

#atrevete

Atrevete: Vision 20/20



**ALINEA TU VIDA, FAMILIA Y LLAMADO
(TRABAJO, MINISTERIO O NEGOCIO)
CON LA VISION DE DIOS PARA TI!**



Hola Amor!

Bienvenida A Atrevete!

Lo hiciste.

Tu te atreviste.

Decidiste creerle a Dios!

Decidiste dar el paso de FE

iY ahora es el momento de alinearte, de recibir, de creer y de ver lo que Dios quiere hacer en tu vida, ya!

TÚ estás aquí para compartir tu vida que está destinado a cambiar vidas y a vivir una vida mas alla de todos tus sueños.

UN dia, paso, riesgo por vez.

Y en estos 30 dias tendras las herramientas más poderosa que podemos usar para irte al proximo nivel que Dios tiene para ti.

Atrévete a tomar este tiempo para lograr la transformacion que va a cambiar el resto de tu vida!

iEs tu tiempo!

Xo Pachi

INTRODUCCION

(Completa este formulario y envíamelo a pachi@pachimcleod.com)

NOMBRE	
DIRECCION	
TELEFONO	
E-MAIL	
WEBSITE (OP)	
EDAD	
PROFESION	
ESTADO CIVIL	
HIJOS/AS & EIDADES	
COMENTARIOS	

ACUERDO

Como te dije he trabajado muchísimo para mantener mi parte del trato, ahora te toca a ti hacer lo mismo. Quiero ser totalmente honesta contigo, hay personas que no van a lograr alcanzar mas claridad o crear un plan que funcione para ellos en Atrévete. Pero es porque ellos van a hacer una inversión mediocre. Necesito que me prometas varias cosas, para que puedas obtener los resultados que necesitas:

- ☐ Prometo participar en todos los elementos del programa, esto significa que escuchare cada modulo en el tiempo trazado y le prestare mi atención total.
- ☐ Prometo participar en tantas llamadas de coaching en grupo como pueda y pediré ayuda durante las llamadas, cuando lo necesite (Solo para participantes del programa full)
- ☐ Comprendo que toda la información y las historias que se comparten en Atrévete son totalmente confidenciales y no tengo autorización para compartirlas con nadie fuera del grupo.
- ☐ Prometo tener compasión conmigo y si cometo algún error, y tomare las medidas de lugar para tener gracia conmigo y ponerme otra vez al día.
- ☐ Prometo apoyar a todos/as en el programa Atrévete, porque se que al ayudar a otros, me ayudo.
- ☐ Comprendo que le sacare al programa tanto como yo invierta. Soy la persona responsable por mi cambio y crecimiento.
- ☐ Entiendo que Pachi va a proveer los pasos y el mapa, pero yo soy responsable por hacer el trabajo.
- ☐ Comprendo que este es un ambiente positivo y de motivación, as que no juzgare, ofenderé o le faltare el respeto a ningún otro miembro.
- ☐ Prometo dar lo mejor de mi, con todo mi corazón.

TU FIRMA

PERFECTO! YA ENTRAMOS EN ACUERDO...
QUE COMIENCE LA FIESTA!



ESTABLECIENDO PRIORIDADES

“No tienes que ver la escalera completa, pero debes tener claro cual es el próximo paso”
Martin Luther King, Jr.

**ESCRIBE AQUÍ CUALQUIER PENSAMIENTO, A-HA
MOMENTS O PREGUNTAS, MIENTRAS CHEQUEAS LOS
VIDEOS Y AUDIOS EN EL MATERIAL DE BIENVENIDA**

MATERIAL DE BIENVENIDA, PARTE 1: (Video)

HAZ UNA LISTA DE TODO LO QUE QUIERES ELIMINAR EN TU VIDA	HAZ TU LISTA DE LAS COSAS CON LA QUE VAS A SUSTITUIRLAS

MATERIAL DE BIENVENIDA, PARTE 2: (audio)

Imagínate viviendo la vida de tus sueños en los próximos 90 días. Imagina que no hay nada deteniéndote, ningunas limitaciones.

