

# ¿Qué palabra definirás tu año?

(Ejercicio tomado de [www.christinekane.com](http://www.christinekane.com))

- Busca un momento tranquilo y sin interrupciones y lee atentamente la lista de palabras a continuación
- Elige aquella que te haya atraído más (no importa que no entiendas de manera consciente el por qué)
- Las palabras de esta lista son sólo sugerencias. Siéntete libre de añadir las tuyas.
- Muchas personas saben de inmediato cuál es la palabra que más les resuena. Otras necesitan tomarse su tiempo.
- Procura elegir una única palabra para que puedas enfocarte en ella durante el año. Si en unos meses sientes que ya la dominas, puedes elegir otra.

<b>Compasión</b>	<b>Diversión</b>
<b>Disfrute</b>	<b>Gracia</b>
<b>Generosidad</b>	<b>Risa</b>
<b>Sin esfuerzo</b>	<b>Amor</b>
<b>Riqueza</b>	<b>Expansión</b>
<b>Gratitud</b>	<b>Exploración</b>
<b>Abundancia</b>	<b>Aventura</b>
<b>Creatividad</b>	<b>Apertura</b>
<b>Voluntad</b>	<b>Disciplina</b>
<b>Cambio</b>	<b>Asombro</b>
<b>Crecimiento</b>	<b>Darse cuenta</b>
<b>Libertad</b>	<b>Riesgo</b>
<b>Maestría</b>	<b>Gentileza</b>

Amabilidad	Elección
Salud	Espíritu
Presencia	Oración
Aceptación	Poder
Valor	Permitir
Confianza	Destreza
Autoestima	Atención
Acción	Belleza
Perdón	Alegría
Perdonar	Enfoque
Soltar	Ritual
Confiar	Sanar
Saber	Orden
Paciencia	Claridad
Amistad	Pionero
Deliberadamente	Paz
Compromiso	Pereza
Saborear	No
Integridad	Sí
Escucha	

La palabra que he elegido para definir este año es:

\_\_\_\_\_

Tres acciones conscientes que voy a llevar a cabo para honrar esta palabra:

1.- \_\_\_\_\_

2.- \_\_\_\_\_

3.- \_\_\_\_\_

¿En qué fecha vas a llevar a cabo cada una de estas acciones?

1.- \_\_\_\_\_

2.- \_\_\_\_\_

3.- \_\_\_\_\_

¡Te deseo mucho éxito este año!