

Más de cincuenta maneras
para mejorar su matrimonio

Lionel Hartley. Doctor

Para construir un matrimonio mejor debemos ser proactivos.

Aquí hay algunas sugerencias invaluable que puede poner en práctica de inmediato para que su matrimonio sea grandioso.

1. Di "te amo" todos los días.
2. Di tu verdad de manera respetuosa.
3. Pide lo que quieras o necesites.
4. Comparte tus sentimientos con frecuencia.
5. Busque ayuda con conflictos no resueltos.
6. Felicite a su cónyuge todos los días.

7. Cambie usted mismo en lugar de intentar cambiar a su cónyuge.
8. Luce lo mejor posible, vístete y mantente bien arreglado.
9. Reduce tus expectativas.
10. Aprendan a disfrutar de la compañía de los demás.
11. Apoyen los objetivos individuales de cada uno.
12. Creen metas juntos y planifiquen buenos momentos. .
13. Hagan juntos algún servicio comunitario.
14. Coman tantas comidas juntas como sea posible.
15. Coma despacio y escuche atentamente cuando el otro habla.
16. Nunca critiques la cocina.
17. Sé la primera persona en recoger el

platos de la mesa.

18. Sírrete tú mismo al final.

19. Regale siempre la galleta o el trozo de pastel sobrante.

20. Toca a tu cónyuge varias veces al día.

21. Bésate todos los días, no te apresures.

22. Discúlpate y expresa cómo cambiará tu comportamiento.

23. Perdona sin contar el número de veces.

24. Pasar tiempo lejos el uno del otro.

25. Sea digno de confianza y escrupulosamente honesto.

26. Quitar la televisión o la computadora desde tu dormitorio.

27. Haz el amor con frecuencia, tómate tu tiempo.

28. No den por sentado al otro.

29. Dense espacio unos a otros.

30. Ofrécete para ayudar con las tareas diarias; mejor aún, ¡simplemente hazlo!

31. Di 'por favor' y 'gracias' sin importar cuán grande o pequeño sea el acto.

32. Compartir los intereses de los demás.

33. Oren y adoren a Dios juntos.

34. Comuníquense mientras están separados por 'telefono o mensajes de texto.

35. Limpiar el auto del otro.

36. Miren juntos televisión o un DVD; apaguen el teléfono.

37. Hablar (esto incluye escuchar) entre ellos durante 30 minutos al día.

38. Sonrían con frecuencia y mírense a los ojos.

39. Programe 'citas nocturnas' con regularidad.
40. Abrazarse con frecuencia.
41. Sorpréndete el uno al otro.
42. Pasar juntos al menos 3 fines de semana solos cada año.
43. Planifiquen y cumplan juntos su presupuesto.
44. Siempre discuta las compras importantes antes de realizarlas.
45. Reír juntos a menudo.
46. Nunca se amenacen unos a otros.
47. Salgan a caminar juntos, tomados de la mano.
48. Respétense unos a otros.
49. Manténganse puros los unos para los otros; dejen en paz la lujuria y la pornografía.
50. Recuérdense unos a otros con frecuencia que son un equipo.

