

EJERCICIO "CIRCULO DE LA VIDA"

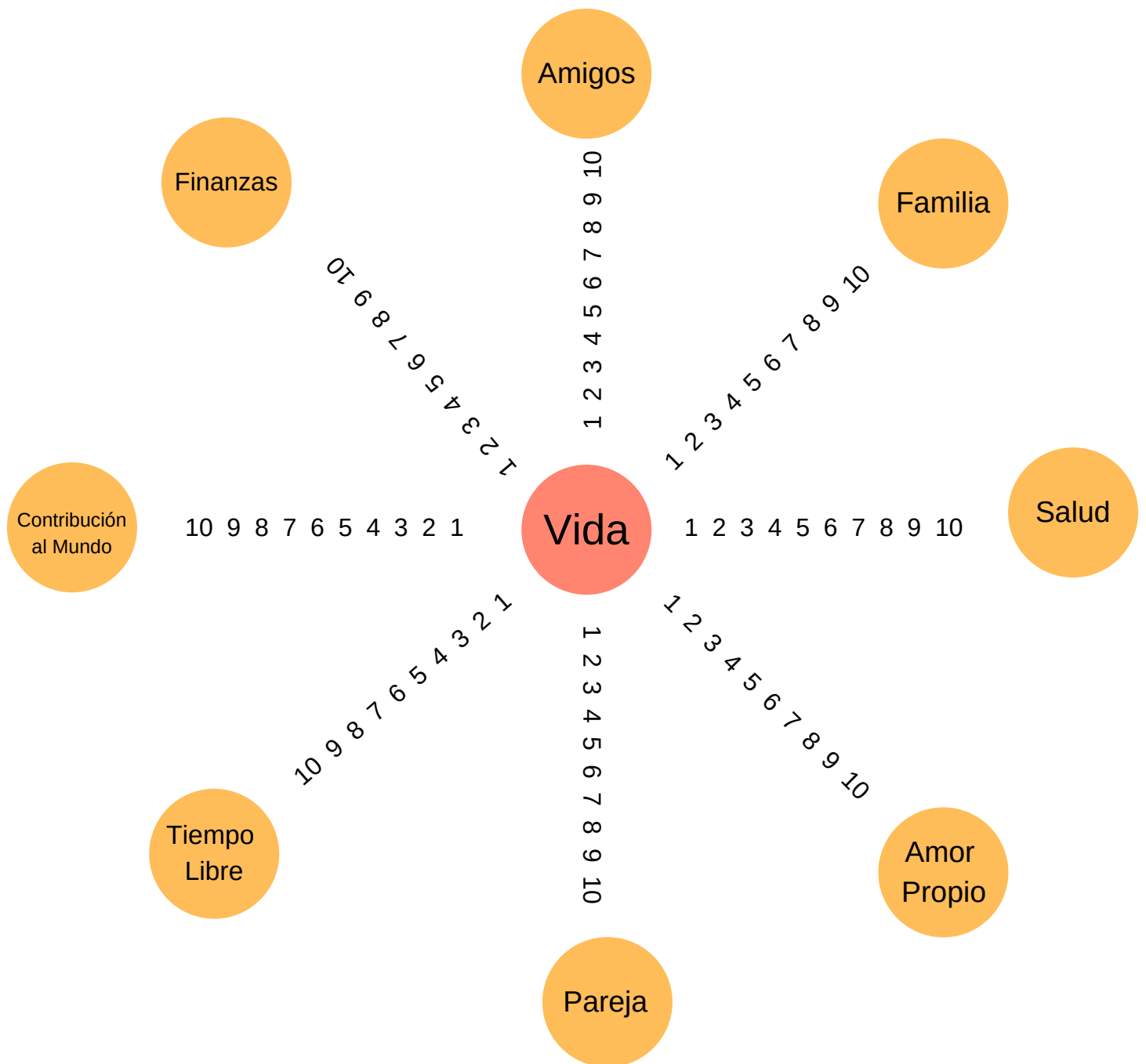


Hacer un "Termómetro de vida" es el primer paso en el proceso de crear la vida de tus #sueños!!

Es analizar y revisar como se encuentra cada área de tu vida, que te gustaría mejorar, que quieres lograr en cada una de estas áreas y que vas a hacer para que esto suceda?. Dividir tu vida en áreas te ayudará a tener claridad y sobre todo te dará visión para poder crear un balance que te provoque plenitud!!

Necesitas ser muy #Honestas contigo misma para aceptar donde estas, nadie te va a juzgar, es para que tu te des cuenta que puntos requieres empezar a trabajar ya!

Calificate en cada area que se menciona y después une los puntos.





EJERCICIO

Contesta las siguientes preguntas.

Es momento para reflexionar donde estas HOY emocional y espiritualmente.

Este ejercicio de ayudara a tener un punto de partida para canalizar tu energía y tus objetivos hacia el lugar que deseas.

¿Como son tus emociones hasta el día de hoy? ¿Que emociones predominan en tus días?

¿Que Hombre o Mujer estas siendo hoy en día?
palomea en cada lista

FORMAS DE SER QUE CREAN VALOR A TU VIDA

- Responsable
- Honesto
- Valiente
- Abundante
- Comprometido
- Amoroso
- Poderoso
- Alegre
- Apasionado
- Libre

FORMAS DE SER QUE "NO" CREAN VALOR A TU VIDA

- Iresponsable
- Deshonesto
- Timido
- Agresivo
- No Comprometido
- Frio
- Miedoso
- Enojon
- Desleal
- Miedoso

MODULO 1

¿Bien cómo te fue? Recuerda que todos estos ejercicios los tienes que ver sin juicio simplemente con aceptación por que te están abriendo a la posibilidad de ir hacia arriba o ir a un nuevo nivel. Y si en alguna área tuviste la puntuación mas alta no quiere decir que esa área no la vas a seguir trabajando, al contrario es un desafío para ti en el aspecto de como vas a llevar a un siguiente nivel esa área, que mas vas a dar de ti en esa área, siempre hay un nuevo nivel, así que también es nuevo desafío para ti

¡Nos vemos pronto!

NOTAS PARA MI:
