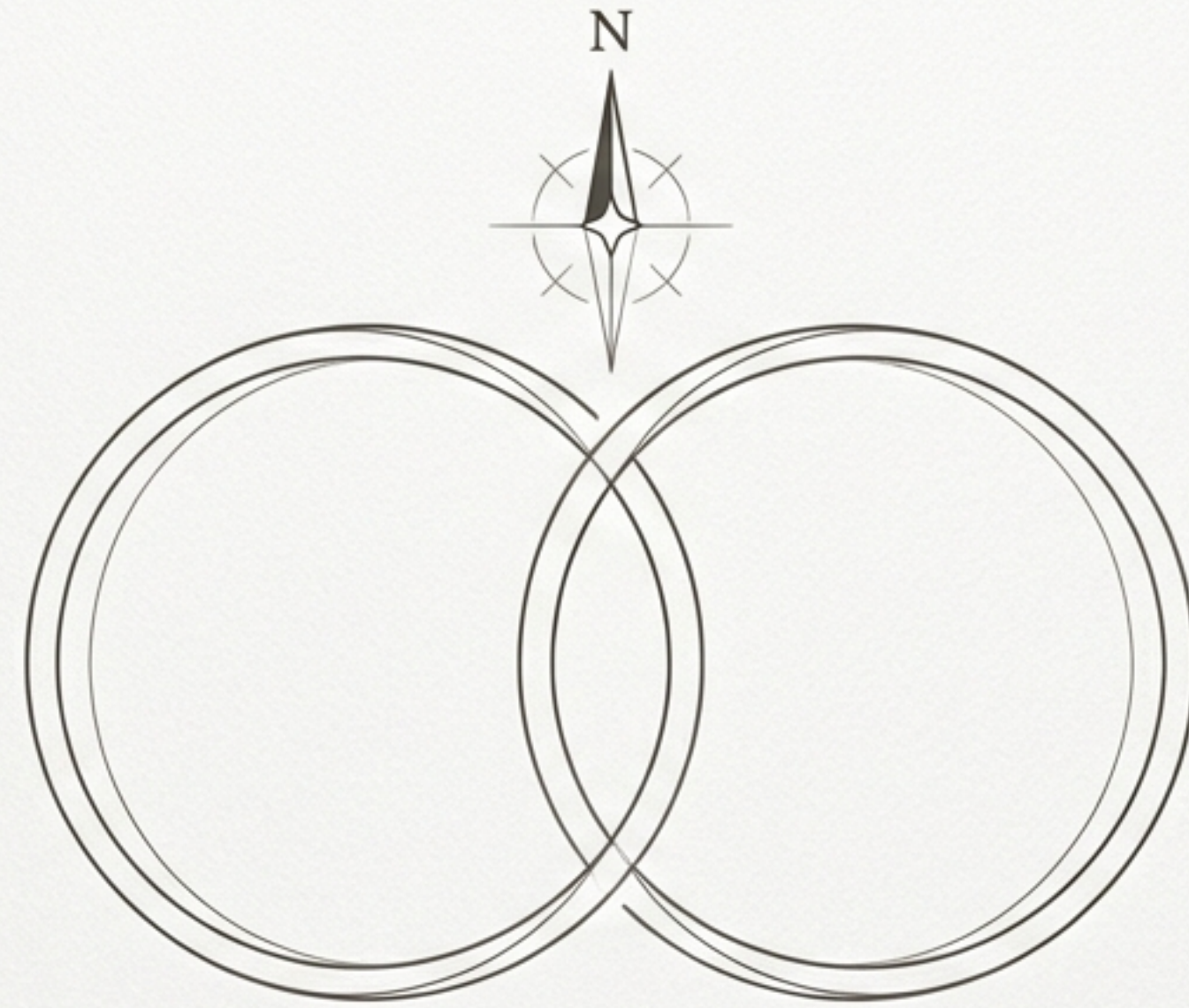




Discerniendo Pareja

Una Guía para Universitarios

UN CAMINO DE AUTOCONOCIMIENTO Y LIBERTAD

Antes de empezar: La brújula

Indicaciones para el universitario



Sinceridad Radical

Responde con sinceridad.
No es un test psicológico
ni moral.



