

EL PODER DE LA VISUALIZACIÓN

Nombre _____ Cognome _____ Classe _____

La visualización es una herramienta muy importante para acercarnos a la meta que queremos alcanzar, ya que nos permite alinear la mente y el corazón. Dado que la mente no reconoce la diferencia entre el sueño y la realidad, podemos crear nuestra propia "película" imaginaria y sumergirnos completamente en ella, sintiendo emociones de alegría y serenidad mientras visualizamos lo que estamos experimentando en el sueño.

¡SOMOS LOS DUEÑOS DE NUESTRA VIDA Y PODEMOS ATREVERNOS A TODO LO QUE QUERAMOS!

Cuanto más firmemente creamos en nuestro sueño visualizado, más se manifestará en la realidad de nuestras vidas.

Para idealizar un deseo la cosa más importante es saber qué nos gusta y qué no nos gusta. Usa los siguientes verbos para indicar tus gustos:

- **Me encanta(n)** _____
- **Me chifla(n)** _____
- **Adoro** _____
- **Odio** _____
- **Detesto** _____
- **Me gusta(n)** _____
- **Me entusiasma(n)** _____



- **Me vuelve(n) loco(a)** _____
- **Me fastidia(n)** _____
- **No soporto** _____
- **Me da(n) asco** _____
- **Me alegra(n)** _____
- **Me fascina(n)** _____
- **Me importa(n)** _____
- **Me molesta(n)** _____
- **Me preocupa(n)** _____

