EJERCICIO 1

INSTRUCCIONES

- ✓ *Buscar* un espacio tranquilo donde puedas desconectarte de los ruidos externos comunes. Regálate este espacio.
- ✓ *Meditar* en cada detalle del video de la Lección.
- ✓ *Desarrollar* las respuestas de manera clara y concisa.

PREGUNTAS

Repasa el video de la Lección las veces que consideres necesarias y responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué consideras ha sido lo más importante para Ti de lo que has observado en el video de la Lección?

_____

_____

2. De lo que has aprendido en el video ¿Qué aprendizajes prácticos aplicarías a tu vida? Describe con detalle:

A._____

_____

B._____

_____

C._____

_____

D._____

_____