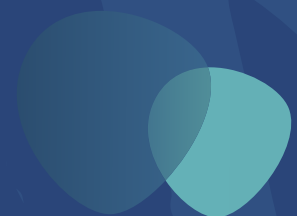


**Reto:**

**DESBLOQUEA  
LA ABUNDANCIA EN**



**CERTIFICACIÓN  
PATERNIDAD  
EFECTIVA**

*¡Hola!*

Me alegra mucho verte aquí! Felicidades de todo corazón por haber decidido dar el primer paso a recibir lo que mereces: **ABUNDANCIA** en todos los aspectos de tu vida. Estoy segura de que este reto te servirá muchísimo y te ayudará a desbloquear tu abundancia de una vez por todas para que empieces a crear la vida que tú y tu familia merecen.

Te acompañaré durante **21 días** a un viaje muy profundo en el que tocaremos temas muy importantes y sensibles que te permitirán saber en qué momento te cerraste a recibir lo que mereces, a luchar por ello y a verlo cuando está frente a ti.

Mi recomendación es que asumas tu compromiso y lo termines, para ello:

- Escucha los audios cuantas veces sea necesario.
- Responde cada actividad del día en este PDF: lo puedes imprimir rellenar desde tu celular, tableta o computadora.

**¿Todo listo? ¡Empezamos!**



**Con todo mi cariño,  
Gaby González.**

## Calendario mensual

### Instrucciones:

Imprime este calendario, plastifícalo y colócalo en un lugar visible. Escribe el mes, los días y la fecha en los espacios disponibles.

Escribe el día 1 en la fecha en la que inicias este reto. Consecutivamente, sigue con los demás días: 2, 3, 4... así hasta llegar al 21.

Mes

D

L

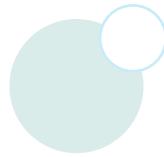
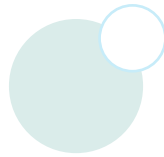
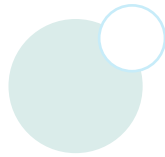
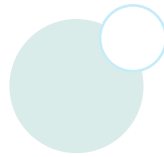
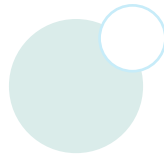
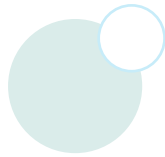
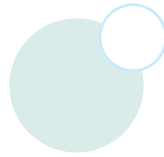
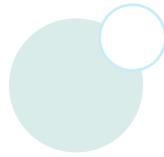
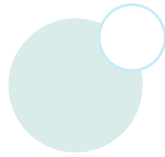
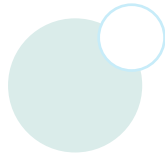
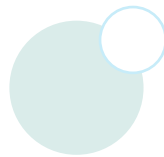
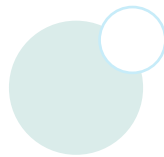
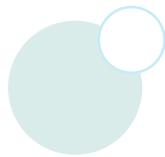
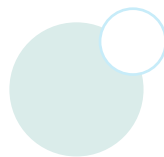
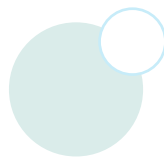
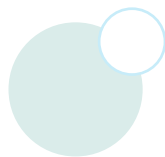
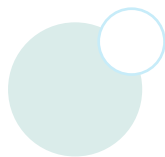
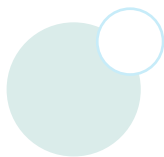
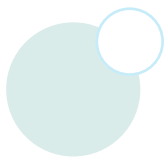
M

M

J

V

S





No me gusta servir café

¿Qué pasaría en tu vida si te quitas el miedo del círculo de la confianza? Eso que te impide tomar lo que es tuyo por derecho y que tiene que ver con saber que tienes algo para dar y mucho para recibir?

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Qué quieres dar? Recuerda que son tres cosas que no has dado antes, escribe qué darás y a quién.