Realidad vs. Deseo

Marca lo que “realmente”
vives, no lo que te gustaría
vivir.



Privacidad

Este cuestionario no se
entrega si no lo deseas: sirve
para pensar, orar y dialogar.

Escala de Evaluación:

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5
nada totalmente



El Espejo: Tu Estado Interior Actual

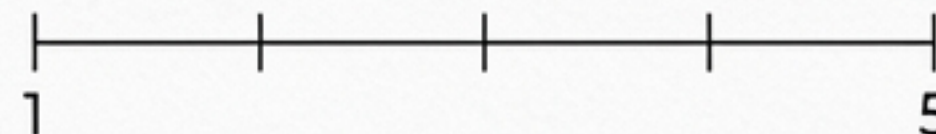
Antes de pensar en la otra persona, debemos mirar hacia adentro. La falta de paz previa contamina todo discernimiento.

¿Cómo estás tú en este momento de tu vida?

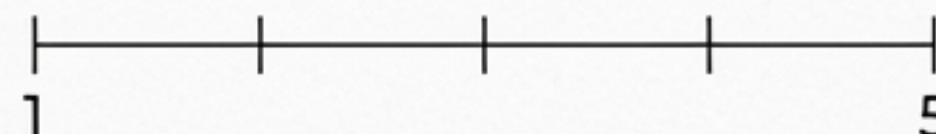
I. ¿Hay paz en la base?

Evalúa del 1 al 5.

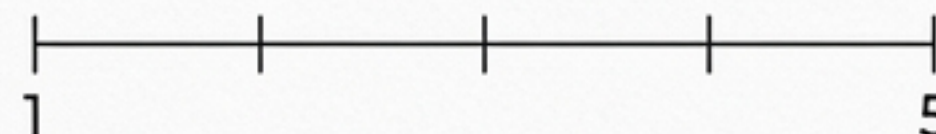
Me siento interiormente en paz en este momento de mi vida.



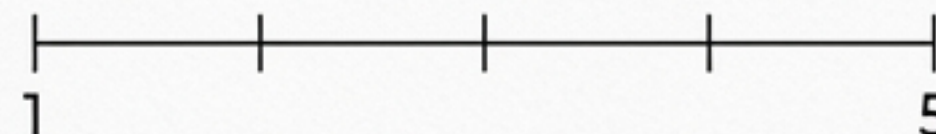
No estoy iniciando esta relación por miedo a la soledad.



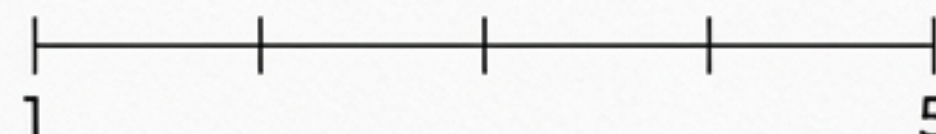
Mi vida espiritual (oración, fe, sacramentos) está estable.



Me siento capaz de esperar sin ansiedad.



Si esta relación no se diera, mi vida seguiría teniendo sentido.



Muchas respuestas bajas →
no es momento de decidir.

IV. La Libertad Afectiva

¿Eres dueño de tus emociones o esclavo de una necesidad?

