

El amor que edifica: una mirada a Cantares

 www.buscadedios.org/el-amor-que-edifica-una-mirada-a-cantares/

Un amor que se edifica no nace por accidente: se cultiva con palabras que afirman, compromiso fiel y una mirada llena de gracia, como enseña Cantares. Es un amor que honra a Dios y fortalece el corazón.

[Obten la guía del alumno para esta lección haciendo clic aquí.](#)

Puntos de conversación:

- El amor verdadero se expresa con palabras que afirman (Cantares 4:1)
- El amor bíblico es exclusivo y comprometido (Cantares 2:16)
- El amor se cultiva con búsqueda, tiempo y cercanía (Cantares 3:1–4)
- El amor celebra la belleza y la dignidad del otro (Cantares 4:7)

*El amor de pareja es un regalo de Dios. No es casualidad que la Biblia incluya un libro entero dedicado a celebrar el amor romántico, la atracción, la admiración y la unión entre un hombre y una mujer. Cantares nos recuerda que el amor verdadero no solo se siente: **se cultiva, se cuida y se honra.***

Hoy exploraremos cómo este libro nos enseña a vivir un amor que edifica, que honra a Dios y que fortalece el corazón.

El amor verdadero se expresa con palabras que afirman.

Cantares 4:1 (NTV) Eres hermosa, amada mía; tan hermosa que no puedo expresarlo...

*Al leer Cantares, notamos que la pareja se edifica mutuamente con palabras de admiración y afirmación. En el encabezamiento del versículo 1, la NTV usa la expresión “el joven”, mientras que la RVC dice: “el esposo alaba a la esposa”. En este contexto, alabar significa **elogiar, afirmar y expresar aprecio.***

Dios no quiere que seamos fríos o distantes en el amor, como si sentir o expresar afecto fuera una debilidad. El amor bíblico es expresivo, afirmador y tierno; Cantares presenta un amor vivo, verbal y celebrado, no un amor apagado o emocionalmente retraído. Las palabras crean un ambiente emocional sano; construyen confianza y seguridad. Dios nos muestra que el amor florece cuando se expresa con ternura y verdad.

*Gary Chapman explica que una de las formas principales en que las personas sienten amor es a través de las **Palabras de Afirmación**, uno de los [Cinco lenguajes del amor](#). Para quienes tienen este lenguaje, escuchar aprecio, gratitud, reconocimiento o admiración*

fortalece profundamente su corazón. Cantares refleja este principio: el amor se nutre cuando se expresa verbalmente con intención y sinceridad.

Ejemplo de palabras de afirmación para la pareja: “Gracias por todo lo que haces por nuestra familia. Admiro tu esfuerzo y me siento bendecida de caminar la vida contigo.”

El amor bíblico es exclusivo y comprometido.

| **Cantares 2:16 (NTV)** *Mi amado es mío, y yo soy suya...*

Esta frase refleja exclusividad, pertenencia mutua y pacto. No habla de posesión tóxica, sino de compromiso profundo. El amor según Dios no es casual ni temporal: es una entrega mutua que se cuida, se respeta y se protege. La relación florece cuando ambos se sienten seguros en la fidelidad del otro.

*Autores cristianos como Timothy Keller, en su libro [El significado del matrimonio](#), explican que el amor bíblico es un **amor de pacto**, no un amor de consumo. El amor de consumo se sostiene mientras la otra persona “me sirva”, pero el amor de pacto se basa en una decisión espiritual y moral que permanece incluso cuando las emociones cambian.*

*Este tipo de amor crea un espacio seguro donde ambos pueden crecer, sanar y fortalecerse. Es el mismo principio que vemos en pasajes como **Efesios 5:25**, donde el esposo es llamado a amar “como Cristo amó a la iglesia”. Él la amó dando Su vida por ella. Así que es un amor sacrificial y protector que se entrega, que busca el bien del otro y que permanece fiel.*

Cuando una pareja vive este tipo de compromiso, el matrimonio se convierte en un refugio donde la confianza se profundiza y el amor madura con el tiempo. Es un amor que refleja el corazón de Dios y que sostiene la relación en cada temporada.

El amor se cultiva con tiempo, búsqueda y cercanía.

| **Cantares 3:1-4 (NTV)** *[Lo] busqué por todas partes pero no lo encontré... ¡encontré a mi amado!*

*La sunamita busca a su amado con intención. Caminaba por la ciudad buscándolo y no lo encontraba. Preguntaba por él y nadie sabía darle razón. Aun así, **no se rindió**: siguió su búsqueda hasta que por fin lo encontró.*

Este pasaje nos enseña que el amor no se sostiene solo con emociones; requiere búsqueda, esfuerzo, presencia y dedicación. Las relaciones se enfrían cuando se descuidan, pero se fortalecen cuando se invierte tiempo, atención y ternura. Tenemos que ser intencionales cuando de fortalecer el amor se trata. No des nada por sentado.

