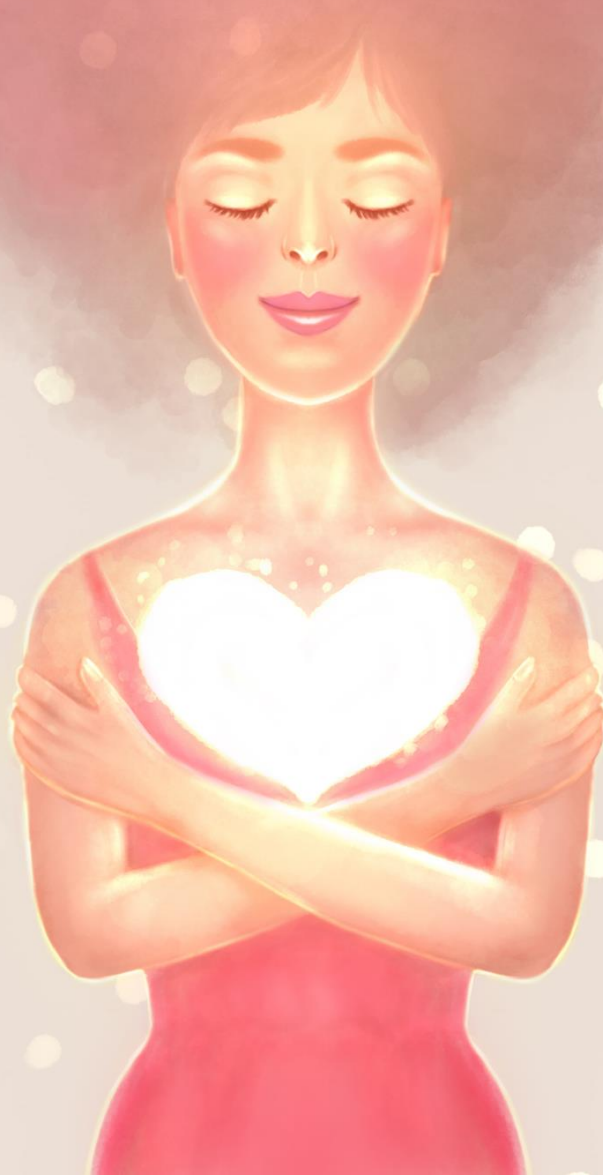


Workbook

Abraza el amor que hay en ti

*Vanessa Ramírez*



## *Abraza el amor que hay en ti*

### **AMOR PROPIO**

Creas una conexión tan fuerte con tu mente, cuerpo y espíritu que empiezas a crear la realidad que deseas. Esto es el amor propio.

### **¿CÓMO ES EL AMOR PROPIO?**

- ♥ Cuando te respetas.
- ♥ Cuando te valoras.
- ♥ Sabes quién eres.
- ♥ Sabes lo que quieres.
- ♥ Te aceptas.
- ♥ Sabes que mereces amar y ser amado.
- ♥ Tienes confianza en ti mismo.
- ♥ Te hablas y tratas bien.
- ♥ Cuando sientes abundancia.
- ♥ Te sientes feliz.



# Abraza el amor que hay en ti

## ¿CÓMO ABRAZAR EL AMOR QUE HAY EN MÍ?



1. Haz un dialogo interno.

---

---

---



2. Perdónate.

---

---

---



3. Procúrate.

---

---

---



4. Libérate emocionalmente.

---

---

---

## Abraza el amor que hay en ti



5. Empatiza contigo

---

---

---



6. Reconoce tu autenticidad

---

---

---



7. Abrázate.

---

---

---

## Abraza el amor que hay en ti

1. Una cosa buena que pasaría en mí si me juzgo menos sería...

---

---

2. ¿Qué observas cuando te miras?

---

---

3. ¿Qué aprecias de él/ella?

---

---

4. ¿Qué hace que su luz brille?

---

---

5. ¿Qué puedes hacer para cuidarlo/a?