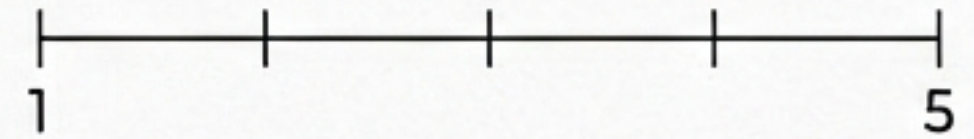
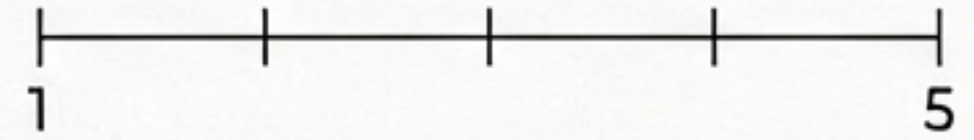
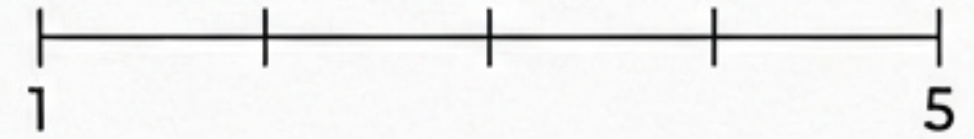
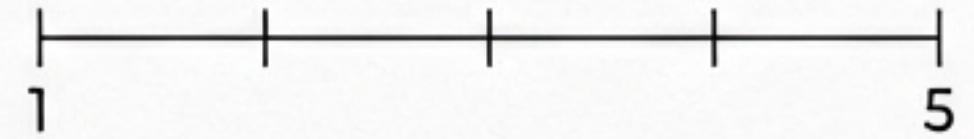
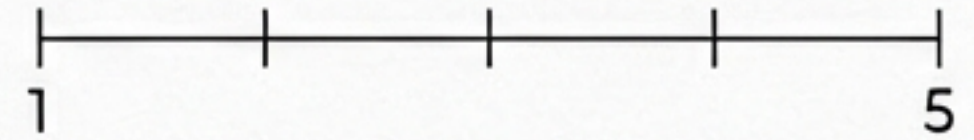
Podría decir “no” sin sentir que me hundo.

No necesito esta relación para sentirme valioso/a.

No tengo miedo constante a perderla.

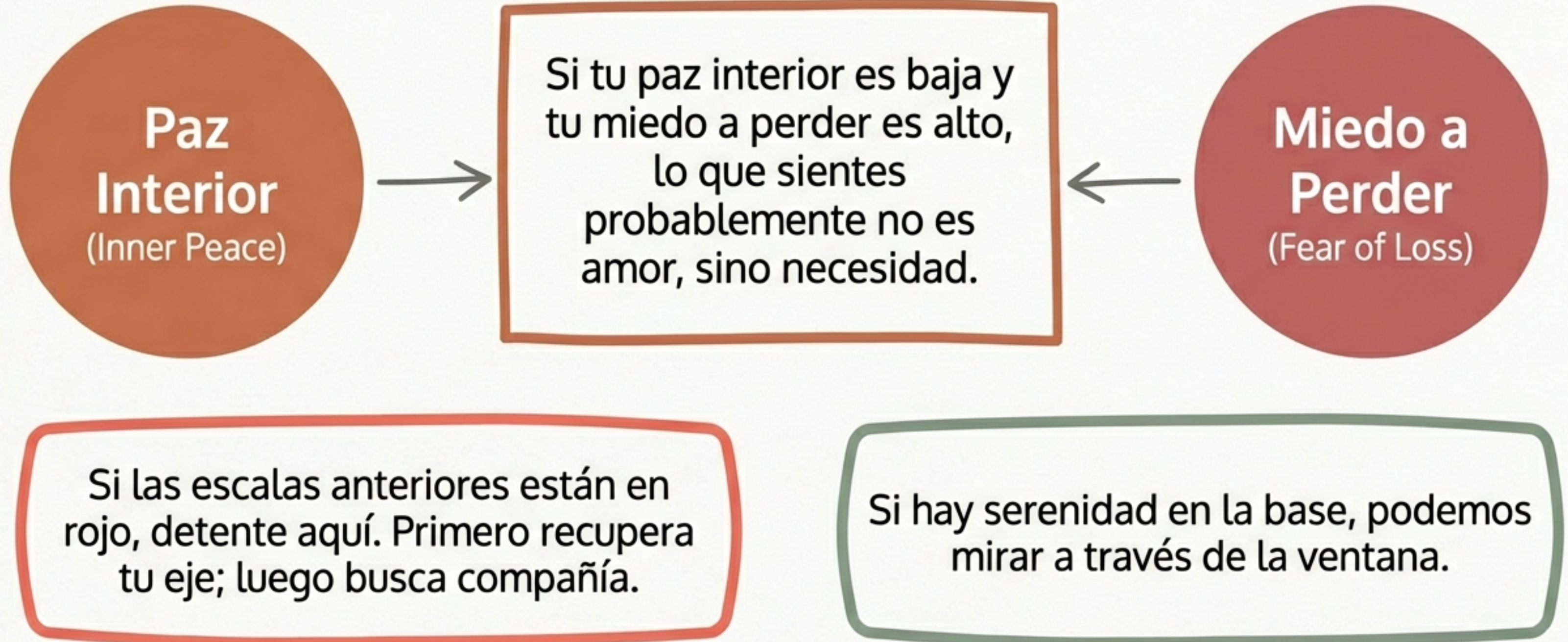
No he dejado de lado amigos, familia o compromisos.

