



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

MasterClass “7 claves para crear una vida que ames”

Clave 4

Crea buena energía



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

¿Qué vas a descubrir?

- ✓ ¿Porqué llenar tu vida de buena energía es vital?
- ✓ ¿Cómo hacerlo de manera fácil y divertida?
- ✓ ¿Cómo esto revolucionará tu vida?



Buenos sentimientos atraen...

buenos sentimientos!

Vamos a diseñar cómo atraer...

Buena energía!



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Tu atraes la energía que irradian



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

¿Porqué es VITAL?

- ✓ Ley de atracción: La energía que das... la atraes
- ✓ La positividad se irradia
- ✓ Crear un sistema para los días buenos ...y malos
- ✓ Para ser más fácil tu vida



¿Irradias buena energía?

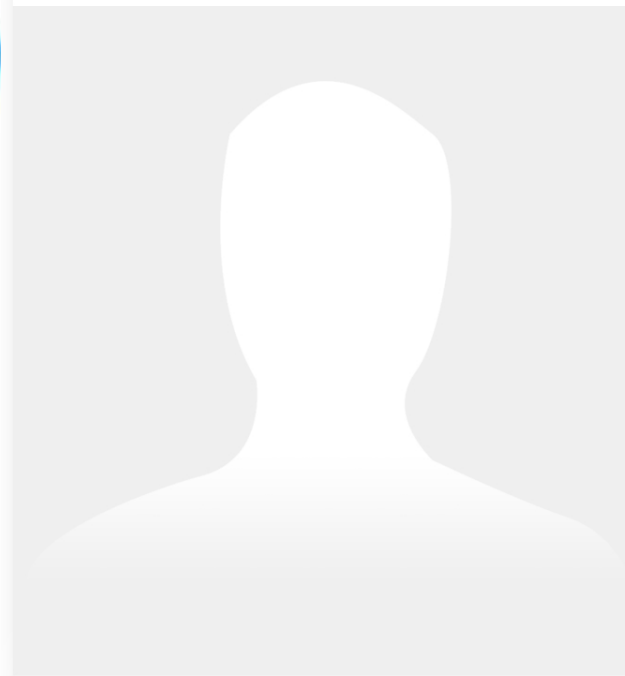


Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Tu caja de herramientas

- ✓ 1 clave: Soltar, quitarte peso a las alas (Detox)
- ✓ 2 clave: Alinearte con lo que deseas (Súper emoción)
- ✓ 3 clave: Crear visualmente los detalles (Mapa)





Claudia Delgado
claudiadelgado.org

¿Cómo hacerlo fácil & divertido?

- ✓ Crear sistema de alertas inspiradoras
- ✓ Recordarte lo que te pone a vibrar más
- ✓ Es decor, poner **anclas** en tu día a día



Buena energía



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Un ancla es...

- ✓ Un símbolo que te inspira
- ✓ Un recordatorio que te da alas
- ✓ Una palabra fuerza que te activa





Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Anclas positivas...

- ✓ Poner afirmaciones en tu teléfono móvil: sueños
- ✓ Contraseñas con tus sueños más valorados
- ✓ Foto de tu mapa de sueños contigo
- ✓ Lugar de positividad en tu habitación



Más ideas

- ✓ Comienza el día con una intención específica
- ✓ Lleva contigo una 'joya' que te haga sentir tu sueño
- ✓ Dedica 15 minutos cada día para cuidar de ti
- ✓ Haz una acción que te haga sentir VIP



Cuáles serán **tus anclas?**



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Cómo esto revolucionará tu vida?

- ✓ Porque muchas personas no alcanzan sus sueños?
- ✓ Porque no se sienten merecedoras
- ✓ Las anclas entrenan tu nivel de merecimiento



Las anclas te ayudan...

a ser más **fiel** a tus sueños
que a tus miedos



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Ejercicio: crea buena energía!

Ejercicio

- ✓ Diseña 5 anclas para tus sueños



En resumen

- ✓ Clave 4: Crea buena energía
- ✓ La positividad es energía que le da música a tu vida
- ✓ Las anclas son el aroma de tus sueños
- ✓ Poner anclas sube tu nivel de merecimiento



Lo que sientes
+ lo que crees ...
es lo que creas



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

Escribe en un minuto

- ✓ ¿Qué has descubierto con este vídeo?
- ✓ ¿Qué aprendizaje útil haz adquirido?

Toma nota **AHORA MISMO:**

Los aprendizajes se pierden si no se fijan



Luz, Cámara... ¡ACCIÓN!



Claudia Delgado
claudiadelgado.org

¡Aplicar lo Aprendido!

Ejercicio:

- ✓ Descarga en el link tu ayuda para la clave 4



Claudia Delgado
claudiadelgado.org



Claudia Delgado
claudiadelgado.org