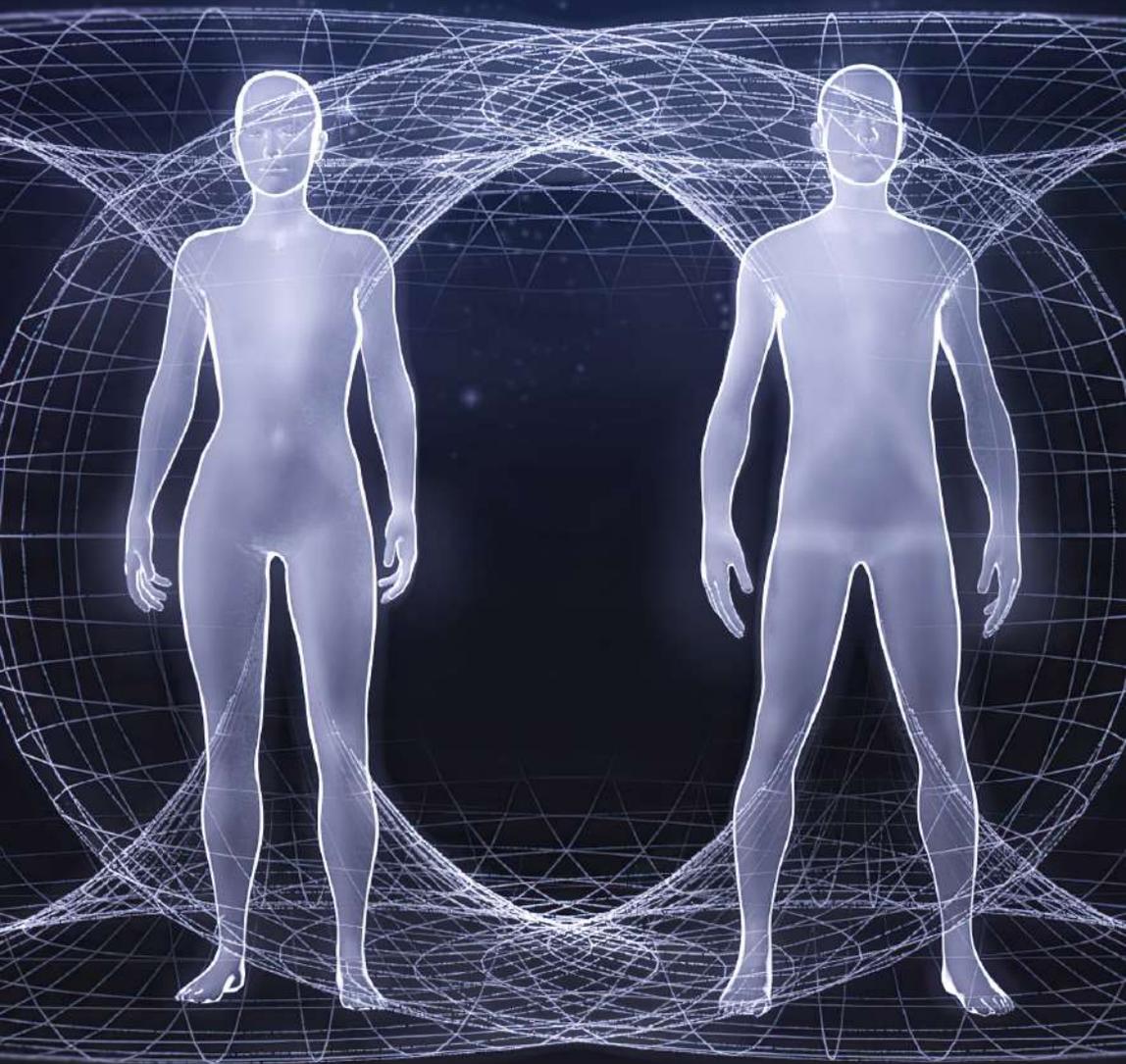


# PROPÓSITO DE VIDA

Propos-it  
E-BOOK



SHARIF LAIBE



# PROPÓSITO DE VIDA

SHARIF LAIBE

Propos-it

**E-BOOK PROPOS-IT**  
**PROPÓSITO DE VIDA**  
© Sharif Laibe

*Otra más de Origo Lab!*



# ÍNDICE

Introducción .....	7
Propósito de Vida .....	9
Salto de Consciencia .....	11
¿Cómo reducir quién aparento ser?.....	16
Fractalidad y Propósito.....	19
Estructura del Propósito de Vida .....	22
El Dodecaedro de Propos-it.....	24
Proyecto de Vida .....	38



# INTRODUCCIÓN

El presente documento es un spin off del libro "Propósito: Propósito de Vida y Propósito Empresarial" que lanzamos con Origo Lab durante el año 2021, en el cual presento una estructura distinta a la que usted verá en este texto. En el libro mi intención fue llevar el mismo principio de toda innovación (problema/solución) a un análisis socio cultural, identificando las principales problemáticas que sufre la humanidad (problemas) y cómo el desarrollo de un propósito puede ser algo beneficioso para aportar al crecimiento personal y el nacimiento de una perspectiva consciente que impacte de forma positiva al medioambiente y la sociedad (solución). Para esto, abordé temas como: "Consciencia social y emprendimiento", "El mundo de las emociones", "Identidad Emprendedora" y las metodologías respectivas para cada propósito.

