



M&M MENTAZIRIO



Nombre del propietario:

---

---

---

---

[mentalirio.com](http://mentalirio.com)

MES \_\_\_\_\_

D	L	M	M	J	V	S
---	---	---	---	---	---	---

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

# Sable

En los pantanos de la región conocida como Blackwater, vivía una serpiente llamada Sable. Este pantano, envuelto en niebla y susurros inquietantes, era hogar de criaturas que solo se mencionaban en susurros. Sable, sin embargo, no era una serpiente común. Su piel era negra como la medianoche y sus ojos, dos resplandores amarillos, parecían penetrar hasta el alma misma de quienes se atrevían a mirarla.

Sable había nacido con una singularidad: una cicatriz en su lomo, resultado de una batalla que nunca debía haber sobrevivido. Desde el primer día de su vida, había conocido el dolor y la lucha. Pero esta cicatriz no era solo un recordatorio de su fragilidad; era un símbolo de su determinación. Desde entonces, había jurado dominar cada rincón del pantano, enfrentarse a cada amenaza y emerger victoriosa.

Una noche, cuando la luna se ocultaba detrás de densas nubes y los árboles susurraban con voces espectrales, Sable escuchó un rumor entre las criaturas del pantano. Una antigua bestia, olvidada por el tiempo, había despertado. La bestia, conocida como el Leviatán, había sido el terror del pantano, y su despertar significaba la ruina para todos los que habitaban en Blackwater.

La determinación de Sable se encendió como una llama en la oscuridad. Sin dudar, se deslizó hacia el corazón del pantano, donde el Leviatán había hecho su guarida. Cada paso estaba cargado de un peligro palpable, cada sombra parecía alargar sus garras para detenerla. Pero Sable, con su cicatriz ardiendo de propósito, no se detuvo.

Finalmente, llegó al lago central, donde el Leviatán yacía dormido, una masa de escamas y colmillos. Su respiración pesada resonaba como un trueno sordo, y sus ojos cerrados ocultaban una furia ancestral. Sable, diminuta en comparación, sabía que enfrentarse a esta criatura sería el mayor desafío de su vida.

Sin embargo, no estaba sola. Alrededor del lago, otras criaturas del pantano se habían reunido, observando con una mezcla de temor y esperanza. Inspirada por su presencia, Sable avanzó. Deslizó su cuerpo ágilmente sobre la tierra húmeda, acercándose al Leviatán. Con un siseo desafiante, golpeó primero, sus colmillos encontrando un punto vulnerable entre las escamas de la bestia..

El Leviatán despertó con un rugido que sacudió el pantano. Sus ojos, dos abismos de furia, se fijaron en la pequeña pero resuelta figura de Sable. La batalla que siguió fue una tormenta de colmillos y garras, de escamas y sangre. Sable esquivaba y atacaba, impulsada por una determinación que ninguna otra criatura podía igualar. Cada vez que caía, se levantaba, su cicatriz brillando como un faro de su indomable espíritu.

Finalmente, con un último y decisivo golpe, Sable hundió sus colmillos profundamente en el corazón del Leviatán. La bestia emitió un último rugido antes de desplomarse, su inmensa forma volviendo a caer en un sueño eterno.

El pantano quedó en un silencio sobrecogedor. Las criaturas, una vez más libres del terror, miraban a Sable con una mezcla de asombro y gratitud. La serpiente, herida y exhausta, sabía que había cumplido su juramento.

Desde aquel día, Sable no solo fue la guardiana del pantano, sino una leyenda. Su historia de determinación y valentía se susurraba entre las sombras de Blackwater, recordando a todos que, sin importar cuán grande sea el enemigo, la verdadera fuerza reside en la voluntad de nunca rendirse.

Y así, en los oscuros y retorcidos pantanos de Blackwater, Sable continuó su vigilancia, su cicatriz siempre recordándole que incluso en la noche más profunda, la determinación podía forjar una luz

Escribe tus comentarios respecto a la lectura

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---













# Conteo de pasos

"El progreso se hace un paso a la vez."

2000 4000 6000 8000 10000 12000 14000 16000 18000 20000

1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			
31																			

# Creación de un Mantra Personal

Crea tu mantra mensual o semanal personalizado o inspírate con las siguientes palabras

Gratitud | Empatía | Reconciliación | Unión

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Repite esta frase cada día

# Establecimiento de Metas

Fecha: \_\_\_\_\_

Meta: \_\_\_\_\_

Acciones a tomar

---

---

---

---

Fecha límite: \_\_\_\_\_

Meta: \_\_\_\_\_

Acciones a tomar

---

---

---

---

Fecha límite: \_\_\_\_\_

Meta: \_\_\_\_\_

Acciones a tomar

---

---

---

---

Fecha límite: \_\_\_\_\_

# Planificación Semanal

MES: \_\_\_\_\_

META SEMANAL

DIA	ACTIVIDADES	HORARIO
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

MES: \_\_\_\_\_

META SEMANAL

DIA	ACTIVIDADES	HORARIO
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

MES: \_\_\_\_\_

META SEMANAL

DIA	ACTIVIDADES	HORARIO
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

MES: \_\_\_\_\_

META SEMANAL

DIA	ACTIVIDADES	HORARIO
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

# Identificación

¿Qué tan de acuerdo estás con las siguientes cualidades según tu personalidad?

Poco de acuerdo

Muy de acuerdo

1. Empatía	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Resiliencia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Integridad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Creatividad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Perseverancia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Compasión	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Autodisciplina	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Humildad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Confianza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Paciencia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Adaptabilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Gratitud	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Valentía	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Honestidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Generosidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Optimismo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Curiosidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Responsabilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Amabilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Determinación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Mis logros

Escribe 5 logros completados en el mes, desde un levantarse por la mañana hasta un cambio de actitud ante una situación

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

















































# Resultados

Aprendizajes	
Utilidad de esta agenda	

# Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento por elegir nuestra agenda para acompañarte en tu viaje hacia el crecimiento personal y el éxito. Es un honor para nosotros ser parte de tu camino hacia una vida más plena y satisfactoria.

Al utilizar nuestra agenda, estás dando un paso valiente hacia el autodescubrimiento, la superación personal y la realización de tus sueños. Estamos aquí para apoyarte en cada paso del camino y para brindarte las herramientas y la inspiración que necesitas para alcanzar tus metas más ambiciosas.

Tu dedicación a tu propio crecimiento y desarrollo es verdaderamente inspiradora, y nos llena de alegría saber que nuestra agenda está desempeñando un papel importante en tu viaje. Esperamos que encuentres en ella la claridad, la motivación y el impulso que necesitas para alcanzar tus objetivos y convertirte en la mejor versión de ti mismo.

Además, nos gustaría invitarte a compartir esta experiencia transformadora con los demás. Si has encontrado valor en nuestra agenda, ¿por qué no compartirlo con tus amigos, familiares o colegas que también están buscando mejorar sus vidas? Juntos, podemos crear una comunidad de apoyo y crecimiento mutuo que nos impulse hacia adelante hacia un futuro más brillante y prometedor.

Una vez más, gracias por confiar en nosotros y por permitirnos formar parte de tu viaje. Estamos emocionados por ver todo lo que lograrás y estamos aquí para apoyarte en cada paso del camino.

Con gratitud y admiración, Mentalirio.



M& MENTALIRIO

[mentalirio.com](http://mentalirio.com)

MENTALIRIO