



REFLEXIONES SOBRE EL NOVIAZGO **SIXTO PORRAS / ENFOQUE A LA FAMILIA**

Serie: Noviazgo Saludable. Artículo 1 **"Características de relación saludable"**

Sixto Porras

El noviazgo es más que una aventura romántica, o pasajera. El noviazgo requiere compromiso, respeto mutuo, conocerse, valorarse, y debe ser una relación abierta y respetable.

Si usted quiere saber si la persona con la cual está saliendo es la que más le conviene para esposo o esposa, entonces puede que le interese conocer las diez características de una relación saludable.

Características que identifican una relación saludable en el noviazgo:

1. Usted y su pareja son buenos amigos y realmente disfrutan estar juntos. Una encuesta indicó que la amistad es el ingrediente más importante de todos en la relación de pareja.
2. La comunicación es fácil, natural y franca. Usted siente que le puede decir cualquier cosa a su pareja sin temer que él o ella le juzgue o critique.
3. Usted y su pareja tienen ideales y valores familiares en común, y ambos han demostrado que son fieles a ellos.
4. Ustedes dos, piensan que el matrimonio es un compromiso de por vida y están firmemente decididos a tener una relación permanente si llegan a casarse.
5. Cuando hay conflictos y diferencias, son capaces de superarlos en vez de dejarlos fermentar.
6. Les gusta divertirse juntos.
7. Cree que su pareja le conoce a fondo y aun así le acepta y le ama.
8. Su familia y sus amigos están realmente de acuerdo con la relación.
9. La mayor parte del tiempo usted se siente atraído hacia su pareja, y el uno se siente bien con el otro casi todo el tiempo.
10. Tienen una relación saludable, segura y estable.

Si todas estas características están presentes en su relación, las oportunidades de tener un noviazgo exitoso son grandes.

Enfoque a la Familia
"Sin Excusas"

<http://www.enfoquealafamilia.com/default.aspx?go=article&aid=1004>

Serie: Noviazgo Saludable. Artículo 2 "Respeto mutuo"

Sixto Porras

El respeto mutuo es fundamental para que la relación sea firme y perdure. Respeto por uno mismo y por la otra persona.

El respeto es el combustible que alimenta el fuego, es más, el respeto precede al amor, ya que, por más atractiva o apasionada que sea una persona, si no hay respeto, es seguro que esa relación no tendrá un resultado feliz.

Para tener éxito en la vida, trate a cada persona como quiere que le traten a usted, busque maneras de atender las necesidades físicas, emocionales y espirituales de los que le rodean.

Combata cualquier deseo de egoísmo y de sacar ventaja injusta sobre los demás.

Trate de disfrutar la amistad de quienes le rodean. No apresure las relaciones románticas, es mejor tener buenos amigos.

Como una regla general, no arriesgue lo que no puede darse el lujo de perder; una linda amistad, su proyecto de vida, su salud sexual y reproductiva, sus amigos.

Enfoque a la Familia
"Sin Excusas"

<http://www.enfoquealafamilia.com/default.aspx?cat=60&aid=&anum=3>

Serie: Noviazgo Saludable. Artículo 3 "La Libertad en la Relación"

Sixto Porras

Una de las características fundamentales del amor, es la libertad. El amor no se impone y no se suplica. El amor crece cuando es libre. Por eso, cuando uno de los dos termine con el otro, déjele ir, no llore, no suplique, no ruegue. Puede llorar con sus amigos, pero no frente a su expareja.

Es importante que cada uno se sea libre para amar, es decir, no podemos construir una jaula alrededor de nuestra pareja alegando que ella nos pertenece.

Debemos estar dispuestos a permitir que la otra persona se sienta libre, aun cuando llegue a causarnos un gran dolor el dejarla ir. Cuando hacemos esto, estamos aumentando las posibilidades de que la persona amada no se vaya, ya que la puerta de la jaula ha sido abierta y se ha reafirmado el autorrespeto.

Hay que respetar la libertad de nuestra pareja, de otra forma, el amor se va a ahogar; por eso, es bueno mantener actividades fuera de la relación romántica.

Enfoque a la Familia
"Sin Excusas"

<http://www.enfoquealafamilia.com/default.aspx?cat=60&aid=&anum=4>

Serie: Noviazgo Saludable. Artículo 4 "¿Con quién me casaré?"

Sixto Porras

Algunos aspectos importantes a tomar en cuenta:

- Debe gustarle físicamente.
- Debe ser alguien que respete y admire.
- Debe compartir mis valores familiares.
- Debe tener metas claras e ir en pos de ellas.
- Debe ser una persona realizada.
- Debe gustarle la familia.
- Debe tener un gran deseo de superarse.
- Debe ser alguien que ha alcanzado madurez emocional.
- Aunque sus emociones estarán ligadas a la suyas, no debe crear una dependencia emocional.

Elabore su propia lista, defina claramente con quien le gustaría casarse.

No se case con alguien que tenga costumbres que le resultan intolerables, esperando que cambie cuando se casen. Nadie cambia cuando al casarse, el matrimonio acentúa lo que hoy observa.

Si no puede vivir con alguien que es un bebedor, que está en drogas, o que es desaseado, o celoso en extremo, entonces no se case con esa persona. Las posibilidades para un mejoramiento o cambios en las costumbres son mínimas. Lo que ve, es lo que obtendrá. Por lo que es bueno mantener los ojos bien abiertos antes de casarse para observarlo todo.

Enfoque a la Familia

“Sin Excusas”

<http://www.enfoquealafamilia.com/default.aspx?cat=60&aid=&anum=5>

Serie: Noviazgo Saludable. Artículo 5 "Los Sentimientos"

Sixto Porras

Los sentimientos no son ni buenos ni malos. El problema es lo que hacemos con ellos. Durante la adolescencia, el sentimiento intenso de "estar enamorado," no es una emoción muy confiable. Este intenso afecto puede evaporarse en cuestión de días, dejando a la persona confundida (y quizás infelizmente casada). La única manera de saber si realmente se ama a otra persona, es dar suficiente tiempo para conocerse.

Una vez que la decisión está hecha para contraer matrimonio, entonces el compromiso mutuo será mucho más importante que los sentimientos, que sin duda vienen y se van.

Muchas veces no pensamos en el peso que tiene un noviazgo, y tenemos la mentalidad de que podemos a ser novios porque nos gustamos. No nos damos la oportunidad de conocer a esa persona en un plano de simple amistad, y esta etapa es muy importante porque al ser novios, se supone que seguimos siendo amigos.

El vínculo emocional producido durante el noviazgo, es la clave de los matrimonios duraderos. Cuando somos amigos, tenemos la oportunidad de conocernos tal cual somos, y genera un vínculo emocional que es complementario al conocimiento físico.

El noviazgo se nutre de conversaciones sinceras y agradables, en las que los dos hablan "secretos de enamorados." Conversan incesantemente de cualquier cosa y de todo. Cuando se casan, hay muy poco que no haya sido ya revelado de ambos. Los compromisos románticos nacen en estas prolongadas conversaciones.

El amor, es una decisión inteligente, no un capricho emocional

Enfoque a la Familia

"Sin Excusas"

<http://www.enfoquealafamilia.com/default.aspx?cat=60&aid=&anum=6>