El libro también fue escrito de manera intencionada con multi géneros, navegando desde lo opinativo hasta lo informativo, al mismo tiempo que presento al lector aspectos técnicos del mundo de la consciencia y espiritualidad asociados al desarrollo del propósito de vida, y una perspectiva más ingenieril al momento de plantear el desarrollo para una startup.

Sin embargo, en este documento dejaré fuera mi opinión respecto a aspectos sociológicos y psicoespirituales, como así mismo la información de la problemática que vivimos, y me enfocaré en presentarle a usted sólo lo medular de cómo desarrollar un propósito de vida.

Desarrollar un propósito requiere de su total compromiso, por eso usted debe saber que el factor fundamental en esta dinámica es precisamente usted. La metodología que verá es tan solo una herramienta. La magia está en usted. Ámese y quíerese. Genere autocompasión y saque lo mejor de su persona para este proceso creativo.



# PROPOS-IT: PROPÓSITO DE VIDA

En busca de todo objetivo debe haber un método para aumentar las probabilidades de éxito y disminuir las del fracaso, y en este caso no es distinto. El desarrollo de un propósito requiere ciertos pasos, y es esta la razón por la que le presento a usted este conocimiento en formato metodología y a modo de herramienta psicoeducativa.

Pero como así mismo la metodología permite aumentar las probabilidades de éxito, al momento de crear el propósito e ir en busca de él, usted puede desistir de seguir sus sueños y por consecuencia su propósito de vida ya no será una prioridad. Sin embargo, es necesario comprender que es natural que en momentos de nuestras vidas tengamos momentos altos y bajos a nivel emocional, y que en estos últimos veamos como imposibles algunos objetivos que hemos planteado y hemos fracasado en alcanzarlos.

Aquí es cuando es momento de precisar que fracaso no es aprendizaje como tan erróneamente se ha afirmado. El aprendizaje es consecuencia del fracaso y de la aceptación de este, y no siempre esto ocurre, por lo que no son sinónimos en ningún escenario. Esto significa que no siempre aprendemos de nuestros errores y caídas, pero cuando sí lo hacemos se genera el aprendizaje. No le tema a fracasar y vaya detrás de sus sueños con un propósito sólido. Y si es necesario optimizarlo en el camino simplemente hágalo.

En lo anterior, Propos-It le ayudará a ordenar la creación y aplicación de un propósito de vida de forma didáctica y adaptable para los cambios que usted desee aplicar en su propósito a medida que lo vaya evolucionando.

Dicho esto, debemos comprender que, así como el fracaso antecede al aprendizaje, el propósito de vida antecede a todo tipo de objetivos paralelos, ya sean estos económicos, familiares y/o laborales. Usted debe estar resuelta como persona y con un propósito claro, para luego crear las metas de su entorno de vida, como sus finanzas, proyectos de negocios, viajes, estudios, etc. El propósito de vida es la columna vertebral de lo que motiva su ser y de él nacen otros objetivos menores.

Para crear un propósito de vida tenemos que estar conscientes de quiénes somos, por eso es recomendable el autoconocimiento como una herramienta de avance en esta materia, pero además sugiero el 'salto de consciencia', una herramienta que ayuda a que usted pueda desarrollar su propósito desde su esencia, dejando de lado los intereses del ego y ese sentido erróneo de agradar al entorno para ser aceptados.

## EL SALTO DE CONSCIENCIA

Para explicar de mejor forma cómo alcanzar el propósito de vida es necesario generar esto que llamo salto de consciencia, y que es un ejercicio simple y sencillo que grafica de forma exacta nuestro ahora y nuestro mañana, y el escollo que debemos superar para ser fieles a nuestra esencia.

Como se habrán dado cuenta, he utilizado bastante el concepto 'esencia' y que es un grupo de factores, entre ellos nuestro ADN y todo lo que conlleva la influencia de su código, el que además se complementa con el estado de ecuanimidad y la alimentación continua de la tríada mente, cuerpo y consciencia.

Al mismo tiempo que existe la esencia existe la personalidad, la que está dictada por nuestro acoplamiento a la sociedad y la interpretación que tenemos de ella. Esto incluye la educación en el hogar y en la escuela, y al mismo tiempo la influencia en nosotros de amigos, familiares, parejas, compañeros de trabajo y conocidos. Técnicamente se define como un sistema de organización de emociones, cognición y conducta.

Como habrá notado, la esencia es el elemento que nos hace únicos e irrepetibles y la personalidad es más bien un conjunto de experiencias y emociones que conforma un extenso abanico de interacciones que a su vez constituyen la integración de aspectos físicos y cognitivos.

De aquí se desprenden aspectos como el carácter y el temperamento, siendo estos una consecuencia de la personalidad que cada uno termina formando. Aclaro, que aún hay un amplio debate en materia de límites entre lo que significan los conceptos de personalidad y carácter.

