

EXPANDE TU POTENCIAL



Ley #10 – LEY DE LA BANDA ELASTICA

De donde estás a donde puedes llegar

Bienvenida

Bienvenido(a) al modulo #10 un espacio de consciencia, reflexión y acción.

Antes de comenzar, haz una pausa.

Este cuaderno no fue creado solamente para responder preguntas, sino para tomar decisiones.

La Ley de la Banda Elástica nos invita a reconocer la distancia entre nuestra realidad actual y nuestro potencial, y convertir esa tensión en combustible para crecer.

Tu potencial es un regalo. Desarrollarlo requiere una decisión.

Escribe tu intención para este módulo:

Al terminar este workbook quiero haber decidido:

Me comprometo a responder con honestidad, abrir mi mente, escuchar mi corazón y actuar sobre aquello que descubra en este proceso.

Firma: -----

Fecha: -----

ENCUENTRA TU ZONA DE CONFORT

Descubre qué está limitando tu expansión.

La zona de confort no siempre se siente mal. Precisamente por eso puede ser tan difícil reconocerla.

Completa con total sinceridad:

- Sigo haciendo lo mismo en:

- La conversación que estoy evitando es:

- La decisión que sigo postergando es:

ENCUENTRA TU ZONA DE CONFORT

Descubre qué está limitando tu expansión.

- El miedo que más limita mi crecimiento es:

- El cambio que sé que requiero hacer, pero todavía no he hecho, es:

- ¿Qué me está costando permanecer en mi zona de confort?

ENCUENTRA TU ZONA DE CONFORT

Descubre qué está limitando tu expansión.

- ¿Qué sería posible en mi vida si dejara de permitir que este miedo o comodidad tomara decisiones por mí?

[illegible]

VISUALIZA TU POTENCIAL

De quien eres a quien puedes llegar a ser

Ahora deja de mirar únicamente tus limitaciones.

Mira tus posibilidades.

Imagina que durante los próximos 12 meses decides crecer intencionalmente.

MI YO EXPANDIDO

- Mentalmente pienso de esta manera:

- Emocionalmente he aprendido a:

- Espiritualmente he fortalecido:

VISUALIZA TU POTENCIAL

De quien eres a quien puedes llegar a ser

- Los dones y talentos que decidí desarrollar son:

- Las personas que puedo servir gracias a mi crecimiento son:

Completa:

- Estoy dispuesto(a) a dejar atrás _____
para convertirme en una persona capaz de
_____.

CONVIERTE TU CRECIMIENTO EN TRASCENDENCIA

No crezcas solamente para ti

La expansión alcanza un nivel superior cuando aquello que desarrollamos comienza a beneficiar a otros.

Pregúntate:

- ¿Para qué quiero desarrollar todo mi potencial?

- ¿Quién puede ser beneficiado por la persona en la que estoy convirtiéndome?

CONVIERTE TU CRECIMIENTO EN TRASCENDENCIA

No crezcas solamente para ti

- ¿Cómo puedo utilizar mis dones, talentos y liderazgo para servir mejor?

Escríbelo con tus propias palabras:

- “A partir de hoy me comprometo a...”

[illegible]

TU MOMENTO DE ELEVACIÓN

Eleva Tu Ser

Cierra los ojos por unos instantes. Visualiza la persona que puedes llegar a ser si decides no dejar de crecer.

Ahora pregúntate:

- ¿Qué versión de mí necesita terminar hoy para que pueda nacer la siguiente?

Recuerda:

Dios depositó potencial en ti.

La comodidad puede mantenerlo dormido.

El crecimiento lo desarrolla.

El servicio le da propósito.

Y la contribución lo convierte en legado.

Durante los próximos 30 días, haz cada día algo aunque sea pequeño, que expanda tu capacidad.

Al finalizar pregúntate:

¿Quién soy hoy que hace 30 días todavía no era?
