

Reconstruyendo Nuestro Matrimonio

TC017 **Tiempo de Conexión:** Oración, Biblia, Tema, En Pareja

Oren antes de empezar.

RECONSTRUYENDO NUESTRO MATRIMONIO, Basado en el libro de Nehemías

Introducción al Libro de Nehemías

El libro de Nehemías narra cómo Dios levantó a un hombre común para cumplir una tarea extraordinaria: **reconstruir los muros derribados de Jerusalén.**

Nehemías no era un profeta ni un sacerdote, sino un hombre sensible al dolor de su pueblo. Al oír la noticia de las ruinas, **su corazón se quebrantó, oró, ayunó y pidió dirección a Dios** (Nehemías 1:4).

Dios usó su obediencia para levantar lo que parecía perdido.

Así también, muchos matrimonios enfrentan **muros derribados**: la comunicación, el respeto, la confianza o la intimidad. Pero las ruinas **no son el final**.

Dios puede restaurar lo que fue destruido, si los esposos se humillan, oran y trabajan juntos bajo Su dirección.

CUANDO EL MATRIMONIO ESTÁ EN RUINAS, HAY ESPERANZA

Nehemías 2:17 (NTV):

“Ustedes saben muy bien las dificultades en que estamos. Jerusalén yace en ruinas, y sus puertas fueron destruidas por el fuego. ¡Reconstruyamos la muralla de Jerusalén y pongamos fin a esta desgracia!”

Dios no llama a rendirse, sino a **reconstruir**.

Él puede restaurar los muros del amor, la comunicación y la unidad.

El matrimonio no se reconstruye con quejas, sino con fe, obediencia y perseverancia.

1. Reconocer la Ruina

Nehemías 1:3-4

“Me dijeron: ‘Los que regresaron a la provincia de Judá tienen grandes dificultades y viven en desgracia. La muralla de Jerusalén fue derribada, y las puertas fueron consumidas por el fuego’. Cuando escuché esto, me senté a llorar.”

Nehemías **no negó la realidad**. Lloró, se quebrantó y buscó a Dios.

La restauración comienza cuando dejamos de justificar el daño y reconocemos la necesidad de cambio.

Reflexión en pareja:

- ¿Qué áreas de nuestro matrimonio están en ruinas?
- ¿Estamos dispuestos a dejar el orgullo y reconocer nuestros errores?
- ¿Qué emociones necesitamos entregar a Dios hoy?

2. Orar Antes de Actuar

Nehemías 1:5-6

“Oh Señor, Dios del cielo, grande y temible, que cumples tu pacto... Escucha mi oración.”

Nehemías entendió que **sin Dios no hay restauración verdadera**.

Antes de hablar con el rey, habló con Dios. Antes de mover una piedra, dobló sus rodillas.

Reflexión en pareja:

- ¿Oramos juntos o cada uno por su lado?
- ¿Cuáles son nuestras oraciones más urgentes como matrimonio?
- ¿Confiamos realmente en que Dios puede reconstruir lo que se perdió?

3. Trabajar Juntos, Cada Uno en su Parte del Muro

Nehemías 3:28

“Cada sacerdote hizo las reparaciones frente a su propia casa.”

Cada familia reconstruyó **frente a su casa**.

Nehemías no lo hizo solo, ni criticó al que iba más lento; **cada quien aportó lo suyo**.

En el matrimonio, cada cónyuge tiene responsabilidad de reconstruir: perdonar, cambiar, servir, amar, cuidar.

Reflexión en pareja:

- ¿Estoy haciendo mi parte o solo exijo que el otro cambie?
- ¿Qué puedo comenzar a restaurar yo hoy?
- ¿Qué muro necesitamos levantar juntos (fe, comunicación, afecto, confianza)?

4. Resistir al Enemigo

Nehemías 4:8-9

“Todos hicieron planes para venir y luchar contra Jerusalén... Pero oramos a nuestro Dios y pusimos guardias de día y de noche.”

El enemigo no quiere matrimonios restaurados.

Cuando una pareja decide reconstruir, se levantan ataques: distracciones, desánimo, heridas pasadas o falta de perdón.

Pero **la oración y la vigilancia** protegen el avance.

Reflexión en pareja:

- ¿Qué ataques estamos enfrentando como pareja?
- ¿Reconocemos cuándo el enemigo quiere dividirnos?
- ¿Qué “guardias” podemos poner para proteger nuestra relación (tiempo juntos, oración, comunicación, perdón)?

