

## Descripción del Retiro Reconstruyendo el Hogar

Uno de los mayores retos a los que se enfrenta toda persona es conocerse a sí misma y sanar las heridas que ha recibido a lo largo de la vida, muchas de ellas desde la niñez. Muchas personas andan con la vida a la deriva, con una gran carga sobre ellas. El problema es que la han llevado por tanto tiempo, que ya se acostumbraron a esa carga y con ella encima, no pueden llegar muy lejos, pues no les permite desarrollar su potencial, ni vivir en plenitud.

Podemos asegurar que en mayor o en menor medida, todos llevamos asuntos pendientes de resolver sobre nosotros y de alguna forma eso nos está afectando diariamente. Todo lo que somos, la forma en que actuamos generalmente, la forma como reaccionamos ante distintas situaciones, los temores que tenemos, las heridas abiertas y los recuerdos del pasado afectan la manera en que nos relacionamos con las demás personas. Siendo la relación con nuestro cónyuge la más cercana y la más profunda, también es la relación más afectada por todo ello. Es por esto que para mejorar nuestra relación de pareja, para que sea más profunda y plena, es necesario que hagamos una introspección profunda en el Yo de cada uno y que encontremos cómo resolver todo aquello que tenemos del pasado y quitarnos esa carga que traemos encima, que seguramente también estamos obligando a cargar a nuestro cónyuge.

**Encuentro Católico para Novios**, consciente de esa realidad, incluye dentro de su **Proceso de Formación y Crecimiento**, esta experiencia que es precisamente para que de manera individual, cada persona profundice en su interior y pueda tener la oportunidad de sanar las heridas que tiene adentro. Aunque es ideal que las dos personas de la pareja vivan esta experiencia juntos, pues así estarán mejor sintonizados luego de la misma, si no es posible que la vivan juntos, puede vivirla solamente uno de los dos, pues el beneficio que uno tenga para su vida como fruto de esta experiencia, también será de beneficio para la relación de pareja.

Para más información sobre esta experiencia puedes escribir a [formacionycrecimiento@ecnguatemala.org](mailto:formacionycrecimiento@ecnguatemala.org).