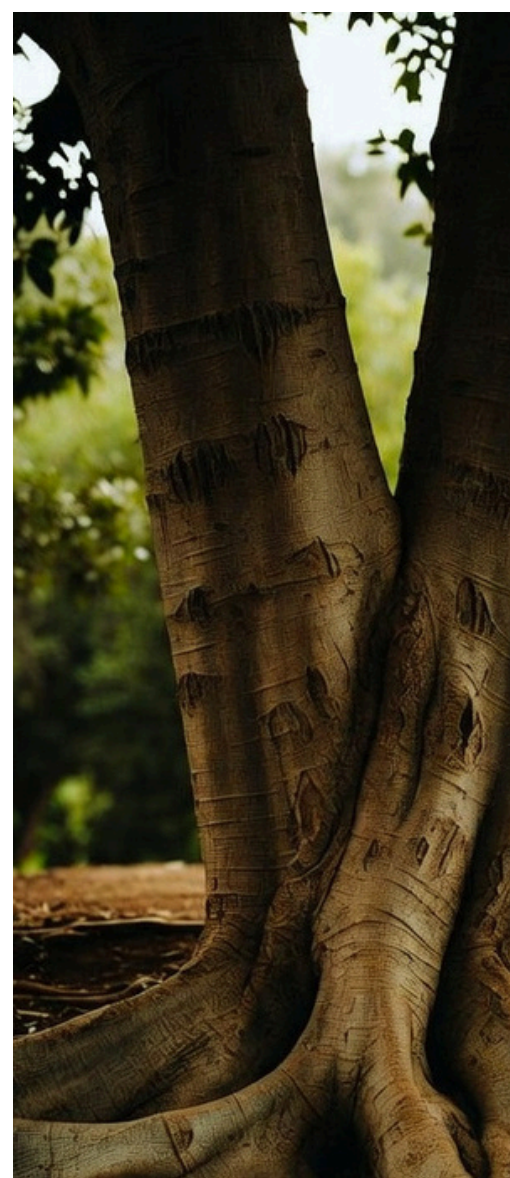
«Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne». —**Génesis 2:24**

La expresión «se unirá» comunica la idea de adherirse firmemente, aferrarse y permanecer unido. No describe una relación temporal ni una unión que depende de que todo salga bien, sino un vínculo establecido con la intención de perdurar.

La permanencia no significa que el matrimonio nunca enfrentará cambios, crisis o temporadas difíciles. Significa que los esposos no consideran la separación como la primera respuesta a cada dificultad, sino que procuran cuidar, reparar y fortalecer la unión que juntos han construido.

Esa seguridad crea un espacio donde ambos pueden mostrarse tal como son, hablar con honestidad y crecer sin vivir bajo la amenaza constante de ser abandonados al primer fracaso.

El pacto de permanencia crea la seguridad necesaria para vivir con vulnerabilidad, transparencia y autenticidad.



La Seguridad que produce la Permanencia

Un espacio seguro para crecer juntos

La permanencia no solo habla de cuánto durará el matrimonio; también influye en la clase de relación que los esposos pueden construir. Saber que una dificultad, un desacuerdo o un error no pondrá automáticamente fin a la relación produce seguridad.

Cuando cada conflicto viene acompañado de amenazas de separación, ambos comienzan a vivir a la defensiva. En lugar de hablar con honestidad, pueden ocultar sus debilidades, callar sus necesidades o evitar conversaciones difíciles e incómodas por temor al rechazo o al abandono.

Pero cuando existe un compromiso firme de permanecer y trabajar juntos, se abre un espacio para mostrarse tal como son, reconocer errores, pedir perdón y seguir creciendo. La permanencia no elimina los conflictos ni justifica el descuido; ofrece la estabilidad necesaria para enfrentarlos sin sentir que el matrimonio entero está siempre en riesgo.

*La permanencia no solo mantiene unido el matrimonio;
crea la seguridad necesaria para crecer dentro de él.*



Construyendo matrimonios para toda la vida

UN PACTO DE EXCLUSIVIDAD

Un lugar que nadie más debe ocupar



Si la permanencia responde «¿por cuánto tiempo?», la exclusividad responde «¿con quién?». Al casarse, dos personas no solo prometen permanecer juntas; también se reservan mutuamente un lugar que nadie más debe ocupar.

Por eso, los votos tradicionales incluyen la expresión «renunciando a todos los demás». Esto no significa aislarse, abandonar amistades ni controlar cada interacción del cónyuge. Significa reconocer que ciertas expresiones de afecto, intimidad y entrega pertenecen exclusivamente al matrimonio.

La exclusividad incluye la fidelidad sexual, pero no termina allí. También protege la intimidad romántica y emocional. Es decir, esas conversaciones, atenciones, confidencias y conexiones profundas mediante las cuales dos personas se conocen, se sienten elegidas y construyen confianza.

