

*Dr. Alexander Rúa y Dra. Dóricy Esquílín*

*Coach de Matrimonios*

www.dlcconsultantsinc.com  
dradorily@dlcconsultantsinc.com  
(407)- 719-2472

## ¿DESEAS TENER UN NOVIAZGO SALUDABLE?

1

### **Es importante que no pierdas tu individualidad.**

A menudo las parejas de novios piensan que tienen que ser la "replica" de su pareja. El chico o la chica dejan de pensar por sí mismos. Se restringen de tener opiniones propias. Dejan de mostrarse como son para "aparentar" quienes no son ante el novio o la novia. Estas acciones no son saludables. Si tu novio o tu novia te están pidiendo que no seas "tu", es importante que revises tu relación de noviazgo.

2

### **Es importante que vivas tu vida al máximo.**

Necesitas tener metas y sueños, aprender, aplicar, vivir. Que cuando llegue tu último día aquí en la tierra puedas estar satisfecho (a) de lo que hiciste y viviste. Vivir al máximo, es vivir por encima de los miedos, las barreras, los obstáculos que desean paralizarnos en el camino. Para poder ser un novio o una novia saludable, es importante que tu vida persona la estes viviendo al máximo.

*Dr. Alexander Rúa y Dra. Dórily Esquilín*

*Coach de Matrimonios*

www.dlcconsultantsinc.com  
dradorily@dlcconsultantsinc.com  
(407)- 719-2472

3

**Es importante que seas ya feliz, no que estés buscando la felicidad en tu relación de noviazgo.**

La felicidad no la encontramos en los demás, la verdadera felicidad debemos experimentarla primero en nuestro ser interior. La felicidad es una experiencia personal. Si somos felices, estamos completos, por ende, podemos compartir nuestra vida con otra persona que está feliz y completa también. Dos personas felices y completas establecerán una relación de noviazgo saludable y en constante crecimiento. Dos personas que son infelices están incompletas, y no se puede dar lo que no se tiene. Si no eres feliz, ¡no busques que otra persona te haga feliz! Busca tu felicidad personal primero. Si compartes tu infelicidad con otra persona, pronto te darás cuenta de que ambos vivirán la infelicidad.

**Si te identificas con alguna de estas áreas en tu relación de noviazgo, ¿Qué puedes hacer para asegurar que ésta se desarrolle de manera saludable?**

DLC

CONSULTANTS INC

Atentamente,

*Dra. Dórily*