

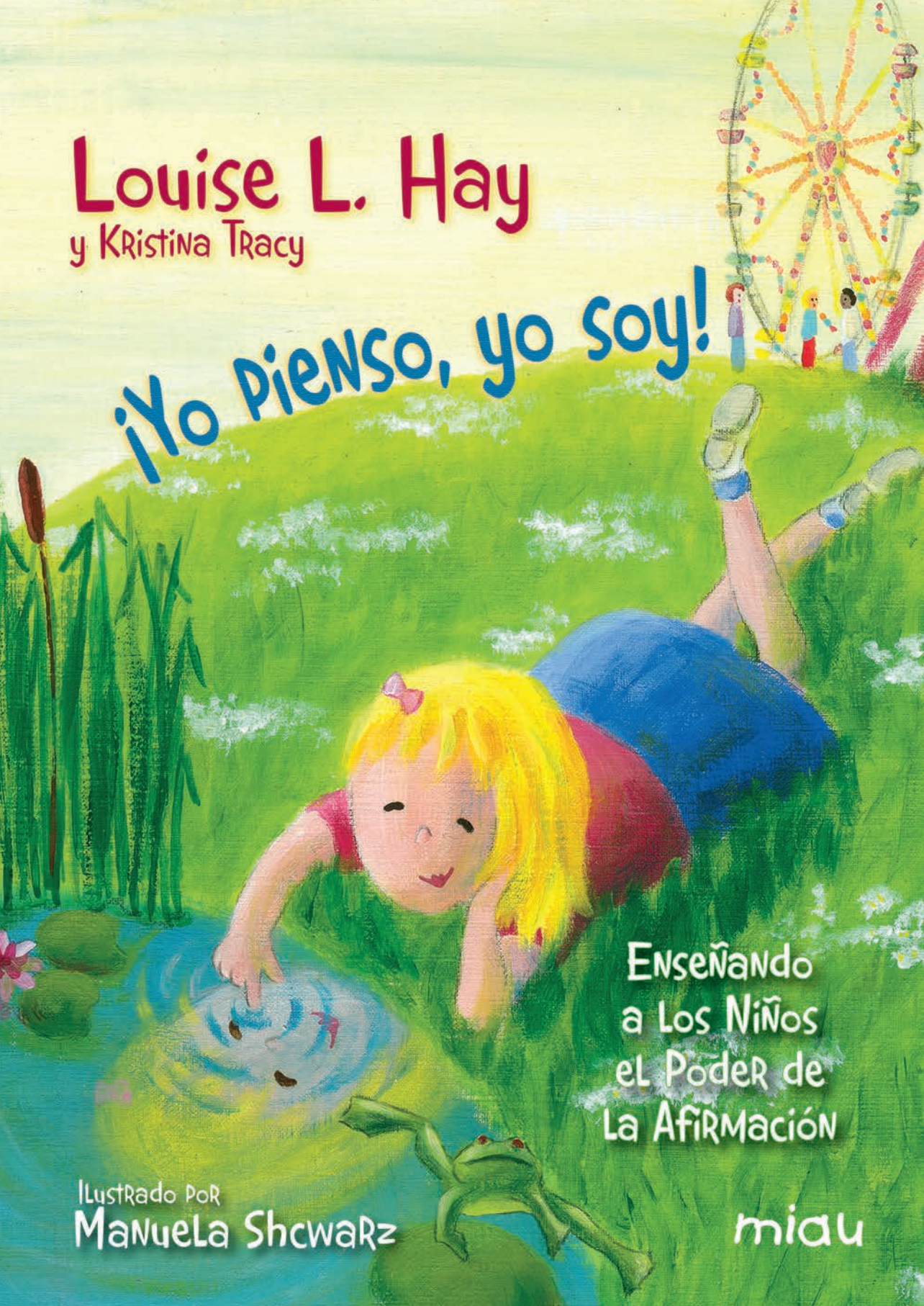
Louise L. Hay
y Kristina Tracy

¡Yo pienso, yo soy!

Enseñando
a los Niños
el Poder de
La Afirmación

Ilustrado por
Manuela Schwarz

miau



Queridos Padres y Profesores:

Me llamo Louise L. Hay, y he dedicado gran parte de mi vida a enseñar a las personas que sus pensamientos pueden cambiar sus vidas.

He escrito muchos libros que han ayudado a la gente a descubrir su propia valía; es más, siempre he creído que si los niños pudieran aprender a una edad temprana el potencial que tienen sus pensamientos, su viaje a través de la vida sería más feliz y gratificante.

Este libro, que he escrito junto con mi amiga Kristina Tracy, puede ayudaros a enseñar a vuestros hijos el poder de las afirmaciones. Llamamos «afirmaciones» a los pensamientos y las palabras que utilizamos a diario. Las palabras de preocupación, enfado y miedo son afirmaciones negativas, mientras que las palabras optimistas de esperanza, felicidad y amor son afirmaciones positivas.

Dentro de *¡Yo pienso, yo soy!* leeremos ejemplos de niños que han transformado pensamientos negativos en acciones y palabras positivas. Podéis practicar esto en casa con vuestros hijos; a mí me gusta que aprendan mirándose al espejo mientras dicen sus afirmaciones positivas. El espejo es una herramienta muy poderosa que te conecta con las palabras que estás diciendo. Una gran afirmación para comenzar sería «me quiero a mí mismo». Repite esta o cualquier otra afirmación positiva, una y otra vez, y notarás la diferencia.



Con Cariño, Lulú.

©2015. Ediciones Jaguar
www.edicionesjaguar.com
jaguar@edicionesjaguar.com

©Edición original: Hay House Inc., California, USA

©Textos: Louise L. Hay y Kristina Tracy
©Ilustraciones: Manuela Schwarz
©Traducción: Pilar Almagro López

ISBN: 978-84-16082-99-5

Depósito legal: M-29441-2015

RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

A·fir·Ma·ción

Palabras que piensas o dices y que crees que son verdad.



¿Sabías que las cosas que piensas y dices tienen el poder de cambiar tu vida? Cuando repites algo una y otra vez empiezas a pensar que lo que estás diciendo es verdad; y lo que tú crees afecta a lo que haces y lo que te sucede.

Esta clase de pensamientos y palabras se llama afirmación. Aprender a cambiar tus pensamientos tristes (negativos) en afirmaciones positivas, puede resultar divertido. Así es como funciona:

AFIRMACIÓN POSITIVA

Cambia
a:



PENSAMIENTO NEGATIVO

¡Me quiero a MÍ MISMO, y Los demás también me quieren!



No Le caigo bien a nadie.

¡PASAN COSAS POSITIVAS!



¡Hola!, ¿quieres que seamos amigos?

Cuanto más practiques esto, más feliz serás. Sigue leyendo y verás cómo otros niños han transformado sus pensamientos negativos en afirmaciones positivas.