Ser fiel es cuidar intencionalmente ese lugar reservado. Es evitar que otra persona reciba poco a poco lo que pertenece al cónyuge y ocupe un espacio que debilite la unidad matrimonial.

Protegiendo el Lugar del Conyuge

La exclusividad necesita límites que la protejan



Lo que pertenece exclusivamente al pacto debe protegerse intencionalmente.

Prometer exclusividad es reservar para el cónyuge un lugar único; protegerla significa cuidar que ninguna otra persona llegue a ocuparlo. La fidelidad no se puede conservar solamente mediante buenas intenciones, sino mediante decisiones conscientes y firmes, junto con límites claros y saludables.

Estos límites no nacen de la desconfianza, los celos o el deseo de controlar al otro. Nacen del reconocimiento de que el matrimonio es valioso, y por lo mismo, necesita ser protegido.

Eso quiere decir que ciertas conversaciones, expresiones de afecto, y vínculos emocionales pertenecen de manera única y especial a la relación matrimonial.

No toda amistad representa una amenaza. Sin embargo, puede llegar a serlo cuando bajamos la guardia, cruzamos límites o ignoramos las señales de alarma. **Una amistad sana respeta el pacto,** reconoce el lugar prioritario del cónyuge y fortalece la relación matrimonial. En cambio, una amistad se vuelve una amenaza cuando demanda de una cercanía especial, compite por el tiempo y la atención, ocupando poco a poco el lugar emocional que corresponde al cónyuge.

Muchas infidelidades no siempre comienzan con la intención de traicionar, sino con pequeñas concesiones que al principio parecían inofensivas. Por eso, proteger el pacto requiere reconocer a tiempo aquellas ventanas que podrían dar acceso a lo que debe permanecer reservado sólo para el matrimonio.

PROTEGIENDO EL CORAZÓN

La fidelidad comienza mucho antes de nuestras acciones

*“Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida”
—Proverbios 4:23*

Proteger el pacto no consiste únicamente en establecer límites externos. También requiere cuidar el lugar donde nacen nuestros pensamientos, deseos, afectos y decisiones: el corazón.

La infidelidad rara vez comienza con una acción física. Generalmente empieza mucho antes: con una atracción que alimentamos, una admiración secreta, una fantasía recurrente o una conexión emocional a la que permitimos crecer.

Por eso, no basta con preguntarnos: «¿He cruzado algún límite?». También debemos examinar con honestidad: «¿Qué estoy permitiendo que crezca dentro de mí?». Aquello que cultivamos en secreto puede terminar manifestándose en nuestras decisiones.

Guardar el corazón no significa negar que podemos sentir atracción o afinidad por otras personas. Significa reconocer esos sentimientos sin alimentarlos y tomar decisiones que protejan la exclusividad del pacto.



*La fidelidad no comienza cuando rechazamos una oportunidad de ser infieles; comienza cuando **vigilamos** los pensamientos y deseos que permitimos alimentar en nuestro corazón.*

Levantando un Muro de Protección

Límites que rodean y protegen nuestro pacto

No levantamos límites porque nuestro matrimonio tenga poco valor, sino precisamente porque tiene un valor incalculable.

Todo aquello que consideramos valioso procuramos protegerlo. Protegemos nuestra casa con puertas y cerraduras. Protegemos nuestros ahorros con contraseñas. Protegemos a nuestros hijos de aquello que podría hacerles daño. ¿Por qué habría de ser diferente con nuestro matrimonio?

El pacto matrimonial también necesita protección. No porque debamos vivir desconfiando de nuestro cónyuge, sino porque reconocemos el enorme valor de lo que hemos construido juntos y sabemos que ninguno de nosotros es inmune a la tentación,

Levantar un muro de protección significa rodear nuestro matrimonio con convicciones firmes, acuerdos mutuos, límites claros y decisiones diarias que protejan la confianza, la intimidad y la exclusividad del pacto.

Este muro nos ayuda a definir qué pertenece de manera especial a nuestra relación, quién puede acercarse a determinados espacios de nuestra vida, hasta dónde puede hacerlo y qué límites hemos decidido no cruzar.

Ahora bien, el muro no debe levantarse entre los esposos, sino **alrededor de su matrimonio**. No busca controlar, encerrar ni aislar al cónyuge. Su propósito es proteger el lugar único que ambos prometieron reservar el uno para el otro.



¿Qué estamos Protegiendo?

El lugar único que pertenece al cónyuge

Proteger el matrimonio es proteger el lugar único que cada esposo prometió reservar para el otro.

El muro no protege solamente una institución o una promesa pronunciada en el pasado. Protege todo aquello que la pareja ha construido y continúa compartiendo dentro de su pacto.

