

Lección N^o1

Para organizarnos debemos tener un propósito.

Esta primera lección hablaremos sobre los propósitos de vida, pues si no tenemos claro cuales son nuestros sueños, entonces no sirve de nada organizarnos ni hacer esfuerzos en nuestras vidas.

Muchas mujeres llegan a mi consulta de Coaching diciéndome que las apoye a empoderarse porque no saben decir que “no”, o no saben poner límites. Y entonces la primera pregunta que les hago es;

¿Cuál es tu sueño? (Escribe)

¿Cuál es tu propósito en la vida? (Escribe)

Cuando una mujer no tiene claro lo que quiere entonces no va a poder poner límites, porque simplemente no sabe **distinguir entre lo que es valioso para ella y lo que no**. Como no sabe cual es su territorio, entonces tampoco sabe defenderlo. Por eso el primer paso para el desarrollo del Autoestima, es tener bien claro lo que quiero en la vida y haberlo definido en un plan con plazos. Por eso inventé el curso de **Mapa de Sueños y Ley de atracción**, para que como mujeres aprendamos a **enfocar nuestra energía física, mental, emocional y espiritual** en lo que realmente vale la pena, **nuestros sueños**.

Cuando tenemos un propósito claro, entonces se me facilita **descartar todo lo que no nos apoya en nuestro sueño**, y es más fácil enfocarnos y atraer las oportunidades que si. Mark Zuckerberg, el fundador de Facebook, sabe que su propósito empresarial es crecer, por lo tanto cuando algún empleado o persona llega con una propuesta nueva el siempre se pregunta “¿Esto va a hacer que crezcamos?” si la respuesta es si, se implementa, si la respuesta es no, la descarta. Lo mismo deberíamos hacer todas nosotras con nuestro propósito de vida y hacernos la siguiente pregunta:

¿Esta actividad me acerca a mi sueño o me quita energía y me aleja?

Haz una lista de actividades que sientas que no le aportan nada a tu sueño:

Observa como las mujeres sin propósito, son manipulables por todos. La familia les dice cuando tienen que casarse, la sociedad les dice el empleo que deben tener y cuanto tienen que ganar, la publicidad les dice cuando y qué es lo que tienen que comprar, los hijos les organizan su tiempos y muchas veces las parejas les dicen como deben comportarse. ¿Alguna vez te haz sentido identificada con alguno de los casos anteriores?

Por eso tener claro nuestros propósitos y prioridades, es clave en el momento de organizar nuestro tiempo, dinero y roles, pues **todo sistema de organización se hace alrededor de un sueño**.

Si eres una de esas mujeres que aún no sabe lo que quiere en este momento de su vida, te recomiendo hacer un proceso de Coaching, sin embargo, mientras que lo haces, aquí te dejo una serie de preguntas que te pueden apoyar:

- ¿Qué era lo que más te gustaba hacer de niña?

- Si tuvieras todo el tiempo y el dinero del mundo:

- ¿Qué harías?

- ¿A qué dedicarías tu vida?

- ¿Cómo sería tu día ideal?

- ¿Qué quieres lograr este año?

- ¿Qué quieres lograr en los próximos 5 años de vida?

- ¿Qué quiere lograr los próximos 10 años de vida?

Tómate el tiempo de contestar estas preguntas, seguro te aclararán mucho el panorama, pues encontrar nuestro propósito de vida es prioritario para poder avanzar y disfrutar de nuestras vidas.

Advertencia: Por favor no avances a la **lección N°2** si no haz definido un propósito, ese propósito puede ser: ser mamá, desarrollarte profesionalmente y apoyar a muchos seres, viajar, conseguir pareja etc... Define un propósito y nos vemos en la próxima lección.