

# Propósitos desde otra mirada

1. Lee tu propósito como si lo hubiese escrito alguien a quien quieres.

¿Qué momento vital atraviesa esta persona?  
¿Qué necesidad hay detrás de este propósito?  
¿Qué parte de su vida parece pedir más cuidado?

2. ¿El propósito suena más a obligación o elección?

Te propongo completar la tabla a continuación.

Ejemplo: "Tengo que cuidarme más" → "Elijo empezar a escuchar cuándo necesito parar"

Que lo hace sonar a <b>obligación</b>	Cómo sonaría si fuera una <b>elección</b>

3. Elige una dirección, no un objetivo.

Esta semana no hagas nada, solo observa.