- ¿Qué sería diferente en tu vida?
- ¿Cómo distribuirías tu día?
- ¿Con quien pasarías tu tiempo?
- ¿Cuánto dinero tendrías (sinceramente)?
- ¿Cuáles actividades llenarían tu día?
- ¿A quien perdonarías o le pedirías perdón?
- ¿A quien ayudarías?
- ¿A que parte de tu país viajarías a ayudar?
- ¿A quienes invitarías a ser parte de tu proyecto?
- ¿De quien te alejarías? ¿Qué relación terminarías?
- ¿Qué deudas saldarías?
- ¿Qué proyecto crearías para saldar esas deudas?
- ¿Qué le dirías a tus padres, tu pareja, tus hijos o hermanos, tus seres queridos y amigos?
- ¿Cuáles serían tus prioridades?

El primer paso para entrar en un proceso de cambio es definir que es realmente lo que quieres. Así que no tengas filtro, escríbelo todo. *Ya tendrás tiempo de depurar, pero por lo menos tienes que tener honestidad contigo sobre que es lo que quieres.*

Quiero que estés pendiente de cualquier pensamientos negativo. Este es el tiempo de soñar. Date la libertad de hacerlo, sin filtros y no te juzgues.

MATERIAL DE BIENVENIDA, PARTE 3:

Ok. Ahora hagamos una fiesta de organización!

Ya que sabes lo que quieres sacar de tu vida, con que lo vas a substituir y cuales cosas constituyen tu vida ideal, vamos a comenzar a organizar tu realidad para que puedas comenzar a vivir tu vida al máximo.

Por las próximas 4 semanas vas a comenzar a prestar mas atención a tus tendencias personales.

Por ejemplo, ¿a que hora tienes mas energía? ¿a que hora tiendes a preferir estar en soledad? ¿cuántas horas tu cuerpo necesita para descansar?

Tomando esto en cuenta, quiero que decidas los siguiente.

1. ¿A que hora de despertaras?
2. ¿A que hora trabajarás, estudiarás, comerás, etc.?

En otras palabras, ¿cuál va a ser tu horario durante el programa? ¿A que hora del día vas a trabajar en el programa?

3. Recuerda, quiero que veas estas 4 semanas como la oportunidad de invertir en ti. Pasarás el resto de tu vida invirtiendo en otros y por eso quiero que veas estas semanas como la oportunidad de invertir en ti, el vaso que Dios va a utilizar para cumplir su propósito. Busca un lugar sagrado, donde puedas hacer tu trabajo.

NOTAS

DEFINE LO QUE QUIERES

MODULO # 1

"Nunca ha existido, ni existirá alguien como tu.
Tu tienes un propósito único, un regalo muy especial
que solo tu puedes compartir con el mundo."

Marie Forleo

ENFOQUE RADICAL

COMENZANDO CADA SEMANA CON EL ENFOQUE CORRECTO

Ya que este es un programa para ayudarte a alcanzar un mayor claridad, al igual que para ayudarte a ver mayores resultados. Yo quiero que hagas 2 cosas cada semana:

- 1) Que tengas un record de tu progreso, en las áreas que estas trabajando.
- 2) Que establezcas un plan para cada semana, al inicio de la semana.

Nota:

- Si tu estas trabajando en algún área y no estas viendo ningún progreso, algo anda mal. Así que tienes que hacer ajustes.
- Tu calendario, horario y planes tienen que estar en línea con tu prioridad de esa semana. ***Y tu prioridad de la semana, tiene que estar en línea con tu prioridad del mes, del año, etc.***

Ejemplo: Si tu dices que tu prioridad este año es perder peso, tu horario no debe estar lleno de salidas a comer pizza con tus amigos, varias veces por semana. Si tu meta es pagar tus deudas, tu horario de la semana, del mes, del año deberían reflejar esta prioridad, por el numero de actividades a través de las cuales vas a aumentar tus ingresos, para salir de las deudas.

Tu día, semana y año tienen las mismas cantidad de horas que el día, semana y año de Oprah, el presidente de tu país, Obama, el hombre mas rico del mundo, Beyonce o cualquiera persona que admires. **La diferencia es que sus días están organizados de tal manera que reflejen sus prioridades, así que ellos están enfocados y producen resultados.** *Así que dejemos las excusas, porque esas excusas son las que nos tienen exactamente donde estamos.*

ENFOQUE RADICAL DE LA SEMANA

COMENZANDO CADA SEMANA CON EL ENFOQUE CORRECTO

TU PRIORIDAD (incluye reto de la semana)	
ACTIVIDAD PARA DIVERTIRTE	
HORA PARA ESTUDIAR TGP	

HORARIO DE EVENTOS IMPORTANTES DE LA SEMANA

DOMINGO
LUNES
MARTES
MIERCOLES
JUEVES
VIERNES
SABADO

LA IMPORTANCIA DE DEFINIR LO QUE QUIERES

Haciendo espacio para lo que quieres

Espero que la semana pasada te haya ayudado a definir el nivel de intencionalidad con el que trabajarás estas próximas semanas.

