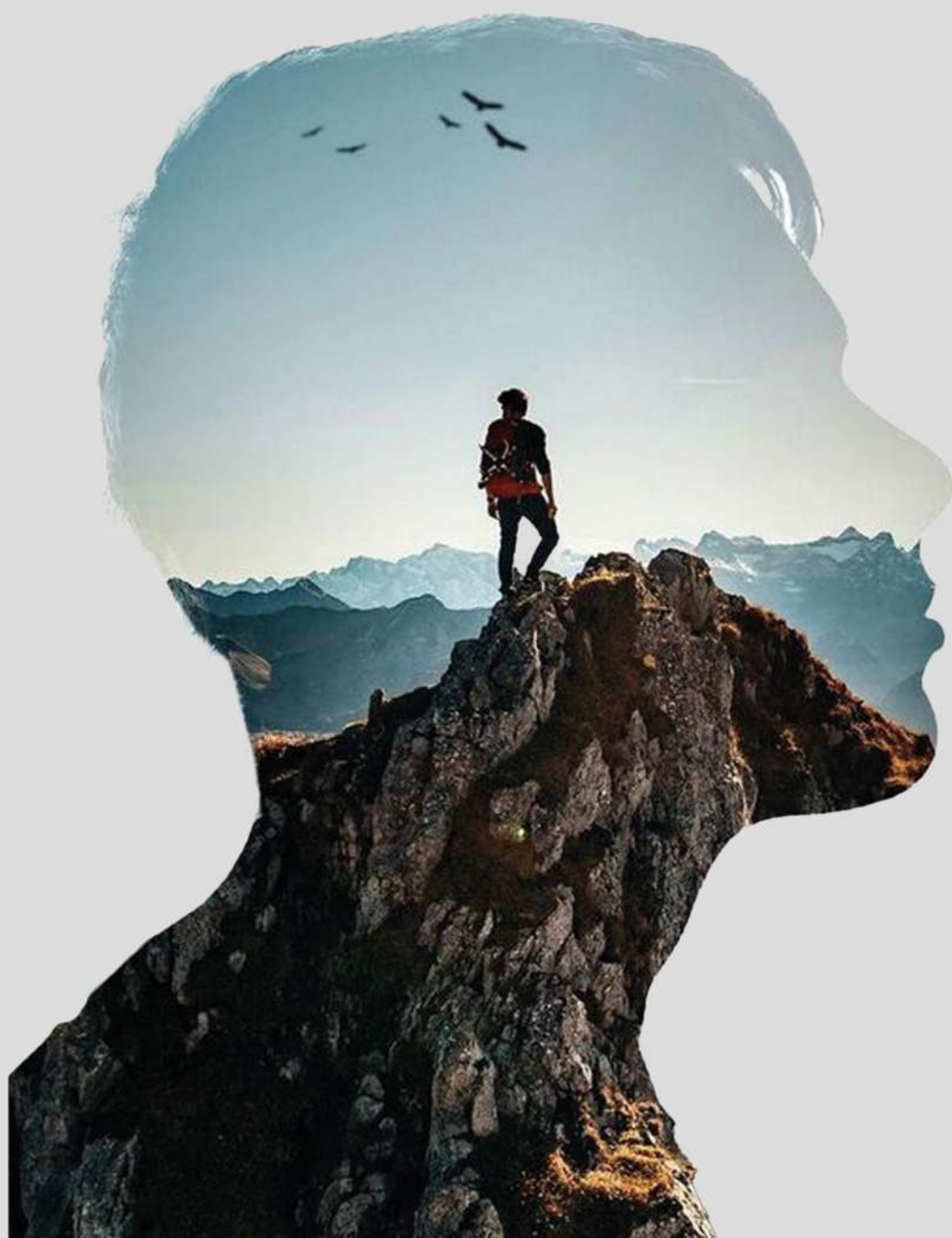




LAS 12 FUERZAS VITALES



Estas 12 Fuerzas Vitales son:



1. Fuerza Vital Emocional: Se refiere a la gestión y comprensión de tus emociones, tu estado de salud mental. Así como la capacidad para expresar y regular adecuadamente tus sentimientos.



2. Elemento Esencial de Transformación (El carácter): Se refiere a la construcción consciente que haces de la persona que quieres ser a partir de elegir transformar tus virtudes en hábitos.



3. Vida Trascendental: Se refiere a tener una dirección y sentido en la vida. Significa establecer metas y vivir de acuerdo a tus valores personales para encontrar significado y satisfacción.



4. Abundancia Infinita: Se trata de la administración del dinero y los recursos financieros de manera efectiva, incluyendo la planificación presupuestaria, la inversión, el ahorro y la gestión de deudas.



5. Autocuidado Vital: Consiste en cuidar y mantener tu cuerpo y mente en buen estado. Esto implica: comer bien, hacer ejercicio regularmente, descansar lo suficiente, ir a terapia o hacer ejercicios de autoconocimiento.



6. El Círculo Cercano: Se trata de las relaciones y conexiones con otras personas. Incluye tener amigos, relacionarse en el trabajo y participar en actividades comunitarias.



7. Intimidad Emocional: Hace referencia a las relaciones románticas y de pareja. Implica construir y mantener relaciones amorosas saludables y felices.



8. Tu Hogar: Es sobre las relaciones y experiencias en el ámbito familiar. Incluye tener vínculos sólidos, apoyarse mutuamente y crear recuerdos positivos con los miembros de la familia.



9. Conexión Trascendental: Se refiere a la búsqueda de un significado más profundo y trascendental en la vida. Puede incluir prácticas religiosas, meditación, conexión con la naturaleza o explorar tu propio crecimiento espiritual.



10. Equilibrio Vital: Se trata de tener una vida equilibrada y satisfactoria en general. Incluye disfrutar de actividades recreativas, manejar el estrés, tener un balance entre el trabajo y la vida personal, y sentirte bien contigo mismo.



11. Tu Especialidad: Consiste en tu trabajo y tu desarrollo en el ámbito laboral. Incluye elegir una profesión, establecer metas profesionales y avanzar en tu carrera.



12. Conciencia Vital: Consiste en ampliar tus conocimientos y habilidades mentales a través del aprendizaje continuo, la lectura, la reflexión y el pensamiento crítico para crecer intelectual y personalmente.