Para comprender con mayor profundidad la idea se puede ver la imagen que se presenta a continuación, donde queda explicado con claridad.



Con este punto ya resuelto, se puede dar paso al salto de consciencia que nos permitirá partir desde un mejor punto hacia nuestro propósito. Para ello, existen 3 estados que suelen presentarse en casi la totalidad de las personas que viven en sociedad y que dan origen a una serie de actitudes y comportamientos que nos acercan o nos alejan de nuestro propósito.

Estos tres estados son:

**1. Quién soy:** Se define como la esencia misma, lo que cada persona reconoce como la parte más representativa de cada uno, y que está dictada por lo fundamental del ser humano que es crear positividad a partir de nuestros talentos y habilidades. Es aquí donde radican los aspectos más positivos de su conducta, y que en el tiempo han demostrado ser hábitos que lo ayudarán a evolucionar más que a detenerse en cosas insignificantes. Pero también aquí habita toda la contaminación que la sociedad ha puesto en nosotros, sumado a la resignación de acoplarnos a ella.

**2. Quién aparento ser:** Es el personaje que la mayoría de las personas crean a partir del rango de entre los seis y ocho años, y que se va reforzando poco a poco con los triunfos materiales y del ego en sus cuatro bloques (Teoría del Tetraego). Aquí radican las ganas de ascender, el querer ser mejor que la compañera de trabajo, el no validar al que sabe más que uno, la envidia, los celos y la falta de empatía. Es el rol que se crea para agradar al resto, ya que su opinión es importante para el ego, lo que

cuesta en demasía reconocer, pero poco en revertir. Basta con tener humildad, autocrítica y saber de qué estamos hechos. Esta brecha contradictoria entre el "quién soy", y el "quién aparento ser" es lo que técnicamente llamamos disonancia cognitiva.

**3. Quién quiero ser:** Si estamos en calma y en ecuanimidad podremos crear con mayor facilidad y felicidad. Cuando estamos en este estado es porque nos encontramos en un período positivo. Solo así podremos proyectar quiénes queremos ser. Proyectar desde la falta de ecuanimidad y calma solo genera estrés y ansiedad, además de situaciones que lo alejaran de su fin. Por lo tanto, el salto de consciencia consiste en planificar el "quién quiero ser" desde el "quién soy" y no desde el "quién aparento ser", por lo cual debemos saltar este último bloque para trabajar desde mi "yo" positivo, en vez de desde el ego y sus caracterizaciones.

En el esquema del salto de consciencia se puede apreciar que la clave consiste en establecer el quién soy como punto de partida y planificar el "quién quiero ser", suprimiendo el "quién aparento ser", trabajo que como dijimos antes, es complejo de entender pero fácil de revertir si usted así lo desea.

En el mismo esquema se puede apreciar que el "quién aparento ser" se sustenta en dos variables que se deben controlar para lograr control del ego. La primera es el "personaje variable" y la segunda es el "Juicio popular".

El personaje variable no es más que esta construcción del ego que se niega a morir y que se caracteriza por una serie de elementos y emociones negativas que ya hemos especificado. Mientras que el juicio popular es la especulación e interpretación que creemos que la sociedad tiene de nosotros, y se caracteriza porque existe solo en nuestra mente. Es una suposición subjetiva que hacemos de nuestra propia existencia, atribuyéndole a un tercero representado por la sociedad, una mirada crítica hacia nosotros. Así se configura la evidencia de por qué los hechos que proyectamos en nuestra mente nunca terminan cien por ciento igual que como pensamos, sino que pueden terminar peor o mucho mejor.

## ¿CÓMO REDUCIR QUIÉN APARENTO SER?

Para reducir al personaje variable usted no debe olvidar nunca su principal característica, que es precisamente el apellido de este elemento: la variabilidad. Si comprendemos que al igual que la esencia el ego se adapta, entenderemos que no es un personaje fijo en su totalidad, sino que también puede acomodarse a los contextos para seguir brillando desde su egoísmo. Por lo tanto, debemos fijarlo y suprimirlo sin darle ventajas para que siga avanzando hacia el camino de la involución.

Para ello, usted debe olvidar los "me gusta" y los "yo quiero", ya que estos habitan en el mundo de las sensaciones, es decir, en la interpretación que el cuerpo hace de un mensaje que la mente le envía. Se trata de un problema mental más que físico, en especial si consideramos que el cuerpo es la extensión de la mente. Esta simple acción limitará al personaje, ya que muchas de estas cosas que tanto nos gusta hacer nos pueden hacer daño, como la alimentación inconsciente, el constante rumiar o las adicciones.

