

- Guía del Facilitador -

El amor verdadero se
Compromete[®]
ENFOQUE LA FAMILIA[®]



Que su "Sí" sea un "para siempre"

Índice

Al Facilitador	3
Sesión 1.	
La Escasez de la Época	9
Sesión 2.	
¿Murió el Amor?...18	
Sesión 3.	
El Ingrediente Esencial...24	
Sesión 4.	
Lecciones del Arte de la Guerra...31	
Sesión 5.	
Fortaleciendo el Compromiso...38	



Al Facilitador

Gracias por ser parte de las personas que se unen a nuestra labor de: ¡ayudar a las familias a mejorar! La familia es la base fundamental de nuestra sociedad. Si nuestras familias están sanas, nuestro país, nuestra ciudad y nuestra comunidad también lo estará.

Por esto, creemos que no solo debemos interesarnos en el bienestar de nuestra propia familia, sino en el fortalecimiento de todas las familias que nos rodean. ¡Gracias por ser parte de esta labor trascendental!

A continuación, encontrará algunas recomendaciones sobre su labor como facilitador:



Si una pregunta o actividad no se puede relacionar con su grupo, no dude en modificarla o pasar a la siguiente. Por otro lado, si una pregunta o actividad se relaciona profundamente con su grupo, no dude en ampliar la discusión de la misma, incluso si eso significa acortar las otras partes. Entre más conozca a su grupo, estará mejor equipado para tomar este tipo de decisiones.



Es muy importante fomentar un ambiente en el que se respete la privacidad, donde no se juzgue a nadie, y donde abunde la empatía. Desvíe los comentarios que degraden o menosprecien las respuestas o experiencias de algunas personas. Cree un lugar seguro donde todos los miembros del grupo puedan abrirse y crecer juntos. Es posible establecer algunas reglas básicas de confidencialidad en la primera sesión para que todos sepan qué esperar.

Algunas personas pueden tender a compartir demasiada información de tal manera que el cónyuge se pueda sentir incómodo. Para evitar este tipo de situaciones difíciles, usted podría establecer proactivamente algunos límites para las parejas en la primera sesión. Por ejemplo, usted podría decir algo como: “Si bien queremos ser transparentes con los demás, asegúrese que su cónyuge se sienta cómodo con lo que usted pueda compartir con el grupo. Si tiene dudas, pregúntele primero”.



Sea Transparente

A veces la mejor manera de fomentar la discusión de algún tema en particular es compartiendo alguna experiencia personal sobre ese tema. Cuando alguna pregunta lo refiera a usted, responda tan francamente como pueda. Su ejemplo de apertura y honestidad le ayudarán a motivar a las personas de su grupo para que se abran.



Escuche

Este material ha sido desarrollado para crear discusiones profundas. Por eso, aproveche las preguntas de cada sesión y deje que los participantes las respondan. No se apresure a dar “la respuesta correcta”; deje que ellos mismos lleguen a sus conclusiones. Si la opinión de algún participante necesita ser aclarada porque puede ser malinterpretada, primero pregunte a los demás participantes qué piensan sobre la opinión de esta persona, y luego, si el grupo no ha llegado a una conclusión acertada, apóyese en las respuestas que vienen en este folleto para clarificar la información.

Introducción

Dos personas pueden estar casadas, pero no comprometidas la una con la otra. No es de extrañarse que, en nuestra época, el divorcio vaya en aumento y los matrimonios sean cada vez menos.

El amor romántico inicia con la emoción de estar enamorados, pero es imposible hacerlo prevalecer en el tiempo si no elegimos el compromiso.

Esta guía está dedicada a aquellos matrimonios que deseen más unión, confianza, seguridad y lealtad en su relación. Está diseñada para ser trabajada junto a una serie de videos que se encuentran en la aplicación móvil de Enfoque a la Familia llamada [“El Amor Verdadero se Compromete”](#), que profundiza en la importancia del compromiso como una base fundamental para tener un matrimonio saludable, estable y duradero.

Recuerde, para hacer que el amor perdure solo hay un camino; entregarlo todo y comprometerse hasta el final.

“Es el compromiso lo que nos permite superar las crisis, la desilusión, la duda y, sobre todo, el desgaste que trae el paso del tiempo.”

Sixto Porras

Si desea saber más sobre la serie de videos

El amor verdadero se
Compromete®
ENFOQUE ^{LA}FAMILIA®

visite nuestra página web:

www.enfoquealafamilia.com/el-amor-se-compromete

Para mayor provecho de esta guía, le aconsejamos ver los videos del curso mientras realiza los ejercicios de la guía.



Tambien podría escanear con la cámara de su dispositivo móvil el código y descargue la aplicación móvil de Enfoque a la Familia para ver la serie

Sesión 1.

La Escasez de

La época





Objetivo de la sesión: Ayudar a los cónyuges a entender el concepto de compromiso y las implicaciones que tiene en su relación.



Rompe hielo: Inicie la sesión presentándose a los participantes y hablándoles sobre las reglas grupales. Luego de esto, proponga una actividad que permita a los participantes presentarse entre ellos y romper el hielo de esta primera sesión. Dé las siguientes indicaciones: Cada cónyuge va a presentar al otro al grupo diciendo su nombre y qué fue lo que le llamó la atención o lo que le hizo sentirse atraído hacia su cónyuge los primeros días de romance. (Pueden ser cualidades físicas o personales)

Concluya diciendo lo natural y necesario que es este periodo del enamoramiento, pero todos sabemos que el matrimonio no solo es “mariposas en el estómago”. El matrimonio no puede sostenerse sobre algunas emociones. Agradezca a los participantes sus intervenciones, y continúe con la siguiente actividad.



