

Herramientas para Esposas que Viven con Maridos Adictos al Sexo

1. Permitiré que su recuperación sea de él, no mía.

Si él quiere cambiar, él hará lo que sea necesario para cambiar. Si él no está dispuesto, no puedo ablandar su corazón. De cualquier forma, su recuperación debe ser por su cuenta, y no intentare corregirlo, controlarlo o vigilarlo.

2. Construiré mi vida a parte de la de él.

Amarlo no me impedirá tener amistades, la pasión y el llamado de Dios sobre mi vida. Amarlo como compañero es ser su esposa, pero permitir que su comportamiento dicte mi manera de ser es convertirme en su esclava. Encontrare maneras para añadir gozo y paz a mi vida.

3. Dejare de disculparme por los límites que he puesto.

Cuando me niego a aceptar o tolerar comportamientos que son abiertamente pecaminosos, que me faltan al respeto o comportamientos que causen heridas, no estoy cometiendo una equivocación. El error más grande es permitir que estas acciones me destruyan a mí y a mi familia, así es que no me voy a disculpar por decir ¡ya basta!

4. No permitiré que su pecado me distraiga de los míos.

Aunque mi esposo ha pecado contra mí, yo sé que estoy muy lejos de ser una persona perfecta. Dios requiere que, humildemente me auto examine y responda por mi propia vida. Haciendo esto, debo dar los pasos necesarios para corregir mis malos comportamientos y actitudes incorrectas.

5. Me enojare pero sin llegar a pecar.

No importa lo grave que haya sido su pecado contra mí, no me permitiré excusas para pecar contra él. Si soy sarcástica, si utilizo palabras y actitudes hirientes o no soy amable, estoy en un error que voy a admitir.

6. No voy a minimizar su pecado ni a maximizarlo.

No hay nada aceptable en cuanto al pecado sexual en cualquier forma, pero el pecado sexual no define a la persona que lo comete. Su pecado me ha devastado, pero recordare que su pecado no es lo único que lo define como persona.

7. Tomare mi dolor en serio, lo suficiente para buscar ayuda.

Pensare en serio tocante a lo que mi alma necesita para sanar, y actuare al respecto. De igual manera como cuando visito al médico para que alivie algún dolor físico, haré lo que sea necesario para sanar mi corazón quebrantado y andaré por el camino que conduce a la sanidad.

8. Redescubriré la alegría de las caminatas por el parque, los baños calientes, las conversaciones con mis amigas y los juegos de niñas.

Mi vida no se detuvo el día que descubrí el pecado de mi esposo. Sigue habiendo un mundo asombroso allá afuera. Dios nos dio placeres y alegrías para experimentar, y considerare esto como algo vital, no opcional, y tomare parte de ello. Haré cosas nuevas y distintas y veré las cosas desde otra perspectiva.

9. Voy a desechar el pensamiento de ser una víctima.

Me lamentare, pero sin llegar al punto de sentir auto lastima o autocompasión, llorare, pero sin llegar al punto de pensar que no existe ayuda, protestare en contra del error que se cometió contra mi sin llegar a llamarme a mí misma "su víctima". Seré fuerte y valiente.

10. Invertiré mi tiempo en intimidad con Dios con más regularidad y más intensidad.

Tomare en serio el primer mandamiento de amar al Señor mi Dios con todo mi corazón, siempre recordando que fui creada principalmente para su placer. Además, separada de Dios no puedo hacer nada y en su presencia hay plenitud de gozo. Decido buscar, conocer y expresar ese gozo como nunca antes. Creceré en fe y en el conocimiento de Dios a través de Su Palabra, verdadero compañerismo y adoración.