

«El espíritu del Opus Dei es poner a Dios en medio de todas las cosas del matrimonio»

Un zoom en la pandemia, un libro con más de 10.000 ejemplares vendidos y una cuenta de Instagram han llevado a Pep Borrell por medio mundo "para hablar sobre los matrimonios que disfrutan y cambiar las estadísticas".

Pep Borrell es médico odontólogo, pero como él mismo dice, se dedica a arreglar bocas por la mañana y, por las tardes, los fines de semana y cada vez que puede sacar unos días, a hablar sobre el matrimonio por España y el mundo, para cambiar las estadísticas «porque el matrimonio es para disfrutar, no para aguantar», afirma.

Es autor de *Bailar en la cocina*, un libro breve y animante sobre el matrimonio, que ya acumula más de 10.000 ejemplares vendidos en todo el mundo. En su cuenta de Instagram refleja su pasión por su familia, dar charlas sobre noviazgo y matrimonio y la alegría de la fe.

En esta entrevista cuenta cómo le ayuda su vocación al Opus Dei en su matrimonio y desgrana algunas de las preguntas que más le hacen dando conferencias. Ofrecemos la transcripción de la entrevista.

Cuando nos casamos, en nuestra parroquia no había curso prematrimonial. El sacerdote nos dijo: “No pasa nada. Ya hablaremos un día nosotros”. Lo típico que suele pasar a los católicos: “Como ya sabes de qué va todo, no hace falta que te preocupes mucho”. Pero yo dije: “No, no. Yo quiero hacer un curso prematrimonial”.

En aquella época existía la revista *Mundo Cristiano*, que incluía un recortable para pedir información. Claro, no había Internet ni nada parecido, así que recorté esa ficha y la mandé por correo. Lo que no me di cuenta es que no era para asistir a un curso, sino para convertirte en monitor de cursos prematrimoniales. Entonces, en lugar de recibir información para participar, nos llegó una caja con DVDs, libros y folletos. Básicamente, terminamos

organizando nuestro propio “autocurso” prematrimonial.

Durante la pandemia organizamos unas charlas que llamábamos *ConFEnados*. Las hacíamos por Zoom una vez a la semana y se llenaban de participantes. Una de las charlas más populares fue Cómo tirar la caña con acierto, que tuvo muchísimo éxito. Desde entonces, no hemos parado. Ahora tengo lo que llamo “pluriempleo”: durante el día trabajo rehabilitando bocas y, por la noche y los fines de semana, damos conferencias por todo el mundo.

Para nosotros, esto es lo que llamamos “unidad de vida”. No lo digo en plan sermón, sino como una forma de tener a Dios presente en todo lo que haces en tu vida cotidiana. Lo tengo presente cuando realizo una intervención quirúrgica, cuando doy una charla frente a mil personas, o incluso ahora, mientras

hablo contigo. Es algo impresionante vivir la fe de esta manera. Y es algo que mucha gente desconoce: el espíritu del Opus Dei en las cosas de cada día, incluso en un matrimonio.

San Josemaría decía que bendecía una cama matrimonial con las mismas manos con las que bendecía un altar. Hablaba de matrimonios alegres, y lo que más me gusta de sus enseñanzas es que sus respuestas eran siempre sencillas. Por ejemplo, si alguien le preguntaba: “Mi esposo hace esto o aquello, ¿qué hago?”, él respondía: “Venga, mujer, ponte guapa, saca a tu marido a cenar, váyanse a bailar”. Ese espíritu práctico de vivir la fe es lo que intentamos aplicar desde que nos levantamos hasta que nos acostamos.

5 temas fundamentales que los novios deben hablar antes de casarse

En mi opinión, hay cinco temas fundamentales que las parejas deben hablar antes de casarse:

1. La fe: Es importante entender qué fe tiene cada uno, cómo se vive la relación con Dios y cómo se va a integrar en el matrimonio. Es fundamental casarse con alguien que respete tus creencias y esté abierto al diálogo en este ámbito.

2. Los hijos: Es esencial hablar sobre si quieren tener hijos y cuántos. Aunque no se puede planear todo, es importante tener una idea y discutir qué harían en situaciones difíciles, como si tienen un hijo con discapacidad o enfrentan un diagnóstico complicado. También deben hablar sobre temas éticos,

como la adopción o los métodos de reproducción asistida.

3. La educación de los hijos: ¿Cómo te gustaría educar a tus hijos? ¿Qué valores te inculcaron a ti y cuáles me inculcaron a mí? Es importante crear nuevas tradiciones familiares, dejando atrás las “mochilas” que cada uno carga de su casa.

4. La familia política: Este es un tema crucial. Hay que aprender a convivir con la familia del otro, incluso cuando no sea fácil. Es necesario establecer límites claros para evitar intromisiones y encontrar un equilibrio.

