Club de Lectura para el Alma

TU RUTA DE

Desarrollo Personal

Un plan de acción personalizado para tus próximos 3 meses, según lo que quieres trabajar en ti y lo que hoy te cuesta avanzar.

RELACIÓN CONSCIENTE CON EL DINERO

Tu dinero, Tus decisiones

Comprender tu relación con el dinero.
Elegir con más conciencia.



Mi nombre: _____

Comienzo este plan el: _____

UNA BIENVENIDA PARA TI

Qué alegría que estés aquí

Hola, soy **Yureidy Pabón**, creadora del Club de Lectura para el Alma y del método Del Libro a la Acción.

Me alegra que te hayas regalado este espacio. Tal vez quieres sentirte más tranquila al hablar de dinero, entender tus reacciones y empezar a decidir de otra manera.

Con este plan quiero ayudarte a revisar lo que aprendiste sobre el dinero, elegir una meta propia y practicar decisiones que tengan más sentido para ti.



Yureidy Pabón

Mentora de desarrollo personal aplicado

TE CUENTO CÓMO VAMOS A RECORRERLO

Primero, vamos a poner claridad. Tu resultado y la guía de uso te ayudarán a reconocer qué quieres trabajar y cómo aprovechar este espacio.

Después, vamos a escucharte. Conocerás el método y responderás preguntas para conectar lo que aprendes con lo que hoy te pasa.

Le daremos forma a lo que quieres. El planificador te ayudará a elegir tu meta; la visualización, a imaginarla en tu vida y volver con una acción.

Pasaremos del deseo a la práctica. En cada reto encontrarás acciones, preguntas y afirmaciones para acompañar tu trabajo de cada mes.

Y haremos visible tu avance. El tracker y el cierre te ayudarán a reconocer lo que hiciste, ajustar y elegir cómo seguir, también con el Club.

No necesitas hacerlo perfecto ni cambiarlo todo de golpe. Quiero que estas hojas te ayuden a acercarte a ti y a empezar algo que de verdad te importe.

Gracias por dejarme acompañarte en este primer paso.
Con cariño, Yureidy.

LO QUE BUSCAS ES:

Relacionarte con el dinero con más conciencia

Quieres hablar de dinero con más tranquilidad, comprender lo que piensas y sientes, y tomar decisiones más tuyas. Esta ruta te propone revisar creencias, definir una meta y elegir acciones que puedas observar, según tus recursos y tu realidad.

PUNTO A - LO QUE QUIERES DEJAR ATRÁS

"El dinero me genera tensión y repito decisiones que después quisiera revisar".



1

MES 1

Los secretos de la mente millonaria

2

MES 2

Piense y hágase rico

3

MES 3

Las 7 leyes espirituales del éxito

PUNTO B - LO QUE VAS A EMPEZAR A CONSTRUIR

"Reconozco mis creencias, elijo una meta propia y tomo decisiones más conscientes con mis recursos".

Las portadas muestran los workbooks y libros recomendados. El acceso a los retos se ofrece por separado; puedes comenzar con este plan.

BIENVENIDA / CÓMO APROVECHAR TU PLAN

Este espacio también es para ti

Este documento es una guía para trabajar una prioridad durante tus próximos tres meses. Reúne preguntas, ejercicios y tres retos recomendados para ayudarte a pasar de "quiero cambiar algo" a una decisión y una acción que puedas reconocer.

1 Empieza por lo que hoy te importa

Lee tu resultado y completa las preguntas con honestidad. No necesitas tener todo resuelto para comenzar.

2 Elige una meta y tres pasos

Usa el planificador para definir tu meta, una submeta por mes y un compromiso posible dentro de tu semana.

3 Trabaja un reto a la vez

Mes 1: creencias sobre el dinero. Mes 2: una meta propia. Mes 3: valores y decisiones. En cada ficha encontrarás acciones, preguntas y afirmaciones para practicar.

