

*¿Cómo es la relación íntima contigo?
¿Sientes que te compartes desde la
intimidad con otras personas?
O, por el contrario, ¿sientes que lo
haces desde la protección?*

***¿Cuánta atención y dedicación le dedicas
a la práctica meditativa en tu día a día?***

***¿En qué momentos o ámbitos diarios
te cuesta más mantener esa intimidad
profunda contigo?***