Mi vida no gira solo alrededor de esta persona.



Donde hay miedo a perder,
no hay amor libre todavía.

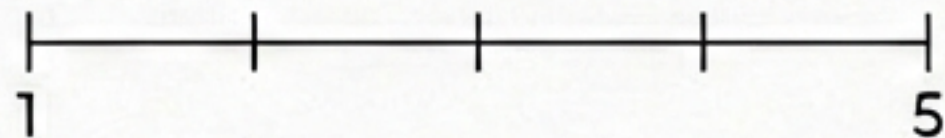
El Test del Espejo



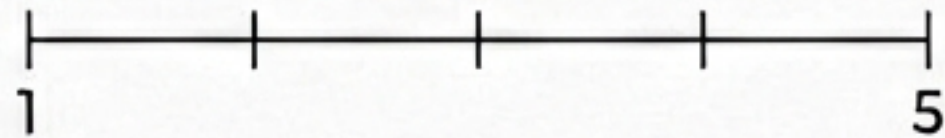
II. Movimientos Interiores

Cuando piensas en esta persona...

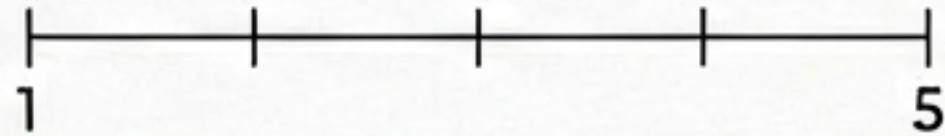
Pensar en esta persona me deja más sereno que inquieto.



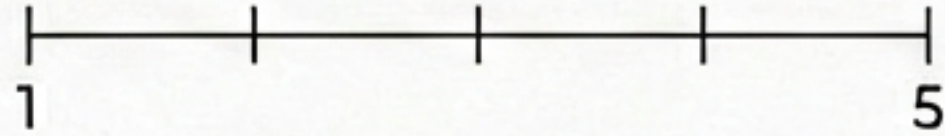
No siento prisa por definirlo todo ya.



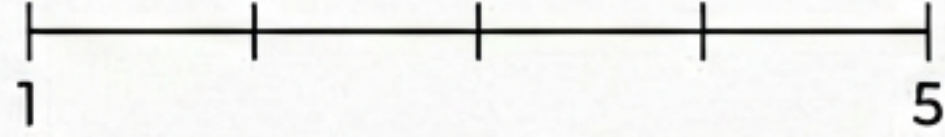
Mi oración es más clara desde que esta persona está en mi vida.



No me obsesiona su respuesta, sus mensajes o su atención.



Me siento más libre, no más dependiente.

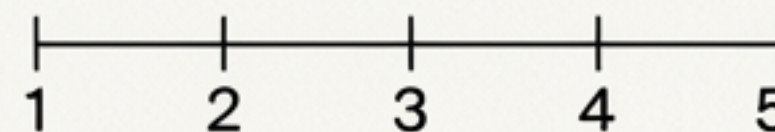


La paz auténtica no necesita presión.

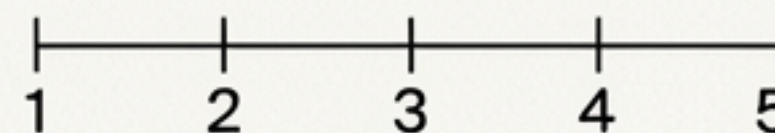
Inquietud constante, prisa o
dependencia → desolación afectiva.