5. Celebrar la Restauración

Nehemías 6:15-16

“Así se terminó la muralla... cuando nuestros enemigos se enteraron, reconocieron que esta obra se había realizado con la ayuda de nuestro Dios.”

Lo que parecía imposible, **Dios lo hizo posible en 52 días.**

La restauración no fue solo material, sino espiritual y emocional.

Cuando una pareja obedece, ora y persevera, su matrimonio se convierte en **testimonio del poder de Dios.**

Reflexión en pareja:

- ¿Qué avances hemos visto desde que buscamos a Dios juntos?
- ¿A quién podemos compartir lo que Dios está haciendo en nosotros?
- ¿Cómo podemos celebrar y cuidar lo que Él ya restauró?

PLAN DE ACCIÓN: RECONSTRUYENDO JUNTOS (Adaptarla según su contexto)

Objetivo: Aplicar los principios de Nehemías a nuestra relación, paso a paso, con fe y obediencia.

Etapa	Acción Práctica	Meta Espiritual	Compromiso del Matrimonio
1. Reconocer la Ruina	Escribir por separado tres áreas donde sentimos que nuestro matrimonio necesita restauración. Luego compartirlas con humildad.	Ser sinceros sin juzgar al otro.	“Nos comprometemos a hablar con respeto y escuchar sin interrumpir.”
2. Buscar a Dios Juntos	Apartar 10 minutos diarios para orar juntos (aunque sea brevemente).	Fortalecer la conexión espiritual.	“Nos comprometemos a orar juntos cada día por nuestra relación.”
3. Reconstruir el Muro	Elegir una de las áreas dañadas y trabajar en ella por 21 días (por ejemplo: comunicación, afecto o confianza).	Perseverar y ver cambios reales.	“Nos comprometemos a trabajar sin desistir, aunque el proceso sea lento.”
4. Proteger la Obra	Identificar tentaciones o distracciones que dañan la relación (personas, redes, rutinas, críticas). Establecer límites claros.	Cuidar la restauración.	“Nos comprometemos a proteger nuestro matrimonio con sabiduría.”
5. Celebrar el Progreso	Al final de cada semana, agradecer juntos a Dios por los avances.	Cultivar gratitud y gozo.	“Nos comprometemos a celebrar los pequeños logros.”

Queridos esposos,

quizá al mirar su relación vean grietas, heridas o muros derribados. Tal vez han sentido que ya no hay fuerzas para seguir levantando lo que el tiempo, los errores o el dolor destruyeron. Pero hoy, Dios les recuerda lo mismo que le dijo a Nehemías: “Reconstruyan... y pongan fin a la desgracia” (Nehemías 2:17). Eso significa que sí hay esperanza. Así como Jerusalén no quedó en ruinas para siempre, su matrimonio tampoco está destinado al fracaso. Dios aún tiene planes para ustedes, aún hay propósito, aún hay amor que puede ser renovado.

Él no busca perfección, sino disposición. No necesita arquitectos expertos, sino corazones dispuestos a obedecer, orar y perseverar. No importa cuánto tiempo haya pasado o cuán profunda sea la herida, el Dios que restauró muros destruidos puede restaurar corazones rotos. Él puede devolver la confianza, la ternura, la unidad y el gozo. Cada lágrima que han derramado no ha sido en vano; ha sido el agua con la que Dios regará una nueva etapa de amor más maduro y firme. Hoy, determinen juntos no rendirse. Vuelvan a tomarse de la mano, miren hacia el cielo y digan: “Con la ayuda de nuestro Dios, reconstruiremos.” Y cuando vean lo que Él haga —porque lo hará—, podrán decir con gozo: “Nuestro matrimonio se levantó con la ayuda del Señor.” Confíen, oren, perdonen, y trabajen unidos. Porque lo que Dios une, Él también puede restaurar.

Dios no terminó con ustedes; apenas está comenzando una nueva construcción.

Oración “Sugerida” (Expresen con sus propias ideas y palabras)

Material desarrollado por y para Centro de Orientación Matrimonial Enlazados. Se permite su reproducción sin modificar.

“Señor, así como usaste a Nehemías para levantar lo que estaba destruido, levántanos a nosotros.
Restaura nuestra confianza, nuestro amor y nuestra fe.
Danos valentía para trabajar juntos, sabiduría para resistir al enemigo, y gozo para celebrar tu obra.
Que nuestro matrimonio sea un testimonio vivo de tu poder restaurador.
En el nombre de Jesús, amén.”