Parte # 3

La Historia de Mi Vida.

Pasado, Presente y Futuro

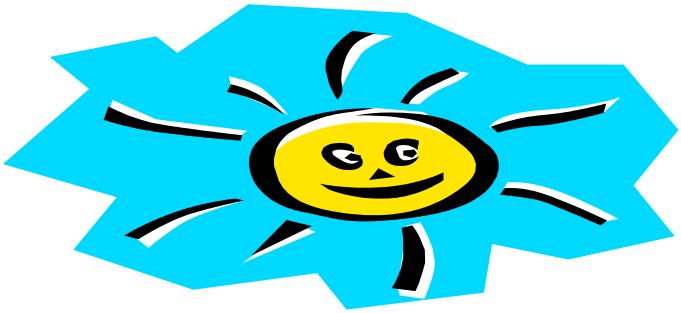
Hablando de la historia de Tu Vida.

Hablar de la historia de la vida es una tradición antigua, de hace muchos siglos. 3 cosas muy importantes acerca de la historial de tu vida…

1. **Recuerda que aunque la historia de tu vida sea común o extraordinario, es importante contar la historia…**
2. **Al contar tu historia, trata de entender cómo te afecto la forma de ver las cosas, como te sientes acerca de las cosas, y como afecto la forma de hacer las cosas.**
3. **Trata de contar la historia de tu vida en forma completa. Piensa en ella en tres partes completas: el pasado, el presente y el futuro…**

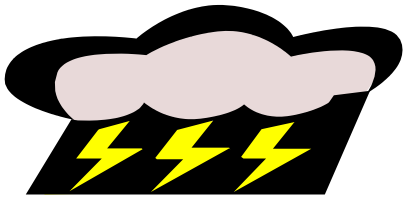
EL PASADO

Describe o dibuja una imagen del mejor día en tu vida hasta ahorita…



¿Qué ocurrió en ese día que lo hizo ser importante en tu vida?

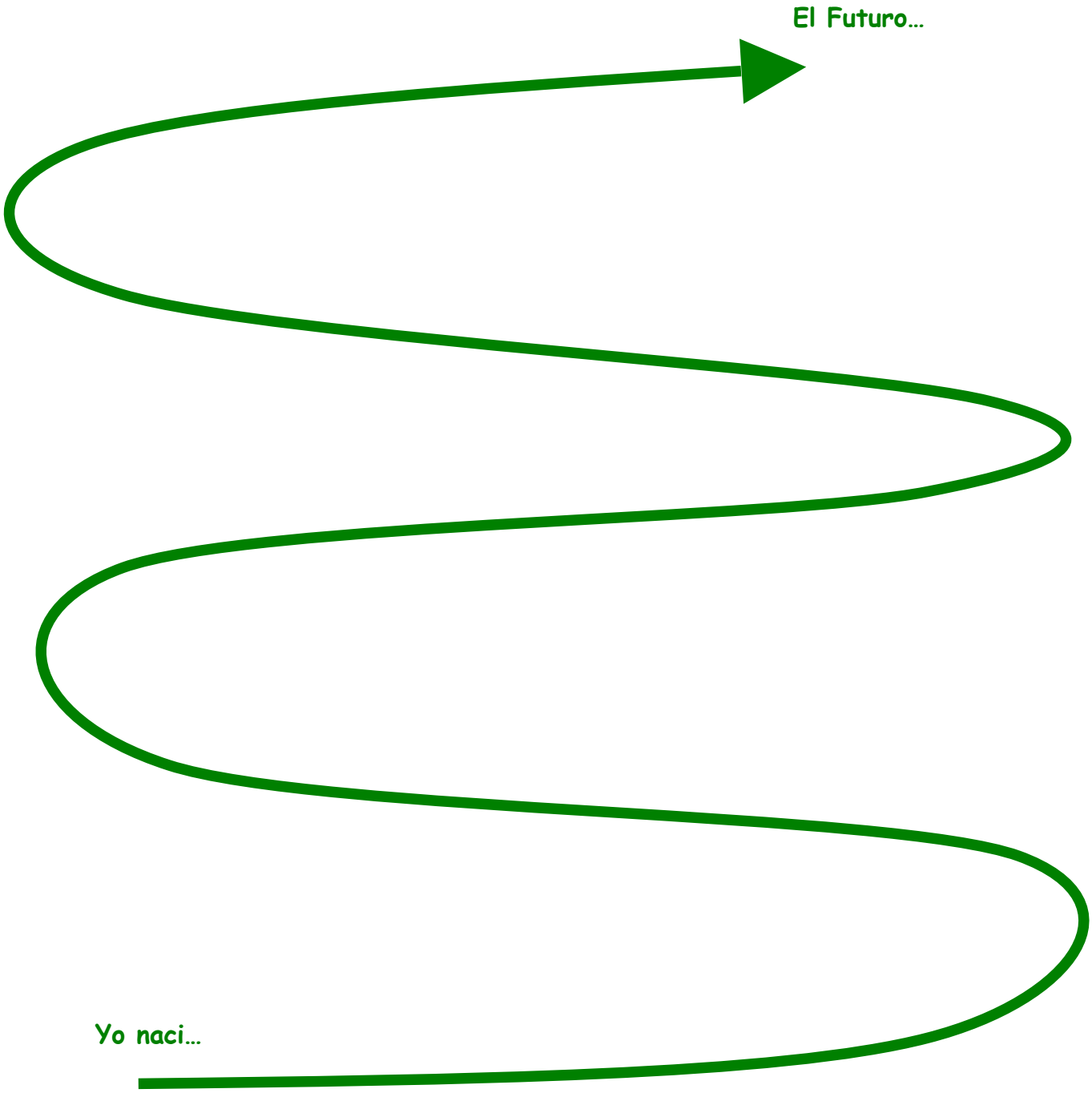
El Pasado.
Describe o dibuja una imagen acerca del día mas difícil de tu vida hasta ahorita…



