

# CURSO DESCUBRE COMO TRANSFORMAR TU VIDA

## *Día 3 – Ejercicio de Auto-Indagación*

### **Preguntas para Reflexionar sobre tu Práctica**

---

Reflexiona sobre todo lo que has sentido con esta práctica y responde en tu diario a las siguientes pregunta:

1. ¿Qué florece en tu vida? ¿Qué es aquello que te hace sentir bien y te llena de orgullo, satisfacción, plenitud?
2. ¿Qué está apunto de florecer en tu vida? ¿Qué capullos están listos para abrirse y comenzar a florecer si los riegas con amor?
3. ¿Qué espinas te están impidiendo avanzar? ¿Qué es lo que necesitas soltar, cortar en tu vida?
4. ¿Qué semillas podrías empezar a cosechar para que tu vida tuviera un mayor propósito y significado? ¿Cuál es tu plan de acción?

### **Diario de Trabajo para tu Día a Día**

---

Eres una preciosa flor. Riega cada día tus raíces con prácticas que te lleven a florecer y a desplegar tu belleza al mundo. Regálate prácticas de silencio y conexión, meditación, auto-indagación y conexión con lo sagrado. Con cada momento, cada elección, crea tu realidad. Vive desde la consciencia de tu Ser.