



agradecido

# Apprecia las Cosas Buenas

*"Siéntete agradecido por lo que tienes, terminarás teniendo más. Si te concentras en lo que no tienes, nunca, nunca tendrás suficiente."*

~ Oprah Winfrey

Hacer un cambio en tu consciencia - naturalmente. Con toda la negatividad del mundo, es una batalla enfocarse y encontrar lo positivo. Es mucho más fácil pensar en todas las cosas que no tenemos y perdernos en la negatividad - especialmente durante momentos difíciles.

Es momento de cambiar eso. Encontramos y apreciamos los beneficios que actualmente tenemos, y aquellos para los que estamos trabajando.

Nota: Esto no tiene que ser completado todo al mismo tiempo. Pero una vez que esté completo, asegúrate de colocar tu lista en alguna parte donde la puedas ver cada día.

## COSAS BUENAS QUE HAN OCURRIDO...

### ESTA SEMANA

- + ¿Has hecho alguna conexión nueva?
- + ¿Recibiste / hiciste un cumplido?
- + ¿En qué fue mejor tu semana que la pasada?

---

---

---

---

### ESTE MES

- + ¿Has alcanzado alguna meta?
- + ¿Comenzaste un hábito nuevo?
- + ¿En qué fue mejor tu mes que el pasado?

---

---

---

---

### ESTE AÑO

- + ¿Has hecho alguna conexión?
- + ¿Qué metas has alcanzado?
- + ¿Qué es de lo que más orgulloso estás este año?

---

---

---

---