

# Establece tu Intención de Participar en Este Curso



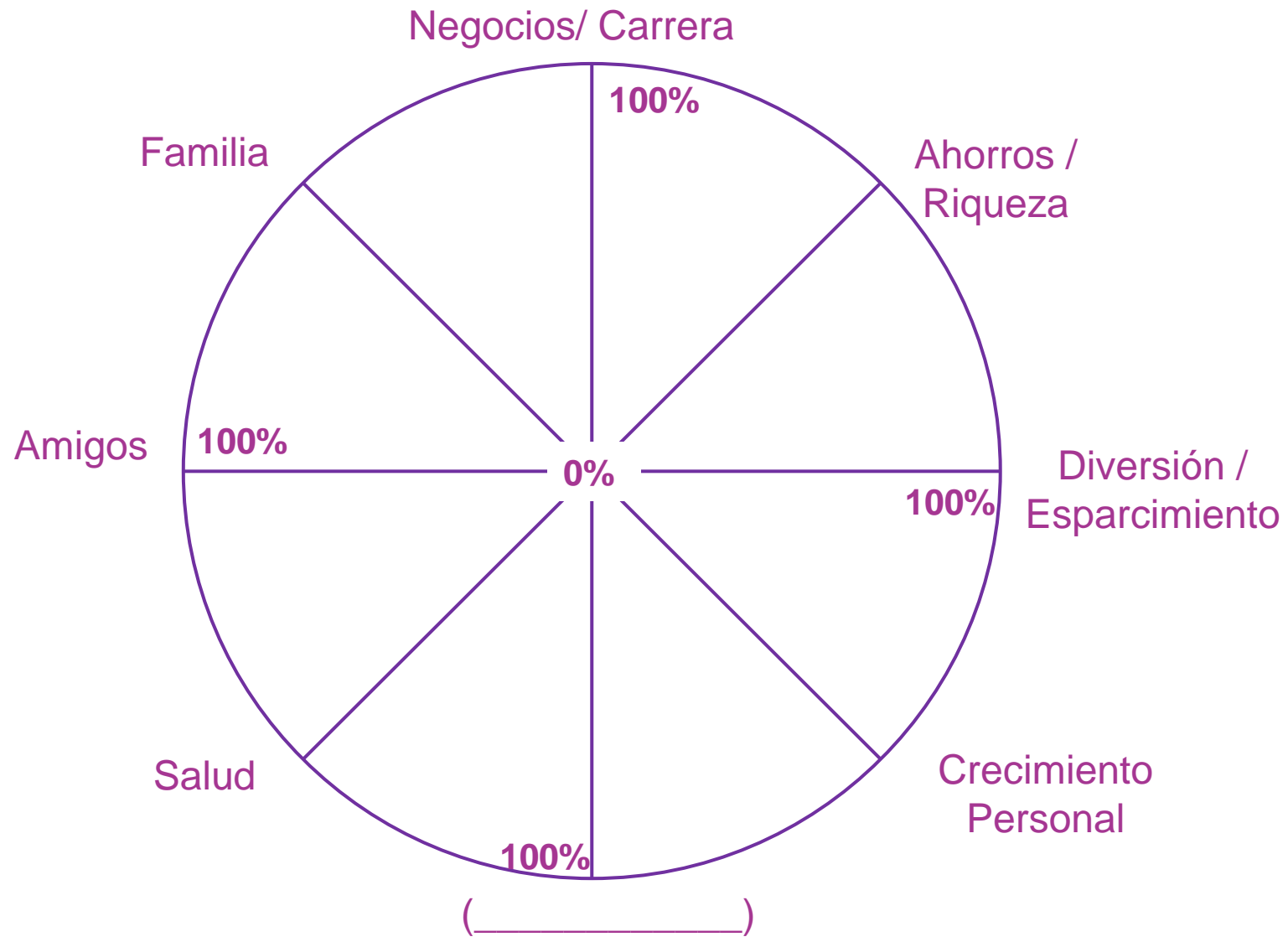
Mi intención de participar en este curso es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Cuánta Plenitud Experimentas en Cada Área?

Hoja de Trabajo  
#1-2



# Tomando Acción, Empezando Ahora Mismo

Hoja de Trabajo  
#1-3

**AREA** \_\_\_\_\_

**INTENCION** \_\_\_\_\_

**3 ACCIONES** 1- \_\_\_\_\_  
2- \_\_\_\_\_  
3- \_\_\_\_\_

**AREA** \_\_\_\_\_

**INTENCION** \_\_\_\_\_

**3 ACCIONES** 1- \_\_\_\_\_  
2- \_\_\_\_\_  
3- \_\_\_\_\_



# Hoja de Trabajo de Uso Diario

Fecha \_\_\_\_\_

Hoja de Trabajo  
#1-4

Área	Intención	Pensamientos	Emociones	Palabras	Diálogo interno

3 pequeños pasos para hoy:



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_