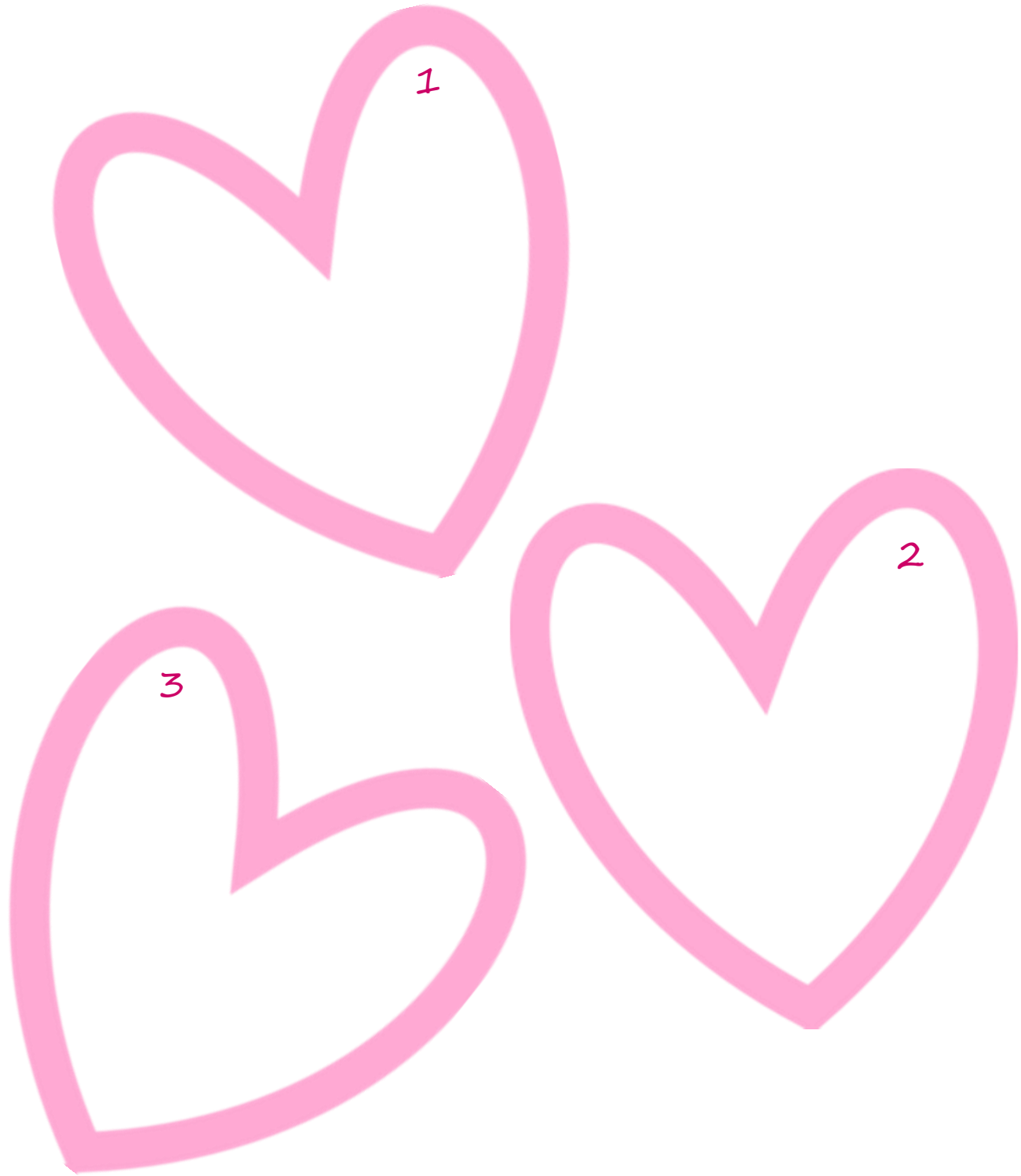
---

---



Abraza el amor que hay en ti

3 cosas que amo de mí



*Abraza el amor que hay en ti*

Escribe una carta de amor para ti.





*Abraza el amor que hay en ti*

*“Abro las puertas de mi vida  
a la riqueza infinita del  
Universo”*

*Vanessa Ramírez*

*Terapeuta en sanación energética y métodos alternativos.  
Coach de vida y espiritual.  
Facilitadora Access Consciousness  
Maestra de meditación y sanación cuántica.  
Instructora holística.*

**Sígueme:**



vanessaramirezcoach



vanessaramirez.coach



www.vanessaramirezcoach.com

---

*Vanessa Ramírez*

