

EJERCICIO 4

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.
