

Repara
Tu Relación
En
21 DIAS

**ENTRENAMIENTO PARA
RETIROS DE PAREJAS**

UNA GUIA DE

Matrinoviazgo

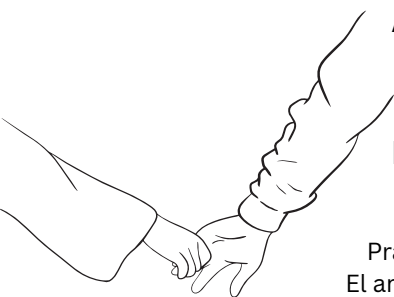
REPARA TU RELACION EN 2 SESIONES

Está basado en nuestro 1er E-book;
un programa de acompañamiento y entrenamiento
que te ofrecemos, para crear hábitos que te
ayudarán a reparar tu relación.

Tendrás una guía completa con un mensaje para
cada día con todo lo que tienes que hacer hasta
finalizar el entrenamiento.

Al fin de cada instrucción podrás ir
Progresando y venciendo objeciones y limpiando
los filtros hasta lograr volver a conectar con eso que
sí quieres de tu relacion de pareja.

Otra de las ventajas de esta guía es que puedes
hacerlo tú o con tu pareja, por tanto te será de
provecho sea que lo hagas de manera individual o
juntos.



AQUI VAMOS !!!

Con Amor;
Héctor & Gilbey

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Qué te llevas?

- * * * Día 1: Un beso de piquito
- * * * Día 2: Hay tiempo... encuéntralo
- * * * Día 3: Lo que todas las parejas quieren
- * * * Día 4: Mejores amigos para siempre
- * * * Día 5: Una competencia amigable
- * * * Día 6: El sabor de lo prohibido
- * * * Día 7: Nuestros Viernes de Matrinoviazgo
- * * * Día 8: Nuestra historia de amor
- * * * Día 9: Sabes qué... Te Amo
- * * * Día 10: No me lo vas a creer
- * * * Día 11: El silencio inteligente
- * * * Día 12: Recuerdas cuándo ...
- * * * Día 13: La princesa en la torre
- * * * Día 14: La vista desde el dron
- * * * Día 15: Amor de principiantes
- * * * Día 16: "Cambia" a tu pareja
- * * * Día 17: Siéntete sexy
- * * * Día 18: El horno no está para galletitas
- * * * Día 19: ¿Que tus votos decían qué...?
- * * * Día 20: Cómo divertirnos en medio de esto!
- * * * Día 21: Eres Mi “para siempre”

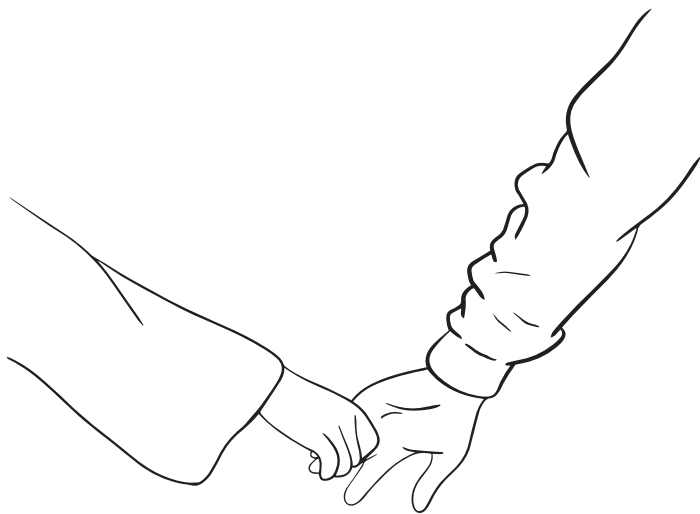


Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

Comienza tu viaje de 21 días hacia la relación que
deseas.

¡Y únete a todas las parejas que ya están disfrutando
la mejor etapa de su vida!

Practica el Matrinoviazgo
El Amor se alimenta día a día



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

Día 0

Éste es un ENTRENAMIENTO que asumimos de
manera voluntaria,
y lo más importante es que quieras hacerlo!!