¿Qué ocurrió en este día que lo hizo tan importante?

La Trayectoria de tu Vida.

Utiliza esta línea de trayectoria para marcar los eventos importantes que han ocurrido en tu vida, empezando con el día en que tú naciste…



El Presente. Un día normal en mi vida…

En la noche yo…

En la tarde yo…

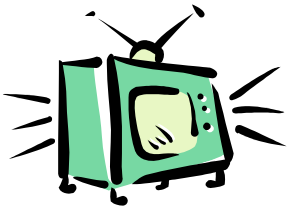
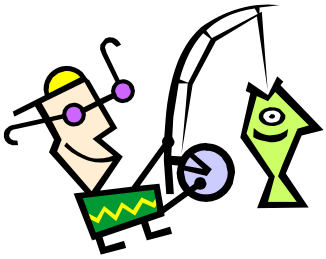
Al mediodia yo…

En la mañana yo…

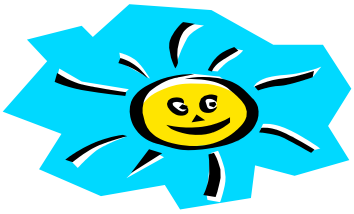
El Presente

Mis amigos más cercanos son…

Mis intereses y mis entretenimientos favoritos son…

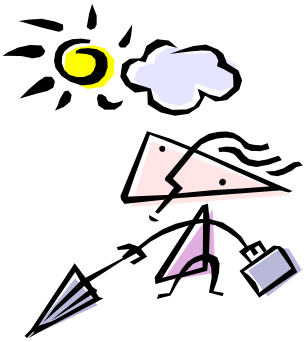
El Presente.



Las mejores cosas acerca de mi vida en este momento son…

¿Porque son importantes estas cosas en tu vida?

