



Workbook # 1

Formación Nivel 1





*“El verdadero viaje de descubrimiento
no consiste en buscar nuevos caminos
sino en tener nuevos ojos”
(Marcel Proust)*

WORKBOOK #1

ACTIVIDAD DE VISUALIZACIÓN EN 8D



¿Cuál era o es esa canción que te apasionaba/apasiona?

Te propongo que te sientes o acuestes en un lugar privado y cómodo.

Busca en Youtube esa canción que te apasiona o bien música de relajación.

Al final de la búsqueda agrégale el 8D (es un nuevo formato para escuchar)

Cierra los ojos, ponte auriculares y déjate llevar por esa música.

Te dejo algunas preguntas que pueden ser de guía para este proceso:

- ¿Dónde estás?
- ¿Qué haces?
- ¿Cómo estás vestido?
- ¿Qué sientes? ¿Qué hueles?
- Una vez que finalices anota todo lo que viste.

Este será el principio hacia la construcción de tu estar siendo Asistente Online y tu estar siendo emprendedor.

DOCUMENTAL



Si tienes Netflix te invito a ver el documental de Tony Robbins "No soy tu gurú o I am not your Gurú"

Si no tienes Netflix, te dejo un video de Tony Robbins sobre este tema para que puedas empezar a desafiar tus límites

<https://www.facebook.com/watch?v=1859816707569893>

WORKBOOK #1



¡Nos vemos la próxima clase!

Formación Nivel 1