

Claves Para Un Matrimonio Feliz

El matrimonio fue idea de Dios y en la Biblia nos dejó el plan para que podamos tener un matrimonio exitoso. Infelizmente, porque no seguimos las instrucciones del Creador, sufrimos innecesariamente y por eso la institución del matrimonio está hoy en crisis. [Imagínate que compras una lavadora y decides utilizarla a tu manera. Comienzas por ignorar las instrucciones porque no tienes tiempo para leerlas. Después decides revertir los ciclos y empiezas por secar la ropa y después lavarla. Para ahorrar no adicionas detergente y para acelerar el proceso usas solo el ciclo rápido. Al final descubres que la ropa está sucia y llegas a la conclusión que la máquina no funciona, no hace lo que prometió. Pero no es verdad, de la misma manera que no hay nada malo con la institución del matrimonio. Es la forma en que ignoramos las instrucciones de Dios y preferimos hacer las cosas a nuestra manera que lo convierten en un fracaso. Por ejemplo, muchos prefieren vivir juntos antes de decidir casarse, tener hijos, etc.](#)

Otro problema es que muchos no entienden realmente lo que es amar. Amar no es sólo un sentimiento. Amar es una decisión, es compromiso, es dedicación, es entrega, es estar determinado en continuar a pesar de los sentimientos. No chequeamos nuestros sentimientos para ver si todavía amamos a nuestros hijos y ni nos pasa por la cabeza dejarlos, pero lo hacemos en lo que respecta a nuestro cónyuge.

Aunque el matrimonio sea para durar toda la vida, se puede deteriorar rápidamente si nos olvidamos de lo que es fundamental para que sea exitoso. Un matrimonio fuerte no acontece por casualidad y para que eso sea una realidad, hay cosas que tienen que existir en todo y en cualquier casamiento. Para tener un matrimonio fuerte hay que volver a lo fundamental y hoy quiero acordarles de algunas de las cosas más importantes.

1. Desistan de buscar tener un matrimonio perfecto. Hombres y mujeres imperfectos no pueden crear matrimonios perfectos. Muchas veces el estándar que se demanda es tan alto que no se puede alcanzar y eso añade estrés y arruina la relación.

El matrimonio puede ser mejorado si los dos están dispuestos a trabajar en eso. Los buenos conyugues pocas veces vienen ya hechos. [Yo nunca fui a la escuela de esposos, pero sé que mi esposa me ayudó a ser el marido que soy.](#) Es necesaria una mujer sabia, determinada y paciente para hacer un buen marido y es necesario un hombre sabio, determinado y paciente para hacer una buena esposa. Desistan de buscar tener un matrimonio perfecto.

2. La crítica no cambiará a tu cónyuge. Proverbios 13:3 [Los que controlan su lengua tendrán una larga vida](#) (matrimonio); [el abrir la boca puede arruinarlo todo.](#) Una pareja que se critica constantemente, alcanzará resultados, casi todos negativos. La crítica es inevitable, pero en cuanto menos haya, más satisfactorio será el matrimonio.

Tu conyugue no tendrá más respeto por tí a causa de tus críticas. Si lo haces constantemente puede resultar en 3 cosas: O tu conyugue se calla (se cierra), o entonces se vuelve agresivo(a) (ataca) o entonces van a buscar apoyo en otro lugar, (se aleja).

No podemos cambiar a nadie a no ser a nosotros mismos. Cuando nosotros cambiamos, los demás tienden a cambiar en respuesta a nuestro cambio. Abandone la crítica constante, el ataque, la actitud de mártir y sea lo que quiere que su conyugue sea.

3. Alienta y expresa cariño a tu conyugue. En Proverbios 16:24 encontramos este consejo: **Las palabras amables son como la miel: dulces al alma y saludables para el cuerpo.** Las palabras tienen el poder de matar, sanar, o dar vida. Usa tus palabras y acciones para bendecir a tu conyugue. Respétalo(a), estímalo(a). Habla bien de él (ella) a los demás. Esto traerá beneficios a tu matrimonio.