5. El trabajo y la economía: Es vital hablar sobre cómo se repartirán las responsabilidades en casa y fuera de ella. También es importante abordar el tema del dinero: no debería haber cuentas separadas “por si algo sale mal”. El dinero es de los dos y para

los dos, y las decisiones económicas deben tomarse en conjunto.

Estos cinco puntos engloban la mayoría de los problemas que enfrentan los matrimonios. Si se discuten a fondo durante el noviazgo, se pueden evitar muchos conflictos futuros.

Actualmente, se habla mucho de la teología del cuerpo porque ofrece una visión positiva del sexo, y eso me parece fundamental. Es necesario hablar de la sexualidad como algo bueno y positivo, porque fuimos creados a imagen y semejanza de Dios. Dios nos ha regalado la sexualidad como un don y nos dice: “Como tú eres inteligente, te doy este regalo para que lo disfrutes, para que lo goces con tu pareja, pero dentro de ciertas condiciones”. Estas condiciones incluyen que tengamos hijos cuando queramos y que

colaboremos con Dios en la creación de la vida. Es algo increíble.

Los animales se reproducen, pero los seres humanos procreamos, lo que significa que colaboramos con Cristo y con Dios en la creación. Entonces, ¿cómo argumentamos el uso de la sexualidad? ¿Por qué debe reservarse exclusivamente para el matrimonio y no compartirse con una novia, aunque la amemos? Esta es la gran pregunta.

Incluso entre creyentes y católicos, se entiende muy bien que ir cada fin de semana con una persona diferente está mal. Esto es evidente para todos. Sin embargo, cuando se trata de una relación de noviazgo, muchos se preguntan: “Si quiero a mi novia, ¿por qué no puedo tener relaciones sexuales con ella?”.

Necesitamos el cuerpo para expresar que nos queremos. Por ejemplo, cuando saludas a alguien por la calle,

lo miras o le das la mano. A otra persona quizá le das un abrazo, un beso, y a alguien más especial, un beso más fuerte o un abrazo más íntimo. El máximo nivel de intimidad entre dos personas es tener relaciones sexuales. Este acto está diseñado para realizarse solo con una persona, porque implica entrega total, implica darse por completo.

3 preguntas sobre la sexualidad en el noviazgo

Hay tres preguntas frecuentes relacionadas con el tema de la sexualidad:

1. “¿Cómo sé que él o ella es la persona adecuada?”
2. “¿Hasta dónde puedo llegar sexualmente hablando?”
3. “¿Cómo afronto el pasado sexual de mi pareja o el mío propio?”.

La última es especialmente común. Mi consejo es que no se debe preguntar con insistencia ni responder con detalles. Basta con decir: “Tuve relaciones sexuales en el pasado” y no entrar en detalles. Es importante no insistir ni exigir más información. El pasado ya pasó y, por mucho que cueste, hay que asumirlo y seguir adelante.

En cuanto al compromiso, muchas personas tienen dificultades porque sienten que perderán comodidad o libertad. Y sí, es cierto. Elegir una profesión implica descartar todas las demás, y lo mismo ocurre con cualquier decisión importante en la vida. Otro obstáculo es el miedo al fracaso. En una encuesta realizada en Estados Unidos, muchas parejas que vivían juntas pero no se casaban admitieron que su principal motivo era el temor al divorcio. Hemos escuchado tanto que el matrimonio va mal que esto genera miedo.

Finalmente, también influye mucho el “qué dirán”. Actualmente, a muchas personas les cuesta decir: “Tengo novia”, “Me voy a casar” o “Voy a comprometerme para siempre”.

Los que estamos casados tenemos la responsabilidad de promover el matrimonio dando un buen ejemplo. Muchas veces, los jóvenes no se casan por culpa de quienes ya estamos casados. Si nos pasamos el día quejándonos, haciendo chistes sobre el matrimonio o criticando a nuestra pareja, ¿cómo esperamos que los demás deseen casarse? En cambio, debemos mostrar que el matrimonio es algo maravilloso. Es nuestra responsabilidad lograr que nuestros hijos digan: “Quiero vivir como mis padres. Quiero eso para mí”.

Por desgracia, a veces damos demasiada importancia a nuestra

formación profesional y no tanta a nuestra elección de pareja, que es la decisión más importante para alguien con vocación al matrimonio. Piensa en esto: ¿Es más importante ser inspector de Hacienda o formar una buena familia? Esto requiere conocer a tu pareja, hablar en profundidad y no ser excesivamente exigente.

Conozco historias de personas que al principio no sentían atracción por alguien, pero al conocerlo, descubrieron que era muy interesante o atractivo por su conversación, su estilo o sus valores. Somos demasiado exigentes y no dedicamos el tiempo ni el esfuerzo necesarios para conocer a alguien en profundidad. Mi consejo es que no hay que preocuparse demasiado, pero sí ocuparse con seriedad.

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-pa/article/entrevista-
pep-borrell-familia-matrimonio-
noviazgo/](https://opusdei.org/es-pa/article/entrevista-pep-borrell-familia-matrimonio-noviazgo/) (06/02/2026)