**AS LINGUAGENS DO AMOR**

Como você diz: “Eu te amo”?

Parte 7

**O QUE DEVEMOS FAZER AGORA?**

**1. DESCOBRIR A SUA LÍNGUA PRINCIPAL E DO SEU CÔNJUGE.**

**Nosso Dever**

* Cada um de nós comunica amor e recebe a mensagem do amor em formas diferentes.
* Normalmente, uma dessas cinco é a nossa linguagem primária para entender que somos amados.
* Por isso a necessidade de aprendermos a linguagem primária de amor do nosso cônjuge.
* A grande maioria não sente completamente realizada com o amor.
* Quando o tanque do nosso amor emocional e sentimental está cheio sentimos amado e valorizado.

**Não Confunda!**

* Homens tem tendência a achar que o Toque Físico é sua primeira linguagem.
* O desejo sexual masculino tem raiz fisiológica, já para a mulher o desejo sexual baseia-se nas emoções.
* Descobrir a primeira linguagem do amor de seu cônjuge é essencial para manter sempre o “Banco do Amor” cheio. Alguém com o “banco cheio” ou “banco totalmente vazio” pode ter dificuldades em descobrir.
* A linguagem de amor para um não é necessariamente a linguagem do amor do outro.

**Pensa Bem**

* O que faz com que você se sinta mais amado(a) por seu cônjuge?
* O que você mais deseja da parte dele(a) emocionalmente?
* Olha também nas coisas negativas que seu cônjuge diz ou deixa de dizer, no que faz ou no que deixa de fazer. Observa o que seu cônjuge diz, que faz você sentir se humilhado ou rebaixado.
* ***Por exemplo***: Se a sua dor vem porque seu cônjuge lhe criticou e ti julgou, talvez a sua linguagem de amor do seu cônjuge é “*palavras de afirmação*”. Quando seu cônjuge esmaga você profundamente por palavras, poderá ser que a sua linguagem de amor é “*palavras de afirmação*”.
* ***Exemplo***: Se a mulher resmunga porque seu marido quase nunca ajuda nas tarefas da casa; que ele está sempre olhando televisão e vocaliza que você faz quase todo o trabalho; ou ela diz “Não sei como ele pode me amar quando ele nunca me ajuda”; isso deve mostrar o seu marido que sua linguagem primordial de amor é: “*atos de servir*".
* ***Exemplo***: Se você fica sentido por que seu cônjuge não gasta tempo com você, ou e está sempre pedindo o seu cônjuge a passear, ter um piquenique, tirar férias, parar de olhar televisão por que você tem algo muito importante para lhe contar o quer que ele preste atenção, ou você se sente negligenciado, a sua linguagem primordial de amor é “*a qualidade e quantidade de tempo*”.
* ***Exemplo***: Se você fica sentido quando seu cônjugue esquece seu aniversário de nascimento, aniversário de casamento, Natal, etc.; constantamente pensa "Faz anos que não me dá nada; é provavel que sua linguagem de amor é "*receber presentes*".
* ***Exemplo***: Se você pensa que seu cônjuge não faz carinho em você, desejo mais beijos e abraço, gostaria receber mais toques no cabelo, braços, costas, etc., ou sente muito falta do ato sexual; sua linguagem de amor provavelmente é "*o toque físico*".
* Pense no que é mais importante para você.
* Converse com seu cônjuge. Expressa suas ideias e pensamentor.
* O que o seu cônjuge deixa de fazer, dizer ou expressar que mais o MAGOA? (o oposto a isto é possivelmente sua primeira linguagem do amor).
* Uma maneira a mais para descobrir a sua linguagem primordial de amor é para você: Refletir naquilo que já pediu mais do seu cônjuge desde o dia do seu casamento.
* Examina o que você faz para é expressar o seu amor para o seu cônjuge. É bem provável o que você faz para o outro é o que você deseja que outro faça para você seja a sua linguagem de amor. Se você está constantemente servindo o seu cônjuge por atos de servir provavelmente a sua linguagem é: “*atos de servir*”. Se estiver sempre dando palavras de encorajamento, elogios sinceros e consolação, provavelmente a sua linguagem é “*palavras de afirmação*”.

***Note***: se você aprendeu expressar o seu amor por que seu pai deu presentes para a sua mãe, só porque você dá presentes para sua esposa não quer dizer que a sua linguagem de amor é “receber presentes”. Apenas esta pessoa foi bem treinada pelo seu pai.

