



FAMILIA NJC



JOINTLY LOVABLE  
PEOPLE



# Boletín Mensual

Jean-Michel Etienne, Ph.D.

SEPTIEMBRE 2025



## Reinicio de la intimidad en la pareja: una perspectiva bíblica y de Elena G. de White

La intimidad dentro del matrimonio es más que cercanía física; es un vínculo sagrado que une al esposo y a la esposa espiritual, emocional y físicamente. Con el tiempo, el ajetreo de la vida, los conflictos sin resolver o el descuido de las prioridades espirituales pueden debilitar este vínculo. Sin embargo, a través de la Palabra de Dios y el consejo inspirado de Elena G. de White, se invita a las parejas a «restablecer» su intimidad y redescubrir la belleza del diseño de Dios para el matrimonio.

### El diseño original de Dios para la intimidad

Desde el principio, Dios declaró: «No es bueno que el hombre esté solo» (Génesis 2:18). Creó a Eva como compañera adecuada para Adán, estableciendo el matrimonio como un pacto sagrado. La intimidad tenía por objeto reflejar la unidad: «Por eso dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne» (Génesis 2:24). Esta unidad va más allá de lo físico: abarca la integridad emocional, espiritual y relacional.

Ellen G. White enfatiza que Dios ordenó el matrimonio para la felicidad y el crecimiento humanos:

«Dios celebró el primer matrimonio. Por lo tanto, la institución tiene como su creador al Creador del universo» (El hogar adventista, p. 25).

Por lo tanto, restablecer la intimidad no es una tendencia mundana, sino un retorno al plan de Dios.

### El papel del amor y la generosidad

Pablo nos recuerda: «Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia y se entregó por ella» (Efesios 5:25). Este amor sacrificial se convierte en la base de una intimidad renovada. Un restablecimiento requiere generosidad: elegir dar en lugar de exigir.

Ellen G. White afirma este principio: «Que cada uno dé amor en lugar de exigirlo. Cultiven lo más noble que hay en ustedes y sean rápidos en reconocer las buenas cualidades del otro» (El ministerio de curación, p. 361).

Cuando las parejas cambian el egoísmo por el altruismo, la intimidad se profundiza de forma natural.

### Comunicación y conexión emocional

La verdadera intimidad prospera en un ambiente de comunicación abierta y honesta. Proverbios 15:1 aconseja: «La respuesta suave aleja el enojo, pero las palabras duras despiertan la ira». Un reinicio a menudo requiere que las parejas vuelvan a aprender a hablar con amabilidad, a escuchar activamente y a comprender con paciencia. Ellen G. White aconseja: «No traten de obligarse mutuamente a hacer lo que ustedes desean. No pueden hacerlo y conservar el amor mutuo. Sean amables, pacientes y tolerantes». (El hogar adventista, p. 118)

Al practicar la comunicación cristiana, las parejas restauran la seguridad emocional y reavivan la conexión.

### La renovación espiritual como núcleo de la intimidad

Ningún reinicio de la intimidad está completo sin un retorno a Dios. La oración, el estudio de la Biblia y la adoración compartida acercan al esposo y a la esposa entre sí a medida que se acercan a Cristo. Eclesiastés 4:12 afirma: «El cordón de tres hilos no se rompe fácilmente». Cristo es el hilo que une y fortalece la intimidad marital.

Ellen G. White destaca esta dimensión espiritual:

«Solo la presencia de Cristo puede hacer felices a los hombres y las mujeres. Cristo puede convertir todas las aguas comunes de la vida en el vino del cielo». (El hogar adventista, p. 28)

Cuando las parejas ponen a Cristo en el centro, su relación se llena de alegría, paciencia y amor divino.

- Pasos prácticos para restablecer la intimidad
- Reafirmarse en el diseño de Dios: considerar el matrimonio como un pacto, no como un contrato.
- Practicar el amor desinteresado: centrarse en dar, no en exigir afecto.
- Reconstruir la comunicación: hablar con amabilidad y escuchar con paciencia.
- Oren juntos todos los días: busquen la presencia de Dios como vínculo unificador.
- Muestren aprecio: afirmen intencionalmente las fortalezas del otro.

Restablecer la intimidad no significa empezar de nuevo, sino volver al diseño original de Dios para el matrimonio. Al adoptar los principios bíblicos y seguir el consejo de Elena G. de White, las parejas pueden experimentar una cercanía renovada, un amor más profundo y una relación que refleja la unión de Cristo con su iglesia.

Como escribe Pablo de manera tan hermosa: «Y sobre todas estas cosas, revestíos de amor, que es el vínculo de la perfección» (Colosenses 3:14). Con Cristo como centro, la verdadera intimidad no se desvanecerá, sino que florecerá.