

---

## ¿Como Crear Afirmaciones Positivas?

Publicado por SirQuinto - 10/02/2008 04:12

---

Tengo la duda si es mejor o no o igual decir:

"Soy económicamente libre e independiente."

a

"Yo soy económicamente libre e independiente."

"Tengo abundancia en todas las áreas de mi vida."

a

"Yo tengo abundancia en todas las áreas de mi vida."

¿Las afirmaciones tienen que ir acompañadas por el "YO..." el inicio o simplemente con decir al inicio "SOY..."  
"ESTOY..." "TENGO..." tienen el mismo efecto?

Mensaje editado por: SirQuinto, el: 10/02/2008 04:17

---

## Re: ¿Como Crear Afirmaciones Positivas?

Publicado por SirLouen - 13/02/2008 22:32

---

Completar el lenguaje es siempre más positivo. Ejemplo claro se encuentra en el inglés, que es fundamental incluir el pronombre para entender la frase.

Recordar que el subconsciente es como un niño chico. Cuando más claras estén las cosas mejor :D. También es positivo entender el propio lenguaje que aplicamos. Decir "ser económicamente libre" es importante plantear, "¿libre para que?", "independiente de que o de quien?". Las "afirmaciones" se suelen diseñar en base a la creación de objetivos, y esto hay que tenerlo presente.

Más datos sobre las afirmaciones:

- No deben ser intenciones ("yo voy a ...")
- No deben presentar conjugaciones temporales (pasado/futuro).
- No valen sustituciones por prefijos, es mejor buscar una antonimia comprensible. (relevante no vale irrelevante, mejor nimio, absurdo).
- No pueden estar involucrados terceros (aunque afecte tiene que ser una acción emprendida de nosotros directamente).

Saludos

---