

Dia 37



TRABAJO PERSONAL DÍA 37

Limites en Fundamento: Poder en vinculo

Introducción

Limites en Fundamento nos invita a cuidar nuestros vínculos con claridad y límites.

Amar también es saber hasta dónde abrirse, qué sostener y qué detener, para que la relación sea sana y verdadera.

La reparación del día es ordenar la relacion

Objetivo: Construir vínculos con límite, claridad y respeto.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Hay algún vínculo donde me estoy excediendo en la entrega o desbordando?
2. ¿Me cuesta poner límites por miedo a perder la conexión?
3. ¿Estoy evitando decir una verdad importante para mantener una relación?
4. ¿Cómo puedo cuidar hoy un vínculo sin dejar de cuidarme a mí?
5. ¿Sé poner límites sin cerrar el corazón?
6. ¿Me relaciono desde la claridad o desde la necesidad?

Acción práctica

Observar tus relaciones actuales: ¿Dónde necesito poner un límite? ¿Dónde evito una verdad por mantener el vínculo?

Actuar con mayor claridad, aunque genere incomodidad

Identifica una situación relacional donde necesites más claridad y expresa un límite sencillo y respetuoso.

Antes de hacerlo, recuerda: *“Poner un límite también es una forma de amar.”*

Cierre

El amor se fortalece cuando tiene dirección.

Hoy, al ordenar tus vínculos, creas relaciones más sanas y auténticas.

