



Práctica de GRATITUD

AGRADECER NO TE HACE CONFORMISTA. AGRADECER TE AYUDA
A SER CONSCIENTE DE TODO LO BUENO QUE TIENES EN LA VIDA.
AGRADECE Y DISFRUTA.

DÍA:

MES:

AÑO:

HOY AGRADEZCO POR:

AFIRMACIONES:

ALGO QUE ME INSPIRÓ:

PERSONAS POR LAS QUE ESTOY
AGRADECIDO(A) EN LA VIDA:

¿CÓMO ME SENTÍ HOY?

MENTAL

FÍSICO

ESPIRITUAL

DA RIENDA SUELTA A TU IMAGINACIÓN

Lined area for writing or drawing.

DA RIENDA SUELTA A TU IMAGINACIÓN

Lined area for writing or drawing.

DA RIENDA SUELTA A TU IMAGINACIÓN

Lined area for writing or drawing.