Protege:

- **La confianza:** la seguridad de saber que no existen relaciones o conductas ocultas.
- **La intimidad emocional:** la libertad de compartir luchas, sueños, pensamientos y sentimientos sólo con mi conyuge.
- **La exclusividad romántica y sexual:** el afecto, el deseo y la expresión sexual reservados para el cónyuge.
- **La vulnerabilidad y las confidencias:** aquello que compartimos porque sabemos que estamos en un lugar seguro.
- **El tiempo y la atención:** la decisión de continuar cultivando intencionalmente la relación con la pareja.
- **La historia y el futuro compartidos:** todo lo que han construido y todavía desean construir juntos.

Esto no significa que los esposos no puedan tener amistades, relaciones de trabajo, ministerio o convivencia con otras personas. Significa que ninguna de esas relaciones debe competir con el cónyuge ni ocupar el lugar que le corresponde dentro del pacto.



Ladrillo por Ladrillo

Los ladrillos que fortalecen nuestro matrimonio

Un muro de protección no se construye solamente evitando aquello que podría dañar el matrimonio. También **se levanta cultivando intencionalmente aquello que fortalece la relación** y preserva el lugar único del cónyuge.

Cada vez que damos prioridad a nuestra relación, apartamos tiempo para estar juntos, compartimos nuestro mundo interior o expresamos afecto e intimidad, colocamos un ladrillo más en el muro que rodea nuestro pacto.

Algunos de esos ladrillos son:

- **Darnos prioridad** en medio de las responsabilidades y demandas de la vida.
- **Apartar tiempo** y atención para continuar cultivando nuestra relación.
- **Compartir** nuestros pensamientos, luchas, sueños, alegrías y temores.
- **Vivir con transparencia** y proteger la confianza que hemos construido.
- **Expresar afecto**, admiración, ternura y deseo dentro del matrimonio.
- **Reservar** para nuestra pareja la exclusividad romántica y sexual del pacto.
- **Establecer** juntos acuerdos y límites que protejan nuestra relación.
- **Tomar decisiones** pensando en nuestra historia y nuestro futuro juntos

El muro se fortalece cuando ambos cónyuges protegen ese lugar no solamente frente a posibles amenazas, sino también del descuido, la distancia y la rutina. — Proteger el lugar único de nuestro cónyuge requiere cerrar cualquier acceso que pueda desplazarlo, — pero también continuar llenando ese lugar con nuestra presencia, atención, afecto y lealtad.



Construyendo matrimonios para toda la vida

VENTANAS ABIERTAS

Accesos que pueden poner en riesgo la exclusividad del pacto

La fidelidad requiere vigilar lo que permitimos crecer en nuestro corazón, pero también reconocer las situaciones externas que podrían alimentar pensamientos, deseos o vínculos inapropiados. A esas posibles vías de acceso las llamaremos ventanas abiertas.

Una ventana abierta no significa necesariamente que ya haya ocurrido una infidelidad. Sin embargo, sí representa cualquier situación, relación o conducta que podría permitir que una tercera persona comience a tener acceso a nuestra vida emocional, nuestros pensamientos, nuestras luchas o una intimidad que pertenece de manera especial al matrimonio.

Estas ventanas suelen abrirse poco a poco: cuando bajamos la guardia, ignoramos una señal de alarma, ocultamos una conversación, cruzamos pequeños límites o permitimos que una conexión emocional crezca sin establecer límites claros y saludables.



¿Tienes Ventanas Abiertas?

Identificando los puntos vulnerables de nuestra relación

Las ventanas abiertas pueden ser emocionales, relacionales, digitales o físicas. Algunas son evidentes; otras pueden parecer inofensivas al principio.

Por eso, identificarlas requiere honestidad y disposición para reconocer cualquier acceso que pudiera debilitar la exclusividad del pacto matrimonial



El propósito de este ejercicio no es despertar sospechas, provocar acusaciones ni buscar las faltas del cónyuge. Antes de pensar en las ventanas que la otra persona necesita cerrar, cada uno debe examinar las que ha dejado abiertas en su propia vida.

Detente un momento y hazte esta pregunta:

— ¿Qué acceso he permitido en mi vida que podría debilitar la exclusividad de mi pacto matrimonial? —

Quizá sea una amistad que se ha vuelto demasiado cercana, pero que no es necesariamente una amistad sana. Quizá una conversación que prefieres ocultar, una atracción que has comenzado a alimentar o una conexión que está recibiendo tiempo y atención que deberían estar dirigidos hacia tu cónyuge.

Proteger el pacto comienza cuando cada uno asume la responsabilidad de cerrar sus propias ventanas.