Te felicito por invertir este tiempo en los ejercicios de Estableciendo Prioridades. No siempre es fácil enfocarnos a ese nivel, pero recuérdate, no estamos buscando perfección, sino progreso. Así que sigue adelante y da lo mejor de ti.

Yo creo que una de las razones por las que no logramos gran progreso en nuestras metas y planes, es porque no hacemos espacio para las cosas nuevas.

Decimos que queremos mas amigos, pero no terminamos esas relaciones que tenemos que nos hacen daño. Decimos que queremos dejar un mal habito que tenemos, pero no estamos dispuestos a eliminar las actividades que nos debilitan y hacen caer en esa actividad. Decimos que queremos una pareja increíble, pero no tomamos el tiempo para sanar del pasado, así que seguimos atrayendo a aquellas personas que no nos valoran. Tomamos la dedición de que vamos a salirnos de todas nuestras deudas, pero aceptamos una tarjeta de crédito nueva para “consolidar” las deudas que tenemos.

Creo que me entiendes, aunque nuestro pasado no tiene que determinar nuestro futuro, nuestro pasado no desaparece por el simple hecho de que tomemos la decisión de que ahora queremos avanzar al futuro.

La verdad es que hay algunas cosas, personas y hábitos en nuestras vidas que no se irán sin poner una buena pelea. Quiero que entiendas esto. Hay áreas en tu vida, en las vas a necesitar ayuda, consejería, coaching, oración y una gran determinación.

No te digo esto para bajar tu nivel de alegría o energía. Te lo digo, porque esta es una de las áreas donde muchas personas se quedan atascadas. Piensa en todas las personas que crean un plan cada 1ero de Enero, que pasan de una relación de abuso a otra, que terminan fracasando.

Aunque no vamos a pasar la mayor cantidad de nuestro tiempo pensando en lo que queremos eliminar, si quiero que las tengas pendiente. **Recuerda: eliminar, sustituir, hacer espacio.**

Eliminar, limpiar, rechazar, decir que no, poner limites, nos ayuda a crear espacio para las cosas nuevas que queremos en nuestras vidas. Se nos hace mas fácil avanzar, porque nos sentimos mas ligeros.

Este modulo #1 esta dedicado solamente a ayudarte a soñar en grande y a encontrar mayor claridad en lo que realmente quieres con tu vida. **Cuando tomes tu ultimo respiro en esta tierra, ¿que quieres dejar como tu legado?**

DEFINE LO QUE QUIERES

Diseñando la vida de tus sueños

Antes de comenzar quiero decirte que es importante que busques algún lugar sin distracciones, para que puedas alcanzar el mayor nivel de claridad que puedas a través de este ejercicio. **Este ejercicio es la base de este programa completo. Ya que si no si no sabemos para donde vamos, no llegaremos muy lejos.**

Este ejercicio es una adaptación del ejercicio de Cameron Herold llamado "Painted Picture" o La Pintura. Si quieres mas información, puedes bajar un capítulo de su libro Double, Double (www.doubledoublethebook.com).

Quiero que visualices los próximos 3 años de tu vida. Permítete la libertad de soñar en grande! No te pongas límites. Trabajaremos en las siguientes áreas:

TU VIDA ESPIRITUAL

¿Cuál es tu visión para tu vida espiritual en los próximos 3 años? ¿Qué tipo de relación desarrollarás con Dios? Tomate tu tiempo y considera tus características personales, la forma en la que tu te conectas con Dios.

TUS RELACIONES

¿Cuál es tu visión en esta área de tu vida? ¿Qué es lo que quieres crear, dar, recibir? ¿De que tipo de comunidad serás parte? ¿Cuál será tu estado civil? Además, ¿qué tipo de amigos, mentores, líderes, seguidores tendrás? ¿En quien quieres invertir?