III. Verdad y Realismo

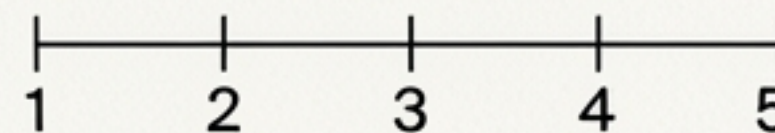
Conozco virtudes y límites reales de esta persona.



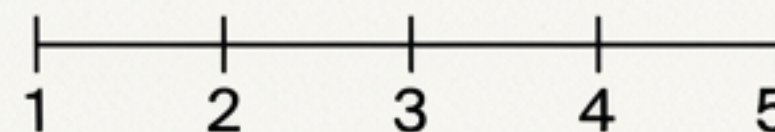
No la idealizo ni la justifico cuando me hiere.



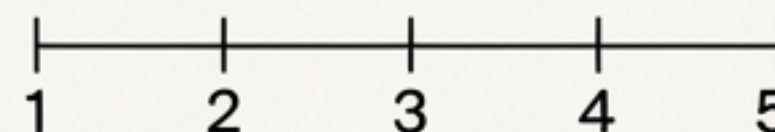
Puedo hablar con ella de temas profundos y difíciles.



Respeto mis tiempos, mis límites y mi fe.



Me ayuda a ser mejor persona, no solo a sentirme bien.

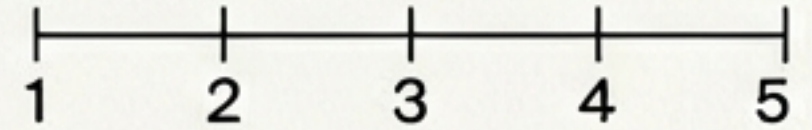


Idealización +
necesidad emocional = mal discernimiento

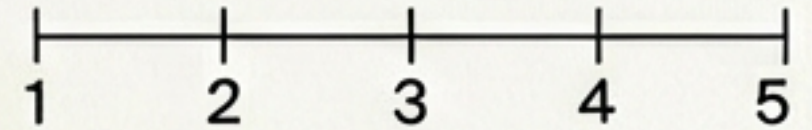
V. Fe, Sentido y Proyecto

El amor verdadero expande el horizonte, no lo encierra.

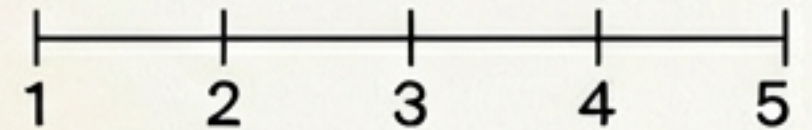
Puedo integrar esta relación en mi fe sin contradicciones.



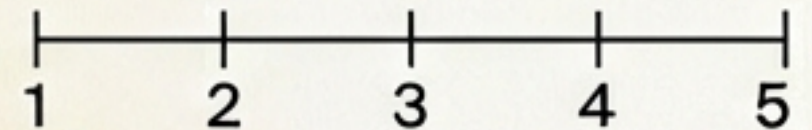
Puedo hablar con esta persona de Dios con naturalidad.



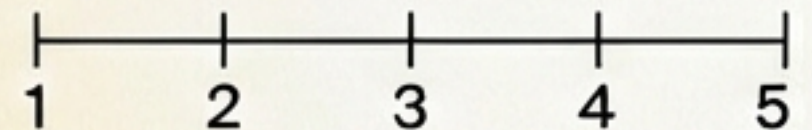
Esta relación me acerca al bien, no al ocultamiento.



No tengo que justificar actitudes que sé que no están bien.



Veo posible un proyecto sano, no solo un presente intenso.



El amor verdadero no pide esconder lo esencial.

VI. Preguntas Abiertas

Respóndelas por escrito, sin prisas.

1. ¿Qué temo perder si esta relación no sigue adelante?
2. ¿Qué me aporta esta relación que no podría construir de otro modo?
3. ¿Qué me inquieta de verdad y no quiero mirar?
4. ¿Qué consejo daría yo a un amigo en esta situación?
5. ¿Puedo presentar esta relación ante Dios con paz?