Lectura introductoria: Dirija a los participantes a leer la lectura introductoria de la *página 7 de la Guía del Cónyuge*. Permita que un voluntario lo haga en voz alta.

Como antes

“Nada es más fácil que decir palabras, y nada es más difícil que vivir acorde a ellas día tras día”

Arthur Gordon

“**Las cosas ya no son como antes**”, quizás haya escuchado a sus padres o abuelos decir estas palabras, y tienen razón; la tecnología ha hecho que el mundo sea más fácil, y la sobreproducción hace que vivamos en sociedades que desechan rápidamente para volver a comprar. Ya nada dura como antes.

Esto parece suceder así, no solo con las cosas sino también con las relaciones. En América Latina, los matrimonios son cada vez menos, y los divorcios van en aumento. Uno de los sociólogos más reconocidos de la época, Zygmunt Bauman, llamó a este fenómeno: “**amor líquido**”. Amores cada vez más fugaces y superficiales.

Según Bauman, la sociedad cada vez se vuelve más individualista, convirtiendo sus fundamentos en temporales o inestables. Todo lo que tenemos pareciera ser cambiante y tener fecha de caducidad.

Jesús habló sobre la importancia de los fundamentos. Si construye su casa en la arena será destruida por la tormenta, en cambio, si construye su casa en la roca, logrará sobrevivir y permanecer. Para que un matrimonio sea duradero necesita un fundamento sólido: **El Compromiso**.



Introducción: Compromiso

Pida a los miembros del grupo ir a la *página 8 de la Guía del Cónyuge*. Invítelos a responder las preguntas de la sección “Compromiso”. Pida voluntarios para compartir algunas de sus respuestas.

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Recuerda cuáles fueron las promesas que hizo en el altar? Trate de recordar sus votos y de escribirlos.

Quizás algunos matrimonios tengan mucho tiempo de casados y sea muy difícil para ellos acordarse, sin embargo, anímelos a acordarse del momento en que estaban haciendo este tipo de compromiso delante de Dios, el párroco o un pastor. ¿Qué recuerdan del momento? Quizás algunos de los participantes se animen a compartir los votos que recordaron.)

2. Haciendo una evaluación sincera, ¿cómo ha sido el proceso de cumplir estos votos? ¿Qué ha sido lo que más se le ha hecho difícil?

(En el momento de la boda los votos suenan románticos y algunas veces hasta poéticos. ¿Pero qué sucede después de que nuestra luna de miel se acaba? ¿parecen los votos tan fáciles de cumplir como fáciles de decir? Con estas respuestas solo estamos buscando conocer y conectar con las historias de los participantes. No hay respuesta mala o buena; simplemente escuche sus pensamientos y experiencias.)



En la pantalla: Vea y discuta [el video uno](#)

Después de ver el **video 1 “La Escasez de la Época”**, reflexione sobre las siguientes preguntas:

1. Para usted, ¿cómo alguien puede demostrar compromiso en la cotidianidad de su matrimonio?

Deje que los participantes compartan sus respuestas, luego amplíe con los aportes de Shaunti Feldhahn en su artículo “Commitment” : Para Feldhahn el compromiso incluye:

- Comprender que el matrimonio es un pacto irrompible ante Dios; algo que no puede romperse, sino que es un acuerdo permanente que simboliza el pacto de Dios con nosotros.

- Debemos elegir “hacerlo” hasta que lo “sintamos”. Nuestro Creador nos ha diseñado para que cuando amemos a otra persona con nuestras acciones, nuestros sentimientos nos sigan inevitablemente
- Centrarnos en lo bueno de nuestro cónyuge, y en el pecado que hay en nosotros, y no al revés. Cuando nos examinamos y trabajamos para cambiarnos a nosotros mismos, a menudo también sacamos lo mejor de nuestro cónyuge.

- Participar en la comunidad cristiana, en la oración y en el discipulado, especialmente cuando no se tienen muchas ganas. Estos tres aspectos de la vida cristiana ayudan a sostener a todos los creyentes, pero son particularmente esenciales para quienes atraviesan una temporada difícil.

- Confiar en Dios para que le ayude a actuar desinteresadamente con su cónyuge. Como dice Greco, “Somos incapaces de vivir nuestras promesas de alianza con nuestras propias fuerzas humanas. Jesús dice: ‘Sin mí no podéis hacer nada’ y nos llama a comprometernos con el Espíritu de Dios que se vive a través de nosotros”.

2. Si le preguntarán cuáles son sus razones para permanecer casado, ¿qué tipo de respuestas daría según los niveles de compromiso del video? (Personal, Moral, Estructural)

(Esta respuesta no necesariamente deba ser compartida a nivel grupal. Puede dar unos minutos para que los participantes piensen en su respuesta y la escriban. Puede recordar un poco de qué se tratan los tres niveles de compromiso.

Según el Dr. Michael P. Johnson, profesor de sociología en la Universidad de Penn State (Referencia: [“Strengthening marital commitment”](#)) la decisión de continuar en una relación tiene 3 diferentes niveles de compromiso:

- Compromiso personal, también conocido como “Quiero”. Si usted tiene un alto nivel de compromiso personal con su matrimonio, puede encontrarse diciendo o pensando: “Quiero continuar en mi matrimonio. Me gusta estar casado. Disfruto estando comprometido con mi cónyuge”.

- Compromiso moral, también conocido como “debo”. Aquellos con un alto nivel de compromiso moral podrían decir: “Creo que permanecer en mi matrimonio es lo correcto. Me quedaré por mis valores y creencias. Me comprometí ante Dios y debo cumplir mi palabra”.

