



“Del Caos al Propósito”

Una guía para
reconectar
con tu poder y
diseñar tu vida
desde tu esencia.

Gaby Kakatuas
@kakatuas

Soy _____

Hoy Manifiesto:

Hoy es un día especial. Este espacio es para ti, para tu historia, tus emociones, tus sueños y también tu propósito. Este workbook será tu compañero en esta experiencia transformadora. Aquí podrás soltar lo que pesa, abrazar lo que eres y comenzar a diseñar la vida que mereces desde tu verdad.

¡Vamos juntas!

El punto de partida: Mi momento actual

Preguntas para reflexionar:

1

¿Cómo me siento hoy, realmente? (Sè sincera contigo)

2

¿Qué aspectos de mi vida siento caóticos o fuera de control?

3

¿Qué partes de mí he tenido que esconder o apagar para seguir adelante?

Reconociendo mi caos:

"El caos no es el enemigo, es el llamado a despertar."

Mini ejercicio:

Enumera 3 situaciones de caos o momentos duros que marcaron un antes y un después en tu vida.

1 _____

2 _____

3 _____

¿Qué emociones los acompañaron?

¿Qué aprendizaje oculto encuentras hoy en cada uno?



Caos	Emociòn	Enseñanza

Mi momento de quiebre... mi momento de elección

"El quiebre no es el final, es el inicio de algo con más verdad."

¿Qué momento de tu vida te llevó a tomar una nueva decisión?

¿Qué elección hiciste desde ese Desafío o ese quiebre?

Redefiniendo mi propósito

Preguntas para ayudarte a conectar:

¿Qué valoro hoy profundamente en mi vida?

¿Qué me apasiona?

¿Qué quiero compartir con el mundo?

¿Qué me da sentido?

Espacio de afirmación: “Mi propósito hoy es...”

Declaración de poder

Escribe tu declaración para el resto del año:

“Hoy decido soltar _____,
abrazar _____, y
caminar hacia _____ desde mi verdad.”

Afirmaciones de transformación

El caos no me define, me revela.

Mi historia tiene propósito.

Lo vivido me impulsa, no me detiene.

Estoy lista para vivir desde mi autenticidad.

Diseño mi vida desde la gratitud, el amor y la intención.

Escribe tu propia Afirmación, esa que resuene contigo, que te identifique, que tenga tu esencia, y te llene de muchos más motivos para seguir!

Gracias por darte este espacio.

Que este workbook sea tu ancla en los días nublados y tu mapa en los días de claridad.

Recuerda siempre: Eres capaz, eres increíble, y lo que viviste no fue en vano, fué tu impulso a este momento hermoso, y a reconectarte contigo!

Nos vemos en la master class!! con cariño....

Gaby => Tu planifester de confianza!

Fecha: _____

Importante:_____

Notas:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Fecha: _____

Importante:_____

Notas:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