Pagarlo, no es el “sí quiero”
es solo el primer paso

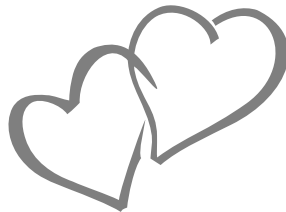
Por lo que, no queremos agregar ESTRÉS a tu
rutina, al contrario, te prometemos, que si
aceptas el desafío, vas comenzar a ver
resultados!!

Ten paciencia contigo y con tu pareja,
sí se puede!

PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



TIPS DE MATRINOVIAZGO:

Todo el tiempo enfócate en lo que das en la relación
y no en lo que NO recibes,
Vivir en supervisión de lo que tu pareja tiene, debe,
le toca hacer o dejar de hacer, solo para destacar
eso, priva tu relación del disfrute de lo que
SI !! Están haciendo o esforzándose en hacer
Y que sin intención muchas veces les DESANIMAMOS
en ese ejercicio de
darnos uno al otro.

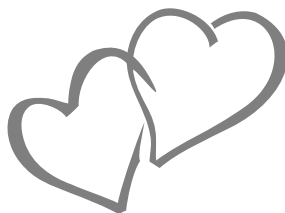
VER y VALORAR lo que te da tu pareja en este
“ Intento de mejora ”
Es bueno y motivador.

“ La conducta que se nota, se valora y se celebra...
se MULTIPLICA ”

PROHIBIDA SU DESTRUCCIÓN



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Matri-herramientas para este proceso

**“Escuchemos pero NO JUZGUAMOS”
Solo puedes controlar TU PARTE**

Establece metas razonables: y a corto plazo, para ir celebrando paso a paso los pequeños logros.

Aprende a leer los lenguajes de tu pareja y vive cada etapa de tu relación...

**Valora el presente: SIN QUERER controlar el futuro
Ni arreglar el pasado “disfrute del momento”, y la siembra que hay que hacer ahora, para esa cosecha esperada mañana.**

Orden y Prioridades: la organización es fundamental para no caer en manos del estrés. Puedes establecer listas de tareas pendientes en función de la urgencia y prioridad.

Se intencional en involucrar a tu pareja y hacerle tu prioridad entre todas esas responsabilidades.

PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



USO EXCLUSIVO DE
MATRINOVIAZGO



**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**

Matriformula:

**Cada conversación o tema tendrá un momento,
Palabras correctas,
Actitud adecuada
Lenguaje no verbal coherente
Ir al conflicto a que gane la relación
Beneficio de la duda
Una cosa a la vez.**

**Localiza la fuente y detonantes de estrés: busca
cuales son los factores que tienden a diario a
generarte unos niveles de estrés más elevados y
observa tu respuesta ante ellos. Esta observación te
dará pistas sobre qué circunstancias debes evitar y
qué puedes hacer para combatirlas, en función de
las reacciones que más te han ayudado a aliviar el
estrés. (Que gane la relación)**

**Este conocimiento te ayudará a recordar logros que
han alcanzado juntos
Y saber nuestros tórtolos una vez más, que...
LO PODRAN LOGRAR**

**PRACTICA EL MATRINOVIAZGO
EL AMOR SE ALIMENTA DIA A DIA**



PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



USO EXCLUSIVO DE
MATRINOVIAZGO

Dia 7

DÍA 1: UN BESO DE PIQUITO

Matri-Frase:

“A veces, lo que más sana no es una gran conversación, sino un pequeño gesto.”

Reflexión:

Las relaciones no se reparan de golpe, sino beso a beso.

El amor se apaga cuando lo cotidiano deja de tener ternura.

Hoy no necesitas resolverlo todo; necesitas recordar que todavía puedes acercarte.

El contacto físico es un lenguaje que dice: “Sigo aquí, contigo.”

Preguntas para reflexionar juntos:

1. ¿Cuándo fue la última vez que nos besamos sin prisa ni motivo?
2. ¿Qué sentimientos surgen en mí cuando me acerco a ti con cariño?

Compromiso del día:

Darse un beso de piquito (o de los buenos días o buenas noches) al iniciar o terminar el día. Sin hablar, solo sentir.



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Dia 2

DÍA 2: HAY TIEMPO... ENCUÉNTRALO

Matri-Frase::

“El amor no pide más tiempo, pide prioridad.”

