

## ALGO DE AYUDA PARA LAS FAMILIAS BIBLICAS

Secretos y Trucos/Tacticas.

De parte de Christine Marie Collier

Secretos y Trucos/Tacticas.

Secretos del la "profesion".. Hemos descubierto algunos secretos que han ayudado a prevenir herir los sentimientos.

1) Al final del dia es bonito de parte de Hubby el tomar una hora o mas antes de ir a la cama con la Esposa A..y pasar el tiempo con la Esposa B. Esto ayuda con el factor de la comodidad y le deja saber a la Esposa B que ellas tambien son especiales y amadas. Esto provee este tiempo a solas..en pareja que tan desesperadamente buscamos, necesitamos y merecemos. Esto culmina con el dia y provee ese algo especial que tanto esperamos todos los dias. Yo me refiero a esto como "estar muy cercas"

2) Asi como el "estar muy cercas" es tan importante como comensar el dia con esa misma unidad y calor intimo. Esto ayuda a la Esposa B a reconectarse con Hubby despues de esa noche de separacion..y comensar el dia en igualdad y unidad.

3) Citas para salir- Es importante el nutrir cada relacion, tanto la individual como la de grupo familiar. Citas individuales son importantes porque..te dan esa privacidad y tiempo especial para discutir cualquier problema personal, te provee el tiempo necesario para compenetrarte y ser tu misma ..sin tener que preocuparte por tu hermana- esposa. Tan importante como las citas entre grupos a las que Hubby asiste con las esposas..y hacen alg, y comparten todos juntos. Esto te provee con el

sentido de igualdad y te da un tiempo de compenetracion que es necesaria para la continuidad de la relacion entre Hubby y sus esposas.

4) Tambien lo creo muy necesario el nutrir la relacion entre las esposas hermanas. Encontrar tiempo y buscar que conectarte con tu hermana esposa fuera de la casa/hogar, sea para ir juntas a comprar al Mercado, o ir juntas a algun mandado, o ir al gimnasio juntas..algo..cualquier cosa que les de a las dos o mas esposas..ese tiempo que tanto necesitan para estar juntas y compenetrarse mutuamente. Asi de importante como tu relacion con tu esposo es..asi tambien debe de ser tu relacion con tu hermana- esposa.

5) Finalmente..la razon principal..por la que tu estas en esta relacion, Hubby tu/el esposo!! Has esas pequenas cositas que a el.. le hace feliz, preparale su comida favorita, sobale sus pies despues de un largo y duro dia de trabajo, hablale palabras de aliento para que el sepa y sienta que esta haciendo lo correcto. Muchas veces nosotras fallamos en decirle a "el"..que esta haciendo un muy buen trabajo, y tentamos en fijarnos en las cosas malas y dejamos pasar por alto las buenas. Yo les sugiero que no caigan en esa trampa, hablen con exelencia de las cosas que el hace para hacerlas sentir amadas y muy apreciadas.. cuando las hace, no solo asuman..que el sabe como se sienten uds.

En conclusion, Yo se que hay mas secretos alla afuera, que no he mencionado aqui. Pero sientanse libres de dar su opinion en las cosas mas pequenas.. y que hagan todo mucho mas facil para ti y tu familia.

**Lo "que hacer".. y que "no hacer".. en el pensamiento Poligamo**

Christine Marie Collier

El pensamiento Poligamo es basado en no ser egoista, ser caritativo, comprometido y amoroso. Aquí hay una lista de ideas de mucha ayuda que yo he descubierto a lo largo de mi camino. Espero que le sirva a todos, aquellos que son nuevos a este estilo de vida, aquellos que desean entrar en esta vida, y a aquellos que necesitan refrescar la mente y las ideas.

Los estilos de vida poligamos ponen una complejidad al ya duro deber de mantener una relación íntima.

Es casi como construir una buena relación monógama..la cual no ocurre de la noche a la mañana o por accidente, tampoco ocurre así..con el construir una relación polígama. Como sea , las relaciones polígamas también tienen sus retos por sí solas, las cuales tiene que lidiar con el pensamiento polígamo. Algo muy necesario en cualquier relación, sea polígama o monógama, es relaciones y experiencias interpersonales.

Aquí algo de QUE HACER.. Y QUE NO HACER para relaciones polígamas

1) No fuerces tu relación hacia formas, roles o estilos predeterminados, o pre-definidos. Deja que las relaciones tomen su propio curso. Esto ocurre algunas veces cuando una pareja trata de incorporar a alguien en sus ya previamente establecidas relaciones. Ellos tratarán de hacer que esta nueva persona se adapte a su pre-establecido compromiso.

Recuerde que cada persona es diferente, y no podemos forzar a otra persona a que se adapte en "nuestra caja." Respeta a cada persona por quien es, y valoriza en lo que estas..pueden contribuir a esta relación. Cada persona tiene voz propia y necesita ser oída en una relación. El cambio y la adaptación es de vital importancia.