El Presente

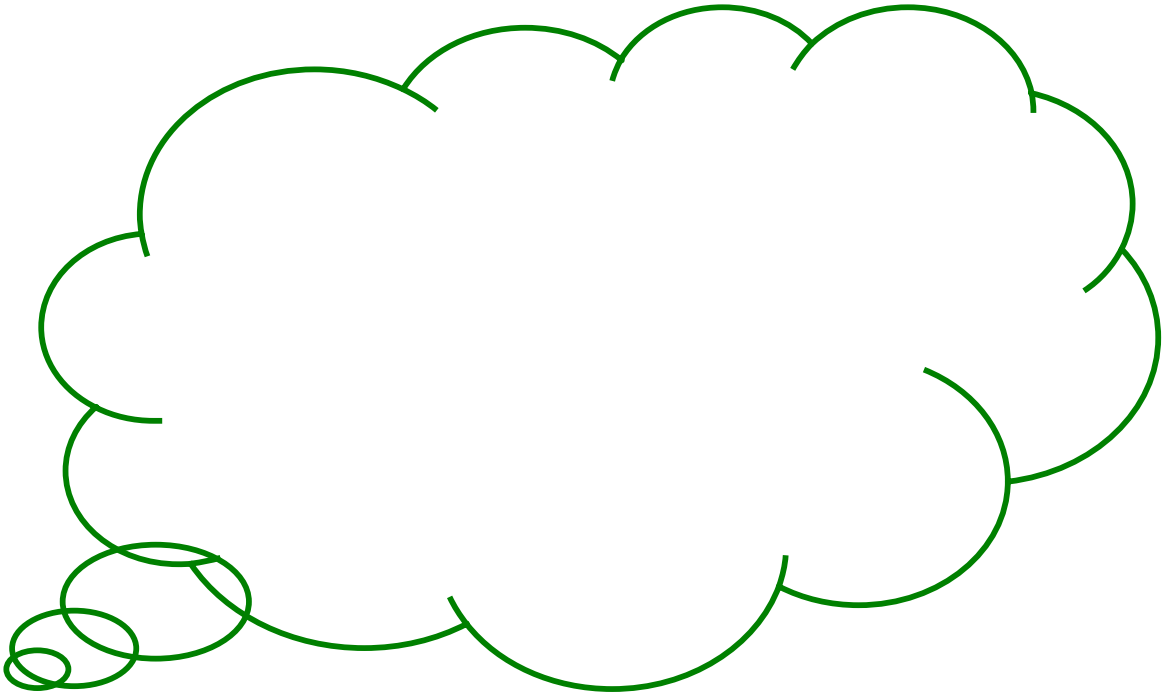


Los mayores desafíos que enfrento en mi vida en estos momentos son…

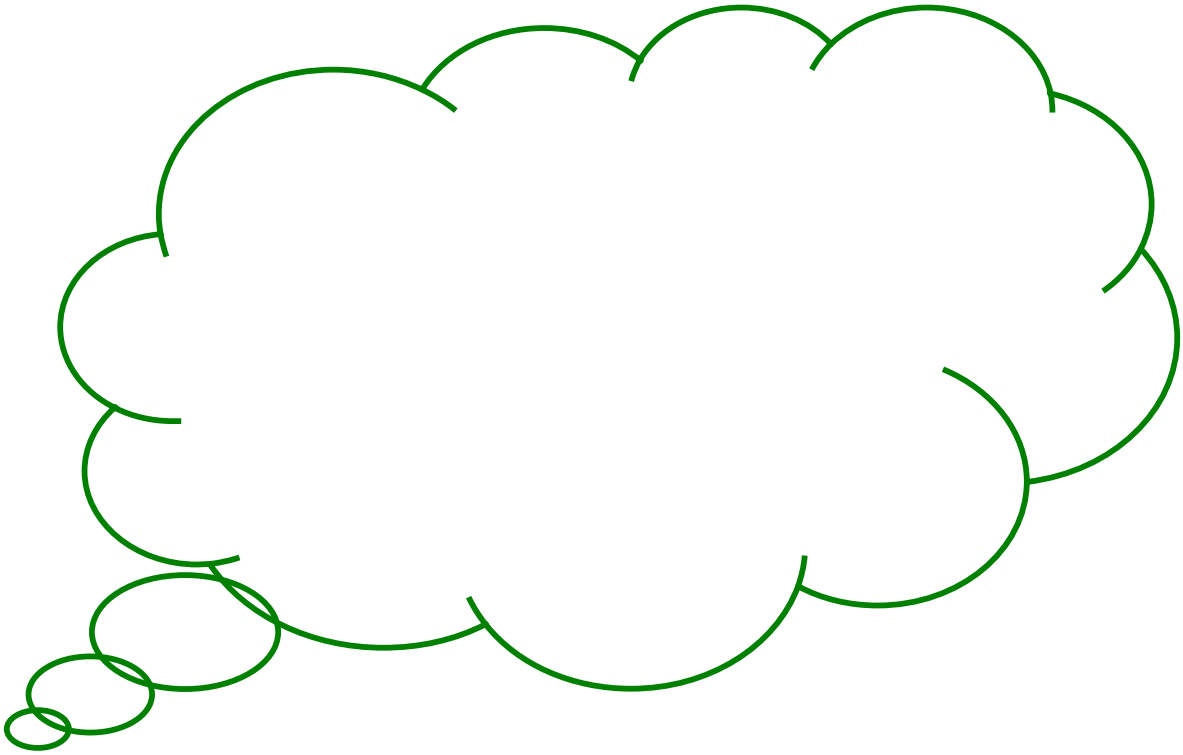
¿Qué es lo que hace que estas dificultades sean importantes en tu vida?

