

# RETIRO PARA PAREJAS

SEPTIEMBRE 10, 2019

## Toma Acción en el Retiro de Parejas

### Creación de Cumplimiento en los Años Intermedios

El tiempo entre los primeros cinco años de matrimonio hasta que se produzcan los cambios físicos y hormonales del envejecimiento puede considerarse los "años intermedios". Estos son a menudo años agitados con hijos en el hogar, presiones laborales y muchas otras actividades que agotan la energía de una pareja. suministro, incluida la energía para el deseo sexual y la capacidad de respuesta. Este es un momento para determinar las prioridades.

Para mantener viva la pasión durante este tiempo, es vital que las parejas tengan la intención de mantenerse conectadas y planificar momentos íntimos juntos. Esta puede ser la etapa de su matrimonio cuando la programación se hace necesaria. Las parejas que crecen en pasión durante estos años son aquellas que toman decisiones mutuas con respecto a sus momentos sexuales juntos en lugar de tener relaciones sexuales por deber o demanda. La demanda, ya sea sutil o abierta, ahoga el deseo sexual. El "sexo de deber" mata la pasión de ambos cónyuges con el tiempo.

Para mantener viva la pasión en todas las etapas del matrimonio, alentamos a las parejas a practicar nuestra "Fórmula para la intimidad" (ver más abajo). Ya sea que las parejas estén en los primeros años de adaptación del matrimonio o en esos desafiantes años intermedios, la pasión de una relación se puede saborear o reavivar. Las parejas podrán mantener viva la chispa al tomarse el tiempo el uno para el otro: tiempo para hablar, divertirse y besarse. Los besos apasionados diarios mantienen la luz del piloto encendida para que las llamas se puedan encender fácilmente. Si se toma el tiempo y se compromete a trabajar para desarrollar una pasión más profunda basada en la verdadera intimidad, su matrimonio crecerá y brillará con mayor vitalidad a lo largo de su vida.

(continúa en la página 2)

### Lo que Realmente Significa Acariciar a su Cónyuge



Una de las formas más fáciles de descubrir la diferencia entre amar y apreciar es comparar el famoso capítulo bíblico sobre el amor (1 Corintios 13) con el Cantar de los Cantares, un libro dedicado a apreciar. Considera lo siguiente:

**Amor** se trata de ser amable y altruista. "El amor es paciente y amable" (1 Corintios 13: 4).

**Apreciar** se trata de ser entusiasta y cautivado. "Cuánto mejor es tu amor que el vino y la fragancia de tus aceites que cualquier especia" (Cantar de los Cantares 4:10).

**Amor** tiende a ser tranquilo y discreto. "El amor no envidia ni se jacta" (1 Corintios 13: 4).

**Apreciar** se jacta audaz y ruidosamente. "Mi amado es radiante y rojizo, distinguido entre diez mil" (Cantar de los Cantares 5:10).

(continúa en la página 2)

## Creación de Cumplimiento en los Años Intermedios

(continúa de la página 1)

### Formula Para La Intimidad

- *Conecta 15 minutos al día*

Emocionalmente: Mírense a los ojos; compartan un pensamiento positivo, sentimiento o afirmación del otro.  
Espiritualmente: comparta una lectura inspiradora y una oración. Físicamente: abrazo por 20 segundos; bésate apasionadamente durante 5 a 30 segundos sin tener sexo.

- *Una Tarde a la Semana*

Camina, cita, acaricia sin exigencias.

- *Un día cada trimestre*

Tómese un tiempo para una diversión especial y jugar juntos sin distracciones; lidera y enseña un toque agradable.

- *Un Fin de Semana Al Año*

Pase tiempo juntos, lejos o en casa, sin distracciones.

Copyright © 2013 by Dr. Clifford and Joyce Penner. From the Focus on the Family website at [FocusOnTheFamily.com](http://FocusOnTheFamily.com).



## Un Mensaje De Sus Directores

¡El Retiro de Parejas ya casi está aquí y no podríamos estar más emocionados! Aunque el registro está cerrado, Rita y yo queremos agradecer a nuestra familia COGOP por su abrumadora respuesta. El retiro de este año contará con excelentes presentadores de talleres. Busque nuestro próximo boletín para una introducción a nuestros talleres y presentadores. Gracias de antemano por sus oraciones y apoyo.

## What Cherishing Your Spouse Really Means

(continúa de la página 1)

**Amor** piensa en los demás con desinterés. "[El amor] no es arrogante ni grosero. No insiste en su propio camino" (1 Corintios 13: 4-5).

**Apreciar** piensa en su amado con alabanza. "Tu voz es dulce, y tu rostro es encantador" (Cantar de los Cantares 2:14).

**Amor** no quiere lo peor para alguien. "[El amor] no se regocija por las malas acciones" (1 Corintios 13: 6).

**Apreciar** celebra lo mejor de alguien. "Mira, eres hermosa, mi amor; he aquí, eres hermosa" (Cantar de los Cantares 1:15).

**Amor** aguanta mucho. "[El amor] espera todas las cosas, las soporta todas". (1 Corintios 13: 7).

**Apreciar** disfruta mucho "Su boca es muy dulce, y es totalmente deseable". (Cantar de los Cantares 5:16).

El amor y la apreciación se complementan entre sí. Sin la fuerza fundamental del amor, el amor no durará. Será un ideal sentimental que se pierde en el mundo real. Sin apreciar, el amor se siente como un deber más que una delicia. No quiero que mi esposa piense que estoy con ella solo porque Dios dice que no tengo permitido irme; Quiero que piense que mi mayor deleite es compartir la vida con ella.

Hombres, nuestras esposas quieren más que simplemente ser amadas. Quieren escuchar: "Has cautivado mi corazón, mi hermana, mi novia; cautivaste mi corazón con una mirada de tus ojos" (Cantar de los Cantares 4: 9).

Y esposas, sus esposos quieren más que ser tolerados. Quieren escuchar: "Como un manzano entre los árboles del bosque, así es mi amado entre los jóvenes" (Cantar de los Cantares 2: 3).

Dave Wilson, cofundador de Kensington Community Church, preguntó a siete líderes varones: "¿Cuántos de ustedes tienen una esposa que los ama?" Y cada hombre levantó la mano para indicar que sí. Luego preguntó: "¿Cuántos de ustedes tienen una esposa a la que ustedes le agradan?" Y cada mano cayó.

Todos los esposos se sentían amados. Ninguno se sintió apreciado.

From an article by Gary Thomas at [FocusOnTheFamily.com](http://FocusOnTheFamily.com)