2) Trata de entender que tus necesidades, no tienen nada que ver con las de tu hermana esposa. Algunas veces en una poli-relacion tratamos de culpar a la otra "hermana esposa" por que nuestras necesidades no son satisfechas por nuestro esposo compartido. Prodríamos murmurar .."si no fuera por ella/la otra esposa que esta tambien en tu vida, tu me dedicarias mas tiempo a mi." No preguntes.."recibo yo lo mismo que ella?" Cada persona en una poli-relacion es una persona individual, y tiene necesidades individuales. Mejor preguntate "Tengo yo..lo que necesito?"

3) No mantengas records o medidas. Esto no es un juego de mantener igualdades. No digas "Bueno.. pasaste/tuviste una hora con ella, pero a mi solo me das media hora. "Eso no es justo" Lo justo trabaja de acuerdo a las necesidades. No controles el reloj, ni mantengas record de nada. No seas un 'nazi-minuto' Esto es demasiado estresante y llevara a desacuerdos y peleas entre miembros de la familia. Algunas veces nuestra hermana-esposa pudiera estar pasando por alguna crisis, enfrentando algun problema, o quiza necesite mas ayuda y atencion en ese presiso momento. Tenemos que ser sencibles a todo esto..mientras que la ayuda este disponible para todos nosotros cuando alguno de nosotros la necesite.

4) Pide lo que tu necesites..no asumas que tu esposo o tu esposa hermana..puedan leer tus pensamientos, o que ellos te conocen tan bien que ellos saben que necesitas. Las asumciones son muy riesgosas. Aunque lo que tu necesites puede que sea "ovio para ti", quiza no lo sea para tu esposo o para tu esposa-hermana. Cuando tu sientas que tus necesidades no son proveidas..habla con tu esposo y con tu esposa-hermana, no esperes que ellos lo descubran por su cuenta. Comunicate!!

5) No pases por alto los problemas, o que pase el tiempo para resolverlos, cuando alguien te hiere con ..o sin intencion, no lo pases por alto, o lo ignores, la confrontacion no es comoda,pero es muy necesaria en toda relacion. *Comunicate. Comunicate. Comunicate!!* Aun.. si el problema es muy pequeno, no lo dejes al olvido , o lo pases por alto. Los problemas pequenos eventualmente se convertiran en mas problemas pequenos y llegaran a ser un gran problemota. *Conquista ..elimina ese problema por mas pequeno o grande que sea, inmediatamente..en el instante que este aparesca.* Has oido el dicho que dice "No hagas una Montana de un poquito de tierra" Bueno esto es exactamente lo que los humanos hacen regularmente. Enfrentan los problemas pequenos..antes de que estos se hagan grandes.

6) No pienses o asumas que la relacion poligama resolvera problemas en tu "ya"..problematica relacion. Asi como algunos monogamos ..que piensan que tener familia (bebes) arreglaran sus accidentadas relaciones matrimoniales, algunos piensan que..agregando una esposa mas al matrimonio..tambien arreglara el problema en sus relaciones. Esta es una falsa asumpcion. Esto es erroneo..agregar a alguien mas en una relacion que esta golpeada, danada..traera aun mas problemas...empeorara mas las cosas. Tampoco no es justo incluir a otra persona dentro de la relacion danana lastimada y herida. Esto las convertira en culpable. Regularmente, o usualmente estas peronas que son integradas en este tipo de relacion ..terminan siendo la culpadas por los problemas ya existentes ..o por empeorarlos aun mas.

7) No pongas atencion a la condicion de la relacion de tu futuro esposo con la esposa actual que el tiene. Si se mira muy mal esa relacion..ni te metas..no entres!. Tu no quieres entrar en una relacion que te convertira en alguien sin valor, ni voz ni voto.

8) No te pongas del lado de nadie. O mejor dicho..no apoyes a nadie. Esto es destructivo.

9) Se flexible..un esposo solo puede estar en un lugar a la vez ..recuerda esto y se sensible a esto, no esperes de el..que sea un superhombre.  
(Continuacion de #1)

10) No culpes a la poligamia por todos tus problemas. Tampoco asumas que la poligamia es la raiz de todos tus problemas. No digas "si no fuera por la poligamia" gente que esta experimentando problemas en relaciones poligamas intentan senalar que ..por que su relacion no sigue una norma o estilo, esta es la razon de que esten teniendo disgustos. Sea como sea ..tambien las relaciones manogamas..tienen este tipo de disgustos. Muchas veces parejas monogamas tienen dificultades para encontrar tiempo para tener intimidad el uno con el otro..debido al trabajo, ninos, o alguna otra interferencia, pero ellos no pueden culpar a la poligamia de que ELLOS SEAN MONOGAMOS. Individuos poligamos tienden a querer culpar a la poligamia, si sus necesidades no son atendidas, o existe algun problema...pero en realidad lo que ellos necesitan ver es..que no es la poligamia lo que causa el problema, sino las circunstancias individuales. Los celos tambien ocurren en las relaciones monogamas. Muchas veces el problema es por la opression de la sociedad en contra de la poligamia. El problema entonces no es la poligamia ..sino la anti-poligamia.

