



## Plan de trabajo #4

### Decida lo que usted elige ser

Instrucciones y acciones		Hecho ✓
1	Lectura: <a href="http://www.relacionplus.org/Unir/huir-solucion-miedo.html">http://www.relacionplus.org/Unir/huir-solucion-miedo.html</a>	
2	Encuentre un recordatorio para no olvidar hacer las acciones de este plan	
3	¿Tiene usted un problema real, algo que le molesta o le inquieta, un sentimiento incómodo actualmente?	
4	Si usted no tiene un problema personal o de relación actualmente, entonces espere tener uno con el fin de vivir una experiencia verdadera. Es importante comenzar con algo verdadero.	
5	Ser agradecido y ame su problema, su sentimiento incomodo, ya que es una oportunidad para crear. ¿Cuál es ese problema, esa incomodidad y con relación a que realidad observable?	
6	Acepte su realidad, su sentimiento sin reaccionar, sin juzgarlo y sin negarlo.	
7	Comprenda que usted ha creado ese problema inconscientemente y usted es el responsable.	
8	Hágase esta pregunta: <b>¿Cuál es la intención de ser, el sentido que elijo vivir en relación con ese problema, con esa situación?</b> y escríbalo en la siguiente línea.	
9	"Yo elijo estar..."	
10	Lea uno de nuestros artículos concerniente a un problema que se parezca al suyo con el fin de identificarse con esa situación: <a href="http://www.relacionplus.org/Formacion/problemas.html">http://www.relacionplus.org/Formacion/problemas.html</a>	