

Planilla

"Cierre de ciclos fin de año"

Este ejercicio te ayudará a cerrar ese ciclo de tu vida en 5 pasos:

1 Agradecer por todo lo que esa situación o persona nos aportó:

Gracias por...

Planilla

"Cierre de ciclos fin de año"

2 Pedir perdón por todo aquello que consciente o inconscientemente hemos hecho para llegar a este punto.

Perdón por...

Planilla

"Cierre de ciclos fin de año"

3 Perdonar todo aquello que nos hizo daño:

Te perdono por...

Planilla

"Cierre de ciclos fin de año"

↳ Escribe todo lo que sientes hacia esa persona o situación:

Yo siento...

Planilla

"Cierre de ciclos fin de año"

5 Despedirse:

Me despido...

"SUELTO Y CONFÍO"

Si ya no queda nada por escribir el siguiente paso es leer todo en voz alta y después destruir las hojas de la forma que más te resuene.

¡Feliz entrada al año 2020 alma bonita!