

RETIRO PARA PAREJAS

AGOSTO 10, 2019

Toma Acción en el Retiro de Parejas

Mejorando la Comunicación en Tu Matrimonio

Quizás la mayoría están familiarizados con este libro mejor vendido escrito por el autor estadounidense y consejero de relaciones John Gray "Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus". La esencia de este libro es que los hombres y las mujeres son diferentes y, por lo tanto, se comunican de diferentes maneras. Dah! Tiene mucho sentido cuando lo piensas bien?

En Génesis 2:18, la Biblia registra: "Entonces el Señor Dios dijo ... Haré un ayudante que sea justo para él". Para realmente entender la palabra "ayudante", debemos mirar la palabra en su significado hebreo original.

En hebreo, la palabra para "ayuda" usada en Génesis 2:18 y 20 es ezer (pronunciado "ay-zer"), y siempre se usa en el Antiguo Testamento con respecto a poderosos actos de rescate y apoyo. Eran excepcionalmente diferentes, pero también creados de forma única para complementarse y apoyarse mutuamente.

Entonces, ¿cómo podemos enfrentar el desafío de nuestras diferencias con una mejor comunicación? Aquí hay algunas sugerencias de un artículo, "Mejorar la comunicación positiva", en la página de internet enfocados en la familia que puede ayudar.

- **Vive la diferencia!** - Sean cuales sean sus diferencias, debe hacer más que enfrentarlas a regañadientes. Debes celebrar las luces, las sombras y los colores contrastantes que conforman la unión de la carne que llamas "nosotros". La comunicación positiva lo hace posible.

(continúa en la página 2)



Retiro para Parejas en el Hotel Inn en Morro Bay

Respira hondo y relájate. Saborea el ambiente rejuvenecedor de la costa central de California. Acabas de encontrar el paraíso. Rodeado por 4,000 acres de bosques escarpados que dominan la bahía de Morro y el Océano Pacífico, este hotel recientemente renovado es un destino sereno para su escapada costera. Camina por la arena, recorre lugares históricos, o simplemente exhala y sé. Deléitese en una impresionante ubicación frente al mar y descubra uno de los hoteles más emblemáticos de Morro Bay.



Mejorando la Comunicación en Tu Matrimonio

(continúa de la página 1)

- **Disfruta la jornada-** La comunicación real es un viaje: se trata de caminar humildemente unos con otros y con Dios (Miqueas 6: 8). Y el viaje es más importante que el destino.
- **Mas que palabras-** La conversación del corazón trata de ir más profundo. Se trata de la relación y está impulsado por sentimientos y un deseo de comprensión.
- **Mantente curioso** - El esposo y las esposas que se mantienen unidos son buenos estudiantes el uno del otro. Aprenden a hacer preguntas en lugar de emitir un juicio. En lugar de arremeter contra la ira cuando un cónyuge se comporta de manera inexplicable, saben decir: "Dime lo que estás pensando" o "Ayúdame a entender por qué reaccionaste de esa manera en esa situación". Estas parejas sienten una apertura para compartir con entre sí en un nivel de corazón a corazón. No solo se sienten cómodos hablando de hechos y sentimientos, sino que priorizan la comunicación y programan un tiempo regular para conectarse.



Un Mensaje de Sus Directores

Saludos COGOP familiares y amigos. ¡La respuesta a este retiro de parejas de este año ha sido increíble! Hemos llenado nuestra capacidad y hemos cerrado el registro. El año que viene aumentaremos nuestra capacidad para acomodar aún más a nuestras parejas. El retiro llegará antes de que nos demos cuenta, ¡así que prepárate! Esperamos que Dios renueve y refresque a todas las parejas que asisten. Nos vemos allí.

¿Cuál es Tu Lenguaje de Amor?

Se aman el uno al otro, ¿verdad? Entonces, ¿por qué parece que no estás en la misma página? El problema más común en cualquier relación es la barrera de comunicación. Todos experimentan el amor de manera diferente, y es fácil pasar por alto cuando se trata de demostrar que te importa. Aprende a identificar la raíz de tus conflictos, da y recibe amor de maneras más significativas y acércate más que nunca. En su libro, Los 5 Lenguajes de amor, el Dr. Gary Chapman explica estos cinco lenguajes de amor.

- **Palabras de Afirmación-** Estas personas afirman palabras para afirmar a otros.
- **Actos de Servicio** - Por esta persona, acciones hablan más que palabras.
- **Recibir Regalos** - Para algunas personas, lo que les hace sentirse mas querido, es recibir un regalo.
- **Tiempo de Calidad** - Este lenguaje es acerca de darle a la otra persona tu atención.
- **Toque Físico** - Para esta persona, nada habla mas profundo que un toque profundo y perfecto.

Comprender estos 5 lenguajes de amor puede cambiar la efectividad de cómo te comunicas en tu matrimonio. Puede obtener más información visitando www.5lovelanguages.com.