Este personaje variable, que vive de la disonancia cognitiva, se aferrará al máximo a su sobrevivencia y dirá que usted no es capaz de lograrlo, le hará sentir que está haciendo las cosas mal y esto provocará culpa y frustración. Eso hace el ego al verse presionado: activa su segundo bloque y trata de disminuir al "yo" para seguir en existencia. Y ahí es cuando debes "quebrar la voluntad" para someterlo. (Teoría del Tetraego, 2023)

Quebrar la voluntad es hacer aquellas cosas a las cuales tenemos temor, miedo o aversión o que, por simple testarudez, no queremos hacer y procrastinamos una y otra vez para seguir cómodos y con nuestro ego en piloto automático. Por lo tanto, recomiendo atacar aquellos pendientes que usted tiene en lo personal y laboral y atreverse a hacer cosas que antes usted no hacía, como meditar, ir de viaje al lugar de sus sueños, estudiar lo que le apasiona, comer aquello que hace años no degustaba, darse un tiempo para decir "te amo" o para apreciarlo si es que se lo dicen.

Es esencial llegar a quererse más, a ser autocompasiva/o con usted. Todos somos perfectos desde la creación e imperfectos desde la interacción con la sociedad. Debemos aceptar que ese pequeño universo que vive dentro de nosotros es perfecto biológicamente, y que la imperfección está dada por dejar de ser fieles a nuestra esencia.

Reduciendo al personaje variable es momento de suprimir el segundo pilar del cual se sostiene: el "quién aparento ser", que es el juicio popular. Para ello, recordemos que ese juicio que tiene la sociedad respecto a nosotros solo existe en nuestra mente, salvo si hacemos una encuesta a un grupo de personas respecto a nosotros. En este caso, será un dato real y sustentado en evidencia.

Pero imaginemos que hiciéramos una encuesta para saber la opinión que tiene el resto de nosotros, y dicho estudio arrojara que somos las peores personas del mundo

(como caso extremo). Bueno, en este caso, y aunque parezca raro, no es determinante para nada en nuestro avance hacia el "quién queremos ser". La razón está en que la solución para suprimir este pilar es que nos importe poco lo que las personas piensen de nosotros, sea esto negativo o positivo. Tomar en consideración esto significa alimentar la sobrevaloración del yo o la disminución del yo, ambos bloques abordados por la Teoría del Tetraego, cuyo link para su descarga está al final de este documento.

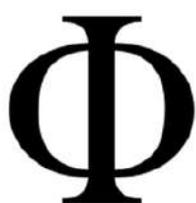
Si enfrentamos con ecuanimidad este proceso, sabremos que nuestras emociones deben estar en control, tanto como cuando nos alagan como cuando nos enjuician acertada o desafortunadamente. En ambos casos usted debe contemplar y mantenerse en control.



# FRACTALIDAD Y PROPÓSITO

La fractalidad es este concepto que se puede apreciar en varias manifestaciones de la naturaleza, siendo aquello que envuelve en sí mismo a otro factor igual a él, pero en menor dimensión, tal como si en nuestro interior habitaran otros pequeños seres idénticos a nosotros, y tal como se puede apreciar cuando del tallo de una planta crece una rama y de esta otra rama una menor (Filotaxis).

Si bien esta conceptualización de la fractalidad es cierta, el concepto va mucho más allá de eso y radica en el número que sostiene la proporción áurea que es Phi (1.6180) y que explica matemáticamente este fenómeno y su continua repetición en el tiempo/espacio. De aquí han nacido múltiples estudios que corroboran la exactitud del número áureo como definición científica de este fenómeno.



PHI

1.618033...

Lo fractal está presente en varias formas geométricas que se replican en la vida, tanto en nosotros como en los animales no humanos y en la naturaleza, en especial en el microcosmos, dictado por todo el mundo celular, y en el macrocosmos, dictado por el estudio del universo y la astronomía.

El número Phi está presente alrededor nuestro y pasamos la vida sin saber de él. Sin embargo, si tuviéramos que dibujar el principio de fractalidad a partir de su frecuencia, nos daríamos cuenta de que en ocasiones se presenta como un tubo toro o toroide, que nace de una espiral áurea que ya cumplió un ciclo y comienza a recurrir en sí misma. Este toroide se va retroalimentando desde la energía electromagnética, representada por el fotón, y la energía gravitatoria, representada por el punto de implosión.

En nuestro caso, todos poseemos un toroide que hace circular nuestra energía en nuestro interior, independientemente de su negatividad o positividad, siendo la primera obstaculizada por los puntos de avanzada, conocidos también como chakras que se van activando a medida que mejoras hábitos. Tanto es así que existen múltiples estudios en los cuales se ha medido la energía generada en personas a partir de estímulos positivos y negativos, y donde las frecuencias, Beta, Theta, Alfa y Delta reflejan tal o cual resultado, lo que viene simplemente a confirmar que bajo un estado positivo todo funciona de forma más fluida.

Pero estos toroides no solo están presentes en nosotros, también en los animales y en la filotaxis de las plantas. Además, el planeta se conforma de un gran toroide que es fractal y que envuelve a dos toroides más que son el hemisferio norte y el sur. Dentro de ellos existen múltiples ejemplos constantes y variables de este mismo efecto. ¿Ha visto usted un dibujo de una tormenta? Bueno, esa

forma es una forma toroidal y el principio de la fractalidad también está presente en ella.

