

EL REGALO DE LA NUEVA HUMANIDAD

MADRES Y PADRES PREPARADOS PARA UNA NUEVA GENERACIÓN



TRANSFORMANDO
LA CRISIS EN CONEXIÓN



TRANSFORMANDO LA CRISIS EN CONEXIÓN

EL CAOS

Hemos vivido siempre en un mundo cambiante, un mundo que se mueve a pasos agigantados. Pero en la actualidad, hemos visto multiplicarse por mucho estos cambios.



Situaciones que nos aquejan a nivel mundial, el cambio climático, enfermedades que surgen para las cuales no estábamos preparados, situaciones que nos han hecho saber que no tenemos el control, que de hecho, nunca lo hemos tenido. Esto nos ha asustado, nos ha confrontado, nos ha enfrentado a nuestros más grandes dragones.

En la antigüedad, las personas eran menos civilizadas, pero hacían lo mejor que podían con lo que tenían a la mano. Atesoraban sus descubrimientos y los transmitían de generación en generación.

Según historiadores, el mundo en ese entonces era rudimentario. Todo era movido por el instinto y la necesidad: Los hijos, la sexualidad, el trabajo. Nuestros ancestros no se movían desde el prejuicio y el egoísmo como lo vemos ahora.

A ese mundo instintivo llegó el concepto del poder y ahí, se perdió mucho de la esencia humana. Empezamos a luchar unos contra otros para obtener ese poder y conservarlo. Esa ha sido la lucha hasta el día de hoy. Esto provocó que el mundo colapsara.

El mundo ahora está enfermo y agonizante, porque no supimos cómo conservarlo mientras lo explotamos y eso lo hemos heredado generación tras generación. Hemos aprendido de la sociedad y hemos enseñado a nuestras generaciones que el poder nos da autoridad y que la autoridad nos da poder.



Hemos vivido un año especialmente difícil, porque hemos tenido que aprender, a través de las situaciones que estamos viviendo, que todos somos iguales, que el mundo no funciona a través del control y de la lucha por el poder, porque cuando la tierra colapsa, colapsa para todos por igual.

La pandemia no ha distinguido quien es más o menos poderoso. La pandemia nos ha enseñado a ver oportunidades de mejora que tenemos frente a nosotros y que no habíamos visto.

Así que cuéntame:

○ ¿Qué has aprendido en esta Pandemia?

○ ¿Cuáles de esos aprendizajes has aplicado en tu vida?

○ ¿Qué te gustaría aprender para mejorar?



EL CAMINO

Konstantín Stanislavski, creó una técnica de actuación que hoy en día representa la base del teatro a nivel mundial. Él propone que para crear un personaje necesitamos responder 3 preguntas:



1. ¿Quién soy?

2. ¿De dónde vengo?

3. ¿A dónde voy?

Viéndolo como una metáfora, la vida es una obra de teatro a gran escala, con varios actos por los que debemos transicionar y tú eres el personaje principal, porque es tu vida.

Sin embargo, la mayoría de las personas no pueden responder a la primera pregunta y ese es el inicio de todo. Aún cuando cada pregunta complementa a la que sigue, para avanzar es fundamental saber quién eres. Una vez que tengas eso claro podrás ver el sendero que te llevará a la prosperidad que tanto has buscado a lo largo de tu vida.

¿Qué tal si comenzamos?



ESCUCHA TU LLAMADO Y ESCRIBE TU HISTORIA



Dicen que cuando una persona está a punto de morir ve pasar toda su vida, como un resumen o un recuento y eso puede asustar mucho a cualquiera.

Pero si pudieras hacer ese ejercicio y recordar, enfrentarte a ese pasado para sanar las heridas que aún están abiertas y así poder descubrir cuál es tu llamado, ¿lo harías?

Aunque es probable que ya lo sepas, porque ese llamado lo sentiste desde que eras pequeño, pero al pasar de los años, te distrajiste con lo que el mundo decía: hay que trabajar para tener dinero, hay que ser lo que los demás esperan que seas, hay que vivir como la sociedad dice que debemos vivir. Todos estos son distractores y eso pudo haber hecho que olvidaras tu llamado.

No escucharte y escuchar las voces externas puede generar heridas, heridas que hay que sanar. Es momento de aprender a escuchar la voz interna que todos tenemos, pero que pocos escuchan. Esa voz que te dice quien eres realmente, qué quieres para tí y hacia dónde va tu vida.