Reflexión:

Los reproches y las excusas nos roban los
encuentros.

No es que el día no tenga horas; es que hemos
dejado de reservarlos el uno para el otro.

Reparar es decidir que mi pareja merece un espacio
real en mi agenda.

El amor que no se agenda, se da o se ausenta.

Preguntas:

1. ¿Qué ocupó la mayor parte de mi tiempo hoy?
2. ¿Qué momento del día podría dedicarte
intencionalmente?

Compromiso del día:

Elegir y proteger 15 minutos diarios solo para
ustedes
(sin pantallas, sin interrupciones).



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Día 3



LO QUE TODOS QUEREMOS

DÍA 3: LO QUE TODAS LAS PAREJAS QUEREMOS

“No buscamos la pareja perfecta, sino una que no se rinda cuando viene lo difícil.”

Reflexión:

Todos queremos sentirnos vistos, escuchados y elegidos.

El amor maduro no evita los conflictos, los atraviesa con comprensión y compasión.

La reparación comienza cuando ambos dejan de pelear por tener razón y comienzan a luchar la relación y por tener paz.

Preguntas:

- 1. ¿Qué me hace sentir amado(a) en los días difíciles?*
- 2. ¿Cómo puedo mostrarte que sigo eligiéndote incluso cuando no estamos de acuerdo?*

Compromiso del día:

Hoy, elige una frase amable donde normalmente usarías una crítica.

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Dia 4

BFF

DÍA 4: MEJORES AMIGOS PARA SIEMPRE

Matri-Frase:

“Las parejas que ríen juntas, sanan más rápido.”

Reflexión:

***Antes de ser esposos, fueron amigos.
Y la amistad tiene algo que el romance no puede
reemplazar:
la complicidad.***

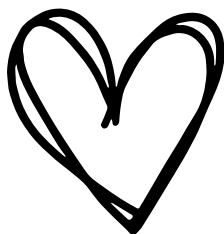
***Volver a reír juntos, a contarse secretos y a
disfrutar sin juzgar y sin tensión... es volver a
ser nosotros sin temor a ser criticados.***

Preguntas:

- 1. ¿Qué hacíamos juntos que nos hacía reír?***
- 2. ¿Qué puedo recuperar hoy de esa etapa de
amistad?***

Compromiso del día:

***Ver juntos un video o película divertida y reír
sin analizar. Solo disfrutar.***



**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**

PROHIBIDA SU DESTRUCCIÓN



USO EXCLUSIVO DE
MATRINOVIAZGO

Dia 5

UNA COMPETENCIA AMIGABLE

“La diversión también repara lo que la rutina desgasta.”

Reflexión:

*El amor no siempre necesita terapia, a veces
necesita un juego.*

*Las parejas que aprenden a divertirse de nuevo se
vuelven*

Más fuertes.

*La risa y el humor no son superficialidad, son
vitaminas emocionales para fortalecer el vínculo.*

Preguntas:

- 1. ¿Cuándo fue la última vez que jugamos algo
juntos?*
- 2. ¿Qué tipo de competencia sana podríamos tener
esta semana?*

Compromiso del día:

*Elijan un juego o reto (deportivo, culinario o de
mesa)*

y compitan con cariño.

*Premio para el ganador: un masaje, una cita fuera,
Una escapada al cine, o algo mas caliente,
Ustedes ponen el limite.*

PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Dia b

EL SABOR DE LO PROHIBIDO



“A veces, para encender la chispa, solo hay que romper un poquito las reglas.”

Reflexión:

La rutina es el enemigo número uno del deseo y la pasión.

Reparar la conexión íntima no siempre significa “más frecuencia”, sino más novedad.

Atrévete a sorprender y a coquetear.

No se trata de buscar lo prohibido fuera del matrimonio, sino de redescubrir lo fascinante dentro de él.

Preguntas:

- 1. ¿Qué nueva experiencia romántica podríamos probar?**
- 2. ¿Qué detalle puedo hacer hoy que sorprenda a mi pareja?**

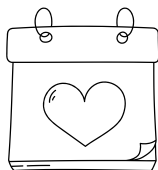
Compromiso del día:

Haz algo inesperado que despierte risa, deseo o ternura.

