

Deseo no-deseo

*“La calidad de mi vida es directamente proporcional
a las emociones que siento día a día”*

A Szi

Por favor, escudriña tu cerebro y tu corazón y apunta las emociones que deseas sentir y las que no deseas sentir para decir que tienes un vida plena.

En la página siguiente, por favor, ordénalas por prioridad: empieza arriba con la más importante para ti.

Guarda bien esta tarea, pues la necesitaremos en la sesión #5 para profundizar.

Emociones y sentimientos

Sí deseo sentir

NO deseo sentir



*“La calidad de mi vida es directamente proporcional
a las emociones que siento día a día”
A Szi*

Emociones y sentimientos

Sí deseo sentir

NO deseo sentir