* O que o seu marido deixa de fazer, que faz você ficar sentido? Esta crítica e negativismo poderá dar a você uma indicação da linguagem do amor dele.
* O que é a coisa que você tem pedido mais do seu cônjuge? A coisa que você mais pede dele ou dela geralmente é a coisa que fará você sentir-se realizado, valorizado e amado.
* Em qual maneira você expressa o seu amor regularmente para o seu cônjuge? O seu jeito de expressar o seu amor geralmente é uma indicação da linguagem do seu amor, aquilo que faz você se sentir amado.

***Note***. Há dois tipos de pessoas que têm dificuldade em descobrir a sua linguagem de amor. ***A primeira é pessoa*** que já tem o seu tanque de amor abastecido. Esta pessoa expressa o seu amor e em muitas maneiras e ela não tem certeza de qual maneira ela se sente mais amada. Ela simplesmente sabe que é amada. ***A segunda pessoa*** é um indivíduo que não tem o seu tanque emocional abastecido por muito tempo. Ela não lembra o que fez ela se sentir amada, ou seja, o que abastece o seu tanque de amor.

* Faz esta pergunta se este é o caso. O que eu gostei mais do meu cônjuge quando eu estava namorando? Se eu pudesse ter um marido perfeito ou uma esposa perfeita como é que ela seria? A sua idéia deve lhe dar uma idéia da sua linguagem de amor.
* Faça uma lista das cinco linguagens de amor começando com o que você pensa é sua linguagem de amor. Alista os outros quatro na ordem de sua importância. Poderia sentar com o seu cônjuge e falar o que você pensa é a linguagem do amor da outra pessoa.
* *Para tirar dúvida, comunica com o seu cônjuge o que você pensa que é a sua linguagem primordial do amor*.

Se ainda tem dúvidas qual seja a sua Linguagem do Amor, faz a dinâmica ***Descubra Sua Linguagem do Amor***.[[1]](#footnote-1)

**2. ACEITAR E RESPEITAR A LÍNGUA DO SEU CÔNJUGE.**

Não rejeita a vontade de Deus para sua vida. Agradece Deus pelas diferenças no seu cônjuge.

* Uma vez que ambos os lados têm comunicado à sua linguagem de amor, pelo menos três vezes por semana pergunta ele na escala de 1 a 10, como está o seu tanque de amor? O número 10 dirá que seu tanque está cheio. Se o outro disser, “o meu tanque mede 6 ou 7, etc". Deve perguntar, "O que posso fazer para abastecê-lo?"

***Exemplo***: Um homem chegou do seu trabalho e a sua mulher disse que o tanque do amor dela estava no número 7. O seu marido a perguntou como ele poderia ajudá-la? Ela disse, *lavar a roupa*. Ele resmungou por que não sabia como o amor e lavar a roupa, tem haver um para com o outro. Ele não estava entendendo que a linguagem do amor da esposa era “*atos de servir*”. Quando o conselheiro pediu o que era a linguagem do amor dele, ele sem hesitação falou, tocar e especialmente o sexo.

O conselheiro disse, da mesma maneira que a sua esposa expressa amor para você pelo toque, é a mesma maneira que ela se sente quando você lava a roupa.

O homem o logo gritou para sua esposa, “Traga as roupas e lavarei as roupas todas as noites se isto faz ela sentir-se bem!”.

Mesmo cumprindo físicamente a linguagem de amor do outro, se não houvesse o sentimento agradar e amar, seu ato faria mais dano do que bem.

* Suprir as necessidades da sua esposa todos os dias por conhecer a linguagem do amor dela e desempenhar para suprir estas necessidades emocionais, a pessoa vai sentir-se seguro no seu amor.

**3. SE DEDICAR PARA FALAR A LÍNGUA DO OUTRO. APRENDE UMA NOVA LÍNGUA!**

* Psicólogos têm observado que as nossas necessidades básicas são: ***segurança***, ***sentir-se valorizado***, e sentir que ***a vida tem sentido***. O amor interliga estas três coisas. Quando o meu cônjuge me ama, eu sinto que eu posso relaxar, eu sinto segurança na sua presença e eu sinto que esta pessoa me alto valoriza.
* Quando o meu cônjuge investe tempo, esforço e energia minha, a minha vida tem sentido, auto-estima e segurança. Com esta segurança o casal pode trabalhar com as suas diferenças e sem condenação. Os conflitos podem ser resolvidos. Duas pessoas que são tão diferentes poderão aprender a viver em harmonia. A decisão de amar o seu cônjuge tem um grande potencial.