*El matrimonio, según la Biblia, es un **diseño de Dios** desde la creación misma (Gn 2:18, 24). No es solo un acuerdo humano, sino un **pacto sagrado**, como lo afirma Mal 2:14. También es un **regalo bueno** que refleja la bondad del Señor (Pr 18:22). Y para quienes Dios los llama al matrimonio, se convierte en un **llamado** a reflejar el amor de Cristo en la relación (Ef 5:25–32; 1 Co 7:17). Cuando entendemos el matrimonio como diseño, pacto, regalo y llamado, lo valoramos con la intención y la honra que Dios quiso desde el principio.*

Consejos prácticos para cultivar y fortalece la relación:

- *Busca momentos intencionales: aparta 10–15 minutos al día para conversar sin pantallas, sin prisas y sin interrupciones.*
- *Haz preguntas que muestran interés: “¿Cómo te sentiste hoy en el trabajo?” “¿Qué te gustaría hacer esta semana juntos?”*
- *Inicia contacto afectivo: un abrazo más largo, un toque en el hombro, tomar su mano al caminar.*
- *Planea algo pequeño pero significativo: prepara su comida o postre favorito, déjale una nota o envíale un mensaje afirmador.*
- *Escucha sin corregir ni solucionar: simplemente está presente, valida y acompaña.*
- *Muestra disponibilidad emocional: di “estoy aquí contigo”, “cuentas conmigo”, “me importas”.*
- *Retoma prácticas que antes los unían: una caminata juntos, un juego de mesa, leer un devocional en pareja.*
- *Busca reconciliación con humildad: da el primer paso para hablar, pedir perdón o aclarar un malentendido.*

El amor celebra la belleza y la dignidad del otro

| **Cantares 4:7 (NTV)** *Toda tú eres hermosa, amada mía, bella en todo sentido.*

En palabras de la RVC, el amado le dice a la sulamita: “no tienes ningún defecto” (Cnt 4:7). Él la ve perfecta. No porque lo sea en un sentido absoluto, sino porque la mira con un amor que cubre, no que critica. La Biblia enseña que “el amor cubrirá multitud de pecados” (1 P 4:8), es decir, el amor elige no enfocarse en las faltas, sino en el valor de la persona.

Debemos ver a nuestra pareja de la misma manera que Cristo nos ve: a través de Su gracia. Dios no nos mira según nuestras fallas, sino a través de la justicia de Jesús en nosotros (2 Co 5:21). Algunos interpretan Cantares como una imagen del amor de Cristo por Su iglesia, un amor lleno de ternura, honra, respeto y aprecio. Es un amor que no usa una lupa para resaltar defectos, sino que crea un ambiente seguro para reconocer nuestras faltas y trabajarlas.

El amor bíblico reconoce la belleza interior y exterior, y la afirma. Esto no significa negar la realidad, sino aprender a ver al otro con amor y dignidad, como Dios nos invita a ver a quienes amamos. Y especialmente en el matrimonio, necesitamos recordar que la dignidad

humana —como explica el pastor Bryan en La Búsqueda, cap. 3— no depende de conducta, logros o estatus, sino del hecho de haber sido creados por Dios.

Cuando miramos a nuestra pareja desde esa verdad, afirmamos su valor, honramos su identidad y amamos de una manera que refleja el corazón de Dios. Por eso, en el matrimonio necesitamos aprender a exaltar lo bueno: lo noble, lo admirable y lo bello en la pareja. Evitemos palabras hirientes que lastiman la dignidad, comentarios como “qué gordo te ves” o “qué feo te ríes”, que no reflejan el amor que “cubre multitud de pecados” ni la gracia con la que Cristo nos mira.

En cambio, aprendamos del amado en Cantares a ver a nuestra pareja como el más guapo, valioso, capaz e inteligente, y a tratarlo conforme al valor que Dios ya le dio desde la creación. Cuando elegimos hablar vida, afirmación y honra, nutrimos nuestro amor en la relación.

Cantares nos recuerda que el amor de pareja es un regalo sagrado que debe cultivarse con palabras que edifican, compromiso fiel, búsqueda intencional y una mirada llena de gracia y dignidad. Cuando una relación se construye sobre estos principios, refleja el corazón de Dios y se convierte en un espacio de gozo, seguridad y crecimiento mutuo.

Discusión:

1. Lee los puntos de discusión anteriores en grupo, incluidas las citas bíblicas. ¿Cuáles son tus pensamientos iniciales sobre estos puntos?
2. ¿Por qué es importante expresar afirmación verbal en la relación?
3. ¿Qué enseña Cantares sobre la exclusividad en el amor?
4. ¿Qué nos revela la búsqueda de la sunamita sobre el esfuerzo en la relación?
5. ¿Cómo podemos aplicar la mirada de gracia de Cantares 4:7 en la vida diaria?
6. ¿Qué aspecto del amor de Cantares necesitas cultivar más en tu vida?