



### Ejercicio. ¿Qué valoro más en la relación?

1. Demos una mirada radicalmente honesta a lo que en este momento valoramos más que el Amor inmutable, más que el único Santo Ser que compartimos.
2. Este cuestionario está diseñado para revelar dónde pueden estar tus ídolos ocultos. El mundo valora muchos de ellos como símbolos de un amor especial. Algunos podrían ser áreas o cualidades que consideres positivas, pero en verdad son “obstáculos” no reconocidos para el Amor y, por lo tanto, barreras para la unión real y la Relación Santa.
3. Tómate tu tiempo y repasa cada uno de estos posibles ídolos. Un ídolo es cualquier cosa que valoramos o priorizamos por encima de Dios y que por eso defendemos sin reparos. Mira con honestidad radical cuánto valoras o te identificas con cada uno.
4. En una escala de 0 a 10, determina cuál de estos tiene mayor o menor valor para ti en este momento. Esto a menudo cambia a medida que transferimos nuestra confianza del miedo al Amor. Cero: no le das ningún valor; diez: le das mucho valor.
  - 1) ser proveedor;
  - 2) ser salvador;
  - 3) ser solucionador de problemas;
  - 4) complacer a las personas;
  - 5) transigir para mantener la paz (del ego);
  - 6) ser fanático del control;
  - 7) ser fanático de la limpieza;
  - 8) ser planificador;
  - 9) ser reservado y mantener pensamientos privados;
  - 10) parecer fuerte, no ser emocionalmente vulnerable y transparente;
  - 11) ser competitivo;
  - 12) tener razón;
  - 13) ser necesitado por otros;
  - 14) ser meticuloso;
  - 15) ser inteligente;
  - 16) ser creativo;
  - 17) ser melodramático;
  - 18) estar enfermo o dolorido;
  - 19) ser un mártir;
  - 20) preocuparme; estar ansioso;
  - 21) asumir “falsa responsabilidad” por los seres queridos;
  - 22) compartimentar mi vida;
  - 23) creer en víctimas inocentes y en agresores culpables;
  - 24) creer en el mundo: noticias, política, etcétera;
  - 25) crearme víctima del cuerpo, de otra persona, del pasado o del mundo;
  - 26) abrigar agravios presentes o del pasado;
  - 27) tener dificultad para perdonar completamente;
  - 28) tener apego a las historias del pasado;



**MANUAL PARA LA RELACIÓN SANTA - EJERCICIOS**  
**¿Qué valoro más en la relación?**

- 29) ser sentimental;
- 30) creer que he sido tratado injustamente;
- 31) creer que mi pareja romántica debería proporcionarme sexo;
- 32) ser adicto a cualquiera de los muchos apetitos corporales del ego: sexo, pornografía, comida, televisión, videojuegos, drogas, compras, juicios, chismes, drama, gastos, apariencia o estado físico, alcohol, etcétera;
- 33) creer que el Amor real implica sacrificio, posponiendo nuestras propias necesidades, etcétera;
- 34) creer que el Amor puede cambiar o terminar;
- 35) creer en ciertas “reglas” y “roles” en la relación que, si no se cumplen, son motivos para retirar o terminar el amor.