1. \_\_\_\_\_

Se lo voy a dar a: \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Se lo voy a dar a: \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Se lo voy a dar a: \_\_\_\_\_



## El dinero, ¿qué es? El frasco de la abundancia

“Tu verdad acerca del dinero NO es la verdad acerca del dinero.”  
Gaby González

### Reflexiona y escribe:

#### ¿Qué es el dinero para ti?

El dinero es: \_\_\_\_\_  
 El dinero es: \_\_\_\_\_  
 El dinero es: \_\_\_\_\_  
 El dinero es: \_\_\_\_\_  
 El dinero es: \_\_\_\_\_

¿En qué parte del cuerpo lo sientes? \_\_\_\_\_

El dinero para mi mamá es o era: \_\_\_\_\_

El dinero para mi papá es o era: \_\_\_\_\_

El dinero para mi pareja es o era: \_\_\_\_\_

Cuando el dinero fluye hacia mí me siento: \_\_\_\_\_

¿En qué parte del cuerpo lo sientes? \_\_\_\_\_

Cuando el dinero se va de mí me siento: \_\_\_\_\_

¿En qué parte del cuerpo lo sientes? \_\_\_\_\_



### Mi frasco de la abundancia

#### Recuerda que:

- TODOS los días le debes meter dinero: una moneda o un billete, el que gustes.

Mientras lo depositas repite:

*“El dinero me ama”*

*“El dinero llega a mí”*

*“Cada moneda o billete se me multiplica”*

- Debe ser una cantidad que te rete.
- Prohibido sacarle, es dinero del frasco, no tuyo.



¿En qué momento bloqueaste tu “sí”?

Reflexiona y responde:

¿Qué me da alegría?

---

---

¿Qué amo hacer?

---

---

¿Qué me da paz?

---

---

¡Haz un dibujo de ti haciendo lo que más amas!

Regresa en el tiempo a cuando eras niño(a) y revive tu  
“sí a la vida” a “sí merezco”.



## Hilos del pasado

**Reflexiona y comenta:**

**En cuestiones de dinero, y sobre todo de abundancia:**

¿Cómo fue la vida de tus abuelos maternos?

---

---

---

¿Cómo fue la vida de tus abuelos paternos?

---

---

---

¿Cómo fue la vida de tus padres?

---

---

---

¿Cómo crees que se percibe cada uno de tus hijos?

---

---

---

¿Cómo es la abundancia en todas las áreas de tu vida?

---

---

---

¿Cómo deseas que sea la abundancia en todas las áreas de tu vida?

---

---

---

Recuerda depositar **HOY** en tu frasco de la abundancia ese billete grandote que te da miedo, ve más allá, ¡tú puedes!



Miedo a manifestar, pánico a no manifestar

Reflexiona y responde:

¿Qué tienes que hacer HOY para empezar la verdadera transformación en tu mentalidad hacia la abundancia?

---

---

---

¿Qué tengo que cambiar en mí para pensar como una persona abundante?

---

---

---

¿Cómo puedo cambiar el rumbo de mi vida en cuanto a la abundancia?

---

---

---

¿En qué tendría que estar pensando?

---

---

---

¿Cómo tendría que actuar el día de hoy para caminar hacia la abundancia?

---

---

---

¿Qué hacen las personas abundantes a mi alrededor?

---

---

---





## Mi negligencia y la abundancia

### Reflexiona y responde:

Soy negligente conmigo  
cuando: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

También soy negligente conmigo  
cuando: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Cómo comencé a dejarme a un lado?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿De qué otras maneras he sido negligente conmigo mismo(a)?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué debo hacer para cortar con esto y manifestar la abundancia que merezco?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué energía necesito para lograr lo que más anhelo en mi vida?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Trascendiendo el miedo a tener

Mientras realizas cada uno de los 3 ejercicios repítete a ti mismo(a):

¡Gracias, me lo merezco y lo recibo!

**1.** Invertir tiempo en ti para relajarte.

¿Cuánto tiempo? \_\_\_\_\_

Lo que yo hice fue: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Doy gracias por: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**2.** Invertir en un gustito. Algo de comer, música, un pantalón...

¿Cuánto dinero? \_\_\_\_\_

Doy gracias por: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**3.** Invertir en algo más grande como un viaje, un curso, eso que te hará crecer como persona, como profesional y que no te has permitido.