**4. EXPRESSAR SUA GRATIDÃO QUANDO O OUTRO FALAR SUA LÍNGUA.**

* Isso vai encorajar a outra pessoa falar sua língua, mas não cobra.

**5. DESENVOLVER TODAS AS LINGUAGENS DE AMOR.**

* Cria um lar cheio de amor e intimidade!

**SERÁ QUE O AMOR EMOCIONAL PODE RENASCER EM MEU CASAMENTO?**

* Quando recebemos palavras de condenação e sentimos ofendidos e ressentidos, a ira guardada se torna em ódio. Quando o nosso tanque emocional do amor está vazio, não sentimos o amor ou o desejo de amar, mas sentimos dor e solidão.
* Quando seu cônjuge lhe trata com maldade, seria hipocrisia *para declarar* que você tem sentimentos de amor, mas se *você expressa* o seu amor através da linguagem de amor do seu cônjuge, ele sente o benefício e o prazer da sua escolha.

Mateus 5:44

“*Eu, porém, vos digo: Amai a vossos inimigos, bendizei os que vos maldizem, fazei bem aos que vos odeiam, e orai pelos que vos maltratam e vos perseguem; para que sejais filhos do vosso Pai que está nos céus;*”.

Colossenses 3.12-25

“*12Revesti-vos, pois, como eleitos de Deus, santos e amados, de entranhas de misericórdia, de benignidade, humildade, mansidão, longanimidade; 13Suportando-vos uns aos outros, e perdoando-vos uns aos outros, se alguém tiver queixa contra outro; assim como Cristo vos perdoou, assim fazei vós também. 14E, sobre tudo isto, revesti-vos de amor, que é o vínculo da perfeição. 15E a paz de Deus, para a qual também fostes chamados em um corpo, domine em vossos corações; e sede agradecidos. 16A palavra de Cristo habite em vós abundantemente, em toda a sabedoria, ensinando-vos e admoestando-vos uns aos outros, com salmos, hinos e cânticos espirituais, cantando ao Senhor com graça em vosso coração. 17E, quanto fizerdes por palavras ou por obras, fazei tudo em nome do Senhor Jesus, dando por ele graças a Deus Pai. 18Vós, mulheres, estai sujeitas a vossos próprios maridos, como convém no Senhor. 19Vós, maridos, amai a vossas mulheres, e não vos irriteis contra elas. 20Vós, filhos, obedecei em tudo a vossos pais, porque isto é agradável ao Senhor. 21Vós, pais, não irriteis a vossos filhos, para que não percam o ânimo. 22Vós, servos, obedecei em tudo a vossos senhores segundo a carne, não servindo só na aparência, como para agradar aos homens, mas em simplicidade de coração, temendo a Deus. 23E tudo quanto fizerdes, fazei-o de todo o coração, como ao Senhor, e não aos homens, 24Sabendo que recebereis do Senhor o galardão da herança, porque a Cristo, o Senhor, servis. 25Mas quem fizer agravo receberá o agravo que fizer; pois não há acepção de pessoas.”*.

* Certamente você não tem sentimentos e pensamentos amorosos para aquele que te odeia. Isto seria abnormal, mas você pode fazer uma escolha de atingí-lo através da linguagem do amor dele. Talvez por um período de tempo o seu cônjuge vai lhe responder numa maneira sarcástica ou hostil, mas também ele poderá ser pensativo e positivo. Em todo as hipóteses não discute com ele, e afirma que quer ser o melhor parceiro/a possível. Mais cedo ou mais tarde esta pessoa vai abrir os olhos e ver o quanto que você expressa o seu amor.
* Poderá levar um mês à mais, mas depois que esta pessoa responde numa maneira positiva, deixa mais uma semana passar e faça um pedido baseado na sua própria linguagem de amor. Faz o seu pedido específico como: “Lembra quando nós jogávamos tal jogo de mesa. Eu gostaria fazer isto na quinta-feira noite”. Se ele faz isto ou se não faz ao menos você deixou ele saber a sua linguagem de amor.