Ese llamado, esa voz que tal vez te hizo pensar que era una locura lo que realmente querías hacer, decir o pensar, por tí o por las voces externas que has escuchado. Esa voz es tu llamado, es tu misión, es tu propósito.



Muy dentro en tu corazón, sabes que quieres ir por ese llamado, que es mucho más grande que tú, pero a la mayoría de la gente le da miedo ir más allá, cruzar esa línea, atreverse a ser congruentes consigo mismos. La gran mayoría se conforman solo con llegar a lo conocido, a donde se sienten seguros. Casi nadie va más allá, pero es más allá donde está el propósito, es más allá donde está la contribución al mundo, es más allá donde está la trascendencia.

Ir hacia lo desconocido no es fácil para nadie, pero dicen que es un mal necesario, porque solo así encontrarás lo que necesitas para vivir más pleno:



Un mejor trabajo.



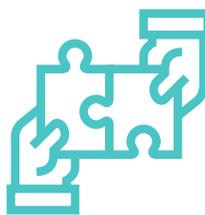
Más plata.



Mejor conexión contigo y tu familia.



Más tiempo libre.



Mejor organización.



¿DÓNDE ESTÁS Y DÓNDE HAS ESTADO?

Esto es muy sencillo de identificar. Voltea a ver tu vida. ¿Te gusta el lugar en el que estás? El lugar en el que estás es el resultado de tus pensamientos. Si no te gusta, necesitas revisar tus pensamientos, porque ellos te han llevado a donde estás hoy.

○ Reflexiona: En su mayoría, ¿cómo son tus pensamientos? ¿Son positivos? ¿Son negativos? ¿Son de abundancia? ¿Son de escasez?

Todos tenemos una voz interior que nos dice que somos algo más, que posiblemente lo que hemos visto hasta hoy, es solo una parte de nosotros y de nuestra vida. A veces nuestro yo verdadero yace debajo de una superficie y es necesario ir en búsqueda de él.

Las crisis son oportunidades disfrazadas de problemas. Oportunidades de empezar a crear una vida más sana, más conectada con nosotros mismos, con nuestra misión, con nuestro propósito, para empezar a sembrar un fruto diferente para nosotros y para nuestras generaciones futuras.

Ésta es la manera de transformar nuestra historia de vida, incluso, nuestra relación con nosotros mismos. .

Estamos viviendo una pandemia. El mundo se enfermó y eso ha hecho que nuestra vida sea tocada, transformada, a veces hasta volteada de cabeza.

Podemos ver esto como un problema o como una oportunidad. La elección es personal. Hay quienes reciben pedradas y se tiran derrotados o hay quienes deciden hacer un edificio con esas piedras.



MASTERCLASS 1

¿Cuál es tu crisis? Puede ser pandemia, pero también puede ser una crisis que has vivido desde pequeño: rechazo, abandono, etc.

○ **Escribe, ¿Cuál es o cuál ha sido tu crisis?**

○ **¿Qué has hecho con la crisis? ¿Cómo has reaccionado ante ella?**

En ocasiones dejamos de atender al llamado por miedo. Miedo al fracaso, miedo al ridículo, miedo al rechazo, miedo a atrevernos a ser diferentes.

Pero es justo detrás del miedo donde empieza la vida. Parece que todos esperan a dejar de sentir miedo para hacer las cosas y no es así. Es hacer las cosas con todo y miedo y detrás de eso encontrarás eso que has estado buscando, plenitud, conexión contigo mismo, conexión con el mundo, con tu propósito de vida.

○ **¿Te ha pasado? ¿A qué le has tenido miedo? ¿De qué te has perdido por el miedo?**

Imagina que llega un maestro, un sabio, un genio, tú decides. Este maestro te dice que tienes un regalo, tu regalo consiste en vivir un mes completo, con sus días y sus noches, sin miedo. Durante este mes, la palabra miedo no existe en tu vocabulario.

○ **¿Qué harías ese mes? ¿Cómo sería tu vida? ¿Qué decisiones tomarías?**



EL PROPÓSITO, EL LLAMADO

Una de las formas más elevadas de transformar una crisis es la contribución. Contribuir al mundo a través de tu experiencia es lo que le da sentido a la crisis y es la forma de trascender.

Posiblemente te has acostumbrado a estar dentro de una cajita, en la que sabes cómo funciona la vida, cómo es el mundo, qué hacer, qué no hacer, cómo es tu día a día, en qué trabajar, cómo salir a ganar dinero.