4 Haz visible lo que sí haces

Usa el tracker de hábitos durante cuatro semanas y vuelve a imprimirlo para el siguiente mes. Al cerrar cada semana, reconoce un avance y decide un ajuste.

Tu ciclo tiene doce semanas de práctica (84 días) y seis días finales de revisión. Cada mes propone 28 días de práctica; no indica la duración oficial de los retos. El plan trabaja reflexión y hábitos, sin prometer ingresos ni resultados económicos.

Si una semana se complica, elige una versión más pequeña y retoma. Este plan debe ayudarte a avanzar en tu vida real.

CÓMO LO VAS A LOGRAR

Del Libro a la Acción

Una idea se vuelve útil cuando la conectas contigo y la llevas a tu vida.

1

Extraer

¿Qué idea quiero trabajar?

2

Personalizar

¿Qué tiene que ver conmigo?

3

Profundizar

¿Qué me muestra sobre mí?

4

Decidir

¿Qué voy a elegir?

5

Implementar

¿Qué haré y cómo lo revisaré?

REVISAR Y AJUSTAR

UN EJEMPLO DE TU RUTA

Idea: puedo observar una creencia antes de decidir.
Mi vida: evito hablar de dinero por miedo a discutir.
Comprensión: aprendí que ese tema siempre trae problemas.
Decisión: preparar una conversación concreta y respetuosa.
Acción: anotar qué necesito preguntar y acordar un momento.

¿Dónde te gustaría empezar a aplicar este proceso?

ANTES DE EMPEZAR / ESCÚCHATE

Cuéntate lo que de verdad quieres

No busques la respuesta perfecta. Escribe como si estuvieras hablando contigo en confianza.

Si estos meses te ayudaran, ¿qué cambiaría en tu relación con el dinero?

¿Qué frase sobre el dinero aprendiste y cómo influye hoy en tus decisiones?

Cuando necesitas decidir sobre dinero, ¿qué sientes, te dices y terminas haciendo?

Recuerda una decisión sobre dinero que cuidaste bien. ¿Qué te ayudó entonces?

¿Qué pequeño paso te ayudaría a decidir con más conciencia esta semana?

Quédate con esto: puedes empezar con una respuesta sencilla y un paso posible.

MI PLAN / UNA PRIORIDAD

Elige qué quieres construir

Tu meta es el cambio que quieres comenzar; las lecturas te ayudan a trabajarlo.

Mi meta principal para estos tres meses es:

Me importa porque... / Sabré que avancé cuando...

MES 1

Revisar mis creencias

Mi submeta:

Mi enfoque:

Mi evidencia:

MES 2

Dar dirección a mi meta

Mi submeta:

Mi enfoque:

Mi evidencia:

MES 3

Elegir desde mis valores

Mi submeta:

Mi enfoque:

Mi evidencia:

MI COMPROMISO POSIBLE

Reservaré ___ momentos por semana de ___ minutos.
Mi versión mínima será _____.
Si pauso, retomaré _____.
Pediré apoyo a _____.

Lo que voy a pausar para darle lugar: _____

Inicio: _____ Revisión: _____ Firma: _____

VISUALIZACIÓN GUIADA

Imagínate viviendo tu avance

Reserva cinco minutos. Puedes leer despacio, cerrar los ojos por momentos o escribir la escena.

1 Llega a este momento

Apoya los pies y deja que tu respiración siga un ritmo cómodo. Recuérdate la meta que elegiste para estos meses.

2 Mira una escena concreta

Imagínate dentro de tres meses, ante una decisión cotidiana sobre dinero. Te detienes y miras tu realidad. ¿Qué preguntas te haces antes de elegir?

3 Reconoce lo que hiciste

Recuerda una idea que aplicaste: revisar una creencia, aclarar una meta o decidir desde tus valores. ¿Qué hiciste? ¿Cómo te ayudó a elegir?

4 Deja que el avance tenga sentido

Reconoce el cuidado que pusiste en tu decisión, sin depender de una cifra. Observa lo que aprendiste y cómo ajustaste tu siguiente paso.

