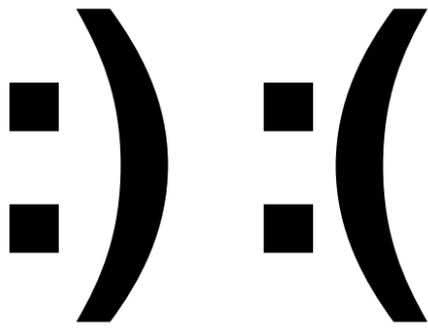


tiempo



Listo para decir que ya no quieres seguir :) me pasa mucho que cuando veo lo que tengo que dejar de hacer para hacer otras cosas digo “nel ya no jalo” pero muchas veces pasa lo contrario es cuestion de prioridades y deseo.

que si que no

Todos queremos ser ricos y felices y con una familia hermosa llena de amor, o no? pero porqué no todos lo tenemos si todos lo queremos ?

A veces creemos que con querer el “mundo conspira a nuestro favor” y ya se logran las cosas (muchas veces si) pero por eso me gusta una defición de suerte de alguien que no me acuerdo quien fue que dice “suerte es el punto en que la preparación y oportunidad se juntan” es super interesante analizarlo así ya que no es “arte de magia” es un proceso enorme que te puso en el momento adecuado en el lugar adecuado y que crees :(ese proceso no es más que trabajo continuo, priorizar lo que quieres, rechazar lo que no. Sufrirla y disfrutarla. Un hermoso baile de lo positivo y negativo.

a darle

Ve que prioridades y metas tienen cosas en común, Ejemplo: si tu meta es leer 10 libro antes de que acabe el año y tu prioridad es desarrollo intelectual AHI ES trata de encontrar todas las que puedas, y también agrega las que chance no son prioridad pero son cool, te relajan te dan ocio. Ahora cada una de esas ubicalas en tu plan de metas CC y ve el desarrollo centimetro a centimetro y calcula el tiempo aproximado que la minima porción de la meta te toma . Ejemplo de uez: si la meta es leer 10 libro en lo que queda de año, con un largo aprox de 100 paginas, x libro son 1000 paginas entre 70 dias son 14.28 paginas que me toman un aproximado de 15 minutos leer (esos 15 minutos es lo que buscamos) y que el tiempo sea holgado, es decir cuenta, en lo que te preparas para hacer la actividad y cerrandola.

tiempo

Cada una de esas metas, cuál es el mínimo tiempo necesario a invertir para lograrla en tiempo y forma?

tiempo diario por meta (no tienes que llenar todas las metas solo los que necesites)

Meta 1

00:00

Meta 2

00:00

Meta 3

00:00

Meta 4

00:00

Meta 5

00:00

Meta 6

00:00

Meta 7

00:00

Meta 8

00:00

Meta 9

00:00

Meta 10

00:00

Meta 11

00:00

Meta 12

00:00

**tiempo diario
necesario**

00:00

decide

Creo que sabes a donde voy, si recuerdas lo que dije en el formarto uno del tiempo es que hay dos opciones. 1 Crear más tiempo 2 Crear más tiempo hábil.

Esta es la parte más importante del proyecto, darle el tiempo que se merece cada meta, no se si recuerdas que en el día uno dije “no logramos las metas porque no le damos la importancia que a otras actividades” tal vez no es horario laboral u academico, pero así como tienes tu clase de 8-11 ya planeada, planeemos tu proceso de lograr cada una de tus metas.

NOTA

Esto no significa que lo escribas lo tienes que llevar al pie de la letra, es una guía.

Como uso mi tiempo actualmente

	L	M	X	J	V	S	D
0							
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

Qué actividades me llenan

Qué actividades NO estoy dispuesto a quitar

A qué actividades les podría reducir el tiempo que les doy

Que actividades sin problema puedo dejar

decide

Que se queda y que se va, hay actividades que estás dispuesto a dejar de hacer? reducir el tiempo que les das ? si no, qué meta estas dispuesto a no seguir adelante.

Recuerda es una decisión tuya, que estas dispuesto y que no, NO ES FÁCIL pero es importante que empieces a tomar control de tu día. Se responsable del regalo que recibes que es el tiempo y exprime hasta el más pequeño de los segundos y OJO no significa ser productivo 100% del día, significa que “hay un momento y un lugar para todo” (uno de mis mantras) si toca trabajar al 100, si toca descansar al 100 si toca poner atención al 100 ejercicio 100 si toca estar sad 100 experimetna, vive, aprende, fracasa y logra TQM tu puedes!

Qué metas me llenan

Qué metas NO estoy dispuesto a quitar

A qué metas les podría reducir el tiempo que les pensaba dar

Que metas sin problema puedo dejar

Como debería usar mi tiempo (dandole a cada una de las metas el tiempo que plantee)

	L	M	X	J	V	S	D
0							
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

Resumen

Espero esto te ayude a valorar más el tiempo limitado que tenemos y cómo no lo tenemos comprado por eso es nuestra responsabilidad usarlo cool y no por nadie, no para que la gente te vea, por ti. Para que tu cada día lo disfrutes, con sus altas y bajas, caídas y subidas.

Tu tiempo es tuyo. USALO

Faltan cosas super cool, pero si vas teniendo dudas aquí ando cualquier cosa, si sigues en este plan ya 4 semanas después tienes un lugar importante en mi corazón, gracias y espero que esté siendo de utilidad.

Saludos.