- Compromiso estructural, también conocido como “Tengo que”. Si tiene un alto nivel de compromiso estructural, las siguientes afirmaciones pueden aplicarse a usted: “Las limitaciones externas me mantienen en mi matrimonio. Tengo que seguir casado. No puedo permitirme las consecuencias negativas del divorcio en mis finanzas, mis relaciones sociales y la forma en que los demás podrían percibirme. El divorcio también sería perjudicial para mis hijos”

3. Los tres niveles de compromiso son importantes, según su experiencia ¿cuál es el nivel de compromiso que más necesita fortalecer?

(Según Mitch Temple, aunque algunos de estos niveles de compromiso parecen ser más virtuosos o mejores que otros, los tres niveles son importantes en nuestra unión matrimonial. La presencia activa de estos tres niveles hace que el compromiso hacia el matrimonio sea más fuerte que si solo tuviéramos uno de ellos. Así que invite a los participantes a identificar cuál es ese nivel de compromiso que debe fortalecer o nutrir.)



Desde el punto de vista de Dios:

Profundizando en las Escrituras

“Como Jacob se había enamorado de Raquel, le dijo a su tío:

–Me ofrezco a trabajar para ti siete años, a cambio de Raquel, tu hija menor.

Labán le contestó:

–Es mejor que te la entregue a ti, y no a un extraño. Quédate conmigo.

Así que Jacob trabajó siete años para poder casarse con Raquel, pero como estaba muy enamorado de ella le pareció poco tiempo. Entonces Jacob le dijo a Labán:

–Ya he cumplido con el tiempo pactado. Dame mi mujer para que me case con ella.

Labán reunió a toda la gente del lugar y ofreció una gran fiesta. Pero, cuando llegó la noche, tomó a su hija Lea y se la entregó a Jacob, y Jacob se acostó con ella. Además, como Lea tenía una criada que se llamaba Zilpá, Labán se la dio, para que la atendiera.

A la mañana siguiente, Jacob se dio cuenta de que había estado con Lea, y le reclamó a Labán:

–¿Qué me has hecho? ¿Acaso no trabajé contigo para casarme con Raquel? ¿Por qué me has engañado?

Labán le contestó:

–La costumbre en nuestro país es casar primero a la mayor y luego a la menor. Por eso, cumple ahora con la semana nupcial de esta, y por siete años más de trabajo te daré la otra”. (Génesis 29: 18-27, NVI)

1. ¿Qué dificultades o retos enfrentó Jacob para cumplir con su compromiso por el amor de Raquel?

Deje que los participantes den sus opiniones primero, luego complemente con las siguientes ideas: Jacob se enfrentó a muchos retos en su compromiso por el amor de Raquel: el primero de ellos fueron 7 largos y duros años de trabajo, ¿qué motivo a Jacob a trabajar por tanto tiempo? Otra de las cosas que tuvo que enfrentar fue las costumbres de una cultura diferente y, además, la forma en la que su suegro parecía aprovecharse de esto. ¿Qué sentimiento pudo experimentar Jacob? ¿Enojo, frustración, injusticia? Sin embargo, ninguna de estas emociones le hicieron detenerse.)

2. ¿Qué retos puede enfrentar el compromiso de amor hacia su cónyuge?

(Puede dejar que los participantes piensen y escriban sus respuestas. Si hay un voluntario que quiera compartir sus pensamientos animémoslos a hacerlo. Sin embargo, quizás hayan algunas respuestas que quieran dejar personalmente.)



Tarea para hacer en casa: Aprenda Más

En la semana tomen tiempo en pareja para leer y escuchar los siguientes materiales. Traten de responder juntos las preguntas. Esta será una tarea en pareja.

Artículo: [Manteniendo un Compromiso de Por vida - Enfoque a la Familia](#)

Programa de Radio: [El Significado Trascendental del Matrimonio](#)

1. ¿Qué aprendieron sobre el significado de su matrimonio?

2. ¿Qué decisiones concretas están siendo movidos a tomar para conservar su matrimonio?

3. ¿Ha ocurrido algo que cambie nuestro compromiso de amor el uno por el otro, o nuestros votos? Si es así, ¿qué podemos hacer al respecto? ¿Cómo podemos renovar y reafirmar nuestros votos el uno con el otro en esta etapa de nuestra relación?

Sesión 2

¿Murió el Amor?





Objetivo de la sesión: Ayudar a los participantes a reconocer mitos que distorsionan el concepto de amor y que perjudican el compromiso matrimonial.



Rompe hielo: Divida el grupo en parejas de 4 (2 cónyuges y 2 cónyuges), y luego invítelos a conocerse un poco más a través de las siguientes preguntas:

- La historia de cómo se conocieron
- Un pasatiempo o hobbies que les guste hacer juntos
- ¿Qué es lo que más le atrae o le gusta de su cónyuge?
- ¿Cómo fue la propuesta matrimonial?
- ¿Cuáles son las expectativas que tienen para este curso?
- Una similitud y una diferencia que tengan usted y su cónyuge.
- Una lección de vida que su cónyuge le haya enseñado.



Lectura introductoria

Dirija a los participantes a leer la lectura introductoria de la *página 13 de la Guía del Cónyuge*. Permita que un voluntario lo haga en voz alta.

El Amor Romántico

“El amor es la decisión de apreciar, valorar, respetar, cuidar y ser fiel hasta el final.” **Sixto Porras**

El amor romántico inicia con la emoción de estar enamorados, pero es imposible hacerlo prevalecer en el tiempo porque las emociones suben y bajan. No siempre vamos a sentir la intensidad del enamoramiento; vendrán decepciones, momentos difíciles, crisis y desencantos.