11) Pon atencion en la manera en que te diriges a tu esposa hermana. La relacion tuya con tu hermana-esposa es vital. Recuerda que si la hieres..tambien hieres a tu esposo. Ponle atencion a ella, conocela, amala, se conciente de ella, has crecer una relacion con ella. Es tan importante el tener una fuerte relacion de amor con tu hermana-esposa, como tambien lo es..el acrecentar y nutrir la relacion con tu esposo.

12) No hagas asumciones sobre tu hermana-esposa/hermanas esposas, ni siquiera con tu esposo por algun problema. Recuerda que cada individuo es diferente, y cada relacion crecera en diferentes pautas y

formas. Expresa tus expectativas, necesidades, y deseos..en otras palabras...Comunicate, Comunícate!!

13) No asumas o creas que ser polígamo te hace mejor o más maduro que otros..tampoco asumas esto de la monogamia. Tu estilo de vida no te hace mejor que los demás. ..todos somos iguales, sin importar el estilo de vida que tengamos.

14) Toma responsabilidades por tus actos, se responsable, se dueño de tu propio comportamiento, recuerda la ley de Newton "por cada acción existe una igual u opuesta reacción" existen consecuencias por tus acciones. Antes de que actúes..considera el efecto de tus acciones en tu esposo, hermanas esposas, y cualquier niño envuelto en la relación, entonces prepárate para aceptar las consecuencias de tus actos..cuando actúes.

15) No seas inhumana ni villana con tu hermana-esposa. Recuerda que tu esposa-hermana..no es un demonio, esclava, o el enemigo. Ella es un ser humano como tu, con sentimientos, fallas y errores..no la veas o transformes en el enemigo o en un monstruo. Esto solo conlleva a la hostilidad, división, ira, y destrucción.

16) Tampoco pongas a tu hermana-esposa en un pedestal y le des grandes expectativas que ella pueda o no pueda cumplir. Pues así como ella no es un demonio, tampoco es un ángel o un santo/a ella es un ser humano como tu. No creas que ella es mejor que tu, y por lo tanto, que no piense que merece más que tu. No imagines que ella es más atractiva que tu, o mejor que tu en la cama, o más inteligente que tu, más graciosa, o mejor ser humano que tu, no pienses/creas que ella vale más que tu. Uds ambas son iguales!! No te devalues, así como tampoco el destruirla hará a nadie feliz, ni destruirte a ti misma tampoco hará a nadie feliz. Esto solo lleva a celos, resentimiento y lastimaduras.

17) Trata a tu hermana-esposa y a tu esposo con respeto..y espera lo mismo de ellos para contigo.

18) No busques en tu relacion un sentimiento de saber o ver cuanto vales. Si tu miras en tus relaciones el definir cuanto en realidad vales..entonces lo que tu vales sera siempre entendido y sostenido en el tipo de relaciones que tu tengas con otros. Esto es peligroso. Lo que tu vales depende de ti, y si tu crees en YHWH entonces depende de EL. Tu eres un individuo con una identidad que existe afuera, por separado de tus relaciones. Tus relaciones no describen tus valores o tu valor en esta vida. Tu tienes que valorarte primero..antes de entrar en una relacion. Porque hay una gran diferencia entre una persona que QUIERE entrar en una realcion ..y una persona que necesita entrar/estar en una relacion. Si tu te valoras a ti misma, entonces este valor propio te libera de depender de otros. Esto lleva a la depresion, y al resentimiento..y a verdaderas formas de vivir que no son saludables. Tu solo puedes confiar en ti misma para hacerte sentir bien sobre ti misma!!

19) No sacrifiques tu propia felicidad por la de tu esposo,esposa-hermana, o la felicidad de los ninos. Una poli-relacion debe de servir las necesidades de cada quien envuelto en la relacion. Si deveras tu le importas a tu esposa-hermana..o tu esposo, el/ella no querra que sacrifiques tu felicidad personal..por la de ellos. El/Ella no seran felices si tu eres o te sientes miserable. Sacrificandote a ti misma a expensas de otro/a llevara a una relacion de co-dependencia..esto es destructivo.

20) Acepta el cambio y no le temas. Recuerda que las relaciones cambian al igual que los individuos cambian. Ninguna relacion se quedara igual como empezo para siempre..especialmente si esta es saludable ...y crecera y madurara. Recuerda que tu tienes que estar dispuesta a cambiar en formas y maneras que incluyan a tu esposo y a tu hermana esposa.



21) Conocete tu misma. Conoce que limites existen para ti. Descubre que necesitas y descubre que te hara feliz. Tambien descubre que es lo que tienes para tambien ofrecerlo a otros. Conociendote a ti misma, otros tambien te podran conocer. Recuerda que tu mereces ser feliz y mereces ser amada.

Traducido por

Freddy Marquez

Phoenix Arizona.