El universo es un toroide fractal, ya que posee el desdoblamiento de una singularidad en sistemas menores y armónicos al primero; siendo desde átomos, moléculas, células, organismos, hasta planetas, sistemas solares y galaxias manifestaciones de una misma fuente de información y que en la actualidad es la respuesta del campo unificado entre el micro y el macrocosmos.

Comprendiendo el concepto, debemos entender que el propósito es un toroide fractal, y esto por las siguientes características:

- El propósito es una intención que contempla otras intenciones para su fin.
- El propósito, al igual que un toroide, es influenciado por energías de distinto ámbito.
- El propósito no es una meta fija, es más bien un objetivo interactivo que sufre mejoras en el tiempo.
- El propósito tiene un objetivo y este objetivo tiene objetivos específicos, al igual que un árbol posee un tronco y ramas.
- El propósito renueva sus energías para tomar nuevos rumbos y adaptarlos al contexto social.
- El propósito es evolutivo. Al igual que el toroide humano fluye desde un punto hasta cumplir el ciclo, el propósito sale de usted, genera impacto positivo en el resto y vuelve a usted con aprendizaje, sabiduría y bienestar.

Por lo tanto, el propósito de vida obedecerá no solo a una declaración escrita pegada en nuestra casa u oficina, sino más bien a un plan fiel a nuestra forma de pensar, nuestra escala de valores y nuestro verdadero yo.

Los humanos nacimos con la cualidad de moldear nuestro propósito; sin embargo, la naturaleza y los animales también poseen un propósito, pero dictado más por su existencia que por su cognición, lo que no significa que sean inferiores en fondo y forma, sino más bien que son seres distintos y complementarios para toda evolución. Este entendimiento es clave para avanzar y evolucionar.

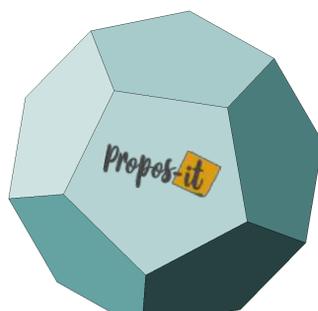
## **ESTRUCTURA DEL PROPÓSITO DE VIDA**

Hasta el momento, todo ha sido preparación. Y vaya que es importante, porque sin esta no podríamos llegar hasta este punto con una probabilidad alta de obtener un propósito que nos represente de forma fiel a nosotros y a nuestros objetivos. Solo tendríamos un placebo disfrazado de propósito y, lo que es peor aún, estaríamos en un limbo. El limbo, en autoconocimiento, es el fenómeno que se desata cuando pensamos estar en consciencia, pero en realidad no estamos en ella.

¿Cómo saber si estoy en el limbo? Si usted ejecuta la autocrítica y analiza si sus actos son medidos o no, y si el impacto que provocan es positivo o negativo. Todo dependerá de este factor.

En el caso de que el resultante de sus actos no sea positivo, y usted piense que está en consciencia, es porque realmente está en el limbo, lo que es provocado, la mayoría de las veces, por no comprender el proceso del autoconocimiento e intentar acelerar el proceso. Uno de los principales trucos del ego es hacer pensar que usted puede llegar con el chasquido de sus dedos al mundo espiritual luego de haber meditado un par de veces o haber ido a clases de yoga. Con esto no digo que la meditación y el yoga sean los problemas, por el contrario, el verdadero factor que flaquea son las personas y su mala interpretación.

Entendiendo que existe el limbo en este proceso, es momento de presentar la estructura que recomiendo para el desarrollo del propósito de vida. Para ello usaremos el 'Dodecaedro de Propos-It', que es el recurso didáctico para consolidar nuestro propósito de vida y que puede ser completado en el tiempo que usted requiera para estos fines. Recuerde que todos tenemos un ritmo distinto.



# EL DODECAEDRO DE PROPOS-IT

Para elaborar el propósito de vida usaremos el dodecaedro de Propos-It, un panel basado en esta figura geométrica que permite completarlo en doce pasos.

***Para un correcto armado la y lo invito a ingresar a [www.proposit.cl](http://www.proposit.cl) y revisar el video "Guía de armado de dodecaedro de Propos-It".***

Dicho esto, ¿qué es un dodecaedro? Un dodecaedro es un poliedro de doce caras, convexo o cóncavo. Sus caras han de ser polígonos de once lados o menos. Si las doce caras del dodecaedro son pentágonos regulares, iguales entre sí, el dodecaedro es convexo y se denomina 'regular', siendo entonces uno de los llamados sólidos platónicos.

Representa el quinto elemento, la luz divina, el prana, el chi, el tao. La materia sutil luminosa que fluye del espacio infinito a través de todas las cosas. Las energías invisibles y los patrones sutiles. Además del aire existe un aire etéreo; además del agua, un agua etérea; además del fuego, un fuego etéreo; y además de la tierra, una tierra etérea.

- **Órgano:** cerebro.
- **Cuerpo:** consciencia/sabiduría/omnipresencia.
- **Misión:** vincular a una guía superior, en este caso un propósito de vida.