¿Eso significa que no somos el uno para el otro? ¡No! Simplemente, ahora debemos trabajar el amor, no a partir de las emociones que surgen de la novedad, la conquista, y el enamoramiento, sino a partir del compromiso.

Lo que hace crecer el amor, es el compromiso de permanecer juntos en las buenas y en las malas, en riqueza o en pobreza, en salud o en enfermedad, y es esta decisión sostenida en el tiempo la que nos permite escribir historias maravillosas.



Introducción: Identificando Mitos

Pida a los miembros del grupo ir a la *página 13 de la Guía del Cónyuge*. Invítelos a responder las preguntas de la sección “Identificando Mitos”. Pida voluntarios para compartir algunas de sus respuestas.

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Qué significa amar para usted?

(Trate de conocer cuál es la definición de amor que tiene el grupo de acuerdo con sus opiniones. Identifique si coinciden entre ellos o si son muy distintas entre sí. Vea si sus descripciones de amor están basadas en sentimientos, atracción física, dramas “hollywoodenses”, etc. Aún no corrija las respuestas, recuerde que estas son solo preguntas introductorias, luego habrá tiempo para clarificar información. Disfrute conociendo qué es lo que piensan los participantes sobre el amor.)

2. ¿De dónde proviene el conocimiento sobre el amor y las relaciones de pareja que aprendió?

(Lleve al grupo a preguntarse por aquellos “maestros del amor” que les rodean y de los cuales aprenden. Las respuestas pueden ser múltiples: las redes sociales, las películas, las series de televisión, la música, su familia, sus amigos, etc. Pregunte, además, según su criterio, cuáles de estos pueden ser “maestros confiables”, es decir, de los que podemos aprender de forma certera y por qué.)

3. ¿Quiénes son las personas de las que más ha aprendido sobre el amor y las relaciones de pareja?

Ayude a los participantes a identificar a aquellas personas a las que recurren cuando tienen preguntas sobre las relaciones de pareja, quieren recibir un consejo, o simplemente admiran y son una fuerte influencia para ellos.)



En la pantalla: Vea y discuta [el video dos](#)

Después de ver [el video 2 “¿Murió el Amor?”](#), reflexione sobre las siguientes preguntas:

1. Según Sixto Porras, la decisión de amar no puede depender solamente de los sentimientos. ¿Qué cosas lo mantienen comprometido con su cónyuge más allá de lo que sienta por él o ella?

(Deje que los participantes den sus respuestas. Aliéntelos a pensar en cosas que van más allá de las emociones. Quizás el compromiso que hicieron ante Dios, la responsabilidad con sus hijos, el buen equipo que hacen, etc.)

2. ¿Qué dificultades han enfrentado como pareja que los ha hecho unirse, conocerse y comprometerse más uno con el otro?

(Quizás quiera compartir un poco de su historia si se siente cómodo. Anime a los participantes a compartir algunas de sus experiencias.)

3. Según el video, ¿por qué el matrimonio tiene más ventajas que la cohabitación o la unión libre?

(Deje que los participantes den sus respuestas, y luego, agregue algunas ideas propuestas por Gleen T. Stanton : Incluso cuando las parejas son similares en cuanto a indicadores socioeconómicos, los que viven juntos – comparados con sus pares casados – tienden a tener:

- Relaciones menos saludables y más volátiles.
- Tasas de ruptura cinco veces más altas.
- Niveles de violencia física grave y abuso emocional de dos a cinco veces más altos.
- Una menor sensación de felicidad y justicia continuas en sus relaciones.
- Niveles de infidelidad sexual de dos a ocho veces más altos.
- Distribución menos equitativa de las finanzas.

Tasas mucho más altas de conductas de riesgo, como conducción peligrosa, así como abuso de drogas y alcohol.

Adicionalmente, es menos probable que los hombres en relaciones de convivencia ayuden en las tareas del hogar.)



Desde el punto de vista de Dios:

Profundizando en las Escrituras

Como conclusión, discuta el siguiente pasaje bíblico con los participantes *(pág. 15, Guía del Cónyuge)*.

“Una vez más Jesús se dirigió a la gente, y les dijo: – Yo soy la luz del mundo. El que me sigue no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida”. (Juan 8:12 NVI)

1. ¿Qué nos invita a hacer Jesús para no andar en tinieblas?

(Jesús nos invita a seguirlo a Él. Cuando lo obedecemos, tenemos la esperanza de que nos guiará al verdadero significado del amor. Al seguirlo y conocerlo comprendemos de qué trata el amor.)

2. ¿Cómo sería “caminar en tinieblas” con respecto a su relación matrimonial?

(Jesús nos invita a seguirlo a Él. Cuando lo obedecemos, tenemos la esperanza de que nos guiará al verdadero significado del amor. Al seguirlo y conocerlo comprendemos de qué trata el amor.)

3. ¿Cómo sería “caminar en la luz” con respecto a su relación matrimonial?

(Caminar en tinieblas sería caminar sin conocer el significado real del amor; es decir, estar en relaciones de pareja donde “el amor” está basado en una emoción volátil, un capricho o la fuerte necesidad de dependencia. Caminar en tinieblas sería estar en una relación de pareja que no refleje el amor de Jesús.)



Tarea para hacer en casa: Música

Invite a los participantes a realizar la tarea de *la página 16 de la Guía del Cónyuge*. Exprese que será revisada en la próxima sesión.

