

RETIRO PARA PAREJAS

FEBRERO 2021

CALIFORNIA

Amor de la Vida Real

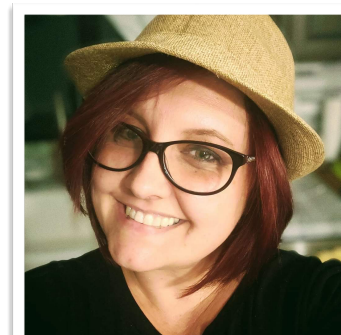
por Amy Arabian

Prepárense, ya viene! La festividad con la que todos parecemos tener una relación de amor / odio. Entramos en pánico en el pasillo de las tarjetas y gastamos cantidades obscenas de dinero en osos de peluche de caros. ¿Y quién puede olvidar la caja gigante de chocolate? ¡Lo has adivinado, San Valentín! Esta fiesta tiene sus pros y sus contras. La ventaja es que nos da la oportunidad de mostrar amor, afecto y aprecio enfocados. La desventaja es que podemos sentirnos presionados a actuar de alguna manera; esto se aplica tanto a hombres como a mujeres.

Mi esposo y yo celebramos juntos 24 días festivos de San Valentín (21 casados, 3 saliendo), así que pensé en compartir algunas ideas prácticas y cotidianas con ustedes sobre cómo expresar amor. No me malinterpretes, me gusta el día de San Valentín pero, sinceramente, me encanta más cuando no espero una atención especial. ¡Nos gusta mantenerlo picante! Cuando usted y su cónyuge se conectan a menudo, se convierte en un hábito natural. No tiene por qué ser un gran gesto todos los días.

Aquí hay algunas sugerencias:

- Saludaos por la mañana. Quizás sea con una taza de café caliente. (mi "buenos días" favorito). Es muy fácil adquirir el hábito de salir corriendo, pero tomarse unos minutos para conectarse puede hacer que su día comience con una gran nota.
- Pasen tiempo devocional juntos, esto es muy importante. Sí, el tiempo personal también lo es, pero algunas de nuestras mejores conversaciones han surgido al leer la Palabra juntos. Esto puede ser algo que hagan juntos por la mañana o antes de acostarse, de cualquier manera, es vital.
- Pregúntele a su cónyuge "¿Cómo puedo ayudarlo hoy?". Esto puede parecer pequeño, pero para aquellos cuyo lenguaje del amor son actos de servicio (Los 5 lenguajes del amor por Gary Chapman); este es un gran refuerzo de amor.



- Tome de la mano con frecuencia. Sé que algunas parejas no se sienten cómodas con el afecto público, pero este es un pequeño gesto que puede significar mucho. Casi todos los viajes en automóvil que tomamos mi esposo y yo; estamos tomados de la mano. Después de 24 años de hacer esto (sí, incluso cuando salimos) es un hábito que ambos disfrutamos.
- Acostarse a la misma hora. Esto no solo nos da la oportunidad de conectarnos en una conversación, sino también de manera íntima. La intimidad no ocurre simplemente; tenemos que tener un propósito.

Quizás gastes mucho dinero en un oso de peluche gigante, derroches en un masaje en pareja. O tal vez lo que ha planeado es pedir pizza y ver juntos su película favorita. Cada uno de nosotros encontrará diferentes formas de decir "te amo", pero el punto es decirlo de una manera que se adapte a su cónyuge. El amor es una aventura cotidiana. Cantar de los Cantares 2:16 lo resume: "Yo soy mi amado y mi amado es mío". Algunos días son un poco más salvajes que otros, pero no olvides que estás viajando en el mismo auto, ¡es mejor tomarse de la mano!

Amy ha estado casada por 21 años con su novio de la escuela secundaria, Bryan, quien cultiva un viñedo familiar. Juntos pastorean una iglesia local en Kerman. Tienen una hija adolescente muy valiente. Amy siente pasión por animar a los demás en la vida cotidiana a través de su blog (FreeBirdWords.wordpress.com) y su podcast (ChirpCast).