

AFIRMACIONES CRE-ACTIVAS

1

Soy libre de pensamiento y acción. Yo elijo qué entra en mi manantial interior, así que hoy decido dejar pasar sólo aquello que sume a mi vida. Decido alejarme de personas, sentimientos y emociones tóxicas. Decido que mi actitud sea la más conveniente para mí y para quienes me rodean. Gracias.

2

Soy una persona sin límites. Soy una persona talentosa, fuerte, soy una persona que toma decisiones conscientes, que está pendiente de sus pensamientos y que está comprometida con sentirse bien y con ser portadora de alegría y paz. Gracias.

3

Soy un canal de creatividad. Recibo las señales y las aterrizo en el plano físico para bendición mía y de quienes me rodean. Gracias.

4

Soy una persona amorosa. Soy una persona generosa y entiendo que al dar mi ser se expande. Entiendo que al brindarme también les doy la oportunidad a los demás de recibir y de sentirse amados. Gracias.

5

Honro mi vida a través de la asimilación de mis experiencias. Amo mi pasado pero no me quedo en él, sólo aprendo, tomo lo que me deja y sigo adelante. Gracias.

6

Disfruto de cuidar de mi cuerpo y de mi mente. Disfruto la fuerza de un cuerpo listo para ayudarme a poner en acción mis metas. Disfruto de una mente sana que decide con base en el amor. Gracias.

7

Estoy dispuesta a creer y a crear. Estoy abierto/a a las posibilidades, a las nuevas formas y estoy pendiente de los nuevos caminos. Gracias.

8

Soy una persona no sólo capaz, sino también dispuesta. Dispuesta incluso a la incomodidad que genera el aprendizaje y el crecimiento. Dispuesta a salir de mi zona conocida y acceder a la zona mágica. Dispuesta a ser quien vine a ser a este mundo. Gracias.

AFIRMACIONES CRE-ATIVAS

9

Hoy no me juzgaré. Hoy tomaré el tiempo que paso juzgándome y juzgando a otros en crecer, en aprender, en retarme, en ayudar, en trabajar, en poner un primer ladrillo. En construir, no en destruir. Ése es mi enfoque y ésta es mi fuerza. Gracias

10

Soy una persona dispuesta a retar mi antiguo esquema de pensamiento. Reconozco que las decisiones que he tomado me han llevado a tener la vida que tengo y reconozco también que si algo no me gusta, tengo el poder de cambiarlo. Gracias.

11

Sé que nadie hará por mí lo que yo misma no esté dispuesta a hacer. Así que hoy decido activarme, dejar la culpa, la victimización y la vergüenza, dejar que mi verdadero ser sea revelado a través de mis pensamientos y mis acciones. Gracias.

12

Hoy elijo ser selectiva con mis palabras, usarlas para construir, para animar, para brindar amor, compasión, perdón y alegría. Gracias.