

SEMANA 2

No todos caben en tu círculo interno

Sabiduría para elegir y límites para proteger

Serie: Construyendo tu Aldea

Fresh Hope Español • Febrero

■ Lectura Bíblica

*"El que con sabios anda,
sabio se vuelve."*

— **Proverbios 13:20**

*"Sobre todas las cosas
cuida tu corazón."*

— **Proverbios 4:23**

■ Puntos Principales

1 Los círculos de relación

150 conocidos → 50 amigos casuales → 15 cercanos → 5 íntimos. No tenemos capacidad para 50 íntimos.

2 Elegir requiere sabiduría

Las personas cercanas nos influyen profundamente. No todos pueden estar en nuestro círculo interno.

3 Los límites son salud, no falta de amor

No tenemos energía emocional infinita. Cuidar el corazón es lo que Dios nos pide.

■ Puntos Principales (cont.)

4 Señales de relaciones saludables vs. dañinas

Saludables: seguridad, reciprocidad, respeto. Dañinas: agotamiento, unilateral, ignoran límites.

■ ■ Preguntas para Reflexión

1. ¿Te resulta difícil o fácil poner límites?
2. ¿Has experimentado relaciones que drenan vs. llenan?
3. ¿Cómo se ve 'cuidar tu corazón' prácticamente?
4. ¿Hay alguien que debería estar en otro círculo?

■ Reflexión

**Amar no significa dar acceso ilimitado.
Jesús tenía 12 discípulos, pero solo 3
en su círculo más íntimo.**

■ Práctica de la Semana

- Dibuja tus círculos de relación
- Círculo 1: Tus 2-5 más cercanos
- Círculo 2: 10-15 amigos cercanos
- ¿Hay alguien que debería moverse de círculo?

■ Oración

*Señor, dame sabiduría para elegir
mis relaciones más cercanas.
Ayúdame a poner límites sin culpa.*

Fresh Hope Español

Donde la fe y la salud mental se encuentran