



## ALBÚM DE FOTOS

Qué mejor momento para empezar o terminar el álbum de fotos que lleva años pendiente.

Durante el ejercicio, intenten tomarse el tiempo para SELECCIONAR los eventos de su pasado que evoquen emociones positivas, visualicen cada uno con el mayor detalle posible y concéntrense en los sentimientos agradables que se experimentaron en ese momento.

Y recuerden que TODO pasa... los momentos buenos se van y los momentos malos TAMBIÉN...

Parte de nuestro reto EN LA VIDA, es apreciar lo BUENO y aprovechar lo MALO para aprender cosas nuevas.



<https://www.youtube.com/watch?v=63FuKrc-OFU>

### Tarjeta Cascada | Waterfall Card

Puedes hacer una pequeña versión de LOS MEJORES momentos con esta tarjeta cascada.