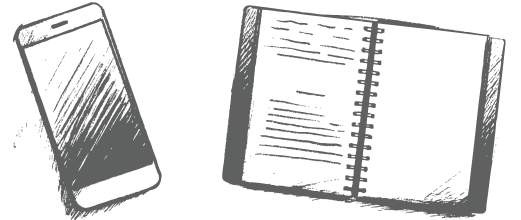
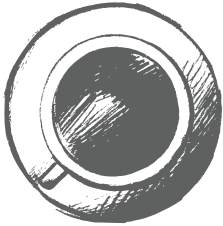




Plan de Vida

Guía práctica para ayudarte a definir el tuyo



Nombre: _____

Fecha: _____



Contenido de un plan de vida

Decisiones de la vida diaria

Relación con Dios (Espiritual)

¿Qué podemos nosotros dar a Dios?

Es Dios quien quiere darnos - y toma la iniciativa en el dar - su vida, su amor, y es más, se nos da a si mismo.

La oración es abrir nuestros corazones a Dios, de tal forma que Dios pueda comunicarse a si mismo a nosotros. **Ejemplo:** Buscar momentos de oración durante el día.

Relación con los demás

Debemos detenernos un poco y preguntarnos cuándo una relación es auténticamente buena y saludable.

Si en una relación particular entre dos personas, cada parte se siente obligada y restringida a vivir según los deseos de la otra parte, entonces tenemos la profunda sensación de que esa relación no es saludable. Pero si en esa relación entre dos personas, cada parte ayuda a la otra a vivir desde el amor y la donación, esa relación es hermosa y saludable, porque es libre.

Ejemplo: Tratar de ser auténtico con mis amigos, trabajar mi carácter para no explotar con los demás, aprender a ser más afectivo.

Relación conmigo mism@

Trabajarlo con constancia y paciencia. El plan debe ser práctico, concreto, realista y ojalá con un buen acompañamiento espiritual.

Ejemplo: Trabajar mi fuerza de voluntad, mis hábitos, disciplina, hacer deporte, comer saludable.

Bienestar

no olvidar

En momentos de relajación podríamos estar sin hacer absolutamente nada, pero si en esos momentos nuestros corazones y mentes están poseídos por el miedo, o atenazados por ansiedad o preocupaciones, nosotros no estamos indudablemente "relajados". Buscar actividades que contribuyan a tu bienestar.

Ejemplo: Lectura, caminar, algún hobby.

Contenido de TU plan de vida

Ahora rellena en cada área cómo la llevarás a cabo en tu vida diaria.

Relación con Dios (Espiritual)

Ejemplo: - Meditar con el evangelio del día.

Relación con los demás

Relación conmigo mismo@