Si desea trabajar aún más en los conceptos de esta sesión, esta actividad le ayudará a identificar los mitos en su cotidianidad. Busque una lista de reproducción de música o en los álbumes de sus artistas favoritos, una canción que hable sobre el amor o las relaciones de pareja.

Encuentre algunos mitos y comparta lo que ha encontrado en la próxima sesión.

Sesión 3

El Ingrediente
Esencial





Objetivo de la sesión: Analizar con los participantes que la base de un matrimonio comprometido es el compromiso que cada uno tiene con Dios.



Actividad Rompe Hielo: Esta actividad será la revisión de la tarea de la sesión anterior. Así que esté preparado con un reproductor de música, parlantes e internet. escoja o invite a dos o tres participantes para que ejemplifiquen con una canción algunos de los mitos que vieron en la sesión anterior. Concluya la actividad diciendo que, aunque las canciones nos han ayudado a identificar mentiras sobre el amor, en esta sesión identificaremos el ingrediente esencial del compromiso que sostiene el verdadero amor.



Lectura introductoria: Dirija a los participantes a leer la lectura introductoria de la página 18 de la Guía del Cónyuge. Permita que un voluntario lo haga en voz alta

El Primer Compromiso

“Cuando haya aprendido a amar a Dios más que a mis seres queridos, entonces amaré más a mis seres queridos”. **C.S. Lewis**

El primer compromiso de una relación matrimonial es el compromiso que cada uno tenga con Dios.

Cuando recordamos que Dios siempre está presente, todos los versículos de las Escrituras sobre cómo tratarse unos a otros adquieren una importancia adicional. Con su presencia en el centro de nuestros hogares, podemos transformar nuestros matrimonios.

Si queremos amar con el amor de Dios a nuestro cónyuge, necesitamos estar conectados con Él y unirnos espiritualmente. A esto lo llamamos **“vinculación espiritual”**, lo que significa colocar a Dios constantemente en el centro de nuestra relación y acercarnos más a Él como pareja.

Un estudio encontró que las parejas que compartían la misma fe y que asistían juntos regularmente a los servicios de la iglesia, reportaron un nivel más alto de satisfacción marital. Por maravilloso que sea el amor en el matrimonio, nunca será un amor satisfactorio a menos que primero nos saturemos en el amor inagotable de Dios.



Introducción: Recuerdos

Pida a los miembros del grupo ir a *la página 19 de la Guía del Cónyuge*. Invítelos a responder las preguntas de la sección “Recuerdos”. Pida voluntarios para compartir algunas de sus respuestas.

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿En su familia se practicaba alguna actividad que fuera espiritual? (Describa alguna de ellas y los beneficios que usted cree traían a su familia. Si no tiene recuerdos de esto, piense en otra familia en la que haya visto prácticas espirituales)

(Invite a los participantes a recordar actividades en sus familias de origen que les ayudaran a conectarse con el Creador. Pueden ser actividades más populares como: orar juntos antes de la comida; una oración antes de dormir; la bendición de su padre o madre cuando se despedían; hasta otras menos comunes como devocionales familiares, caminatas de oración, oración y servicio a poblaciones en riesgo social o en hospitales, etc. Pueden ser también actividades que se relacionen con Semana Santa o Navidad. Invítelos a recordar qué beneficios traían estas actividades a la dinámica familiar. Tenga en cuenta que puede haber recuerdos no gratos sobre una espiritualidad no saludable en la familia de origen de los participantes; quizás muy enfocada en las normas o la religiosidad. Escuche de forma sincera estas historias.)

2. ¿Qué actividades que practican en su familia les traen beneficios? (no piense solo en actividades espirituales, sino en otro tipo de actividades que les traen beneficios como unión, recreación, descanso, salud, etc.)

(También invite a los participantes a pensar en los beneficios que traen estas actividades. El objetivo de esta pregunta es que los participantes piensen cómo están llenando su agenda familiar de actividades. Quizás algunas traigan mucho beneficio, pero quizás otras no. Concluya esta actividad explicando la importancia de evaluar nuestra rutina; quizás pasemos mucho tiempo frente a

pantallas, quizás pasemos mucho tiempo separados, y lo importante ahora es ser intencionales en nuestra agenda con actividades que nos permitan traer beneficios de calidad a nuestras relaciones, incluyendo actividades que nos unan a nivel espiritual.)



En la pantalla: Vea y discuta [el video tres](#)

Después de ver [el video 3 “El Ingrediente Esencial”](#), reflexione sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo cree que le ayuda o le ayudaría a su relación matrimonial tener un compromiso con Dios?

(Deje que los participantes den sus respuestas específicas acerca de su relación. Puede complementar con la siguiente respuesta: El director de Estudios Globales de Formación de la Familia en Focus on the Family, explica que la oración permite que las parejas experimenten un tipo de “atracción gravitacional” entre sí cuando hablan y se comunican con Dios, al entenderlo como un ser que tiene buenos planes para su matrimonio y de hecho, es el defensor del matrimonio. A través de la oración, Dios se convierte en un socio íntimo en su relación. También el orador Gary Thomas, explica que después de muchos años de trabajar con parejas, puede darse cuenta de que la satisfacción conyugal está directamente relacionada con la intimidad espiritual. Porque cuando las personas están satisfechas con Dios y el plan que Él tiene para sus vidas, son más capaces de disfrutar de todo lo que Él les ha dado, y también están más dispuestas a entregarse a los demás, entendiendo que servir a su cónyuge es realmente un acto de adoración a Dios.)

2. ¿Qué áreas de su matrimonio necesitan que usted “muera al yo”?

(Invite a los participantes a pensar y escribir aquellas áreas en las que se sintieron confrontados con la frase “muerte al yo”. ¿Qué parte de su vida necesita ser entregada al servicio de su cónyuge?)