La sociedad ha estipulado todo esto como si todos tuviéramos que hacer lo mismo, pero, ¿te has puesto a pensar en las diferencias tan grandes que hay entre cada persona?

¡El mundo es un océano de posibilidades y hemos vivido en una pecera!

Nadie es igual a nadie, todos tenemos una huella digital diferente, ¡qué increíble!, y si ese pequeño detalle es así, ¡imagina en cuántas cosas más somos diferentes!

Pues justamente eso es lo que hace tan rico a nuestro planeta. Que todos hagamos lo que venimos a hacer, que cada quien haga lo que está destinado a hacer y que cada quien lleve a cabo su propósito.



Reflexionemos:

Si cada quien llevara a cabo su propósito, ¿habría tantas luchas de poder?
¿habría competencia por ser mejores? ¿habría guerras?

¿Qué es un propósito?

El propósito es ese llamado interno a dar algo al mundo, que solo tú tienes..
Darle al mundo lo que has aprendido a través de tu crisis, por ejemplo, es un llamado.

○ ¿Ya identificaste tu llamado? ¿Cuál es?

○ Si no has identificado tu llamado, piensa: ¿Qué es eso que cuando lo haces te hace sentir pleno, te hace sentir que estás contribuyendo a algo más grande que cualquier otro trabajo? ¿Lo tienes?

Puedes empezar a hacer un bosquejo, una lluvia de ideas. Poco a poco tomará más forma.



LA VIDA IDEAL

Para muchas personas, la felicidad no tiene que ver con el bienestar de la familia, el amor o la salud, sino con las apariencias, las posesiones, la evasión de problemas, incluso la desconexión de sí mismos y de los demás.



La vida ideal la creas tú bajo tus condiciones, encontrando la solución a los problemas que surjan en el camino.

Aquí tienes una lista de cosas que puedes considerar para tener una vida ideal:

- **Conexión: Con tus hijos, tu pareja, tus padres, tus amigos y contigo mismo.**
- **Un trabajo que te de seguridad y te llene de verdad.**
- **Abundancia en recursos, risas y espíritu.**
- **La certeza de saber cuál es tu camino.**
- **Tener objetivos claros.**
- **Amor incondicional hacia tu familia.**
- **Olvidarte de las falsas expectativas.**

Anota aquí tu checklist de la vida ideal, porque recuerda que la creas tú, con lo que a ti te hace feliz:

¿Cómo te gustaría que fuera tu vida? Escribe lo que venga a tu mente en cada una de las áreas:

Relaciones familiares:



○ Salud:

○ Economía:

○ Trabajo:

○ Espiritualidad:

○ Contribución al mundo:

○ Relación contigo mismo:





Escucha atentamente la Masterclass y ve llenando los espacios en tu workbook:

Hay muchas personas sentadas en el _____ del _____ de sus propias vidas. Viendo _____ su _____. ¿Quieres eso para tí?

Tienes un gran mérito al estar aquí, porque eso significa que tu _____ de _____ es más grande que tu _____ y que esas _____.

“Los _____ se convierten en cosas cuando lo ves en _____, entonces los puedes tener en _____” Bob Proctor

El primer pilar es _____ tu _____.

Los ingredientes de esta fórmula están dentro de ti: se trata de desatar tus _____ y _____.

Tu mentalidad afecta a lo que _____ lo que _____ y lo que _____.

Cuando expandimos estas _____, cuando abrimos nuestra mente a _____, entonces se abre un _____ de _____ ante nosotros.

Necesitamos dejar atrás la _____ de _____ y abrirte a una forma de ver la vida muchísimo más poderosa: “la _____ de _____”.



¿QUÉ ES EL TIEMPO?

El tiempo es una magnitud física con que se mide la duración o separación de acontecimientos. El tiempo permite ordenar los sucesos en secuencias, estableciendo un pasado, un presente y un futuro.

Pero, ¿qué es el tiempo para tí?

La mayoría de la gente pasa la vida dentro de una oficina, lejos de su familia, únicamente “persiguiendo una zanahoria”.

Esto sucede porque la sociedad ha dictado que es lo que debe ser. Todos nacemos, vamos a una escuela a recibir información que después nos servirá para tener un trabajo, en el cual estaremos inmersos haciendo todo lo posible por tener el dinero que necesitamos para vivir. Al final del día, tenemos el trabajo, tenemos el dinero, pero no tenemos tiempo para disfrutar de casi nada.

Para los siguientes 12 meses tendrás 525,600 minutos para vivir. Si consideramos que durmiendo 8 horas diarias usamos 175,200 de esos 525,600 minutos, restan 350,400 minutos.