¿Cuánto dinero? \_\_\_\_\_

Doy gracias por: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**Merezco, soy suficiente, no le debo nada a nadie.  
Limpiando mis deudas**

Escribe a continuación la carta dirigida a tu niño(a) interior:

“Mi niño(a), estamos en paz, eres suficiente y **mereces todo lo hermoso que la vida tiene para ti.**”



## Miedo a crecer

¿De dónde viene el miedo?

¿Qué relación tiene con desbloquear mi abundancia?

Reflexiona y escribe tres maneras en las que te gustaría relacionarte con el mundo. Por ejemplo: “Me gustaría vivir mi vida sintiendo que todo es una bendición.”

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Vamos más allá, ¿cómo te gustaría compartir tu amor con el mundo?

Por ejemplo: “Quisiera ser más paciente”.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Escribe y sé muy específico, ¿qué estilo de vida te gustaría tener? Algo que te ayude a mejorar tu calidad de vida.

Por ejemplo: “Quiero ganar 60 mil dólares este año”.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



## Miedo a los números

¿Cuál es tu número? \_\_\_\_\_

Ese número que te permite sentirte feliz, relajado(a) y abundante.

¿Cuánto dinero necesitas al mes para tu consumo en el estilo de vida que deseas tener? \_\_\_\_\_

¿Para tu propósito de vida? (Un curso...) \_\_\_\_\_

¿Para tu espiritualidad? (Un viaje, un masaje...) \_\_\_\_\_

¿Para tu autoexpresión? (Hobbies...) \_\_\_\_\_

¿Para las relaciones? (Padres, hijos, pareja...) \_\_\_\_\_

Para ti mismo(a), tu propio fondo de inversión \_\_\_\_\_

TOTAL: \_\_\_\_\_ x12 = \_\_\_\_\_

**ese tu número anual.**

¿Cómo te sientes al ver esta cifra?

---

---

---

---



**El poder de la intención. Final feliz en mente**

¿A dónde voy? Depende de a dónde quieras llegar.

A continuación, escribe detalladamente tu día ideal, desde que despiertas, cómo lo haces, con quién.. hasta que te acuestas.

**Mi día ideal normal perfecto sería...**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Tu patrón de gasto

### Reflexiona y responde:

¿En qué inviertes tu tiempo?

---

---

¿En qué inviertes tu dinero?

---

---

¿En qué inviertes tu energía?

---

---

¿Sueles tener gastos hormiga? ¿Cuáles?

---

---

¿Por qué no estás cambiando patrones que sabes que te van a llevar a tu día ideal perfecto?

---

---

¿Qué tanto influyen o sabotean para tener tu día ideal normal perfecto?

---

---

¿Cómo lo vas a transformar? Extiéndete tanto como desees:

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Cuánto le agregaste hoy a tu frasco de la abundancia? \_\_\_\_\_



## Diario de la gratitud

Recuerda escribir lo bueno, lo malo, lo feo... TODO.

Escribe aquí tus agradecimientos de hoy. Puedes incluir este ejercicio como un hábito y adecuar una libreta, un diario o imprimir más hojas como las que aquí te compartimos.

Fecha:

Hoy agradezco por:

---

---

---

---

---

---

---

Es muy importante que así como todos los días le agregas dinero a tu frasco de la abundancia, también **escribas antes de dormirte** en tu diario de la gratitud.





### Date cuenta de tu realidad

¿Qué vas a soltar de tu pasado para empezar a actuar de una manera diferente?

---

---

---

---

---

---

---

---

Por 15 minutos camina, respira profundamente y en voz alta repite todo lo que has logrado. Al terminar escríbelo aquí abajo:

---

---

---

---

---

---

---

---

No olvides escribir en tu “**Diario de la gratitud**” y meterle dinero a tu “**Frasco de la abundancia**”.



Decirme sí a mí mismo(a)

¿Qué sientes al decirte sí?

---

---

---

---

---

¿En qué parte del cuerpo lo sientes?