3. No podemos satisfacer nuestras necesidades, a menos que antes encontremos esta satisfacción en Dios. ¿De qué forma ha buscado satisfacer sus necesidades en Dios?

(Esta es una pregunta específica para cada participante. La idea es ayudarlos a reflexionar qué pasos han tomado para hacer de Dios su fuente de vida y poder de modo que Su amor fluya a través de ellos y que puedan amar como Él quiere que lo hagan. Usted puede dar algunos ejemplos en de su propia vida; y puede concluir diciendo que quien no ha sido intencional dando pasos hacia la satisfacción en Dios, puede empezar ahora.)



Desde el punto de vista de Dios:

Profundizando en las Escrituras

“Si ustedes se mantienen unidos a mí, yo me mantendré unido a ustedes. Ya saben que una rama no puede producir uvas si no se mantiene unida a la planta. Del mismo modo, ustedes no podrán hacer nada si no se mantienen unidos a mí. El discípulo que se mantiene unido a mí, y con quien yo me mantengo unido, es como una rama que da mucho fruto; pero si uno de ustedes se separa de mí, no podrá hacer nada. Al que no se mantenga unido a mí, le pasará lo mismo que a las ramas que no dan fruto: las cortan, las tiran y, cuando se secan, les prenden fuego”. Juan 15:5-6 (TLA)

1. ¿Qué significa ser una rama que da mucho fruto?

(Deje que los participantes compartan sus pensamientos sobre el versículo. Luego complemente con algunas de las siguientes ideas: Llevar un fruto que perdure es invertir nuestra vida reflejando la esencia de Jesús. Ahora, esto en nuestras propias fuerzas puede sonar muy pesado y complicado. Pero Jesús da a los discípulos la clave para dar frutos que perduren sin morir en el intento: Permanezcan en mí, sean ramas nutridas por la vid. Porque si Jesús es la vid, y nosotros nos quedamos aferrados siendo nutridos por él entonces las ramas produciremos lo que es él. Las ramas de un árbol no tienen que luchar o esforzarse para producir el fruto. Solo tienen que permitir que la vida del árbol fruya a través de ellas y el fruto se produce de manera automática.)

2. ¿Cuáles son las características de la vid (de Jesús) que necesita expresar en su matrimonio?

(Puede dar algunos ejemplos de su vida personal si se siente cómodo. Motive a los participantes a pensar en qué áreas necesita conectar cada día más a la vid (a Jesús) para reflejar y dar frutos con su esencia.)



Tarea para hacer en casa: Oración

Tome un tiempo personal para presentarse delante de Dios. Exprésele cuáles son sus preocupaciones y necesidades personales. En qué áreas necesita ser satisfecho por su amor; cuáles áreas de su vida necesitan ser restauradas y limpiadas por Él.

Puede escribir algunos de sus pensamientos y peticiones aquí:

Sesión 4

Lecciones del Arte de

La guerra





Objetivo de la sesión: Analizar con los cónyuges la importancia de dejar de ver la idea del divorcio como una alternativa y su implicación en el fortalecimiento del compromiso matrimonial.



Actividad Rompe Hielo: Divida a los participantes de forma que queden 3 parejas por cada grupo; esto les permitirá interactuar y hablar mejor entre ellas. La consigna será la siguiente: Una pareja voluntaria del grupo interpretará, basada en un guion que todo el grupo construirá, a una pareja que en sus discusiones trae latente el tema del divorcio, sin decir las palabras “divorcio”. La idea es que el grupo pueda encontrar esas frases que, aunque nunca dicen “divorcio”, pueden dar a entender la idea de que el divorcio es una alternativa y está latente. ¿En qué tipo de conversaciones se asoma la palabra “divorcio” sin decirla evidentemente? Son frases que cada vez pueden irnos separando más como pareja o enraizando la idea en nuestras mentes de que quizás algún día el divorcio puede ser una posibilidad. Concluya la actividad agradeciendo a los participantes y animándoles a ser cuidadosos con las palabras que decimos, sobre todo en torno al tema del divorcio, del cuál se hablará en esta sesión.



Lectura introductoria: Dirija a los participantes a leer la lectura introductoria de *la página 23 de la Guía del Cónyuge*. Permita que un voluntario lo haga en voz alta.

La Opción de Retirada

“Cuando conquistar el matrimonio es la única opción, sus opciones se enfocan en mejorar las posibilidades de la supervivencia del matrimonio.”

Greg Smalley

Algunos conceptos revelados en el libro antiguo **“El arte de la guerra”** por el filósofo-general chino Sun Tzu nos pueden dar algunas ideas sobre el compromiso matrimonial.

El matrimonio es una batalla para toda la vida en contra del egocentrismo, un adversario fuerte y capaz de producirle heridas mortales a nuestro amor. Algunas veces hace falta comprometerse totalmente con la lucha por el matrimonio.

La idea de sabotear la opción de retirada y de mantenerse en la guerra sin importar el precio es un concepto que se describe en **“El arte de la guerra”**. En cualquier batalla, la opción de retirada se tiene que eliminar para demostrarse a sí mismo y a otros que no tiene intención de retroceder.

No podemos sentirnos seguros en nuestra relación, si no tenemos la seguridad de la permanencia. La idea latente del divorcio nos hace sentir vulnerables. Cuando el divorcio no es una opción, el compromiso obliga a que la pareja trate con sus problemas.



Introducción: La Idea

Pida a los miembros del grupo ir a *la página 24 de la Guía del Cónyuge*. Invítelos a responder las preguntas de la sección “La idea”. Pida voluntarios para compartir algunas de sus respuestas.