5 Vuelve con un paso

Abre los ojos si los cerraste. Elige una acción pequeña para hoy que se parezca a la mujer que acabas de imaginar.

En la escena que imaginé, yo estaba...

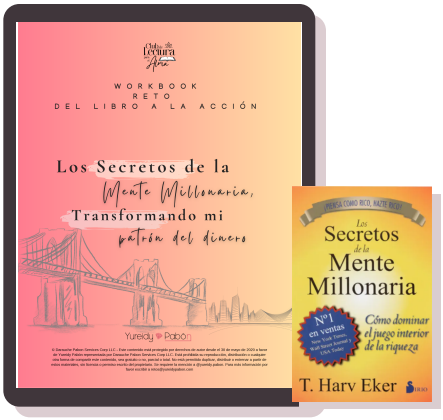
Hoy voy a acercarme con esta acción y a esta hora:

No necesitas forzar imágenes ni emociones. Usa la escena como inspiración para actuar; no sustituye los pasos de tu plan.

MES 1 / TU RETO RECOMENDADO

Los secretos de la mente millonaria

Reconocer lo que pienso y siento cuando aparece el dinero.



POR QUÉ ESTE RETO

Para reconocer mensajes aprendidos sobre el dinero y observar cómo influyen en tus decisiones cotidianas.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Identificar una creencia, contrastarla con tu experiencia y ensayar una respuesta más consciente.

PRÁCTICA PROPUESTA: 28 DÍAS

Inicio: _____

☐ ☐

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Días de práctica sugerida; duración oficial del reto sin confirmar.

5 ACCIONES CLAVE

1. Escribe una frase aprendida del dinero.
2. Recuerda dónde la escuchaste.
3. Observa qué haces cuando aparece.
4. Redacta una mirada más equilibrada.
5. Prueba una decisión y revisa el efecto.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Qué escuchaba del dinero en casa?
2. ¿Qué siento al hablar de dinero?
3. ¿Cómo influye esa frase en mis actos?
4. ¿Qué experiencia la pone en duda?
5. ¿Qué respuesta quiero practicar?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Puedo revisar lo que aprendí sobre el dinero.
- Mis recursos no determinan mi valor personal.
- Puedo aprender a decidir con más conciencia.

MES 2 / TU RETO RECOMENDADO

Piense y hágase rico

Elegir una meta propia y convertirla en un paso concreto.



POR QUÉ ESTE RETO

Para darle dirección a lo que deseas y distinguir una aspiración de las acciones que puedes realizar.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Definir una meta relacionada con tu dinero y elegir un compromiso semanal que dependa de ti.

PRÁCTICA PROPUESTA: 28 DÍAS

Inicio: _____

☐ ☐

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Días de práctica sugerida; duración oficial del reto sin confirmar.

5 ACCIONES CLAVE

1. Elige una meta que tenga sentido.
2. Escribe para qué quieres alcanzarla.
3. Reconoce recursos y límites actuales.
4. Agenda un paso que dependa de ti.
5. Revisa lo realizado y ajusta tu plan.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Qué quiero lograr y para qué?
2. ¿Qué parte de esta meta es mía?
3. ¿Qué recursos y límites tengo hoy?
4. ¿Qué sí puedo hacer esta semana?
5. ¿Qué evidencia mostrará mi avance?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Puedo darle dirección a lo que deseo.
- Una meta propia merece acciones concretas.
- Revisar mi plan me ayuda a seguir.

MES 3 / TU RETO RECOMENDADO

Las 7 leyes espirituales del éxito

Relacionarme con mis recursos desde la intención y mis valores.



POR QUÉ ESTE RETO

Para explorar qué significa el éxito para ti y conectar tus elecciones con lo que quieres cuidar en tu vida.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Elegir un valor y expresarlo en una decisión cotidiana sobre tus recursos, sin reducir tu bienestar a una cifra.

