

## **Restaura el amor y la ternura**

Saludos y bendiciones para ti...

Hoy vamos a orar por una de las áreas que más sufre con el paso del tiempo, las heridas y la rutina: el amor y la ternura en el matrimonio. Lo que antes era cercanía, palabras suaves y gestos espontáneos puede transformarse en frialdad, distancia o indiferencia. Sin embargo, Dios es especialista en reavivar lo que parecía apagado.

### **Texto bíblico clave**

1 Corintios 13:4-7 (RVR1960)

“El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.”

### **Preguntas para reflexionar**

- ¿He permitido que la rutina, el cansancio o el dolor apaguen la ternura hacia mi cónyuge?
- ¿Qué pequeños gestos de amor he dejado de practicar con el tiempo?

### **Reflexión**

El amor en el matrimonio no se sostiene solo con palabras, sino con acciones diarias de ternura, respeto y cuidado. Cuando dejamos que el desgaste y las heridas gobieren el corazón, la frialdad comienza a ocupar el lugar de la cercanía.

Dios no nos llama a vivir un amor superficial, sino un amor que madura, que se profundiza y que aprende a amar aun en medio de las imperfecciones. Restaurar el amor no es volver atrás, sino permitir que el Espíritu Santo renueve el corazón y nos enseñe a amar de una manera más sana, paciente y verdadera.

### **Oración guiada**

Señor amado, hoy vengo delante de Ti para pedirte que restaures el amor y la ternura en mi matrimonio. Reconozco que en ocasiones he dejado que la rutina, el cansancio y las heridas enfrién mis palabras y mis gestos hacia mi cónyuge.

Te entrego cada momento de indiferencia, cada palabra dura y cada actitud de frialdad que ha generado distancia entre nosotros. Espíritu Santo, derrama Tu amor en nuestro corazón y enséñanos a tratarnos con delicadeza, respeto y paciencia.

Quita todo orgullo que impida la ternura, toda dureza que cierre el corazón y todo enojo acumulado que apague la chispa del amor. Ayúdanos a volver a mirarnos con los ojos de Tu gracia y a expresar amor no solo con palabras, sino con acciones concretas que edifiquen nuestra relación.

Hoy declaro que nuestro matrimonio puede ser renovado en amor, y que en Ti podemos volver a caminar con ternura, respeto y esperanza.

En el nombre de Jesús. Amén.

### **Tarea espiritual del día (cuaderno)**

En tu cuaderno escribe tres gestos de ternura que solías tener con tu cónyuge y que has dejado de practicar. Durante esta semana, propónete retomarlos de manera intencional.

### **Declaración del día**

El amor de Dios renueva mi matrimonio y me capacita para amar con ternura y paciencia.

**PALABRAS DE SABIDURIA**

Paula Pires

El amor humano puede desgastarse, pero el amor que viene de Dios nunca se agota.

Cuando Él es la fuente, la ternura puede volver a florecer.

### **Cree, confía y espera.**

Dios te bendiga.