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Día 7



VIERNES DE MATRINOVIAZGO

“Una relación que da espacio al romance, nunca se marchita.”

Reflexión:

No hay reparación sin constancia.

El amor se fortalece en los rituales: esa cita semanal, esa canción, ese viernes reservado para amar.

El viernes de Matrinoviazgo no es un lujo, es un acto de prioridad.

Ahí donde la rutina quiere enfriar, la intención enciende.

Preguntas:

- 1. ¿Qué día podemos apartar como nuestro viernes de Matrinoviazgo?**
- 2. ¿Qué tipo de cita nos gustaría tener esta semana?**

Compromiso del día:

Planifiquen su próximo semanal/cada dos semanas romántico y cúmplanlo, aunque sea en casa.

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



ETAPA 2

RECONEXION Y SANIDAD EMOCIONAL

*(La etapa 2 representa reconexión profunda y
sanidad emocional)*

*Estos días invitan a mirar el corazón de la
relación, sanar heridas, redescubrir la historia y
recuperar la conexión emocional.*

*Cada día combina: amor, propósito y
crecimiento.*

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Dia 8



NUESTRA HISTORIA DE AMOR

UNA PELICULA ROMANTICA

“Recordar lo que Dios unió es más sanador que recordar lo que nos hirió.”

Reflexión:

Cada pareja tiene capítulos hermosos que el dolor intenta borrar.

A veces nos quedamos atrapados en las páginas difíciles y olvidamos que la historia completa vale la pena.

Hoy, en lugar de hablar del problema, hablen del comienzo.

Recuerden cómo se conocieron, qué los hizo reír, cuándo sintieron que eran el uno para el otro.

La historia que ustedes escriben tiene redención si la deciden escribir con gracia.

Preguntas:

- 1. ¿Qué momento de nuestra historia me gustaría revivir?**
- 2. ¿Qué le agradecería a Dios por haberte puesto en mi camino?**

Compromiso del día:

Busquen juntos una foto de sus primeros días como pareja y colóquenla en un lugar visible.

Este es un buen momento para escribir nuevos capítulos.

Construyan hoy el PASADO que quieren recordar!



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

Día 9

DÍA 9: SABES QUÉ... TE AMO



Matrín-Frase:

“No hay corazón que no se ablande cuando escucha que sigue siendo amado.”

Reflexión:

El “te amo” diario se convierte en un bálsamo cuando la relación atraviesa días grises.

A veces lo damos por sentado, o lo cambiamos por silencios largos.

Hoy no se trata de un “te amo” apasionado, sino de un te amo, aquí y ahora, tal como estás.

Decirlo con sinceridad es reconocer que, aunque haya heridas, el amor y la disposición de demostrarlo siguen vivos.

Preguntas:

- 1. ¿Hace cuánto no te digo que te amo sin que sea respuesta a yo también?***
- 2. ¿Qué significa para ti escuchar esas palabras de mi parte?***

Compromiso del día:

Díselo tres veces hoy: una por la mañana, una sin motivo durante el día, y una antes de dormir.

Haz que cada te amo sea distinto y sincero.

Al menos 2 que sea presente NO EN MENSAJE y un mensaje también es bonito

**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**



Día 10



NO ME LO VAS A CREER

“El amor se reaviva con gestos que rompen la rutina.”

Reflexión:

En las relaciones restauradas hay espacio para la sorpresa.

“No me lo vas a creer” es esa frase que despierta curiosidad y renueva la chispa.

No esperes el aniversario para hacerlo especial: el asombro es un lenguaje que dice “me importas”.

Lo inesperado tiene el poder de romper el hielo más duro.

Preguntas:

- 1. ¿Qué podría hacer hoy para sorprenderte de forma positiva?***
- 2. ¿Cómo te sentirías si hiciera algo totalmente inesperado solo para ti?***

Compromiso del día:

Haz una pequeña sorpresa de amor.

Puede ser dejarle una nota, cocinarle algo, enviar un mensaje tierno o un video divertido. Solo asegúrate de sorprenderle: “No me lo vas a creer... pero lo hice por ti.”



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

Día 11



EL SILENCIO INTELIGENTE

*“No todo silencio es distancia; a veces tambien es
sabiduría.”*

Reflexión:

Hay silencios que hieren, y silencios que sanan.