El Futuro.

Estos son mis sueños y mis ambiciones para el futuro…



Lo que más temo acerca de mi futuro…



El Futuro

Esto es lo que voy a hacer para convertir mis sueños y mis ambiciones en realidad…

1

2

3

4

Me gustaría que otras personas me ayudaran con ciertas cosas para poder lograr que mis sueños y mis ambiciones se conviertan en realidad:

1

2

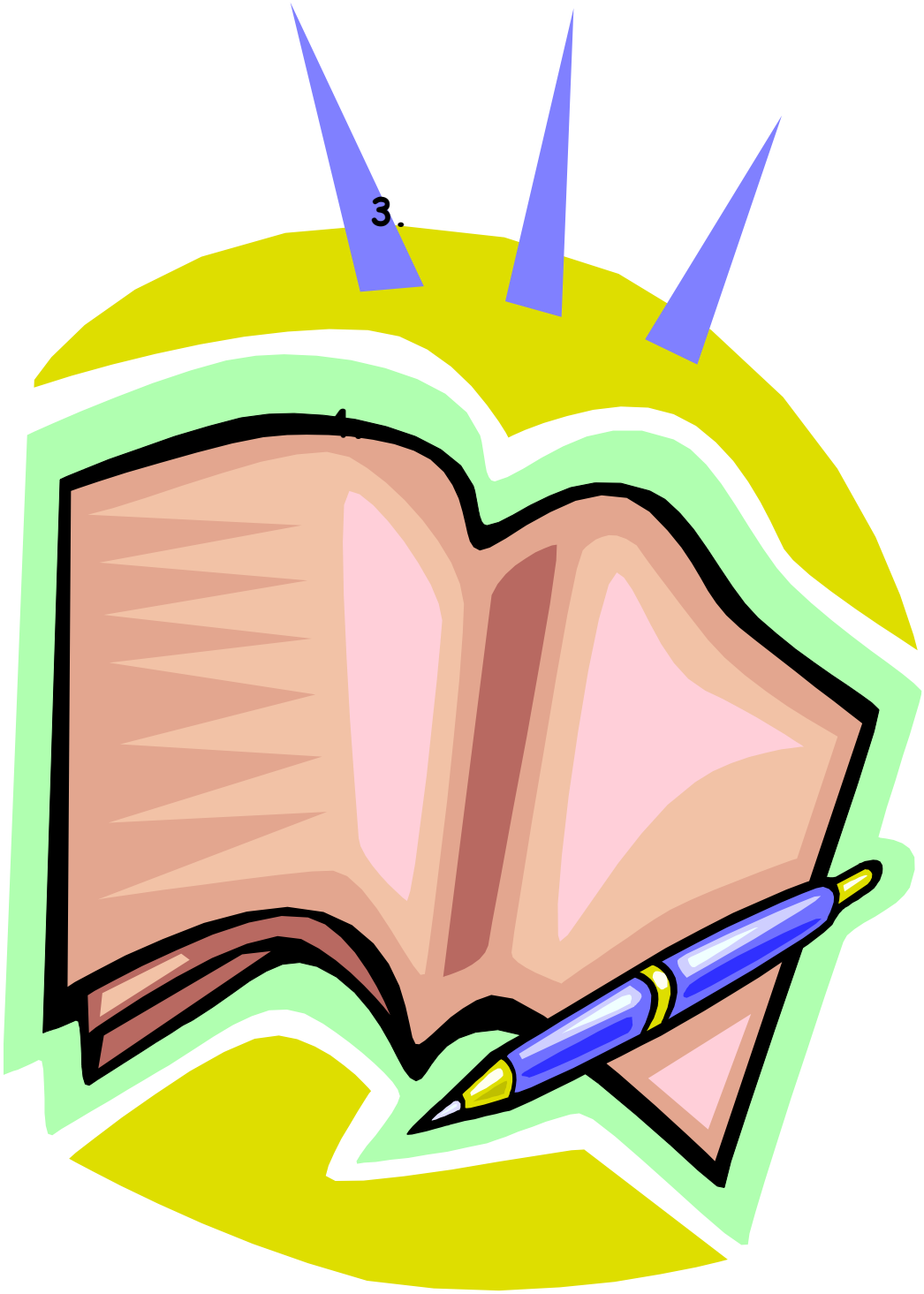
3

4

La Historia de mi Vida.

Al completar esta parte del libro he descubierto que las partes más importante acerca de mi pasado, mi presente, y mi futuro son…

1.

2.

3.