

# Citas De 10 Minutos

## 3 COSAS QUE AMO DE TI

*Esta cita es una oportunidad para decirse las cosas que a menudo no se dicen pero deberían.*

### Beautiful Marriages Español

Quieres saber que tu cónyuge está de tu lado, que te ama tanto (o más) hoy que el día que te casaste, tu cónyuge quiere lo mismo de ti

#### Prepararse

La mayoría de la gente disfruta casi tanto anticipando una noche de cita como lo hacen en la cita real, así que comienza tus preparativos en la mañana. Aproveche al máximo el hecho de tener algo que esperar.

#### Arreglarse

Dúchate, afeitarte, cepíllate el pelo y los dientes, ponte unos pantalones que no estén sostenidos por una cintura elástica, ya sabes, haz el tipo de cosas que solías hacer cuando intentabas impresionar a tu cónyuge.

#### Elige Una Hora

Determina el mejor momento para tu cita. ¿Cuándo puedes crear 10 minutos de tiempo ininterrumpido a solas con tu cónyuge? Si usted tiene niños mayores, puede darles acceso a una pantalla o a un juego de consola para ganar algo de tiempo. Si tus hijos son más pequeños, puede que tenga que esperar hasta que se duerman. Aquí está la cosa: ya sabes los ritmos de tu familia. Elija un momento que le dé prioridad a usted y a su cónyuge y reduzca el riesgo de distracciones.

#### Hacer Un Poco De Tarea

Para esta fecha, cada uno necesitará una copia de la hoja de actividad de "3 cosas que amo de ti" Planee tomarse un tiempo antes de la fecha para "llenar la hoja (en serio, no querrás presentarte hasta esta fecha sin estar preparado)

#### Ir

Cuando llegue el momento, vaya a su lugar designado para la cita, preferiblemente un lugar tranquilo y aislado. Recuerde: Los próximos 10 minutos son sobre usted y su cónyuge. Estén presentes el uno con el otro.

#### Hazlo

Esta cita es simple. Solo compartan entre ustedes lo que escribieron en la hoja 3 cosas que amo de ti. Use esto como un momento para elevar a su cónyuge. Asegúrate de que sepan cuánto lo/la amas y lo/la apoyas.

#### Desafío

Si te sientes atrevido, hazle esta pregunta a tu cónyuge: ¿Qué es lo que puedo hacer para comunicar mejor mi amor por ti?

#### Sigue Así

Piense en un pequeño acto de bondad que pueda hacer por su cónyuge durante los próximos 5 días. ¡Y luego hazlo!

# 3 Cosas Que Amo Sobre Ti

Todos necesitamos afirmación y tranquilidad. Todos necesitamos saber que no lo estamos haciendo solos, que tenemos a alguien a nuestro lado apoyándonos y animándonos.

Tu cónyuge quiere que tú más que nadie en el mundo seas esa persona para ellos.

Tres cosas que amo de ti es una manera simple de poner tus pensamientos sobre tu cónyuge en un papel y luego comunicarlos. es una manera práctica de vivir su papel como la animadora número uno de su cónyuge

## Paso 1: Tres Cosas

En el espacio a continuación, escriba tres cosas que ama de su cónyuge: habilidades, talentos, rasgos de personalidad, características físicas. Ellos podrían

Puede ser cualquier cosa Solo necesitan significar algo para ti.

Amo . . .

1)

2)

3)

. . . acerca de ti.

## Paso 2: Por Qué Amas Esas Cosas

En el espacio a continuación, escriba algunas notas sobre por qué ama esos aspectos de su cónyuge. ¿Cómo han mejorado tu vida? ¿Cómo podrían ayudarte a crecer?

¿Cómo podrían ofrecer fortaleza en las áreas en las que eres débil?

## Paso 3: Dígaselo A Su Cónyuge

En su cita, guíe a su cónyuge a través de lo que anotó en los Pasos 1 y 2.

Dígale lo que ama de él/ella y por qué. Deje que su cónyuge sepa cuánto significa para usted compartir la vida con ellos.

Más cosas divertidas

- Si tiene más de 10 minutos, consulte nuestra cita nocturna gratuita en línea, "Your Best Night In", en [yourbestnightin.com](http://yourbestnightin.com).
- Membresía de personas casadas en [marriedpeople.org/home](http://marriedpeople.org/home)
- "Tu mejor nosotros", de Ted Lowe. Un libro de matrimonio para personas a las que no les gustan los libros de matrimonio.