

ES	PL
dedicarse a	zająć się czymś
(la) eternidad	wieczność
(los) suplementos dietéticos	suplementy diety
(el) truco de marketing	chwył marketingowy
(el) pleonasma	masło maślane
predeterminado	z góry określony
(la) pauta	wytyczne
(la) doble interpretación	różne rozumienie, interpretacja
llorar por la leche derramada	plakać nad rozlanym mlekiem
incesante	bezustanny
desviarse	zbaczać
(la) pérdida de tiempo	strata czasu
(la) devoción	oddanie
(el) aburrimiento	zanudzenie
seguir adelante	kontynuować
privar de	pozbawiać
ir a favor del viento	złapać wiatr w żagle
influir en	wpływać na
disminuir	maleć

Más palabras relacionadas con la concentración

ES	PL
apartar	rozdzielać
cuidadosamente	ostrożnie, dokładnie
sutil	delikatny
(la) habilidad	zdolność
(el) incremento	wzrost
(la) meditación	medytacja
tomar pausas	robić przerwy
(el) aliento	oddech
(la) respiración	oddech
observar el aliento	obserwować oddech
sacar la mente de	odciąć umysł od
poderoso	wpływowy
calmarse	uspokajać się
pacífico	spokojny
somnoliento	senny
recargarse	naładować się
receptivo	chłonny
(la) mente	umysł
(el) insomnio	bezsenność
(la) consciencia	świadomość
sumergirse	zanurzyć się
(la) vigilia	czuwanie
(la) percepción	postrzeganie

Ejercicios:

1. Completa los espacios en blanco con las palabras o frases de las listas anteriores.
 - a) Hasta que volvió a casa había tardado una _____ . Su madre fue tan preocupada.
 - b) No tomes estos _____. Pueden perjudicar tu salud.
 - c) En realidad, su jefe no la dio ningunas _____ ni órdenes. Ella no sabe qué hacer en su trabajo.
 - d) No _____. Ahora solo puedes aprender de tus errores.
 - e) Es una _____. No vamos a lograr nada nuevo siguiendo estos pasos.
 - f) Ha recibido tres premios por su _____ a su trabajo.
 - g) Uno de los objetivos de la _____ es la observación del aliento.
 - h) Cuando trabajas tantas horas tienes que _____.

2. Escribe el sinónimo a las palabras abajo. Elige las palabras de las listas anteriores.

Palabra	Sinónimo
ocuparse	
atentamente	
(el) conocimiento	
aumento	
continuar	
(la) razón	
zambullirse	
(la) repetición	
anticipado	
desorientar	
tranquilizar	

3. Escribe el ANTÓNIMO a las palabras abajo. Elige las palabras de las listas anteriores.

Palabra	Antónimo
(la) incompetencia	(la) habilidad
débil	poderoso
unirse	apartar
tosco	sutil
inquieto	pacífico
(el) sueño	(el) insomnio
(el) entretenimiento	(el) aburrimiento
dar	privar de
aumentar	disminuir
discontinuo	incesante

Respuestas:

1. .

- a) Hasta que volvió a casa había tardado una **eternidad**. Su madre fue tan preocupada.
- b) No tomes estos **suplementos dietéticos**. Pueden perjudicar tu salud.
- c) En realidad, su jefe no la dio ningunas **pautas** ni órdenes. Ella no sabe qué hacer en su trabajo.
- d) **No llores por la leche derramado**. Ahora solo puedes aprender de tus errores.
- e) Es una **pérdida de tiempo**. No vamos a lograr nada nuevo siguiendo estos pasos.
- f) Ha recibido tres premios por su **devoción** a su trabajo.
- g) Uno de los objetivos de la **meditación** es la observación del aliento.
- h) Cuando trabajas tantas horas tienes que **tomar pausas**.

2. .

Palabra	Sinónimo
ocuparse	dedicarse a
atentamente	cuidadosamente
(el) conocimiento	(la) consciencia
aumento	(el) incremento
continuar	seguir adelante
(la) razón	(la) mente
zambullirse	sumergirse
(la) repetición	(el) pleonasma
anticipado	predeterminado
desorientar	desviarse
tranquilizar	calmarse

3. .

Palabra	Antónimo
(la) incompetencia	(la) habilidad
débil	poderoso
unirse	apartar
tosco	sutil
inquieto	pacífico
(el) sueño	(el) insomnio
(el) entretenimiento	(el) aburrimiento
dar	privar de
aumentar	disminuir
discontinuo	incesante