**HÁ OUTROS LIVROS:**

*As Cinco Linguagens do Amor das Crianças*

*As Cinco Linguagens do Amor dos Adolescentes*

*As Cinco Linguagens do Amor para Solteiros*

**COMO PODEMOS DESCOBRIR A LINGUAGEM DE AMOR DOS NOSSOS FILHOS?**

1. Se a criança sempre faz comentários como: “Você aparece tão bonito; ou que o pai ou mãe é tão bom; ou que fizeram um bom serviço”, isso expressa sua linguagem primordial: ***Palavras de afirmação.***

Precisamos cuidar muito com a criança que tem esta linguagem de amor. Se nós formos muito negativo, crítico ou julgarmos, isso poderá rebaixar a criança. Evitar dizer: “Para de comer, você é muito gordo. Ninguém vai querer namorar você. Você não é um aluno bom - você deve desistir desde já. Não posso acreditar que você é tão burro. Você é irresponsável e nunca vai ser nada na sua vida. Você é estúpida. Você não presta para nada. Não quero ver mais a sua cara”.

Todas estas frases criam terror dentro da psíquica da criança e viola a auto-estima da criança. Ela poderá sentir que não é o mais amado o resto de sua vida.

A criança que tem a linguagem de amor de: ***receber presentes pode*** sentir-se amada si os pais compram uma bola, mas a criança que tem a linguagem do amor de: ***gastar tempo e qualidade de tempo***, não seria satisfeita apenas em receber uma bola, mas gostaria que os pais jogassem bola com ela.

1. Se a criança está sempre chamando os pais para ver alguma coisa que ela tem feito, e insiste vez após vez para acompanhá-la, a sua linguagem de amor é: ***Gastar tempo e qualidade de tempo.*** Isto quer dizer que você vai sentar no chão e brincar ou talvez falar sobre carros ou bonecos. Tenta entrar no mundo da criança fazendo castelos e se for adolescente, joga futebol, basquetebol, leva ele para os jogos na escola dele. Se a criança e está interessado em música, gasta um tempo ao redor dos interesses dela da música. Dá um pouco de sua atenção ouvindo ele nos ensaios.
2. Se seu filho está sempre fazendo presentinhos e gosta sempre de embrulhar presentes e fica muito emocionado dando com alegria, a linguagem primordial dele é: ***recebendo presentes***. Ele sempre dá para você porque por fim ele quer receber.

Se o você vê que a criança rapidamente colocar um presente ao lado, e raramente diz "muito obrigado” e você vê que ele não guarda bem os presentes, saberá quem este não a linguagem do amor dele. Na outra mão se seu filho fica *muito alegre*, e sempre *expressa gratidão*, e *mostra o presente* que recebeu para outras pessoas, se *toma bem cuidado* do presente e *coloca em lugares eminentes* do seu quarto, e sempre está *gastando tempo brincando com esses presentes*, a linguagem do seu amor emocional é: ***receber presentes***.

Se você não pode comprar muitos presentes por causa do custo, lembra que não é o custo do presente, mas é por que você pensou nele. Muitas vezes a criança prefere brincar com a caixa em vez de brincar com o brinquedo.

1. Se o você observa seu filho ou sua filha sempre tentando ajudar os seus irmãos, provavelmente a sua linguagem primordial amor é: ***Atos de servir***. Observa seus filhos e vê a maneira que eles expressam o seu amor para outros. Isto será uma grande indicação da sua linguagem primordial do amor.

***Por exemplo***: Si seu filho expressa a apreciação e gratidão pelas coisinhas que alguém faz por ele como: ajudando num *projeto* qualquer da escola, ajudando ele *consertar a bicicleta* ou talvez o seu filho do constantemente *se oferece ajudar* você com os seus projetos e trabalhos.

1. Se uma criança pula no colo do seu pai, abraça e brinca com o cabelo dele, a criança está dizendo para seu pai que ele gosta de ser tocada. A sua linguagem de amor é: ***Os toques físicos.*** Si seu filho regularmente ti aproxima e pega na sua mão ou no seu braço, ou sempre está empurrando você, o gosta de lhe surpreender pegando no seu tornozelo, ou é muito expressivo em dar e receber beijos e abraços, a sua linguagem primordial é: ***Os toques físicos***.

1. recursobiblico.com - Descubra Sua Linguagem do Amor [↑](#footnote-ref-1)