El silencio que destruye se usa como castigo;

El que sana se usa como pausa.

*Aprender a callar a tiempo es un acto de amor, no de
orgullo.*

*A veces “reparar la relación” significa no responder
de inmediato, sino respirar, orar y esperar el
momento correcto.*

Preguntas:

- 1. ¿Cuándo uso el silencio para castigar en lugar de
sanar?*
- 2. ¿Qué podría hacer diferente la próxima vez que
necesite una pausa?*

Compromiso del día:

*Hoy, si surge una conversación difícil, elige
responder con calma.*

*No huyas del diálogo, pero espera a tener el corazón
listo antes de hablar.*

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Día 12



CUENTA TU HISTORIA DE AMOR

RECUERDAS CUANDO...

“Las memorias del amor son medicina al corazón.”

Reflexión:

Los recuerdos son la raíz que aferra la conexión.

Cuando recordamos los buenos momentos, le damos a nuestra mente razones para seguir apostando por la relación.

No todo fue dolor. Hubo risas, viajes, oraciones, abrazos.

Reparar también es revivir lo bonito para sanar lo roto.

Preguntas:

- 1. ¿Qué recuerdo feliz se ha quedado guardado en mi corazón?***
- 2. ¿Qué deseo volver a experimentar contigo?***

Compromiso del día:

Elijan juntos un recuerdo y háganlo revivir: una comida, una canción, una foto o una oración compartida, un momento difícil superado.

**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**



Día 13



SAL DE LA RUTINA

LA PRINCESA EN LA TORRE

***“El aislamiento emocional no se rompe con fuerza,
sino con ternura.”***

Reflexión:

***A veces uno de los dos se encierra tras un muro
invisible: miedo, culpa, cansancio o decepción.
No se puede forzar la apertura del corazón; solo se
conquista con paciencia y seguridad.
El amor que repara no exige, invita.
Si tu pareja está distante, no la derrumbes con
reproches: acércate con comprensión.
Y si tú eres quien está en la torre, permite que el
otro toque la puerta sin miedo.***

Preguntas:

- 1. ¿Qué emociones me han hecho aislarme
últimamente?***
- 2. ¿Qué puedo hacer para abrir un poquito más mi
corazón hoy?***

Compromiso del día:

***Haz una acción suave que exprese apertura: una
mirada, una caricia o una palabra amable.
Deja una rendija abierta para que el amor vuelva a
entrar.***

**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**



Día 14



MIDAMOS LOS RESULTADOS

DÍA 14: LA VISTA DESDE EL DRON

“A veces necesitas elevarte para ver lo que el enojo nubla y no te deja mirar.”

Reflexión:

Cuando estamos en medio del conflicto, solo vemos lo inmediato.

Pero cuando elevamos la mirada —como si un dron nos mostrara desde arriba—, entendemos que el amor no se trata de ganar una discusión, sino de cuidar la relación.

Desde la altura, se ven las pequeñas cosas que también importan: el esfuerzo, los detalles, los gestos, los esfuerzos que antes no notábamos.

Preguntas:

- 1. ¿Qué veo diferente en mi relación cuando me miro desde otra perspectiva?**
- 2. ¿Qué cosas pequeñas no estaba valorando?**

Compromiso del día:

Hoy no critiques.

Agradece tres cosas que tu pareja hace, aunque parezcan pequeñas.

Mirar desde arriba te enseñará a valorar desde adentro.

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



TRANSCISION

ETAPA 3

*En los próximos días, comenzarán el tramo más
poderoso del viaje:
la renovación y el pacto.*

*Después de reconectar y sanar, viene la etapa de
redescubrir el deseo, reafirmar los votos y
declarar:*

“Eres mi para siempre.”

*El amor se renueva cuando dos corazones sanan,
se reencuentran y deciden comenzar otra vez,
pero esta vez con propósito.*

PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



Día 15



UN AMOR DE PRINCIPIANTES

“Amar de nuevo como si fuera la primera vez, pero con la madurez de haber sobrevivido juntos.”

Contenido:

Hoy te invitamos a recordar... Cómo se conocieron?