PRÁCTICA PROPUESTA: 28 DÍAS

Inicio: _____

☐ ☐

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Días de práctica sugerida; duración oficial del reto sin confirmar.

5 ACCIONES CLAVE

1. Define qué significa éxito para ti.
2. Reconoce algo que valoras de tu vida.
3. Elige un valor para decidir este mes.
4. Haz una pausa antes de un compromiso.
5. Revisa si tu elección refleja ese valor.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Qué significa vivir bien para mí?
2. ¿Qué valoro además del dinero?
3. ¿Qué intención quiero practicar?
4. ¿Qué elección expresa mis valores?
5. ¿Qué quiero seguir cuidando?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Puedo valorar lo que tengo y querer crecer.
- Mis valores pueden orientar mis decisiones.
- Acompaño mis intenciones con acciones.

PLANTILLA REUTILIZABLE / CUATRO SEMANAS

Mis hábitos, mi cuidado y mi avance

Mes: _____ Inicio: _____ Mi prioridad: _____

HÁBITO QUE QUIERO CUIDAR	SEMANA 1							SEMANA 2							SEMANA 3							SEMANA 4						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Lectura / reflexión emocional	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Meditación / respiración consciente	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Escuché un audio que me motivó e inspiró	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Dormir bien (7-8 horas)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
No comidas procesadas	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ejercicio (30-45 minutos)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Diario emocional	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gratitud	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Marca los hábitos que elijas practicar. Al cerrar cada semana, reconoce un avance y un ajuste.

RESULTADO - SEMANA 1

Logré: _____
Me sentí: _____
Ajustaré: _____

RESULTADO - SEMANA 2

Logré: _____
Me sentí: _____
Ajustaré: _____

RESULTADO - SEMANA 3

Logré: _____
Me sentí: _____
Ajustaré: _____

RESULTADO - SEMANA 4

Logré: _____
Me sentí: _____
Ajustaré: _____

DÍAS 85 A 90 / TU CIERRE

Reconoce lo que empezaste a construir

Mira los hechos: una decisión, una práctica o un ajuste también pueden mostrar que avanzaste.

PARA SEGUIR APROVECHANDO TU PLAN

1. Observa tus creencias sin convertirlas en un juicio sobre ti.
2. Conecta una meta propia con una acción que dependa de ti.
3. Mira tus recursos y límites antes de asumir un compromiso.
4. Revisa si tus elecciones reflejan lo que quieres cuidar.
5. Elige qué apoyo necesitas para continuar.

Día 85. ¿Qué hice de verdad?

Día 86. ¿Qué aprendí sobre mí?

Día 87. ¿Qué quiero mantener?

Día 88. ¿Qué necesito ajustar?

Día 89. ¿Qué apoyo me vendría bien?

Día 90. ¿Cuál será mi próximo paso?

Tu dinero, Tus decisiones

Quédate con una evidencia de avance y una decisión para continuar.

TU SIGUIENTE PASO

Tu ruta puede continuar acompañada

De la conciencia a la acción

Ya elegiste una prioridad para tu relación con el dinero. Puedes seguir practicando con una guía, un método y una comunidad que te ayude a revisar cómo vas.

MASTERCLASS - APROVECHA TU RUTA

Aprende cómo convertir una idea en una decisión y una acción concreta. También conocerás cómo aprovechar los retos del Club de Lectura para el Alma.

Tu siguiente paso: la masterclass

Acceso directo pendiente de integrar en la versión de publicación.

CLUB DE LECTURA PARA EL ALMA

Desarrollo personal aplicado para comenzar los cambios que los libros te inspiran a buscar.

1. **Retos guiados.** Para comprender una idea y llevarla a tu vida.
2. **Biblioteca Viva.** Para profundizar según tu prioridad.
3. **Acompañamiento grupal.** Para preguntar, compartir y revisar.

Conocer el Club

Los encuentros en vivo siguen el calendario del Club. El plan orienta qué profundizar; no incluye el acceso gratuito a los retos.

Mis retos no son para terminar libros. Son para empezar cambios.