Edificando nuestro muro

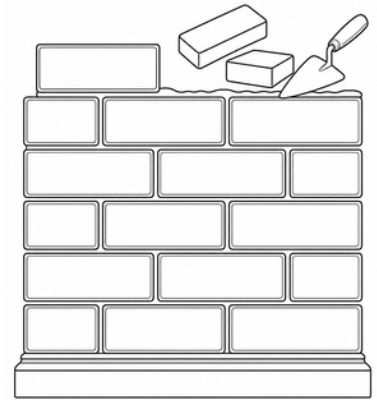
Preservando el lugar único de nuestro cónyuge

Un muro fuerte no se levanta en un solo día. Se construye mediante las pequeñas decisiones y actitudes que, cuando las practicamos constantemente, preservan la confianza, la intimidad y el lugar único de nuestro cónyuge.

TRABAJO INDIVIDUAL

Completen esta página individualmente. No evalúes lo que tu cónyuge hace. Examina tu propia contribución al fortalecimiento de su matrimonio.

OI Reconoce lo que deseas proteger



Todo lo que se encuentra dentro del pacto es valioso. Sin embargo, algunas áreas pueden necesitar atención especial en la etapa que están viviendo.

Marca las dos que más deseas proteger y fortalecer en este momento:

☐ Nuestra Confianza.☐ Nuestra intimidad emocional.☐ Nuestra conexión romántica y sexual.☐ Nuestra vulnerabilidad y confidencias.☐ Nuestro tiempo y atención de pareja☐ Nuestra historia y nuestro futuro juntos

En este momento deseo proteger especialmente:

Porque:

Edificando nuestro muro

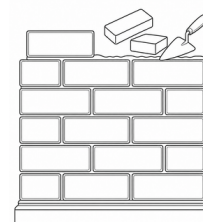
02 Evalúa cómo estás fortaleciendo el muro

Marca un cuadro por cada afirmación.

FIRME

POR FORTALECER

POR CONSTRUIR



MI CONTRIBUCIÓN AL MURO	FIRME	POR FORTALECER	POR CONSTRUIR
Doy a mi cónyuge un lugar importante entre mis demás responsabilidades y relaciones.	☐	☐	☐
Comparto con mi cónyuge mis pensamientos, luchas, sueños, alegrías y temores.	☐	☐	☐
Vivo con transparencia y procuro preservar la confianza que hemos construido.	☐	☐	☐
Expreso amor, admiración, ternura y deseo dentro de nuestro matrimonio.	☐	☐	☐
Preservo para mi cónyuge la exclusividad romántica, emocional y sexual de nuestro pacto.	☐	☐	☐
Participo en establecer y respetar acuerdos que protejan nuestra relación.	☐	☐	☐
Tomo decisiones considerando nuestra historia y el futuro que deseamos construir juntos.	☐	☐	☐



Construyendo matrimonios para toda la vida

Fortaleciendo el muro juntos

03 Reconoce lo que ya has construido

Después de evaluar cada uno de los ladrillos, detente a reconocer cómo tus propias decisiones, actitudes y prácticas han contribuido a fortalecer tu matrimonio y proteger el pacto que comparten.

Un ladrillo que reconozco firme en mi vida es:

Una manera concreta en que lo he puesto en práctica es:

Este ladrillo ha fortalecido y protegido nuestro pacto matrimonial porque:

Algo que deseo continuar haciendo para mantener firme este ladrillo es:

Reconoce lo que necesitas fortalecer

Reconocer lo que has aportado no significa ignorar lo que aún necesita atención. Considera ahora qué ladrillos necesitas fortalecer o comenzar a construir.

— **Un ladrillo que necesito fortalecer o comenzar a construir en mi vida es:**

— **Fortalecer este ladrillo ayudaría a proteger nuestro matrimonio porque:**

Fortaleciendo el muro juntos

04 Reconozcan la contribución del otro

Como vimos anteriormente, los ladrillos representan las actitudes, decisiones y prácticas que fortalecen el matrimonio y levantan un muro de protección alrededor del pacto matrimonial.

Hasta ahora, cada uno ha reconocido los ladrillos que ha aportado para proteger su pacto, así como aquellos que necesita fortalecer. Sin embargo, esta reflexión no estaría completa sin reconocer también los ladrillos que su cónyuge ha aportado y lo que ambos han logrado construir con ellos.

LO QUE RECONOZCO EN TI

Antes de conversar, cada uno complete las siguientes frases pensando en su cónyuge.

Uno de los ladrillos que reconozco en ti y agradezco es::

Este ladrillo ha fortalecido nuestro matrimonio porque:

COMPARTAN LO QUE COMPRENDIERON

Por turnos, **compartan** el ladrillo que reconocieron en su cónyuge. Escuchen y reciban ese reconocimiento sin minimizarlo ni desviar la conversación.

