

# ELIGE CÓMO QUIERES SENTIRTE

La explicación de este material la puedes ver en mi video de YouTube: [Cómo transformar las emociones que te bloquean](#)





Cada palabra es una invitación a detenerte, respirar y elegir tu enfoque, para que tu día fluya con más claridad, motivación y bienestar.

No se trata de ignorar emociones difíciles, sino de tener una herramienta práctica para transformarlas poco a poco, momento a momento, recordándote qué emociones quieres cultivar y sentir todos los días.







Permite que la palabra te conecte con el sentimiento que deseas cultivar, imagina cómo ese sentimiento se refleja en tu día.

Frente a un desafío, un bloqueo o simplemente para  
empezar el día con energía positiva.  
Cada repetición refuerza tu enfoque y tu bienestar.

Cada vez que la veas, respira, siente y recuerda el sentimiento que elegiste. Esto hace tu práctica más tangible, divertida y constante.

La práctica diaria, aunque sea breve, transforma tu energía, tu claridad mental y tu bienestar.

# ELIJO SENTIRME

Viva  
Realizada  
En paz  
Vigorizada  
Tranquila  
Relajada  
Atrevida  
Conectada  
Con confianza  
Valiente  
Ilimitada  
Aliviada  
Lista  
Libre  
Expansiva  
Abundante  
Valiosa  
Dinámica  
Sexy  
Fuerte  
Imparable

Brillante  
Inspirada  
Fluyendo  
Vibrante  
Poderosa  
Energética  
Sencilla  
Plena  
Generosa  
Auténtica  
Genuina  
Luminosa  
Extraordinaria  
En gozo  
Creativa  
Infinita  
Hermosa  
Agradecida  
Competente  
Con propósito  
Afectuosa

Radiante  
Alegre  
Ligera  
Determinada  
Clara  
Centrada  
Animada  
Equilibrada  
Feliz  
Bendecida  
Eufórica  
Sana  
Sin apegos  
Llena  
Amorosa  
Motivada  
Sabia  
Positiva  
Mágica  
Visionaria  
Segura

Amada  
Heroíca  
Referente  
Satisfecha  
Cuidada  
Alineada  
Serena  
Útil  
Guía  
Provechosa  
Juguetona  
Esbelta  
Admirable  
Honesta  
Cariñosa  
Coherente  
Comprensiva  
Con liderazgo  
Triunfadora  
Firme  
Con fe

Jubilosa  
Ecuánime  
Con certeza  
Dispuesta  
Soñadora  
Dedicada  
Apasionada  
Potenciada  
Íntegra  
Responsable  
Renovada  
Despierta  
Ambiciosa  
Disciplinada  
Fiel  
Compasiva  
Digna  
Cercana  
Intencionada  
Consciente  
Resuelta



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop

Elige cómo quieres sentirte - Una herramienta que te ayuda a elegir tu sentimiento por [www.mylittlescrapshop.com](http://www.mylittlescrapshop.com)

HOY ELIJO SENTIRME:



HOY ELIJO SENTIRME:



HOY ELIJO SENTIRME:



HOY ELIJO SENTIRME:



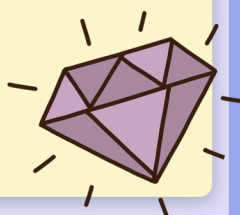
HOY ELIJO SENTIRME:



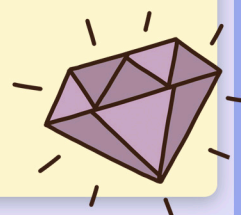
HOY ELIJO SENTIRME:



HOY ELIJO SENTIRME:



HOY ELIJO SENTIRME:



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop

Elige cómo quieres sentirte - Una herramienta que te ayuda a elegir tu sentimiento por [www.mylittlescrapshop.com](http://www.mylittlescrapshop.com)



# GRACIAS



## ¿Quién soy?

Hola, soy **Karina Toro**, artesana del papel y la creadora del gatito Monti. 🐱  
Mis proyectos están representados por este adorable personaje y mis otras ilustraciones kawaii.

Me especializo en crear herramientas en formato imprimible que te ayudan a potenciar tu productividad en un entorno diferente, hermoso, inspirador y alegre, cada formato tiene el propósito de acompañarte a que logres una conexión plena, consciente, intencional y alineada con lo que quieres ser y hacer.

### **Te comparto unas reglas que protegen mi trabajo:**

Todos mis trabajos tienen Copyright © por Karina Toro {My Little Scrap Shop} y todos los derechos están reservados.

Mis plantillas y todos mis productos son diseñados y dibujados por mi y están protegidos por leyes de propiedad intelectual y derechos de autor, su empleo es exclusivo para USO PERSONAL es por ello que no puedes compartir, modificar, alterar, copiar, distribuir, explotar ni vender este material ya que infringirías la ley, sería ilegal, cometerías un delito y tomaré medidas legales y públicas para proteger mi trabajo. Puedes compartir el link de mis redes sociales si te gustaría que tus amigas también vivan esta experiencia o crees que la necesiten.

Muchas gracias por descargar este material.



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop



mylittlescrapshop

Elige cómo quieres sentirte - Una herramienta que te ayuda a elegir tu sentimiento por [www.mylittlescrapshop.com](http://www.mylittlescrapshop.com)