Creencias Limitantes

Después de haber realizado la lista de creencias limitantes, en este documento anota los resultados, qué te impide hacer uso de éstas y la sustitución de una manera positiva.

Ejemplo: No soy buena en inglés / Tengo tantas ganas de aprender, que lo haré muy bien.

No tengo tiempo de hacer ejercicio/ Todos los días haré ejercicio porque tengo tiempo para lo que realmente quiero hacer

No tengo dinero/ Cada día soy mas abundante

Creencias limitantes/Sustitúyela por una nueva y positiva

Qué te impide empezar a creer en esa nueva creencia