QUE ES LO QUE QUIERES?

Es la pregunta mas trascendental que te haras en tu vida de maneja que debes tomarte tu tiempo para hacer esta tarea. Sientate comodo, apartado y dedica por lo menos media hora a este ejercicio se llama lluvia de ideas de forma que vas a escribir de manera continua sin evaluar tus respuestas, solo escribe y aprovecha la productividad de tu mente al responde.

QUE ES NO QUE NO QUIERES? Que es lo que ya no quieres en tu vida?. Que es lo que ya no te funciona? Esto deberia ser lo suficientemente claro. Que es lo que ya no esta dispuesto a tolerar, a soportar o a decir que si? En ocaciones, tener mas de lo que quieres solo se hace posible cuando le dices que no a lo que no quieres. Haz una lista con las cinco cosas que, decididamente no quieres. Vamos, para en este momento y escribe. Contimuamos tu Limpieza a fondo, deja espacio para algo mejor.continuas escribiendo… Recuerda que lo que querias hace tres años puede no ser lo que quieres en la actualidad. La vida avanza… escribe.

CON QUE TE HAS CONFORMADO? A que has renunciado que de verdad te importe?. Una de las cosas mas triste es cambiar lo que quieres, en lugar de hacer, aceptar cosas que nunca te propusiste lograr, sea un estilo de vida, un nivel de vida, unos ingresos, la falta de vida social o amorosa. Para aquí y escribes en tu cuaderno…. Vamos, te acompaño en tu busqueda….escribes…… para y vuelve aquí. Has transigido con cosas que realmente te importan, en vez de aprender otra manera de resolverlas? Elige algo en lo que te gustaria concentrarte, algo que merezca la pena el esfuerzo. ESCRIBELO sin miedo…..vamos!!!!!

QUE QUIERES REALMENTE? Responde esta pregunta: “Si supieras que no puedes fracasar, que harias?. ¡vamos! Escribelo……Tu lo sabes. No te preocupes por el “como”. Tomate cinco minutos de tu vida para valorar esta pregunta, mira tu vida de cierta distancia. Que te llama la atencion de tu persona? Que se te hace evidente de tu persona y tus pasiones? Que tipo de libros y revistas tienes? Que tipo de vida esperas vivir?. Escribelo…..con detalles.

 Si no estas seguro hazte esta pregunta: “si no hiciera nada al respecto, como me sentiria mirando hacia atrás a los 75 años?. Ahora escribelo….

QUIERES LO QUE TIENES? No existe nada de malo en querer lo mejor, pero es posible que ya lo tengas. Las personas casadas querrian estar solteras. Quizas los mejores años de tu vida los esta viviendo justo ahora. No espere que pase el tiempo para darte cuenta de ello. Detente y piensa. Que hay en tu vida, justo en este momento, que sea realmente bueno y que no lo aprecies? Escribe todo lo que has logrado, lo que tienes y que no te gustaria perder lo que te mueve….. vamos escribelo…..

ESCOJES TUS INFLUENCIAS: Eliges tus condicionantes. No saques la basura para volver a meter otra basura. Con que estas llenando tu cabeza? Si miras las redes sociales y las revistas del corazon, estas personas suelen vivir atormentados, incluso se aborrezcan a si mismos, o que abusen de drogas y alcohol. Tu eres mejor que todo eso. Tu propia vida es mas interesante. Evita desear lo que los publicista desean que quieras: “nos hacemos felices cuando tenemos lo que nos gusta, no cuando tenemos lo que los demas consideran deseable”. Tener un buen aspecto e ir a la moda esta bien. Pero no transijas con eso. LA MODA LLEVA LA PALABRA ESCRITA DE “VICTIMA”.

Y RECUERDA : si no pides, no se te dara. Ahora…

***QUE ES LO QUE QUIERE? Escribes claramente y con detalles:***

***Tres metas a 20 anos:*** que es lo que quieres ver en tu vida dentro de 20 anos.

 Vas a cerrar tus ojos… vas a visualizar tu vida dentro de 20 anos, describe en 24 horas lo que estas haciendo desde que te levantas hasta que te acuestas. Como es tu casa, que comes, que ropas vistes, que carro conduces, con quien vives, donde trabajas, como te diviertes….. vamos visualizalo…. Toma 5 minutos cierra los ojos y hazlo.

Ahora escribe tus tres metas a 20 años.

1.

2.

3.

Que tienes que haber logrado en la vida para poder cumplir tus metas en 10 años. Describe que estas haciendo dentro de 10 años. Vamos visualiza lo que ya has alcanzado… ahora escribelo…

Vamos a escribir tus metas a 10 años.

1. …….
2. …….
3. …….

Que es lo que tiene que pasar en tu vida en 5 años para que te puedas ver en 10 años donde tu elijes? Vamos mira lo que has alcanzado en 5 años. Lo que estas haciendo en tu vida, lo que has realizado, en que punto estas de tu meta? Ahora escribelo…luego de ahí define tus metas a corto plazo.

Metas a 5 años….. escribelas.

1. …….
2. ……..
3. ……..

Que estas haciendo ahora este año para alcanzar tus metas?

Tus pasos y tus habitos te llevan a ese espacio que tu quiere?

Que tan lejos esta tu punto A de tu punto B?

SI AUN NO SABES CONTACTAME Y CON GUSTO TE FACILITO ESA BUSQUEDA.

Proximo taller, metas con proposito

 MS.