Los hombres normalmente tienen dificultad en expresar afecto, pero necesitamos de aprender a verbalizar los sentimientos hacia nuestras esposas. Creer que "*Ella ya sabe lo que siento*" no es suficiente. **Una esposa sufría de depresión. Estaba tan mal que el esposo la llevó a un psiquiatra. El doctor inmediatamente se dio cuenta de cuál era el problema. Sin decir una palabra pidió a la esposa que se levantara y le dio un fuerte abrazo y ella empezó a llorar. Entonces el médico dijo al esposo: Mira, esto es lo que ella necesita. A lo que él es esposo contestó: "Bueno, entonces voy a traerla acá dos veces por semana. Que tu conyugue sepa y sienta que estás a su lado en los momentos que necesita más. Alienta a tu cónyuge, dale cariño pues que tal como las plantas, lo que se riega crece.**

4. Comuníquense abiertamente. Sin una comunicación abierta será difícil que el matrimonio tenga éxito. 87% de las parejas dicen que el principal problema en su relación es la falta de comunicación. La mujer se frustra porque no consigue hacer hablar a su marido. El marido no hace tiempo porque no sabe qué decir. Si saben que esto es un problema, hagan tiempo para hablar. Que tu conyugue sepa y sienta que estás dispuesto(a) y disponible para comunicar.

5. Acuérdate de la importancia de las cosas pequeñas. Los hombres generalmente son menos sentimentales que las mujeres y damos menos importancia a cosas como los cumpleaños, aniversarios y otros días especiales. Tendemos a olvidar los pequeños gestos que significan mucho para las esposas.

No podemos olvidar que el amor incluye palabras y acciones que tienen mucho significado para tu conyugue. Cuando cuidamos de las cosas pequeñas en el matrimonio, contribuimos para que las cosas grandes también se arreglen.

6. Atribuye una mayor prioridad a tu matrimonio. Algunos hombres parecen creer que cuando Dios creó a Adán se dio cuenta que este tenía hambre y fue entonces que creó a la mujer para cocinar para él. Efesios 5:25 ordena que **los esposos deben amar a sus esposas, así como Cristo amó a la iglesia y dio su vida por ella.** ¡Es un mandamiento!

¿Qué es lo que está en el tope de la lista de tus prioridades? ¿Con quién tiene tu conyugue que competir? ¿Con tu trabajo, amigos o pasatiempos? No tome a su conyugue por seguro. La relación con nuestra pareja tiene que ser prioritaria.

7. Busca crear un hogar tranquilo. La responsabilidad de convertir la casa en un hogar tranquilo es de los dos. Proverbios 17:1 **Mejor comer pan duro donde reina la paz, que vivir en una casa llena de banquetes donde hay peleas.** El ambiente en tu hogar impacta al matrimonio. ¿Crees que tu casa reduce el estrés o produce tensión? ¿Para qué estás contribuyendo?

8. No escondas nada a tu cónyuge. Esto es muy importante para un matrimonio exitoso. Leemos en 1 Juan 1.7 **Si vivimos en la luz, así como Dios está en la luz, entonces tenemos**

comuni3n unos con otros... Si hay secretos, si escondemos cosas, no tendremos comuni3n uno con el otro.

9. Mantengan y protejan la intimidad. La falta de intimidad enferma al matrimonio y es una de las razones principales para muchos divorcios y relaciones frustradas. Hay que proteger y mantener la intimidad en vuestra relaci3n.

Esto es tan importante que el ap3stol Pablo dice en 1 Corintios 7.5 **no se nieguen el uno al otro, a no ser que se pongan de acuerdo en no juntarse por alg3n tiempo para dedicarse a la oraci3n. Despu3s deber3n volver a juntarse; no sea que, por no poder dominarse, Satan3s los haga pecar.** Mantengan y protejan la intimidad en vuestro matrimonio.

10. Oren juntos. Las parejas cristianas deben ser compa3eros espirituales. Una pareja que ora juntos se mantendr3 unida. Mientras m3s se acercan a Dios, m3s se acercarn el uno al otro.

Conclusi3n. El 3xito en el matrimonio no depende de encontrar a la persona cierta, tanto como es procurar ser la persona cierta. Enf3cate en la persona que puedes cambiar, que es a ti mismo. No son los matrimonios que fracasan, son las personas que fracasan.

Enf3cate en lo que t3 puedes hacer para fortalecer tu matrimonio. Cambia tu manera de pensar y cambiar3s tu matrimonio. **Piensa c3mo podr3s hacer a tu conyugue feliz en lugar de buscar que tu conyugue te haga feliz.** Algunas veces no necesitamos de oraci3n por el matrimonio sino hacer cambios y ajustes. Esta semana usen esta lista para chequear vuestro matrimonio y as3 podr3n determinar los ajustes y cambios que necesitan hacer, de manera a mantener o construir un matrimonio fuerte.