

Notas DE EPISODIO



Episodio 31, Temporada 2

"Nuestra historia: Restaurados para restaurar, con José y Cindy Redondo

Idea principal del episodio:

José y Cindy nos compartieron su historia de amor y cómo superaron una temporada de desconexión emocional en su matrimonio. Comunicación sincera, cambio de entorno y restauración espiritual son algunos de los temas que abordamos y te invitamos a que descubras cómo puedes implementarlos en tu propia relación.

Preguntas para Reflexión y Conversación

1. Sobre los inicios y la intención

- ¿Qué opinas sobre la idea de que las mujeres también deben mostrar interés al iniciar una relación?
- ¿Cómo influye la diferencia de personalidad en una relación? ¿Qué desafíos y ventajas puede traer?

2. En tiempos de desconexión

- ¿Puedes identificar señales tempranas de desconexión en una relación?
- ¿Qué prácticas espirituales o de pareja han dejado de hacer y podrían retomar?

3. Aplicar el evangelio en el matrimonio

- ¿Cómo practicas el perdón, la gracia y la compasión en tu día a día con tu pareja?

4. Restauración y propósito

- ¿Cómo puede un cambio externo (como mudarse o cambiar de rutina) traer restauración interna?
- ¿Qué importancia tiene servir juntos en el fortalecimiento de un matrimonio?

5. Intencionalidad y legado

- ¿Qué rutinas o hábitos intencionales han fortalecido tu relación?
 - ¿Qué huella te gustaría dejar como pareja en tu familia o comunidad?
-

Versículos para Meditar

- 2 Corintios 12:9 – “Bástate mi gracia, porque mi poder se perfecciona en la debilidad...”
 - Efesios 4:2-3 – “Sean humildes, amables y pacientes...”
 - Proverbios 24:3 – “Con sabiduría se edifica la casa...”
-

Acción práctica de la semana

- Tiempo juntos: Agenden una cita esta semana, aunque sea en casa.
 - Check-in emocional: Tómense 15 minutos para preguntarse cómo están emocionalmente, sin distracciones.
 - Oración en pareja: Oren juntos cada noche esta semana, aunque sea por 1 minuto.
-

Dos libros que nos recomendaron José y Cindy:

- “Cuando las parejas oran”, por Cheri Fuller
- “Las cuatro estaciones del matrimonio”, por Gary Chapman