¿Qué te gustaría hacer con estos 350,400 minutos que tienes de hoy a un año aproximadamente?

Es cómo si tuvieras 350,400 dólares en el banco. Son tuyos, solamente tuyos. Los puedes tirar, los puedes regalar o los puedes usar para crear una experiencia increíble.

¿Qué decides?



EPISODIO 2

Cada minuto cuenta para ti, una vez que pasen esos 350,400 minutos la cuenta se queda en cero, no regresan esos minutos.

¿Qué harás con esos minutos para que realmente empiecen a contar en tu vida como minutos valiosos, mágicos, que hagan que esta experiencia llamada vida valga la pena?

¿Qué te gustaría cambiar para aprovechar ese tiempo en las 4 diferentes áreas de la vida?

Salud física:

Relaciones:

Trabajo:

Dinero:



¿QUÉ ES EL DINERO?

El dinero es energía. Relacionarte con el dinero es como relacionarte con un amigo.



Si a ese amigo le dices, **“no me interesa tenerte en mi vida”**, ese amigo pensará que no es importante para tí y posiblemente no seas tú tampoco una prioridad para él.

Si a ese amigo le dices: **“Si tú no estás en mi vida me muero, te necesito para vivir”**; posiblemente ese amigo tampoco le sea muy agradable estar cerca de tí.

El dinero es así. Lo ideal es tener una relación sana con el dinero. Cuando lo hagas, será más fácil que puedas identificar qué quieres del dinero, para qué lo quieres y cuál será el medio para que llegue a tu vida.

La relación con el dinero está determinada por muchas creencias, -limitantes o empoderantes-, dependiendo de lo que has escuchado a lo largo de tu vida y eso puede establecer cómo te relacionas hoy con él.

Por ejemplo, a mucha gente le cuesta trabajo decir cuánto le gustaría ganar al mes. Esto es un tema delicado, porque cómo sabes a donde vas si no sabes cual es tu meta. ¿Cómo llegarás ahí?

En una ocasión, escuché una conferencia de una persona que tenía un trabajo exitoso, por lo cual, era muy próspero económicamente. Un día perdió todo y estuvo a punto de quitarse la vida. En ese momento se dio cuenta del poder que le había otorgado al dinero, el poder de vivir o morir. Pudo ver que su relación con el dinero estaba completamente equivocada y decidió cambiarla.



Le escribió una carta al dinero en la que le decía que su relación cambiaría, que lo disculpara por darle el poder sobre su vida y que sabía que no le correspondía al dinero decidir si él vivía o él moría.

Le pidió tener una relación más sana, que pudieran tener un intercambio justo y positivo. En la carta, él le dijo al dinero que si llegaba a sus manos, él se dedicaría a que la gente cambiara su relación con el dinero como él lo estaba haciendo.

Hoy, esa persona se dedica a dar pláticas acerca de tener una mejor relación con el dinero y económicamente volvió a estar en un excelente lugar.

¿Cuál es tu intención con el dinero? ¿para qué lo quieres?

Hagamos un ejercicio:

Imagina que el dinero es una persona, ¿Cómo consideras que sería su relación?

¿Cuáles son las creencias que tienes acerca del dinero?

¿Cuánto dinero te gustaría ganar al mes?

Si el dinero fuera una persona ¿Que recibiría el dinero de ti por llegar a tus manos? La intención por la cual quieres el dinero es muy importante para abrir canales de abundancia.



DIVERSIDAD

Todos los seres humanos somos diferentes. No hay dos iguales, aún cuando hay gemelos idénticos, sus huellas dactilares son diferentes.



Así como somos diferentes, nuestros potenciales también lo son.

El mundo nos ha metido en un molde en el que todos debemos estar haciendo lo mismo, jugando el mismo juego, para tener los mismos resultados. Como si la vida fuera igual para todos. Recibimos la misma educación, el sistema es el mismo para casi todos. ¿Te hace sentido?

¿Te has puesto a pensar qué pasaría si en vez de competir entre todos, compartiéramos nuestros potenciales? ¿Cómo sería tu relación de pareja si hicieras esto? ¿Cómo sería tu familia? ¿Cómo sería tu país?

Por eso es tan importante respetar nuestra diversidad y nuestros potenciales.

○ ¿Puedes reconocer tus dones? ¿Cuáles son?

○ ¿Qué haces el día de hoy con esos dones?

