

7 'tips' para cuidar el amor

Publicado: Martes, 03 Diciembre 2019 01:12

Escrito por M^a José Calvo



Hay que aprender a priorizar la relación. No basta con querer, ni con tener sentimientos que nos hagan volar; hay que expresarlo, agradecerlo, fomentarlo, ¡vivirlo! Cuando apetece, y sale solo, y cuando cuesta más...

El amor es un gran regalo, el mayor regalo que podamos imaginar, pero debe cuidarse y custodiarse, para que se desarrolle y crezca. Hemos tratado que, el amor de pareja hay que **trabajarlo y comunicarlo**. Si no se cuida y se "riega", se puede secar. Incluso morir. Por eso, es vital cada día **pensar qué detalles vamos a tener con la persona querida**, para alimentar ese amor.

Cada persona desea en el fondo de su alma ser tenida en cuenta, **ser querida**. También querer, en esa relación recíproca en que consiste el amor de pareja. Donde uno más uno siempre es uno: un solo equipo, **un solo corazón**.

Para ello hay que aprender a **priorizar la relación**. No basta con querer, ni con tener sentimientos que nos hagan volar; hay que **expresarlo, agradecerlo, fomentarlo, ¡vivirlo!** Cuando apetece, y sale solo, y cuando cuesta más...

7 'tips' para cuidar el amor

Publicado: Martes, 03 Diciembre 2019 01:12
Escrito por M^a José Calvo

Es preciso centrarse en lo esencial: pensar primero en el ser querido, ponerlo en el centro del corazón. Cambiar la perspectiva del "yo" al "tú", para que madure ese amor.

Concentrar toda la energía en intensificar y mejorar el amor, en aquilatarlo, en hacerlo más delicado, real y efusivo. Y siempre, **contar con el poder del perdón para sanar heridas...**

Ahí van 7 "tips"

1. Admirar **sus cualidades**, incluso decírselas, porque muchas veces no es muy consciente. A ellos en especial, les gusta que se les admire.
2. **Lo mío es tuyo**. Olvidarse de "lo mío", " lo tuyo"... Ya todo es "nuestro".
3. Es vital reservar un **tiempo juntos** de relax, disfrutando. Un café, una minivuelta de paseo..., una película que nos gusta, que luego comentamos..., o una novela.
4. **Hacer equipo**. Fomentar el "nosotros". Comprender, ver sus necesidades como propias, mostrar **empatía** con quien más queremos.
5. **Apoyarle** en lo que necesite. Saber animar o **motivar** en la dirección correcta, para que pueda lograr su mejor personalidad. Pero ¡la suya!
6. **Disfrutar juntos**, recordar fechas importantes, celebrar momentos inolvidables, poniendo de nuevo el corazón en ello.
7. El corazón se alimenta de **los sentidos**. La cercanía estimula el sentimiento. Como dice un amigo, para quererse hay que "rozarse"...

Y, el "broche de oro" que integra todo ello, y une de veras, es **¡el perdón!** "No dejes que se ponga el sol sin haber pedido perdón". Aunque parezca que tenemos razón..., que nunca se tiene del todo. Puede bastar un beso, un guiño, una mirada..., y es la forma de **reiniciarse y volver a confiar y querer**. Pase lo que pase.

A través de ese **empeño por querer al otro**, aunque no siempre se consiga, el amor mejora y se perfecciona. Con esa fuerza, renovada cada día, y **potenciada con los sentimientos que ayuden a estar más unidos**, se aprende a pensar más en la persona querida que en uno mismo.

Entonces, **la mirada y el pensamiento se van hacia aquel a quien se quiere**. Y sin exigencias ni pretensiones, con ese cariño hondo, que descubre sus cualidades y fortalezas, **le animamos a desarrollar toda**

7 'tips' para cuidar el amor

Publicado: Martes, 03 Diciembre 2019 01:12

Escrito por M^a José Calvo

su potencialidad y belleza. Le mostramos su *mejor versión*, lo que puede llegar a ser, con nuestra ayuda, y le damos energía para dar vida a ese ideal.

Concretando, para **hacer más real este proyecto de dos**, trabajando en equipo, uniendo fortalezas, y logrando sinergia, podemos pensar, incluso agendar, **cada día unas ideas y detalles que demuestren ese cariño, que vayan construyendo y consolidando dicho amor.**

Aquí lo importante es concretar y hacer planes de acción. Si son entre los dos, mejor.

Espero que te haya gustado, que comentes y compartas con tu familia y amigos. ¡¡Muchas gracias!!

Dejo algunos enlaces relacionados con el tema:

[Mantener fresco el amor](#)

[La confianza](#)

[Sinergia en pareja](#)

[Nuestro-mejor-proyecto](#)

[Comunicar-el-amor](#)

[Los-detalles-en-el-amor](#)

[Relaciones familiares](#)

¿Conciliar?, o mejor sinergia: [Si quieres ¡puedes!](#)

[La rutina no es tan mala](#)

M^a José Calvo es Médico de Familia

Fuente: optimistaseducando.blogspot.com