

Los 5 lenguajes del amor

 www.buscadedios.org/los-5-lenguajes-del-amor/

Vida y Relaciones

Adaptado del libro de Gary Chapman

En Efesios, Pablo compara el amor que Cristo tiene por la iglesia al que existe entre un esposo y una esposa. Sabemos cómo Jesús amó. Él era desinteresado y sacrificial para con nosotros cuando eligió ir a la cruz para morir por nuestros pecados y no por los suyos. Este mismo tipo de amor debe ser evidente en nuestros matrimonios. Esto no quiere decir que tienes que morir, literalmente, por tu cónyuge. Pero sí significa que podría tener que “morir” a algunos de tus propios deseos, necesidades o expectativas para el bien de tu pareja.

Gary Chapman escribió un libro increíble llamado [Los cinco lenguajes del Amor](#) que pone este concepto de amor sacrificial en términos más prácticos. Esta es la premisa: cada persona tiene una forma primaria de cómo muestra y recibe amor. Hay cinco categorías principales de las cuales elegir.

1. Palabras de afirmación:

Mostrando amor con tus palabras. Cosas como: “Te amo”, “Eres tan increíble porque ...”, “Eres hermosa / guapo.”

1. Tiempo de calidad:

Mostrando amor pasando tiempo juntos. Esto es algo más que sentarse en la sala viendo la televisión. Han de pasar tiempo significativo juntos. Cosas como: una cita amorosa, salir a caminar, sentarse en el porche y hablar sobre su día.

1. Regalos:

Mostrando amor dando regalos, grandes o pequeños. Cosas como: flores, joyas, dulces favoritos.

1. Actos de servicio:

Mostrando amor haciendo cosas prácticas para ellos/ellas. Cosas como: Limpiar la casa, lavar la ropa, arreglar cosas en la casa.

1. El contacto físico:

Mostrar amor a través del afecto. Cosas como: tomarse de las manos, caricias en el sofá y el acto sexual.

Aquí está el desafío. El punto no está en descubrir tu propio lenguaje para después amar a tu cónyuge en ese idioma. El reto es encontrar cuál lenguaje es el de tu cónyuge y elegir amarla,lo en ese idioma. Esta es una tarea difícil. Siempre es más natural hablar nuestro propio idioma. Se requiere un esfuerzo para amar en un lenguaje que no es el tuyo propio.

Habla de esto con tu cónyuge. Usa la siguiente [forma si deseas obtener una evaluación rápida de tu lenguaje de amor y toma un breve inventario](#). Elige amar a tu pareja sacrificialmente para aprender a amar de la manera que él o ella necesita ser amado,a.

Preguntas para comentar:

1. Preparación: Ver el video juntos o invita a alguien para [resumir el tema](#).

2. *¿Cuál es tu reacción inicial al video/artículo? ¿Está de acuerdo con alguna parte? ¿Qué saltó a la vista?*
3. Enumera los cinco lenguajes del amor. ¿Cual es el tuyo? ¿Cuál es el de tu ser querido?
4. *¿Cuáles era el lenguaje de amor de tus padres? ¿Cómo les fue al hablar ese lenguaje el uno al otro?*
5. *¿Qué lenguaje de amor tienes más dificultades para comprender? Explica.*
6. *¿Cuál es el principal consejo del resumen del video? ¿Qué le dirías de ese consejo?*
7. **Llévatelo:** Escribe una [medida de acción personal](#) basada en esta conversación.