○ ¿Qué pasaría si decidieras salir del estereotipo? ¿Hacer algo diferente a lo que la sociedad ha marcado? ¿Dejar de trabajar en horarios de 9 a 6 o escuchar tu voz interior y tus dones y usarlos para servir a otros?



Necesitas recordar quién eres tú verdaderamente. Los valientes son los que van más allá, los que escuchan el llamado, los que se atreven a desafiar al sistema y a ser diferentes, a recuperar el corazón de la humanidad, el corazón de la tierra.

¡La vida te eligió! No estás aquí por casualidad porque ¿Sabes todo lo que tuvo que suceder para que hoy estuvieras en esta clase, en este momento?

Es tiempo de buscar tu lugar en el mundo. Puedes encontrar tormentas, pero si escuchas a tu corazón, si escuchas tu voz interior, te darás cuenta de que es mayor tu anhelo de crear una vida y un mundo diferente, que tus creencias y tus miedos.

Escucha atentamente la Masterclass y ve llenando los espacios:

Los ingredientes de la _____ del _____ y de la _____ ya están dentro de ti.

La primera causa de alejamiento de nuestro potencial es nuestro _____

La segunda causa del alejamiento de nuestro potencial, que es la _____

La tercera causa de alejamiento de nuestro potencial es el _____

Einstein dice: 'Todo el mundo es un _____ pero si juzgas a un _____ por la habilidad de _____ el _____ vivirá toda su vida pensando que es un _____.



DIRECCIÓN

Una de las razones por las que la gente no da el paso y no atiende a su llamado, es que no sabe qué dirección tomar, no sabe a dónde ir, qué pasos dar.

El mundo no lo hará por tí, eres tú quien toma la decisión de hacerlo, de atender el llamado, de encontrar la dirección correcta, de identificar los pasos que siguen.

Seguir las huellas de los que lo han hecho antes que tú, es un buen inicio.

○ Identifica a alguien que te inspire, alguien que digas, “esto que hace, me motiva, me inspira a hacer algo así” ¿Quién es? ¿Qué ha hecho?

Un auténtico agente de cambio no se duerme, no se queda sentado pensando en lo que pasaría si hiciera esto o aquello. Un auténtico agente de cambio toma decisiones, observa a los que ya lo están haciendo y decide hoy hacer algo diferente.

○ ¿Qué decides hoy, quedarte sentado viendo como otros recuperan su brillo o decides brillar y ser lo que tú estás destinado a ser? ¿Qué harás hoy para ir en esa dirección?



EXPECTATIVAS

Expectativas, todos las tenemos. Esperamos tanto de todos, pero esperamos mucho más de nosotros mismos. Esta es una de las razones por las que no nos movemos.



Creemos que debemos ser perfectos, que debemos saber todo, para tener la autoridad para acompañar a otras personas. Para poder atender al llamado que hay en nosotros desde que nacimos.

Esta es una idea muy equivocada. Nunca sabremos todo, nunca seremos perfectos y por ende, posiblemente nunca sentirás que tienes la autoridad para atender a tu llamado.

Esta es una idea muy equivocada. Nunca sabremos todo, nunca seremos perfectos y por ende, posiblemente nunca sentirás que tienes la autoridad para atender a tu llamado.

○ Escribe tres habilidades que podrías usar para atender tu llamado. Piensa en eso que tal vez no has valorado mucho, como saber inglés, escribir rápido en computadora, tener buena ortografía, gusto por la lectura, etc. A veces no sabemos que eso que no le damos tanta importancia en algún momento será para poner en práctica nuestro llamado.

○ ¿De qué te das cuenta?



Escucha atentamente la Masterclass y ve llenando los espacios:

El primero de los tres pilares es la _____

El segundo pilar es el _____

El tercer pilar es el _____ de _____

El universo te buscó a ti por alguna razón, que hoy solo tú conoces, pero el mundo lo está necesitando. Vio en ti un brillo especial y te hizo este llamado.

Es momento de usar ese poder, esa autoridad, esa identidad y esa fuerza. Es momento de salir y cambiar al mundo, tu mundo, y esto solo lo puedes hacer tú.

Hoy tienes una idea más clara de quién eres tú, hoy puedes reconocer que tienes todo para hacerlo, que ha llegado el momento, que no es casualidad que estés hoy aquí.

Regresa a la vida, regresa a la tierra, regresa a ti el brillo que se había perdido.

¡Ya estás listo para ser un Facilitador! ¿Continuamos al siguiente paso?