Qué sintieron cuando todo comenzó: las risas, los nervios, los detalles, las miradas. No permitas que la rutina apague lo que los unió. El amor maduro no es aburrido, es consciente.

Amar como principiantes no significa negar lo vivido, sino decidir mirar al otro con nuevos ojos, sin etiquetas del pasado.

Preguntas de reflexión:

1. ¿Qué te enamoró de tu pareja al principio?
2. ¿Qué rasgos o hábitos positivos tenía tu relación al inicio que podrían volver a practicar?
3. ¿Qué actitudes tuyas de aquel tiempo te gustaría recuperar?

Compromiso del día:

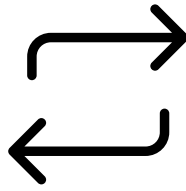
Haz hoy algo que hacías al inicio de la relación: una nota escondida, un mensaje inesperado, una cita sencilla.

“Hoy te vuelvo a elegir como si fuera la primera vez.”

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día



Dia 16



CAMBIA A TU PAREJA

“La única forma de cambiar a tu pareja es cambiar la forma en que la miras.”

Contenido:

Muchos caemos en la trampa de querer que el otro cambie. Pero el verdadero cambio ocurre cuando ajustamos nuestra actitud y dejamos que el amor transforme la atmósfera.

Tu pareja no necesita una crítica más, sino una dosis de empatía y aceptación.

Cuando cambias tú, cambian tus palabras, tu tono, tu energía... y eso cambia el ambiente.

Preguntas de reflexión:

- 1. ¿Qué cosas estás intentando cambiar de tu pareja sin resultado?***
- 2. ¿Qué actitud personal podrías modificar tú primero?***
- 3. ¿Qué pasaría si hoy eliges enfocarte en lo que sí amas y admiras de esa persona?***

Compromiso del día:

Hazle saber algo que valoras profundamente de él/ella y que quizá no habías expresado en mucho tiempo.



**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**

Día 17



SIENTETE SEXY

“No hay nada más atractivo que alguien en paz consigo mismo.”

Contenido:

La conexión física también necesita sanidad. Muchas parejas dejan apagar la chispa por heridas, rutinas o inseguridades.

Hoy, más que buscar aprobación, busca sentirte bien contigo.

Cuidarte, arreglarte, mirarte al espejo con cariño... también es una forma de amar a tu pareja.

Dios nos hizo seres relacionales, pero también sensuales, y eso no es pecado: cuidar la higiene, la apariencia presumida, es un regalo dentro del pacto del amor.

Preguntas de reflexión:

- 1. ¿Qué te impide sentirte atractivo(a) últimamente?**
- 2. ¿Qué podrías hacer hoy para reconectar con tu cuerpo y tu confianza?**
- 3. ¿Qué gestos o detalles te hacen sentir deseado(a) por tu pareja?**

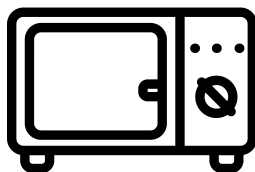
Compromiso del día:

Crea un ambiente íntimo o romántico para compartir juntos, sin presiones, solo conexión y ternura.



**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**

Dias 18



EL HORNO NO ESTA PARA GALLETITAS

“No todo momento es ideal, pero todo momento puede ser aprovechado con amor y sabiduría.”

Contenido:

Hay días en que la tensión, el estrés o el cansancio no permiten conectar. No te desespere.

Aprender a leer el clima emocional es parte del amor maduro.

No todo se resuelve con pasión y sexo, a veces se necesita pausa, empatía y oración.

El horno volverá a calentarse si ambos lo cuidan con paciencia y ternura.

Preguntas de reflexión:

- 1. ¿Cómo reaccionas cuando tu pareja no está disponible emocionalmente?***
- 2. ¿Qué podrías hacer diferente la próxima vez?***
- 3. ¿Qué señales te indican que necesitas calmar el fuego interior antes de hablar?***

Compromiso del día:

Parejas S.: Minuto de presencia!

Parejas C.: Tomen un momento para respirar juntos y orar. Inviten al Espíritu Santo a ser el regulador del “termómetro emocional” del hogar.

**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**



Dias 19



QUE TUS VOTOS DECÍAN QUÉ?

DÍA 19: ¿Que tus votos decían qué...?

