



**7. El recuerdo más desagradable que tienes de tu niñez es:**

**8. El recuerdo más bonito que tienes de tu niñez es:**

**9. Lo que más te gustaba hacer de niña era:**

**10. Lo que siempre quisiste que tus padres te dijeran de niña (y no dijeron) fue:**

**11. Las personas y/o situaciones que consideras que debes soltar y dejar ir, a partir de tu niñez, son:**

**12. CONCLUSIÓN: ¿Qué dice tu niñez sobre la mujer que eres ahora? ¿Qué necesitas soltar y aceptar para seguir y brillar?**

## **EJERCICIO # 4 (Parte 2): Primeros pasos para soltar y dejar ir...**

**Indicaciones:** Haz una lista aquí abajo con los 3 nombres y/o situaciones principales que consideras que debes soltar y dejar ir para que tu camino de vida sea mucho más ligero. Te invito a que lo hagas dispuesta, con los menos juicios posibles, que te dejes fluir y que llames a tu cuerpo a la compasión, para que, de ser posible, te acompañe a realizar este ejercicio.

**"Yo \_\_\_\_\_ te perdono a ti, \_\_\_\_\_ por:**

---

---

---

***Te suelto y te dejo ir.***

**"Yo \_\_\_\_\_ te perdono a ti, \_\_\_\_\_ por:**

---

---

---

***Te suelto y te dejo ir.***

**"Yo \_\_\_\_\_ te perdono a ti, \_\_\_\_\_ por:**

---

---

---

***Te suelto y te dejo ir.***