Después, cada uno comparta el ladrillo que necesita fortalecer en su propia vida. Escuchen sin interrumpir, ponerse a la defensiva ni convertir la conversación en una evaluación del otro.

Fortaleciendo el muro juntos

05 Acuerden que ladrillo fortalecer

No intenten trabajar en todas las áreas al mismo tiempo.

Después de compartir lo que cada uno descubrió y escuchar la perspectiva de su cónyuge, vuelvan a lo que señalaron en el Paso 1 y pregúntense:

¿Qué ladrillo nos ayudará a proteger más nuestro pacto matrimonial?

EJEMPLO

- Lo que deseamos proteger: Nuestra intimidad emocional.
- El ladrillo: Tiempo y atención.
- La acción concreta: Apartaremos veinte minutos, tres noches por semana, para conversar sin teléfonos ni otras distracciones.

NUESTRO ACUERDO

- Lo que deseamos proteger es: _____
- El ladrillo al que daremos mayor atención es: _____
- ¿Qué práctica realizaremos, cuándo y con qué frecuencia? _____

CÓMO CONTRIBUIREMOS

- Yo me comprometo a: _____
- Mi cónyuge se compromete a: _____
- Revisaremos nuestro progreso el día: _____

*Un ladrillo se vuelve firme cuando una buena intención
se transforma en una práctica compartida y constante.*

Fortaleciendo el muro juntos

Reconociendo los accesos que necesito cerrar

Lee las siguientes situaciones y marca aquellas que podrían estar debilitando la exclusividad de tu pacto matrimonial.

No todo saludo, abrazo, cumplido constituye una ventana abierta. La ventana comienza a abrirse cuando existe una atracción que estamos alimentando, una cercanía que necesita ocultarse o una conducta que no estaríamos cómodos realizando delante de nuestro cónyuge.

VENTANAS EMOCIONALES

- ☐ Permitir que una amistad se vuelva demasiado cercana o invasiva.
- ☐ Mantener contacto innecesario con una expareja o con alguien por quien siento o sentí atracción.
- ☐ Buscar oportunidades para convivir a solas con alguien hacia quien siento interés.
- ☐ Permitir una confianza o familiaridad que no honra mi matrimonio.
- ☐ Mantener una relación que compite por el tiempo, la atención, o el lugar que corresponde a mi cónyuge.

VENTANAS RELACIONALES

- ☐ Compartir con otra persona luchas o sentimientos que ya no comparto en casa.
- ☐ Buscar comprensión, aprobación o apoyo emocional fuera de mi matrimonio.
- ☐ Recurrir primero a otra persona si tengo un problema o recibo una buena noticia.
- ☐ Hablar de mis problemas matrimoniales con una persona ajena a mi matrimonio.
- ☐ Alimentar pensamientos, fantasías o deseos relacionados con otra persona.

Fortaleciendo el muro juntos

Identificando mis ventanas abiertas

VENTANAS DIGITALES

- ☐ Mantener conversaciones o mensajes que prefiero ocultar de mi esposo(a)
- ☐ Borrar mensajes, cambiar contraseñas, silenciar notificaciones o esconder interacciones y chats.
- ☐ Coquetear o cultivar conexiones en redes sociales.
- ☐ Seguir o buscar personas y contenido que alimentan una atracción o fantasía.
- ☐ Mantener una vida digital que no estaría dispuesto a mostrar a mi cónyuge.
- ☐ Publicar fotos sugestivas o contenido destinado a provocar, atraer o recibir atención romántica o sexual del sexo opuesto,
- ☐ Presentarme deliberadamente en redes como si fuera soltero(a), ocultando mi patrimonio, o evitando mencionar a mi cónyuge para parecer disponible

VENTANAS FÍSICAS Y ROMANTICAS

- ☐ Buscar, alentar o corresponder a la atención romántica de otra persona, aunque parezca un juego inofensivo.
- ☐ Permitir abrazos, caricias, roces u otro contacto físico que exprese una cercanía inapropiada.
- ☐ Hacer cumplidos sobre la apariencia o el atractivo de otra persona, o alentar los que recibo, cuando expresan un interés romántico o seductor.
- ☐ Participar en bromas, insinuaciones o conversaciones de contenido sugestivo.
- ☐ Sostener miradas, gestos o comportamientos destinados a despertar o comunicar atracción.

A background image showing a notebook with two wedding photos: one of a couple and one of a house. Two gold wedding rings are placed on the notebook's surface.

Protegiendo nuestro pacto

Reconocer una ventana abierta es importante, pero no es suficiente.

Ahora ha llegado el momento de decidir qué necesitas cerrar, qué límites debes establecer y qué puedes comenzar a hacer para fortalecer tu matrimonio.

