

Los 20 mandamientos (version corto)

- 1 **Me amo a mi mismo/a**
- 2 **Vivo en el ahora**
- 3 **Como y bebo sano**
- 4 **Me entreno y me recupero**
- 5 **Mantengo orden**
- 6 **Soy creativo/a**
- 7 **Pongo las cosas en claro**
- 8 **Alivio mis pensamientos**
- 9 **Planifico el proximo paso**
- 10 **Adquiro experiencias**
- 11 **Comunico de manera positiva**
- 12 **Soy respetuoso/a**
- 13 **Informo a los demás temprano**
- 14 **Me intereso por los demás**
- 15 **Cultivo amistades**
- 16 **Ayudo**
- 17 **Negocio**
- 18 **Me mantengo independiente**
- 19 **Soy paciente**
- 20 **Gozo del entorno natural**