---

---

Escribe tus "sí" a continuación:

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_

Sí a: \_\_\_\_\_



**El dinero me sirve a mí, es mi instrumento y no al revés**

En cuestiones de dinero, ¿en qué ha estado tu enfoque durante toda tu vida?

---

---

---

---

¿Por qué consideras que ha sido así?

---

---

---

---

¿En qué va a estar tu enfoque a partir de HOY?

---

---

---

---

Completa la frase de acuerdo a tu enfoque personal

**“Cada dólar que sale de mi  
bolsa sale multiplicado por**

\_\_\_\_\_”



## No hay nada que temer, nada que perder

Evaluación de lo que has generado en tu vida

Escribe delante de cada afirmación lo que aplique en tu situación personal, donde 0 es nulo y 10 es wow para ti.

- **1.** Estoy feliz en mi trabajo actual. \_\_\_\_\_
- **2.** Me pagan por hacer lo que amo. \_\_\_\_\_
- **3.** Siento que merezco abundancia en todas las áreas de mi vida. \_\_\_\_\_
- **4.** Tengo habilidades y talentos para llevar valor a la vida de los demás. \_\_\_\_\_
- **5.** Me siento apoyado(a) en mi camino hacia el éxito. \_\_\_\_\_
- **6.** Tengo un plan paso a paso para llegar a mi abundancia. \_\_\_\_\_
- **7.** Puedo ser exitoso(a) y abundante y seguir teniendo balance en mi vida. \_\_\_\_\_
- **8.** Estoy haciendo año con año más dinero. \_\_\_\_\_
- **9.** Las finanzas me generan expansión, libertad y felicidad. \_\_\_\_\_
- **10.** Las finanzas me generan expansión, libertad y felicidad en mi vida social. \_\_\_\_\_
- **11.** Estoy satisfecho(a) con mi nivel actual de abundancia. \_\_\_\_\_



## Aprende a amar el dinero

El dinero para mí es...

- Miedo
- Suciedad
- Enojo
- Resentimiento

Otros:

---

---

Hoy vamos a cambiar tu enfoque sobre el dinero.  
Reflexiona y completa lo siguiente:

Agradezco a mi dinero por que:

---

---

---

Amo a mi dinero por que:

---

---

---

Cuidaré mi dinero por que :

---

---

---



**Limpiando la escasez. Vibrar en la frecuencia adecuada,  
la frecuencia de tu creación**

No he sido perfecto, me pido perdón por:

---

---

Gracias por:

---

---

Yo voy a limpiar y transformar:

---

---

Yo soy:

---

---

**“Amo mi vida, amo mis circunstancias, amo poder crear  
mi abundancia. Me amo y amo infinitamente quién soy.”**

Sí merezco. Merezco:

---

---

A partir de hoy me comprometo a:

---

---

**“Gracias, gracias, gracias.”**



**El valor personal. La Vasija de la Valía**

Recuerda que este mundo tiene todo lo que necesitas de la manera perfecta para que logres tu plan. ¡Está dentro de ti!

Repite mientras te ves al espejo:

**“Soy suficiente, soy suficiente, soy suficiente”**

Y es real, eres suficiente, no necesitas ser otra persona.

¿Cómo serás la mejor versión de ti hoy?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Nada viene realmente de ti**

**¡Bienvenido(a) a la abundancia!**

¿Qué decides? ¿cucharita o una tubería conectada a la abundancia infinita?

---

---

Con mi frasco voy a:

---

---

Reflexiona y completa la frase:

Mi alma quiere:

---

Mi alma quiere:

---

Mi alma quiere:

---

Mi alma quiere:

---

Mi alma quiere:

---



## ¡Oficialmente terminaste el Reto:



Para mí ha sido una maravillosa experiencia poder compartir contigo las reflexiones y aprendizajes acerca del dinero y la abundancia que han impactado de manera decisiva e irreversible tanto mi vida personal como profesional.

Yo sé que tu vida no será la misma a partir de hoy, si consideras necesario, puedes realizar este reto cuantas veces lo necesites.

¡GRACIAS por abrirte a la abundancia!

**Con todo el amor,  
Gaby González.**