Los siguientes ejercicios no tienen el propósito de vigilar a tu cónyuge ni de señalar todo lo que necesita cambiar. **Antes de mirar al otro, cada uno debe asumir la responsabilidad por sus propias decisiones, relaciones y conductas.**

Por eso, comienza preguntándote: ¿Qué necesito reconocer? ¿Qué conversación he evitado? ¿Qué cambio está en mis manos? ¿Qué puedo hacer para cuidar mejor el lugar que mi cónyuge ocupa en mi vida?

Proteger el pacto no consiste solamente en alejarnos de aquello que podría dañarlo. También significa cultivar la amistad, la confianza, la transparencia, el afecto y la intimidad dentro del matrimonio.

Trabajen estas páginas con honestidad y sin prisas.

No necesitan resolverlo todo en una sola conversación.
Lo importante es comenzar a dar pasos concretos.

Antes de comenzar...

OREN

Las próximas páginas pueden tocar áreas delicadas de su matrimonio. Es posible que surjan incomodidad, temor, tristeza o una reacción defensiva. Antes de responder las preguntas o conversar entre ustedes, deténganse y pongan este momento delante de Dios.

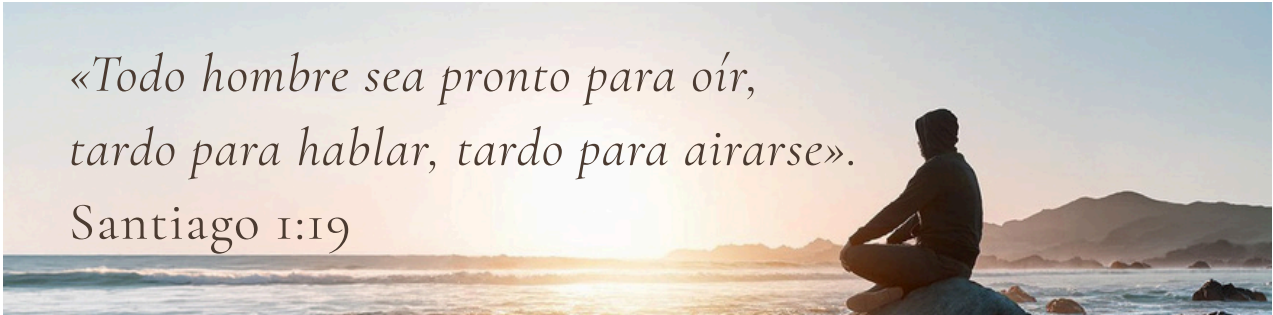
Comiencen orando en silencio. No le pidas a Dios que te muestre lo que tu cónyuge necesita cambiar. **Pídele que examine tu corazón** y te ayude a reconocer con honestidad tus propias actitudes, relaciones y decisiones.

Después, si se sienten preparados, oren juntos. Pidan humildad para escuchar, valentía para hablar con la verdad y sabiduría para responder sin acusaciones ni excusas.

Orar no reemplaza la honestidad ni la responsabilidad. Nos prepara para enfrentarlas con la actitud correcta.

“Señor, examina nuestro corazón y muéstranos cualquier actitud, relación o conducta que pueda debilitar nuestro matrimonio. Danos humildad para reconocer nuestra responsabilidad, valentía para hablar con la verdad y disposición para escuchar sin defendernos. Guíanos durante esta conversación y ayúdanos a proteger el pacto que hemos hecho. Amén.”

Si aún están explorando la fe cristiana, guarden unos minutos de silencio para examinar sus decisiones y comprometerse a realizar estos ejercicios con honestidad, respeto y responsabilidad.



*«Todo hombre sea pronto para oír,
tardo para hablar, tardo para airarse».*

Santiago 1:19

REFLEXIONA:

Cerrando mis Ventanas

Revisa las respuestas del ejercicio anterior. En lugar de intentar cambiar muchas cosas al mismo tiempo, escoge una o dos ventanas que necesitan tu atención inmediata.

01 ¿Qué relación, hábito, actitud o conducta necesito cambiar?

02 ¿Qué ha mantenido abierta esta ventana?

03 ¿Cómo ha afectado mi relación o la confianza de mi cónyuge?

04 ¿Qué contacto necesito terminar o qué límite necesito establecer para cerrar esta ventana por completo?

05 ¿Qué conversación con mi conyuge necesito tener con honestidad?

06 ¿Cuál será mi primer paso? ¿Cuándo lo daré?

La restauración comienza con la verdad. Si existe una relación secreta, una conducta inapropiada, o una infidelidad que aun continúa, no basta con ponerle fin en privado: **es necesario hablar con honestidad y buscar ayuda profesional o pastoral.** Si temes por tu seguridad, busca ayuda y un lugar seguro antes de conversar.

