

Lección 4 Ser espiritual

Ejercicio 1 Revisa los temas de los 4 elementos y reflexiona sobre cuáles temas hay que trabajar y escribe las acciones a realizar

Elemento Tierra

- _____
- _____
- _____

Elemento Agua

- _____
- _____
- _____

Elemento Viento

- _____
- _____
- _____

Elemento Fuego

- _____
- _____
- _____

Ejercicio 2 Revisa los temas de los 4 elementos y reflexiona sobre los avances y pasos que has dado, reconóctete a ti mism@ y celebra.

- ✓ Escribe los logros que has tenido
- ✓ Hazte un mantra o palabras de poder
- ✓ Haz un movimiento de celebración con tu cuerpo
- ✓ Escribe las acciones a realizar para celebrar

- 