



**9ª Edición Especial Propósito y Ser ejemplo en nuestras
Relaciones Familiares.**

“Reinvéntate desde tu Esencia”

**Te acompaño a reconectar con tu esencia y emprender un nuevo camino
cumpliendo con tu propósito y
misión de vida.**

¿Te gustaría equilibrar e integrar todas las áreas de tu vida?

“VIVE Y SIENTE TU MISIÓN ESENCIAL CON ILUSIÓN, CONFIANZA, ABUNDANCIA Y DISFRUTE”

www.misionesencial.com

Antes de nada, mi recomendación:

Ten un cuaderno o libreta para llegar a cabo los ejercicios de éste entrenamiento.

MÓDULO 1:

¿QUIÉN SOY EN MI FAMILIA?

La historia que me cuento.

Mi propuesta para el día de hoy:

En este primer día te propongo tomar conciencia de cuál es la historia que te cuentas dentro de tu familia. Escríbela.

¿Cómo te sientes al contarte esa historia? ¿te empodera o te de-sempodera?, ¿Te hace avanzar y evolucionar la forma que te la cuentas, o te estanca?

2.Cierra los ojos, toma 3 respiraciones profundas, inspira, retén y expira en los mismos tiempos, cuando termines escribe:

Llevas años de conciencia y sabes que ya es momento de soltar entre todas esas capas de cebolla,

¿Qué es eso que se repite una y otra vez y que sabes que es momento de soltar?, ¿Qué crees que es eso que ya es momento de soltar, aquí y ahora?

Prioriza uno 1 cosa, eso que estás dispuesta a soltar en este Reinvéntate junto conmigo y el grupo.

Una vez tengas las respuestas por escrito, **compártelas** con el **grupo de whatApp**, por escrito o, más retador todavía, si quieres puedes compartir contus compañeras/os con un vídeo o audio (lo deajo a tu elección).

www.misionesenencial.com

Te invito a seguirme en mis redes sociales:

YouTube: <https://www.youtube.com/user/bienvenidamorote>

Instagram: <https://www.instagram.com/misionesenencial/>

Facebook: <https://www.facebook.com/coachymentora/>

¡¡Gracias por tu compromiso y participación!!

¡Disfruta del Ahora!