CONVERSEN

Antes de comenzar, recuerden que esta conversación no es una oportunidad para utilizar las respuestas del ejercicio contra el otro. Cada uno hablará acerca de lo que descubrió en sí mismo. Mientras uno habla, el otro escuchará sin interrumpir, justificarse ni preparar una respuesta.

Conversen con calma sobre las siguientes preguntas:

No intenten resolver cada tema inmediatamente.

En algunos casos, el primer paso será simplemente escuchar, reconocer lo que el otro siente y agradecerle su honestidad.

01 ¿Qué descubrí acerca de mí al realizar el ejercicio anterior?

02 ¿Hay alguna actitud, relación o conducta mía que te haya hecho sentir desplazado o inseguro dentro de nuestro matrimonio?

03 ¿En qué área necesitas mayor transparencia de mi parte?

04 ¿Existe algún límite que podría ayudarnos a proteger mejor nuestra relación?



Sigan conversando

...Conversen con calma sobre las siguientes preguntas:

05 Cuando me expresas una preocupación, ¿qué necesitas de mí para sentir que te estoy tomando en serio? _____

06 ¿Qué cambio concreto de mi parte ayudaría a fortalecer tu confianza? _____

07 ¿Hay algo que necesito reconocer, reparar o por lo que debo pedirte perdón? _____

08 ¿Qué estamos haciendo bien para proteger nuestra relación y necesitamos seguir cultivando? _____



Si después de conversar con honestidad reconocen que no hay ventanas abiertas, eso merece celebrarse. Su matrimonio quizá no sea perfecto y todavía tenga áreas que necesitan atención, pero han protegido la exclusividad de su pacto.

No permitan, sin embargo, que esto los lleve a bajar la guardia. Muchas ventanas comienzan a abrirse durante temporadas de distancia, cansancio o conflicto. Celebren lo que han cuidado y sigan fortaleciendo la cercanía, la transparencia y la confianza.

NUESTROS ACUERDOS DE PROTECCIÓN

Un acuerdo no es una regla impuesta ni un permiso para controlar al otro.

Es una decisión mutua que ayuda a ambos a comprender qué conductas protegen la confianza y cuáles podrían debilitarla.

No escriban reglas para el otro. Conversen sobre lo que cada uno necesita y redacten acuerdos que ambos estén dispuestos a respetar.

—**Ejemplo:** Ambos evitaremos conversaciones o relaciones que necesitemos ocultar y hablaremos con honestidad cuando alguna interacción nos incomode.

AMISTADES Y RELACIONES PERSONALES

¿Qué límites necesitamos respetar en nuestras amistades y en el contacto con relaciones anteriores? _____

CONFIDENCIAS Y APOYO EMOCIONAL

¿Cómo viviremos la transparencia sin convertirla en vigilancia o control? _____

COQUETEO, ATRACCIÓN Y CONTACTO FÍSICO

¿Qué conductas consideramos inapropiadas o irrespetuosas hacia nuestro matrimonio? _____

CUANDO ALGO NOS INCOMODA

¿Cómo responderemos cuando alguno exprese preocupación por una persona, conversación o situación? _____

Revisaremos estos acuerdos nuevamente el día: _____

PROTEGER TAMBIÉN ES CULTIVAR

Un desafío para las próximas 6 semanas

Incorporen las siguientes prácticas durante las próximas seis semanas.

La primera semana elijan dos. Cada semana añadan una práctica nueva, sin abandonar las anteriores, hasta haber incorporado las siete.

No intenten realizarlas a la perfección. El propósito es integrarlas con intención y constancia en la vida cotidiana de su matrimonio.

☐ Conversar durante quince minutos, sin teléfonos ni distracciones, **al menos tres veces por semana.**

☐ Apartar un tiempo cada semana para hacer algo que ambos disfruten.

☐ Expresar diariamente gratitud o admiración por algo específico.

☐ Preguntar con interés cómo se encuentra emocionalmente el otro y escuchar su respuesta.

☐ Ser más transparentes acerca de nuestros planes, conversaciones y relaciones personales.

☐ Cuidar intencionalmente el afecto y la intimidad, respetando las necesidades de ambos.

☐ Orar juntos o conversar acerca de nuestros valores, nuestra fe y el propósito de nuestro matrimonio.

☐ Otra práctica que nuestra relación necesita:

NUESTRO PLAN DE SEIS SEMANAS

Semana 1

Comenzaremos con: _____ y _____

Semana 2

Añadiremos: _____

Semana 3

Añadiremos: _____

Semana 4

Comenzaremos con: _____ y _____

Semana 5

Añadiremos: _____

Semana 6

Añadiremos: _____

Reafirmando nuestro pacto



No firmamos esta página para crear nuevas cláusulas ni para exigir perfección. La firmamos como una expresión visible de nuestra decisión de seguir cuidando el matrimonio que hemos construido.