# LAS 12 CARAS DEL DODECAEDRO

## 1. El Ahora

Defina el escenario social en el que está usted inserta como persona, detallando el abanico de características que definen el contexto en el que vive, sin generar juicios ni prejuicios sobre ello. No debemos culparnos por no tener dinero o amor, por ejemplo. Solo debemos declarar esta información como un antecedente. Describe claramente tu contexto familiar, laboral, social y de pareja.



## 2. Foco de bienestar

Ya que usted sabe el contexto en el que está viviendo es momento de pensar en todas aquellas cosas que le provocan felicidad a usted y a las personas que ama, declarando las habilidades y talentos que ha identificado en su persona. Esta clasificación debe ser desde la objetividad y los antecedentes.

Por ejemplo, si tengo talento para cantar o tengo habilidades para los desafíos manuales, debo definirlos en este bloque. Piense en todo lo que le hace feliz y además sabe hacer bien.



### 3. Positivo y negativo

Con el foco declarado, es momento del Down & Up Line, técnica que consiste en trazar una línea horizontal para luego anotar todo lo positivo arriba y todo lo que considera negativo de su vida abajo. Puede tomar criterios de lo que le hace bien o lo que le hace mal en el día a día. Esto pueden ser hábitos, costumbres y muletillas que, como personas comunes y corrientes, tenemos y queremos corregir. La franqueza es esencial en este bloque. Contéstelo de forma sincera, con autocompasión y amor incondicional de usted y para usted.

03

**POSITIVO & NEGATIVO**

¿QUÉ ES LO POSITIVO DE TU VIDA? ¿QUÉ ES LO NEGATIVO DE TU VIDA?

POSITIVO

NEGATIVO

#### 4. Estrategia de Reversión

En este punto, a cada concepto negativo del paso 3 asígnele un concepto positivo que represente la acción tangible de cómo lo revertirá. Ejemplo: «Aspecto negativo: No duermo bien. Concepto positivo: Bienestar al despertar». Luego de eso, asocie este concepto positivo a una acción tangible: «Concepto positivo: Bienestar al despertar. Acción tangible: Me dormiré a las 10:30 pm».



04

**ESTRATEGIA DE REVERSIÓN**

PARA CADA ASPECTO NEGATIVO GENERAMOS UNA ESTRATEGIA DE REVERSIÓN

ASPECTO NEGATIVO	CONCEPTO POSITIVO	ACCIÓN TANGIBLE

The diagram is a large pentagon with a double border. At the top center is a circular icon containing the number '04'. Below this is a rectangular box with the title 'ESTRATEGIA DE REVERSIÓN'. Underneath the title is the subtitle 'PARA CADA ASPECTO NEGATIVO GENERAMOS UNA ESTRATEGIA DE REVERSIÓN'. At the bottom is a table with three columns: 'ASPECTO NEGATIVO', 'CONCEPTO POSITIVO', and 'ACCIÓN TANGIBLE'. The table has a header row and one empty body row.

## 5. Observación

Como dijimos antes, el dodecaedro de Propos-It debe ser completado en el período que considere usted necesario, y eso significa que puede reformularlo cuantas veces quiera. Dicho esto, del cuadro anterior tome las principales acciones que escogió (recomiendo 3) y póngalas a prueba como aspectos a revertir en el tiempo que usted estime. Durante ese período observe con autocrítica y objetividad los avances o retrocesos que haya tenido y repita el mismo período hasta reducirlos a cero. Recuerde que esos ciclos pueden ser de una semana, un mes, un año, usted lo decide. Un buen observador debe «salir de la caja». Mire este proceso como observador de la situación.



## 6. Estrategia Emergente

Ahora define los conceptos esenciales que debe llevar su propósito de vida. No necesariamente el propósito, pero sí los ingredientes que lo conforman. Algunos ejemplos: el ayudar a otros, vivir feliz, enseñar desde el amor, promover el altruismo, etc. Define solo tres conceptos en este punto. Más adelante, cuando veamos proyecto de vida, de este mismo capítulo, rescataremos estos mismos conceptos. Sin embargo, para la construcción del propósito solo destaca conceptos breves y representativos.



## 7. Eficiencia

Los conceptos esenciales que usted describió en el punto anterior debe ahora llevarlos a la práctica. Si usted por ejemplo eligió “vivir feliz” comience a vivir precisamente de forma feliz, siendo consciente de ello y observando si el resultado de vivir de esa forma se alinea con lo que espera de su propósito. Seleccione el tiempo que usted precise para esta experiencia y luego que concluya el período deje testimonio en el dodecaedro de Propos-It de cuál fue su mayor aprendizaje. Ese espacio es solo para una frase que lo represente.

07

**EFICIENCIA**

**PRUEBA TU ESTRATEGIA EMERGENTE. LUEGO QUE CONCLUYA EL PERIODO DEJA TESTIMONIO DE CUAL FUE TU MAYOR APRENDIZAJE. (UNA FRASE)**

## 8. Desafíos

Usted ya logró ser consecuente en su plan, fiel a su esencia y sacar conclusiones respecto a lo aprendido. Ahora es tiempo de crear los principales desafíos que respaldarán su propósito. Se debe sostener en desafíos continuos y mejorables en el tiempo. Anote solo tres en el espacio asignado. Ejemplo de desafío: «Trabajar para vivir y no vivir para trabajar».