“Las promesas no se olvidan, se renuevan.”

Contenido:

Revisar los votos matrimoniales o el compromiso que se hicieron al iniciar la relación es un ejercicio poderoso.

Las palabras que dijeron con amor siguen teniendo poder.

Quizá no comprendían del todo lo que prometieron, pero hoy, con más experiencia, pueden reafirmar su “sí”.

No se trata de nostalgia, sino de renovar propósito.

Preguntas de reflexión:

1. ¿Qué parte de tus votos ha sido más desafiada con el tiempo?
2. ¿Qué te gustaría prometer hoy, desde una madurez más consciente y realista?
3. ¿Qué palabra te gustaría que tu pareja te vuelva a decir?

Compromiso del día:

Escribe tus votos actualizados y compártelos en una cena simbólica o preparen un momento especial.



Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

Día 20

COMO MANTENER EL SENTIDO DEL HUMOR

DÍA 20: ¡Cómo divertirnos en medio de esto!

“Las parejas que ríen juntas, sobreviven juntas.”

Contenido:

Reír en medio del proceso es medicina.

**Las dificultades no deben robarnos el gozo, ni lo
gozado**

**Ríanse de sus errores, inventen juegos, hagan algo
loco o inesperado. La risa libera tensión, sana
heridas y conecta desde la ligereza.**

**Disfruten de un sentido del humor renovado e
intencional.**

Preguntas de reflexión:

- 1. ¿Cuándo fue la última vez que se rieron hasta las
lágrimas juntos?**
- 2. ¿Qué actividades les devuelven la alegría?**
- 3. ¿Qué podrías proponer hoy para crear un
recuerdo divertido?**

Compromiso del día:

**Tomen una foto o grábense haciendo algo divertido,
y al final de este desafío, revísenlo como símbolo de
cuánto han crecido. Y si quieren compartirlo con
nosotros sera muy bienvenido.**

**Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día**



Dia 27



Y SERÁN FELICES PARA SIEMPRE

“El amor verdadero no es perfecto, es perseverante.”

Contenido:

Llegaron al día 21.

No son los mismos que empezaron este viaje.

Han reído, llorado, recordado y soñado.

Hoy celebren lo restaurado, y lo que aún está en proceso.

El amor se construye cada día, y este reto fue solo el inicio de un nuevo capítulo.

Declaren juntos: “Seguimos escribiendo nuestra historia.”

Preguntas de reflexión:

1. ¿Qué cambió en ti durante estos 21 días?
2. ¿Qué nueva visión tienes para tu relación?
3. ¿Qué pasos concretos seguirás tomando para mantener esta conexión viva?

Compromiso del día:

Haz un pacto simbólico con tu pareja: una oración juntos, un anillo, una carta o una promesa.

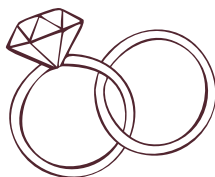
Hoy comienzan su “para siempre” renovado.

Practica el Matrinoviazgo
El amor se alimenta día a día

PROHIBIDA SU DESTRUCCIÓN



USO EXCLUSIVO DE
MATRINOVIAZGO



Y SERÁN FELICES PARA SIEMPRE RENOVAMOS NUESTRO PACTO DE AMOR

Hoy renovamos nuestro compromiso de amarnos, perdonarnos y caminar juntos un nuevo trayecto y vivir y disfrutar una nueva temporada.

Que nuestro hogar sea un testimonio de fidelidad y de amor que todo lo sana.

¡Felicidades, pareja!

Has completado los 21 días de *Repara tu relación*.

Que este sea solo el comienzo de una historia más fuerte, más consciente y más llena de amor.

Cuéntanos cómo te fue: compartenos tu experiencia

Y recomienda nuestras redes a quienes necesiten unirse a la comunidad **MATRINOVIAZGO**.

Si necesitan unos días más con nosotros
Contáctennos vía WhatsApp (809) 519-1991



Practica el MATRINOVIAZGO.
El amor se alimenta día a día



Inicia tú el cambio que
quieres a favor de tu
relación

MATRINOVIAZGO

PROHIBIDA SU DISTRIBUCIÓN



USO EXCLUSIVO DE
MATRINOVIAZGO