Hoy recordamos el compromiso que hicimos el día en que dijimos: “Sí, acepto”

Reconocemos que nuestro matrimonio necesita honestidad, fidelidad, responsabilidad y cuidado intencional. Elegimos proteger el lugar exclusivo que cada uno ocupa en la vida del otro y cerrar cualquier relación, hábito o conducta que pueda debilitar nuestra confianza.

Nos comprometemos a escuchar las preocupaciones del otro sin menospreciarlas, hablar con la verdad y pedir ayuda cuando no sepamos cómo seguir adelante.

Cuando fallemos, no queremos escondernos, justificarnos ni culparnos. Deseamos reconocer nuestros errores, pedir perdón, reparar el daño y retomar el compromiso que hicimos.

Delante de Dios y el uno del otro, reafirmamos nuestra decisión de cuidar, honrar y proteger nuestro pacto matrimonial.

Nombre: _____ Fecha: _____

Firma: _____

Poniendo nuestro Pacto delante de Dios

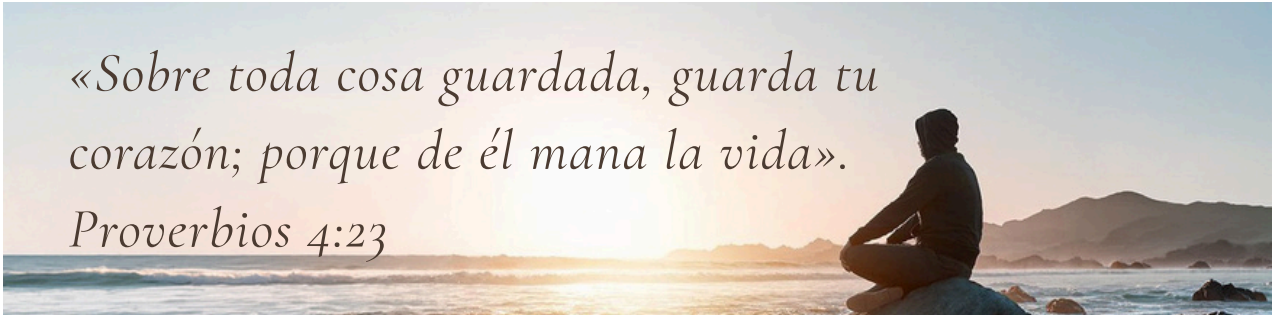
Después de completar estos ejercicios, dediquen unos minutos a poner delante de Dios lo que descubrieron y las decisiones que han tomado.

Den gracias por aquello que han cuidado bien. Reconozcan las áreas que necesitan cambiar y pidan sabiduría para establecer límites saludables, hablar siempre con la verdad y cumplir los acuerdos que hicieron.

“Señor, gracias por el matrimonio que nos has confiado. Ayúdanos a cerrar cualquier ventana que pueda debilitar nuestra relación y a cultivar la confianza, la amistad y la intimidad entre nosotros. Danos firmeza para cumplir las decisiones que hemos tomado, humildad para reconocer cuando fallemos y valentía para buscar ayuda cuando la necesitemos. Enséñanos a caminar en la verdad, tratarnos con gracia y proteger con fidelidad nuestro pacto. Amén.”

Si durante estos ejercicios salió a la luz una relación secreta, una infidelidad o alguna conducta que ha dañado la confianza, no intenten cerrar el tema con esta oración. La oración debe conducirlos a responder con verdad, responsabilidad y, cuando sea necesario, ayuda pastoral o profesional.

Si aún están explorando la fe cristiana, utilicen este momento para expresar lo que valoran de su relación y reafirmar las decisiones que desean comenzar a vivir.



«Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida».
Proverbios 4:23

ACERCA DEL AUTOR

Noé Camacho es pastor de VidaLife Cancún, autor y conferencista. Es ministro ordenado desde 1997 y, junto a su esposa, Nohemí, ha recorrido casi tres décadas de vida matrimonial.

A lo largo de sus años de ministerio, ha tenido el privilegio de servir a parejas en distintas etapas de su relación. Ha preparado a parejas para el matrimonio, oficiado bodas de destino, y acompañado pastoralmente a matrimonios que desean fortalecer o reconstruir su relación.

Su enseñanza combina principios bíblicos, experiencia pastoral y herramientas prácticas para ayudar a las parejas a conversar con honestidad y vivir su compromiso con mayor intención.

Actualmente vive y sirve en Cancún, Quintana Roo, México junto a su familia. A través de Covenant Pathway (Senda del Pacto), desarrolla recursos para fortalecer matrimonios, familias e iglesias.

covenantpathway.org

connect@covenantpathway.org

Noé Camacho