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son algunas frases que pueden dar a entender la disposición al divorcio de un cónyuge?

(Con la ayuda de la actividad rompehielo, mencionen algunas frases que pueden referirse a la idea del divorcio mientras estamos en una conversación o discusión. Las frases condicionales pueden ser un ejemplo de esto “si no cambias esto o lo otro entonces ...” o frases como: “¿Estás diciendo que debería irme?” y “Si te decepciono tanto, ¿por qué querrías quedarte conmigo?”)

2. Algunos matrimonios toman la decisión del divorcio sin sentarse a pensar si pueden hacer algo para salvarlo. ¿Cuáles serían algunos pasos a seguir que puede dar un matrimonio antes de que se produzca el divorcio?

(La gran mayoría de los divorcios ocurren por razones que podrían haberse solucionado con otra alternativa diferente al divorcio. En su libro “The Case for Marriage”, Waite presentó los resultados de la investigación que hizo a parejas durante cinco años para analizar el estado de su matrimonio. Ella descubrió que aquellas parejas que lograron enfrentar y manejar los conflictos tenían un matrimonio más saludable y satisfactorio. Es decir, ¡Sí es posible y hay esperanza para aquellos matrimonios que pasan por momentos difíciles!)



En la pantalla: Vea y discuta [el video cuatro](#)

Después de ver [el video 4 “Lecciones del Arte de la Guerra”](#), reflexione sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo puede afectar a su matrimonio el hecho de considerar el divorcio como una tarjeta debajo de la manga por si algo no sale bien?

(Deje que los participantes den sus propias opiniones y recuérdelos: No podemos sentirnos seguros en nuestra relación, si no tenemos la seguridad de la permanencia. La idea latente del divorcio nos hace sentir vulnerables. Cuando el divorcio no es una opción, el compromiso obliga a que la pareja trate con sus problemas. Solo hay dos opciones: huir o trabajar.)

2. Ante una disconformidad en el matrimonio, ¿cuál sería un plan de acción que no represente la opción de divorcio?

(Lea el artículo “¿El divorcio es la respuesta correcta? 15 preguntas que los cónyuges deberían hacerse”) este artículo trae algunas sugerencias que los matrimonios deben tomar en cuenta antes del divorcio, e incluso hacerse algunas de las siguientes preguntas puede ayudar:

¿Han hablado abiertamente lo que les molesta de la relación? ¿Han planteado una estrategia para salvar su matrimonio? ¿Ha tomado en cuenta lo negativo y ha olvidado lo positivo de su cónyuge? ¿Realmente “padres divorciados felices”, harán “niños felices”? ¿Está preparado para las dificultades económicas que conlleva un divorcio? ¿Ha identificado en qué falló usted?)

3. Del 1 al 10, ¿cuánto vive en su vida matrimonial el concepto de “quemar las naves”?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. ¿Qué frases o actitudes necesita dejar atrás para reafirmarle a su cónyuge su deseo de estar juntos hasta el final?

(Pida a los cónyuges que se hagan esta pregunta de forma personal y puedan escribir sus pensamientos. No necesitan compartirla a nivel grupal. Pero sí será necesario que durante esta semana busquen un tiempo para hablar sobre esta pregunta con su cónyuge.)



Desde el punto de vista de Dios:

Profundizando en las Escrituras

Como conclusión, discuta el siguiente pasaje bíblico con los participantes *(pág. 25, Guía del Cónyuge)*.

Examíname, 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, RVR 1960)

Uno de los retos más grandes que nos dejó Jesús fue: mirar primero aquellas cosas que nosotros mismos hemos hecho mal, antes que las debilidades o errores de nuestro prójimo y, por tanto, de nuestro cónyuge.

Tome tiempo a solas con Dios y escriba aquellas cosas que usted necesitaría mejorar de forma personal para hacer que el ambiente en la relación matrimonial mejore y sea más saludable.

**Tarea para hacer en casa:** Introspección

Muchas veces las personas toman una decisión a favor del divorcio basada en una debilidad específica de su cónyuge que les molesta demasiado, pero realmente puede que las otras áreas de su vida compensen lo negativo. ¿Lo bueno que su cónyuge aporta a la relación compensa lo malo que debe soportar (a excepción de la violencia física y emocional)?

En una hoja de papel escriba una lista de las virtudes y cosas buenas que aporta su cónyuge a usted o su familia.



Sesión 5

Fortaleciendo

El compromiso



Objetivo de la sesión: Dar a los participantes estrategias prácticas para fortalecer el compromiso mutuo en el día a día.



Lectura introductoria: Dirija a los participantes a leer la lectura introductoria de *la página 28 de la Guía del Cónyuge*. Permita que un voluntario lo haga en voz alta.

Compromiso = Acciones

“Dios nos ha diseñado para que cuando amemos a otra persona con nuestras acciones, nuestros sentimientos nos sigan inevitablemente”.

Sixto Porras

Cumplir un compromiso define la madurez de una persona, así como también define cuánto ama a su pareja; el tamaño de su cumplimiento es el tamaño de su amor. El amor verdadero no se define por lo que siento (las emociones), es definido por los actos y acciones cotidianas.

El compromiso involucra a los dos y no es funcional cuando solo uno de los dos lo cumple. Comprometerse con alguien que se ama es elegir un camino funcional y sabio para poder sostenerlo y así poder lograrlo día tras día, con la actitud de nunca atreverse a salir de él.

El compromiso no entiende de fracasos ni de deseos de rendirse, es saber que por muchos obstáculos que surjan, un compromiso tiene la fuerza de superarlos todos. La clave principal para cumplir el compromiso matrimonial se basa en tener una actitud cotidiana que busque el bienestar del otro día a día.