TU SALUD EMOCIONAL/MENTAL

¿Cuál es su visión en relación a tu salud mental y emocional, tu capacidad de vivir fiel a sus valores, a sentirse conectado con tu verdad, para comunicarte con amor y honestidad con los demás? Este punto te ayudara a empoderarte y a sentirte fuerte, incluso durante tiempos difíciles.

TU SALUD FISICA/ ESTILO DE VIDA

¿Cuál es su visión con relación a tu cuerpo, estilo de vida y tu salud? ¿Qué es lo que desea crear, sentir, experimentar y disfrutar en términos de tu cuerpo?
¿Cuál será tu nivel de bienestar y salud? Incluye tiempo de descanso, vacaciones, etc.

TU PROFESION/ MINISTERIO/NEGOCIO

¿Cuál es su visión en esta área de tu vida? ¿Qué es lo que quieres crear, dar, recibir? ¿De que tipo de comunidad serás parte? ¿Cuál será tu estado civil? Además, ¿qué tipo de amigos, mentores, líderes, seguidores tendrás?

TUS FINANZAS

¿Cuál es su visión en esta área de tu vida? ¿cuánto dinero quieres hacer al año, en estos 3 años? ¿cuánto dinero ahorraras, pagas de deuda, regalaras, darás de diezmo, etc.?

DEFINE TU POR QUE (TU RAZON PARA SER)

Tu por qué es tan importante como tu qué. **Tu por que, es tu propósito.** Es la razón por la que quieres lograr esa meta. **Tu por qué es el combustible o la energía que te ayuda a llegar a tu qué (meta).**

Si tu por qué no es lo suficientemente fuerte. O sea que no refleja tus deseos y necesidades mas profundas, vas a perder la energía en el camino y abandonarás lo que estas haciendo, sin terminarlo.

AHORA ESCRIBE AQUÍ POR QUE QUIERES LOGRAR ESTAS METAS O SUEÑOS QUE TIENES

¿Por qué quieres lograr estos resultados? ¿Cuáles son los razones? Piensa en como estos resultados que quieres impactarían tu vida: físicamente, mentalmente, espiritualmente, financieramente, socialmente, etc.

TU ZONA DE GENIO

¿Cual es tu zona de genio? ¿Como vas a comenzar a vivir por lo menos 70% de tu tiempo en esa zona?

Espero que vivir en tu zona de genio, sea una de tus metas principales. Para ayudarte a definir tu zona de genio, quiero que hagas este ejercicio basado en el libro "The Big Leap" de Gay Hendricks.

PREGUNTA #1

¿Que amo hacer? (Yo amo tanto hacer esto, que puedo invertir muchisimo tiempo sin cansarme o aburrirme)

PREGUNTA #2

¿Que tipo de actividades yo hago en mi trabajo que no siento que estoy trabajando? (podria hacer esto el dia entero, sin cansarme o aburrirme)

PREGUNTA #3

¿En que areas de mi trabajo puedo produzco la mayor proporción de resultados y satisfacción en menos tiempo?

PREGUNTA #4

Respira profundo, esta pregunta te lleva a identificar tus fortalezas unicas. ¿Cual es mi capacidad excepcional? (tengo un talento o fortaleza, que si lo utilizara plenamente, alcanzaria enormes beneficios para mi y los demas).

DECIDE EN QUE TIEMPO QUIERES LOGRARLO

Tus planes a corto, mediano y largo plazo

Normalmente los lapsos de tiempo entre corto, mediano y largo plazo varían de acuerdo a la finalidad del ejercicio. Yo sé que si logras ese mayor nivel de claridad y tienes un enfoque radical por los próximos 3 años, tu vida no volverá a ser igual. Además, si logras tus metas antes de tiempo o si necesitas hacer algunos cambios en el camino, siempre puedes utilizar este ejercicio en base a la etapa que estés viviendo.

YA QUE TIENES CLARO TU QUE Y TU POR QUE, DISTRIBUYE TUS METAS EN LA CATEGORIA QUE PREFIERAS.

METAS A CORTO PLAZO (PROXIMAS 7-12 SEMANAS)

METAS A MEDIANO PLAZO (MAS DE 6 MESES- 1 AÑOS)

METAS A LARGO PLAZO (1 AÑO- 3 AÑOS)