08

**DESAFÍOS**

CREA LOS PRINCIPALES DESAFÍOS QUE  
RESPALDARÁN TU PROPÓSITO.

## 9. Elaboración de Propósito

Ya con los tres desafíos tenemos las tres patas de la mesa que sostendrán nuestro propósito en el tiempo. Recuerde que el propósito de vida siempre será modificable y perfeccionable de acuerdo con las experiencias que vaya experimentando, por lo que los desafíos también pueden ser modificables, tanto si se cumplen como si caducan. Con los antecedentes en mano y el aprendizaje de cada punto, ahora puede crear su propósito de vida, el cual debe ser una declaración, una sola frase concisa y directa, que conjugue en no más de una línea todo lo que usted espera de su persona. Tómese el tiempo que usted estime. En el panel del dodecaedro escriba su propósito.



09

**ELABORACIÓN DE PROPÓSITO**

DECLARACIÓN, UNA SOLA FRASE CONCISA Y DIRECTA, QUE CONJUGUE EN NO MÁS DE UNA LÍNEA TODO LO QUE REPRESENTAN LOS DESAFÍOS, LOS ASPECTOS POSITIVOS QUE RESCATASTE Y LAS ACCIONES QUE EJECUTASTE.

## 10. Activación

Ya tiene usted su propósito. Ahora es momento de comenzar a resolver sus desafíos del punto 8 con el fin de activar su propósito de vida. Para ello asigne como máximo tres acciones para cumplir cada uno de sus tres desafíos y redáctelos en el espacio asignado para estos fines en el dodecaedro de Propos-It.

10

**ACTIVACIÓN**

**YA TIENES TU PROPÓSITO Y AHORA ES MOMENTO DE COMENZAR A RESOLVER TUS DESAFÍOS CON EL FIN DE ACTIVAR TU PROPÓSITO DE VIDA. PARA ELLO REDACTA UNA ACCIÓN PARA CADA DESAFÍO.**

N°	DESAFÍO	ACCIÓN

## 11. Medición

En este penúltimo paso es momento de ir midiendo el cumplimiento de sus acciones asociadas a cada desafío para cumplir su propósito, por lo que anote el porcentaje de avance de cada acción y desafío en el espacio correspondiente. No olvide que cada persona tiene su tiempo, por lo que el cumplimiento debe ser a su ritmo, sea este rápido, moderado o lento. Además, es importante aclarar que este bloque se va borrando y corrigiendo hasta que usted cumpla todo al 100 %. Le recomiendo entonces usar los post-it en el panel del dodecaedro de Propos-It o escribir con lápiz de mina.

**11**

**MEDICIÓN**

ES MOMENTO DE IR MIDIENDO EL CUMPLIMIENTO DE TUS ACCIONES ASOCIADAS A CADA DESAFÍO PARA CUMPLIR TU PROPÓSITO, POR LO QUE ANOTA EL PORCENTAJE DE AVANCE DE CADA ACCIÓN Y DESAFÍO.

	DESCRIPCIÓN	PORCENTAJE DE AVANCE
ACCIÓN N°1		
ACCIÓN N°2		
ACCIÓN N°3		

## 12. Impacto

Paralelo al punto de medición, y no como un paso previo o anterior, debes ir completando el impacto que generas con las acciones del propósito. Se recomienda transformar este punto en indicadores duros como: número de personas impactadas de forma positiva a partir de su propósito de vida; cantidad de veces que activó su propósito, cantidad de veces en las que su propósito logró su fin, etc. Esto dependerá de la naturaleza de su propósito, y al igual que el punto de medición va cambiando en el tiempo hasta que usted decida si ajusta el propósito o lo mantienes intacto. Ambas son respuestas válidas.



Para completar el propósito de vida y armar el dodecaedro revisa el siguiente video:



Como cierre de este proceso retire los post-it del dodecaedro de Propos-It, en caso de haberlos usado, o borre lo que escribió de forma temporal para remplazarlo con una anotación definitiva. Luego recorte ambas formas y siga la guía en [www.proposit.cl](http://www.proposit.cl)

Ahora tiene su dodecaedro armado en el escritorio de su oficina o en el velador de su pieza, donde sea, da igual. Lo importante es que ahora tiene su propósito de vida en él y sabes de dónde proviene y hacia dónde está dirigiendo su vida.

# PROYECTO DE VIDA

Con nuestro propósito creado es momento de enfatizar cómo complementarlo con un plan de vida mucho más elaborado. Es una bajada técnica al papel del propósito y representa más el «cómo» que el «qué» en la construcción del propósito de vida.

El proyecto de vida es la brújula que nos indica para dónde vamos y, si bien es un plan definido y claro, puede variar en el tiempo, al igual que el mundo cambia y nosotros nos adaptamos a él. Esta es su estructura:

**1. Título:** Aquí debe considerar el nombre de su proyecto de vida, considerando un concepto que represente el objetivo principal que quiere alcanzar y que sea motivante para el día a día. Por ejemplo: «El reto de mi vida», «El hogar de mis sueños», «Mi verdadera jubilación», «Vivir en Nueva York».