Introducción: Acciones

Pida a los miembros del grupo ir a *la página 29 de la Guía del Cónyuge*. Invítelos a responder las preguntas de la sección “Acciones”. Pida voluntarios para compartir algunas de sus respuestas.

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿De qué forma usted muestra a su cónyuge que está comprometido con la relación?

(Cada uno de nosotros hace algún tipo de esfuerzo o sacrificio por amor a los suyos, es tiempo de identificar algunas de las cosas que pueden mostrarles a otros nuestro amor, fidelidad y compromiso. ¿Cuáles serían algunos ejemplos personales?)

2. ¿De qué forma su cónyuge demuestra que él o ella está comprometida con la relación?

(Invite a los participantes a reconocer aquellas acciones que tienen sus cónyuges hacia ellos o hacia su familia que los hace sentir seguros de su fidelidad, amor y compromiso. Es algo que puede compartir en el grupo también.)



En la pantalla: Vea y discuta [el video cinco](#)

Después de ver [el video 5 “Fortaleciendo el Compromiso”](#), reflexione sobre las siguientes preguntas:

1. Después de todas las recomendaciones, ¿cuál ha sido la recomendación que más necesita seguir en su relación?, ¿con cuál se identifica más?

(Deje que cada participante piense y dé su respuesta. Si se siente cómodo haciéndolo, también comparta la suya.)

2. ¿Qué planes tiene para el futuro con su cónyuge? (Pensar en los planes que tenemos juntos nos ayuda a continuar comprometidos)

(Cuáles son los planes hacia el futuro que los mantienen juntos y soñando)

3. Mencione algunas maneras en las que se mantiene saludable y conservando su bienestar personal.

(Pueden ser desde disciplinas bíblicas, actividades lúdicas, hábitos saludables, pasatiempos y hobbies que renuevan sus fuerzas, le quitan el estrés y lo hacen disfrutar más de su vida.)



Desde el punto de vista de Dios:

Profundizando en las Escrituras

“Así también la fe por sí sola, si no tiene obras, está muerta”
(Santiago 2:17, NVI).

1. ¿Cómo puede aplicarse este versículo al compromiso en el matrimonio?

(Es lo mismo en nuestras relaciones personales. Usted demuestra cuán importante es su matrimonio para usted, al mejorarlo dedicándole proactivamente tiempo y dinero. En los momentos difíciles, luche por su matrimonio. A tiempo y fuera de tiempo, muéstrese dispuesto a hacer lo que sea necesario para mantener su relación matrimonial fuerte.)

2. ¿Cómo lograr que estos conceptos sean reales y prácticos en su diario vivir?

(Hay ciertas formas con las que puede empezar a trabajar en pos de esa meta. Por ejemplo, podría empezar tratando con una salida de noche con su pareja, que a la vez resalte la emoción y aventura del compromiso mutuo. Podría también pensar en alguna actividad que no vaya a funcionar a menos que ambos desde antes decidan que van a proceder con dicha actividad hasta el final. Desde luego que bailar se me viene a la mente, después de todo “se requiere de dos para bailar tango”. No obstante, hay más juegos y deportes, tales como tenis, balón mano, o salir a remar, por ejemplo. Estas cosas podrían funcionar perfectamente, incluso un proyecto de arte podría servir para este propósito.)



Tarea para hacer en casa: Aprenda Más

En la semana tomen tiempo en pareja para leer el siguiente material:

Artículo: [El Compromiso en la Pareja](#)



Actividad de Cierre:

Al ser la última sesión, puede incluir una actividad de cierre que permita al grupo hacer una retrospectiva de los aprendizajes que han alcanzado. En una pancarta o pizarra, escriba las siguientes frases incompletas:

1. Aprendí sobre el compromiso que _____
2. Aprendí sobre mí que ____
3. Aprendí sobre mi cónyuge que _____
4. Me sorprendí por _____
5. Me molesté por _____
6. Me gustaría saber más acerca _____
7. Una pregunta que todavía tengo _____

Entregue una hoja de papel a cada participante. Dígalos que deben completar las frases de forma independiente y que no será necesario poner sus nombres en las hojas. Una vez que recoja las hojas, puede leer en voz alta las respuestas dadas y puede comentar lo más relevante de las mismas. Esto le ayudará a analizar lo que ha sido más importante para el grupo después de todo lo que han vivido y aprendido juntos, qué han alcanzado y cuáles son algunas cosas que puede mejorar.

Referencias Bibliográficas

Bauman, Z. (2003). Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos.

[Commitment - Focus on the Family](#)

[Strengthening Marital Commitment - Focus on the Family](#)

Stanton, G. T. (26 de Marzo de 2021). ¿Vivir juntos construye un matrimonio más fuerte? Obtenido de Enfoque a la Familia: <https://www.enfoquealafamilia.com/matrimonio/vivir-juntos-construye-un-matrimonio-mas-fuerte/>

Stanton, G. T. (7 de Abril de 2019). RECOGNIZING SPIRITUAL LEADERSHIP IN THE LITTLE THINGS. Obtenido de Focus on the Family: <https://www.focusonthefamily.com/marriage/recognizing-spiritual-leadership-in-the-little-things/>

Thomas, G. (10 de Febrero de 2005). Studying the Bible as a Married Couple. Obtenido de Focus on the Family: <https://www.focusonthefamily.com/marriage/studying-the-bible-as-a-married-couple/>



ENFOQUE A LA FAMILIA.®

WWW.ENFOQUEALAFAMILIA.COM

