

Es momento de ser detective, y recordar tus intereses, gustos y curiosidades.

Haz una lista de tus deseos o cosas que te gustaría lograr, escríbelo todo, no hay límite. Permítete soñar en grande.

Te dejo algunas preguntas para guiarte:

¿Qué es algo que siempre has querido aprender o intentar? (Ejemplo: tocar un instrumento, aprender a cocinar algo especial, aprender a bailar)

Si pudieras ir a cualquier lugar del mundo, ¿a dónde te gustaría ir?

¿Hay algún animal o una persona famosa que te gustaría conocer? ¿Quién es y por qué?

¿Te gustaría ahorrar dinero para algo especial? ¿Para qué?

¿Qué momento en tu vida te hizo sentir muy feliz? ¿Qué actividad o meta podrías agregar a tu lista para revivir esa emoción?

¿Te gustaría probar algún deporte nuevo o alguna actividad divertida? ¿Cuál sería?

¿Qué tipo de aventura o proyecto te gustaría intentar, como armar algo, explorar, o crear algo especial?

¿Hay algo que te gustaría hacer para ayudar a alguien o mejorar el mundo? ¿Cómo te gustaría hacerlo?

¿Hay algún reto o meta que te gustaría lograr, como aprender todas las capitales del mundo o correr rápido?

¿Hay algo que te gustaba mucho hacer cuando eras pequeño?, como pintar, jugar a algún deporte o contar historias ¿Te gustaría seguir haciéndolo ahora? anótalo

Cuando eras más pequeño, ¿qué te emocionaba? ¿Cómo podrías empezar a hacer algo similar ahora?

¿Alguna vez soñaste con ser algo específico cuando eras niño (por ejemplo, astronauta, artista, superhéroe)? ¿Cómo puedes empezar a trabajar hacia ese sueño hoy, aunque sea con algo pequeño?

Piensa en alguna habilidad que de pequeño te hubiera encantado aprender (por ejemplo, nadar, tocar un instrumento, hacer trucos con una pelota). ¿Te gustaría aprenderla ahora?

Mi bucket list:

Reflexión sobre el enfoque: Elige un elemento de tu lista que tendría más impacto lograr este 2025 relacionado a

riqueza:

salud:

relaciones:

1. Encuentra porque es importante para ti, preguntándote 3 veces porque.
 - *Si se te complica preguntale a chat gpt, dame opciones de porque me interesa [inserta meta], y moldea tu respuesta.*

¿Por qué me importa lograr mi meta de **riqueza**?

¿Por qué?

¿Por qué?

¿Por qué me importa lograr mi meta de **salud**?

¿Por qué?

¿Por qué?

¿Por qué me importa lograr mi meta de **relaciones**?

¿Por qué?

¿Por qué?

Escribe tus metas en formato YO + verbo presente.

riqueza:

salud:

relaciones:

2. ¿Cómo te gustaría celebrar en 12 meses tu trabajo?

riqueza:

salud:

relaciones:

Estás listo, **escribe tus 3 metas en la portada de tu calendario**, y cuélgalo en un lugar estratégico donde puedas verlo constantemente, frente a tu escritorio, en tu área de trabajo, o en tu cuarto funciona.

las metas pueden cambiar, este camino se va a ir construyendo pero hay que dar el primer paso para ver las siguientes posibilidades.