**2. Tiempo:** Debe definir el tiempo para su plan de vida. Puede considerar los años que quiera, pero debe tener en cuenta que mientras más extenso sea el período de su plan mayor será la profundidad, organización y estrategia en él. En lo personal, creo que un buen plan de vida no debería superar los cinco años, e ir renovándolo por igual período de tiempo cada vez.

**3. Objetivo general:** Es solo un párrafo que no supere las cinco líneas. Debe representar con fidelidad el objetivo que quieras alcanzar. Hay que considerar un objetivo claro

con un solo fin, y que no implique una subjetividad extrema como «Vivir feliz» o «Que todos me quieran». Además, debe incluir el qué, cómo, dónde, cuándo y por qué. Por ejemplo, supongamos que el título de nuestro proyecto de vida es «Ser libre financieramente». En este caso, un objetivo general sería «Desarrollar las condiciones favorables a nivel personal y comercial, durante los próximos cinco años, para generar instancias que hagan crecer mi patrimonio personal y no depender del dinero el resto de mi vida, y así vivir feliz con mi familia, en la casa de mis sueños en Puerto Varas». Si se dan cuenta, el objetivo es claro y bien definido, y no deja espacio para aspectos poco claros.

**4. Objetivos específicos:** Para elaborar los objetivos específicos se debe abrir el objetivo general en tres o cuatro objetivos menores, los cuales no deben ser superiores a las tres líneas y especificar aspectos críticos para el proyecto. Si tomamos el ejemplo anterior, podríamos crear los siguientes tres objetivos:

- Promover mi orden financiero, aumentando mis ingresos y disminuyendo los gastos, con el fin de generar condiciones favorables para ser libre financieramente.
- Mejorar mis hábitos personales para establecer un equilibrio interno que permita desenvolverme mejor según mi plan de vida.

- Estudiar el mercado inmobiliario en Puerto Varas, elegir el terreno óptimo y diseñar la casa de mis sueños.

En este caso, los tres objetivos específicos abren el objetivo general y agregan datos críticos para el cumplimiento de este. Por eso, siempre debemos considerar que a medida que vamos desarrollando estos puntos, el plan comienza a tener lógica y vaya aterrizando a la realidad.

**5. Actividades:** Las actividades deben explicar el «cómo lo haré», ser tangibles, claras y definidas según el orden cronológico del plan que tenemos en mente. Las actividades son la apertura de los objetivos específicos y consideran hacer un nuevo «doble clic» sobre ellos, con el fin de profundizar y concretar lo que haremos. Use un verbo para partir con una actividad. Por ejemplo, si seguimos con el mismo caso, y tomamos el tercer objetivo específico «Estudiar el mercado inmobiliario en Puerto Varas, elegir el terreno óptimo y diseñar la casa de mis sueños», podríamos establecer las siguientes actividades:

- Levantar un estudio de mercado inmobiliario de Puerto Varas.
- Visitar terrenos urbanizados entre 200 m<sup>2</sup> y 300 m<sup>2</sup>.
- Elaborar planos con el arquitecto.

En este caso, la apertura del tercer objetivo específico arroja 3 actividades que debemos cumplir para ser fiel

a nuestro plan de vida.

**6. Resultados:** Toda actividad debe tener un resultado asociado y recomiendo siempre que no tenga más de uno. Es ideal el «uno a uno» para tener claridad del plan que ejecutamos. Como ejemplo, tomaremos la segunda actividad: «Visitar terrenos urbanizado entre 200 m<sup>2</sup> y 300 m<sup>2</sup>». Aquí el resultado sería: «Terreno seleccionado y comprado».

**7. Indicadores:** Así mismo, como cada actividad tiene un resultado, cada resultado tiene un indicador. Pueden ser más de uno y fraccionar el resultado en varios tipos de mediciones. Si seguimos con el ejemplo del resultado especificado antes, podríamos levantar los siguientes indicadores:

- Número de terrenos visitados.
- Número de terrenos seleccionados en terna.
- Porcentaje de avance en trámites de compra del terreno

Los indicadores siempre deben estar sostenidos en datos duros como cantidades, porcentaje, tasas, etc.

A continuación, te dejo una herramienta creada en Origo Lab y que sirve para estos fines.

Descarga aquí la plantilla de proyecto de vida de  
Propos-It



Mediante esta forma se puede generar un plan de vida de forma sencilla y clara, sin ahondar en textos extensos o generalidades que poco nos ayudan a lograr nuestros objetivos. También es importante destacar que el plan de vida es personal y complementario al propósito de vida. Ninguna persona debe tener injerencia en él, porque es lo que nosotros, como personas individuales y libres, declaramos para nuestro futuro.



[HTTPS://FUNDACIONVIDA.CL/BIBLIOTECA/](https://fundacionvida.cl/biblioteca/)

# PROPÓSITO DE VIDA

SHARIF LAIBE

---