“Si una relación te
quita la paz, no te
prepara para
amar mejor. ”

REGLA DE ORO PARA UNIVERSITARIOS

VII. Lectura Final Orientativa



Mayoría de paz, libertad y claridad → Puedes seguir discerniendo activamente.



Mucha prisa, miedo o dependencia → Es momento de esperar y ordenar.



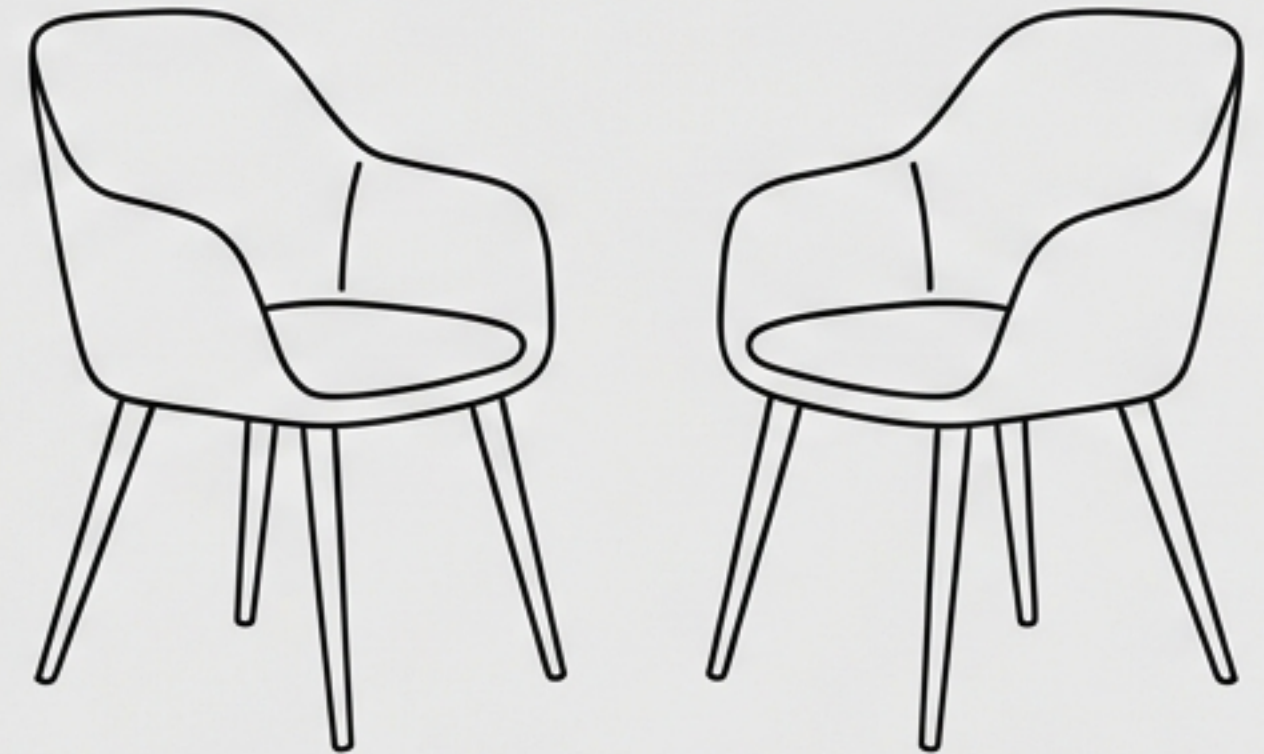
Confusión persistente → No decidas, acompáñate.



VIII. Nota para el Acompañante

Si estás ayudando a un amigo a hacer este cuestionario...

- **No corrijas respuestas:** Ayuda a interpretarlas.
- **Detecta la ilusión falsa:** A veces la desolación afectiva se disfraza de 'ilusión' intensa.
- **Paciencia:** Enseña a esperar sin dramatizar.
- **Proceso:** Acompaña procesos, no fuerces conclusiones.



El Discernimiento es un Camino

No tengas miedo a la verdad. La verdad te hará libre para amar mejor, ya sea en esta relación o en lo que Dios tenga preparado para ti.

Tómate tu tiempo. Ora. Decide desde la paz.

