

Diario de Manifestación

Yo [tu nombre] me comprometo a manifestar las siguientes metas,

- [escribe tu meta]_____.
- [escribe tu meta]_____.
- [escribe tu meta]_____.

En los próximos 6 meses. Pero para ello, también me comprometo a reflexionar sobre:

- ¿Qué estoy haciendo yo para que esa meta se cumpla?
- ¿Qué formas de actuar/pensar podría cambiar para acercarme más?
- ¿Qué me comprometo a hacer en los próximos meses para estar más alineado con la meta?
- ¿De quién o quiénes depende que se cumpla? ¿Qué puedo hacer ahí yo?
- ¿Estoy comprometido al 100% con ello?

Una vez hayas respondido estas preguntas, enumeras 3 cosas que hayas conseguido en los últimos meses respecto a ese objetivo o meta que tienes en mente. Hazlo todos los pasos de este documento 1 vez para cada meta.

- 1 _____.
- 2 _____.
- 3 _____.

Para terminar, cada vez que dé un paso que me acerque a mi meta, vendré aquí a escribirlo, y volveré a revisar los pasos anteriores. Así para cada meta escrita.

Firmado: [tu nombre]

Att: El universo