

## PAGINA DE METAS

"Establecemos objetivos para medir nuestro progreso y recompensar nuestros logros"

### Preparación para definir mis metas - ¿Cuál es mi enfoque?

¿Tengo un enfoque para mi vida?

En caso afirmativo, ¿cómo mis objetivos surgen de ese enfoque?

Si no es así, ¿Cómo la claridad de enfoque va a ayudarme a definir mis metas individuales?

¿Como voy a definir mi enfoque?

### Eliminar obstáculos:

¿Estoy dispuesto a que la vida sea diferente? ¿Que es la buena voluntad?

¿Como expreso mi buena voluntad?

Estoy dispuesto a dejar ir todos mis apegos que he tenido que sufrir?

¿Estoy dispuesto a dejar de lado cualquier resistencia que he tenido para ser feliz y prospero? (sino es así ¿Que se opone en mi camino?)

Que aspecto tendría (Siento como, suena como) si dejara ir toda resistencia a la felicidad y la buena fortuna?

¿Estoy dispuesto a dejar a mi PS (como yo lo entiendo) que me muestre – o me enseñe – una nueva manera de vivir?

¿Estoy dispuesto a disfrutar mi vida? ¿A que se parecería el disfrute?

¿Estoy dispuesto a ser diferente, a ser el cambio que deseo ver, literal?  
¿A que se parecería ese cambio?

\*\*\*

### ¿Cuales con mis metas?

#### Definiendo mis metas:

Voy a tener metas para las diferentes áreas de mi vida – como definir estas areas.  
Ejemplos: Sobre todo enfoque, Ganancia (ingresos inmediatos y Enfoque basado en ingresos); Servicio; Espiritualidad/Recuperación; Autocuidados (incluyendo Cuidados en el hogar); Familia y Amigos; Diversión y Juego; Aprendizaje.

¿Qué es lo defino como las principales áreas de mi vida?

¿Como se relaciona cada área con mi subremuneracion?

## PAGINA DE METAS

"Establecemos objetivos para medir nuestro progreso y recompensar nuestros logros"

Escribiré todas mis metas seré específico. Separare cada una de ellas.

Desarrollar pequeños pasos de acción necesarios para avanzar, y lograr, mis metas,

¿Puedo permitirme a mí mismo dar un paso a la vez?

¿Puedo permitirme a mí mismo actuar en pequeños plazos de tiempo (15, 20, 30 min.)?

\*\*\*

**Preparándose para la Acción:** Mirando todos los objetivos o un objetivo pequeño

¿Estoy dispuesto a aceptar ayuda para lograr este objetivo de la fuente, Dios o Poder Superior?

¿Estoy dispuesto a permitir una solución espiritual, para transformar mi vida en torno a cada asunto o meta? (si no, ¿que se opone en mi camino?)

¿Qué otro tipo de apoyo necesitaré seguir hasta su conclusión?

¿Que personas conozco que pueden y me apoyaran a alcanzar mis metas?

¿Quien se que es posible que no me apoye a alcanzar mis objetivos?

¿Quién realmente puede ser un impedimento - y que tal vez debería evitar?

\*\*\*

Como me voy a comprometer a tomar y luego poner acción, la acción que bendiga mi vida de una manera positiva?

¿Cómo voy a evitar o no tomar la acción hacerme daño?

¿Cuál ha sido el resultado final, que he estado recibiendo por no tomar o completar las acciones?

es decir, llegar a tener la razón, ser una víctima, quejarse, la adicción al sufrimiento, miedo al cambio, la pérdida de identidad que voy a ser sin esta situación, permanecer en el drama de la vieja comunicación y hábitos que no me sirven, vivir en el problema en vez de vivir en la solución.

\*\*\*

¿Estoy dispuesto a mostrarme (hacer mi parte) y dejar ir y dejar a Dios?

¿Estoy dispuesto a dejar de lado la necesidad de saber cómo sucederá (todos los detalles)?

## **PAGINA DE METAS**

"Establecemos objetivos para medir nuestro progreso y recompensar nuestros logros"

¿Estoy dispuesto a dejar de lado la necesidad de saber el resultado?

¿Como lo deajo ir?

¿Estoy dispuesto a dar un salto de fe y confiar en que estoy al cuidado de Dios (Como cada uno lo concibe) - y que Dios está conmigo en cada paso del camino que doy?

¿Estoy dispuesto a pedir a mi Poder Superior que me libere de los bloqueos por la buena voluntad y la fuerza para tomar y completar las acciones necesarias? (si no, que se opone en mi camino?)

¿Cómo pido ayuda y orientación?

### **Entrando en Acción:**

¿Estoy dispuesto a poner un pie delante del otro y dar el paso indicado a continuación?

¿Cómo voy a hacer esto?

Estoy dispuesto a apoyar la acción con alguien en subremunerados anónimos?

¿Cuáles son los pasos necesarios para completar la acción?

¿Cuál es un plazo realista para la finalización de la acción?

¿En qué fecha será la acción estará completada?

\*\*\*

¿De que tipo de cosas disfrutare como recompensa por alcanzar la meta?

¿Cómo me voy a premiar cada vez que alcance una meta o complete una acción importante?