



Pregunta # 3: ¿Cómo reaccionas, qué sucede, cuando crees en ese pensamiento?

ENFADADO		DEPRIMIDO		CONFUNDIDO	INDEFENSO	INDIFERENTE	ASUSTADO	LASTIMADO	TRISTE	CRÍTICO
irritado	vociferante	decepcionado	masoquista	dudoso	incapaz	insensitivo	temeroso	aplastado	lloroso	serio
enrabietado	susceptible	desanimado	atorado	incierto	solo	obtuso	aterrorizado	atormentado	angustiado	desaprobando
hostil	cortante	avergonzado	contraído	indeciso	paralizado	reservado	sospechoso	despojado	desolado	reculando
con ganas de insultar	provocador	impotente	apretado	perplejo	fatigado	cansado	alarmado	dolido	infeliz	la mirada dura
enojado	venenoso	disminuido	bloqueado	vacilante	inservible	aburrido	con pánico	torturado	solitario	injustamente
perturbado	iracundo	culpable	desesperanzado	tímido	inferior	frío	acobardado	rechazado	apenado	como atacado
odioso	explosivo	insatisfecho	taciturno	desilusionado	vulnerable	sin vida	sobresaltado	herido	hipersensible	atacando
desagradable	terco	miserable	refunfuñón	desconfiado	vacio	despreocupado	amedrentado	ofendido	sucio	sin tacto
ofensivo	rebeldes	despreciable	quejumbroso	receloso	preocupado	desinteresado	cobarde	afligido	lleno de	lastimando
agresivo	desesperado	te denigras	castigador	perdido	patético	sin reacción	precavido	victimizado	remordimiento	mandando
amargado	impaciente	te odias	adusto	inseguro	aturdido	agotado	amenazado	el corazón roto	castigándose	tieso
frustrado	contrario	mustio	irritable	inquieta	destinado al fracaso	robótico	aprensivo	agonizante	no merecedor	brutal
controlador	acusador	poca cosa	quejicas	tenso	sobrecogido	lento	con ataque	pasmado	frágil	combativo
resentido	furibundo	terrible	sobrecargado	estresado	incompetente	pesado	defensivo	agraviado	desconectado	insistente
exaltado	rechazante	menospreciado	negativo	incómodo	inepto		lleno de miedo	humillado	devastado	negligente
malicioso	sarcástico	alienado	cerrado	comparando	inepto		en guardia	insultado	descontento	obstruccionando
enfurecido	altanero	malo	fuera de sí	deshonesto	incapacitado		absorto en sí mismo	disgustado	llorón	maleducado
mezquino	respondón	pesimista	sin energía	superior	aislado		indignado	indignado	lamentoso	despotricando
violento	insultante	abatido	en el infierno	despreciativo	atrapado		sufriendo	sufriendo		regañando
vindicativo	irrespetuoso	decaído	tembloroso	manipulador	débil		distante	distante		severo
sádico	celoso	autocrítico	sensible	juzgando a los demás	enfermo		invadido	invadido		falso
ruin	golpeado	te rebajas	demacrado	prejuiciado	nauseabundo		fuera de foco	fuera de foco		farsante
rencoroso	gritón	sombrio	consumido	argumentativo	nervioso		intimidado	intimidado		superficial
furioso	chillón	tristón	de hombros	argumentativo	ansioso		esquivo	esquivo		estirado
agitado	vengativo	descorazonado	caídos	autoritario	hambriento		petrificado	petrificado		territorial
antagónico	regañón	cabizbajo	indolente	condescendiente	ofuscado		inflexible	inflexible		obsesivo
rabioso	envidioso	desconsolado	adolorido	demandante	crispado		paranoico	paranoico		rudo
malhumorado	sin alegría	fatal	de mal humor	distraído	compulsivo		inhibido	inhibido		
colérico				desorientado			inmóvil	inmóvil		
				fuera de centro			apegado	apegado		
				frenético			lleno de odio	lleno de odio		
				te sonrojas			agorafóbico	agorafóbico		
				torpe			cohibido	cohibido		



Pregunta #4: ¿Quién serías sin ese pensamiento?

ABIERTO	AMOROSO	FELIZ	INTERESADO	VIVO	POSITIVO	EN PAZ	FUERTE	RELAJADO
comprensivo	considerado	dichoso	fascinado	juguetón	anhelante	calmado	confiable	lleno de luz
confiado	afectuoso	gozoso	intrigado	valiente	deseoso	bueno	seguro	radiante
conectado	sensitivo	encantado	absorto	enérgico	sincero	confortable	único	brillando
libre	tierno	pleno de gozo	inquisitivo	liberado	inspirado	complacido	dinámico	sonriente
simpático	entregado	festivo	curioso	optimista	entusiasta	alentado	tenaz	pies en tierra
satisfecho	atraído	extático	sorprendido	retozón	atrevido	contento	robusto	sin prisa
receptivo	apasionado	alegre	involucrado	animado	lanzado	quieto	a salvo	focalizado
acogedor	capaz de admirar	animoso	con atención	emocionado	esperanzado	convencido	estable	de mente abierta
amable	cálido	luminoso	observador	maravilloso	bello	sereno	honesto	eficiente
armonioso	entermecido	alborozado	entretenido	humorístico	creativo	brillante	en mi sitio	no-controlador
sentiría empatía	cercano	jubiloso	cortés	sensacional	constructivo	bendecido	verdadero	sin presunciones
tolerante	amado	regocijado	atento	generoso	capaz de ayudar	asegurado	capaz de apoyar	apoyado
amigable	dulce	divertido	enfocado	capaz de compartir	con recursos	claro	excelente	fluido
se podrían acercar a mí	suave	ligero de corazón		inteligente	motivado	balanceado	perseverante	ligero
fluyendo	compasivo	sin preocupaciones		exhaltado	cooperativo	muy bien	responsable	espontáneo
flexible	solícito	en la gloria		un igual	productivo	okey	mentalmente sano	alerta
presente	permisivo	inocente		disfrutando	exuberante	libre de preocupaciones	completo	saludable
escucha	acrítico	como un niño		comunicativo	en la onda	adecuado	maduro	meditativo
aceptante	apreciativo	gratificado		activo	responsivo	pleno	sólido	descansado
	respetuoso	eufórico		lleno de energía	consciente	genuino		en espera
	humilde	embelesado		joven	capaz de aprobar	auténtico		riéndome
	con gracia	de buen humor		vigoroso	me sentiría honrado	bellocapaz de perdonar		natural
	paciente	en el cielo			privilegiado	perdonar		firme
	capaz de honrar	en la cima de la montaña			adaptable	exaltado		centrado
	expansivo					sin carga		plácido
	agradecido					autosuficiente		

Para más información de cómo hacer El Trabajo, visita www.thework.com/espanol