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.

MENSAJE E INGRESOS DIGITALES

Tu mensaje, tu aporte

Aclarar lo que puedes aportar.
Dar un primer paso para compartirlo.

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 compartir lo que sabes y explorar un proyecto digital, pero aún no tienes claro qué ofrecer ni por dónde empezar.

Con este plan quiero ayudarte a aclarar tu mensaje, mostrar tu aporte y explorar una propuesta sencilla, escuchando a las personas a las que deseas ayudar.



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:

Compartir lo que sabes y explorar un proyecto digital

Quieres dar forma a lo que sabes, comunicarlo con claridad y explorar cómo convertirlo en una propuesta útil. Esta ruta te propone elegir a quién ayudar, mostrar tu aporte y probar una idea pequeña antes de ampliarla.

PUNTO A - LO QUE QUIERES DEJAR ATRÁS

"Tengo conocimientos e ideas, pero no sé cómo comunicarlos ni qué propuesta probar".







1

MES 1

El mensajero millonario

2

MES 2

De invisible a invencible

3

MES 3

El código del dinero

PUNTO B - LO QUE VAS A EMPEZAR A CONSTRUIR

"Explico qué puedo aportar, comparto mi trabajo y pruebo una propuesta escuchando a mi público".

Se muestran libros y recursos adjuntos; en el mes 2, una captura de Notion. El acceso a los retos se ofrece por separado.

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: mensaje y audiencia. Mes 2: visibilidad. Mes 3: propuesta y viabilidad. 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 ficha propone 28 días de práctica, no la duración oficial del reto. El objetivo es explorar y reunir evidencias; no garantiza ventas ni ingresos.

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: un mensaje útil parte de una necesidad real.
Mi vida: tengo ideas, pero supongo lo que mi público quiere.
Comprensión: necesito escuchar antes de crear más contenido.
Decisión: preguntar por una dificultad concreta.
Acción: conversar con tres personas y anotar lo que se repite.

¿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.

¿Qué te gustaría poder comunicar o probar con tu proyecto en estos tres meses?

¿Qué experiencia o conocimiento tuyo podría ser útil para otra persona?

Cuando piensas en mostrar tu trabajo, ¿qué te dices y qué terminas haciendo?

Recuerda una vez que ayudaste a alguien con lo que sabes. ¿Qué aportaste?

¿Qué podrías preguntar, compartir o probar esta semana para aprender de tu público?

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

Aclarar mi mensaje

Mi submeta:

Mi enfoque:

Mi evidencia:

MES 2

Hacer visible mi aporte

Mi submeta:

Mi enfoque:

Mi evidencia:

MES 3

Explorar una propuesta

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 explicando tu idea con claridad. ¿A quién ayudas? ¿Qué aportas? ¿Qué pequeña prueba has realizado?

3 Reconoce lo que hiciste

Recuerda una idea que aplicaste: escuchar una necesidad, compartir contenido o acotar una propuesta. ¿Qué hiciste? ¿Qué aprendiste de la respuesta?

4 Deja que el avance tenga sentido

Reconoce tu esfuerzo al mostrar tu trabajo y escuchar respuestas. Valora lo aprendido, incluso si decidiste ajustar la idea o cambiar de dirección.

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

El mensajero millonario

Reconocer qué puedo aportar y a quién quiero ayudar.



POR QUÉ ESTE RETO

Para reconocer experiencias y conocimientos útiles, y dar forma a un mensaje dirigido a una persona concreta.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Escribir una primera versión de tu mensaje y contrastarla con una necesidad real de tu audiencia.

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 un tema que conozcas bien.
2. Describe a quién quieres ayudar.
3. Nombra un problema que reconozca.
4. Escribe cómo podrías aportar valor.
5. Pregunta y escucha sin asumir.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Qué sé hacer que puede ser útil?
2. ¿A quién quiero ayudar primero?
3. ¿Qué necesita esa persona hoy?
4. ¿Qué puedo aportar con honestidad?
5. ¿Qué necesito preguntar para saber?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Mi experiencia puede ser un punto de partida.
- Puedo escuchar antes de dar por hecho.
- Mi mensaje se aclara cuando lo pongo a prueba.

MES 2 / TU RETO RECOMENDADO

De invisible a invencible

Comunicar lo que hago con claridad y constancia.



POR QUÉ ESTE RETO

Para expresar tu propuesta con una voz propia y empezar a mostrar tu trabajo sin esperar a tenerlo todo perfecto.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Definir una presentación sencilla y probar contenido útil en un canal que puedas sostener.

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 qué haces y para quién.
2. Elige un canal donde esté tu público.
3. Prepara una pieza de contenido útil.
4. Compártela e invita a conversar.
5. Registra preguntas y ajusta el mensaje.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Se entiende lo que puedo aportar?
2. ¿Dónde puedo encontrar a mi público?
3. ¿Qué pregunta puedo responder hoy?
4. ¿Qué puedo mostrar de mi trabajo?
5. ¿Qué aprendí de las respuestas?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Puedo mostrar mi trabajo con honestidad.
- La claridad se construye al comunicar y escuchar.
- Puedo empezar pequeño y sostener mi práctica.

MES 3 / TU RETO RECOMENDADO

El código del dinero

Relacionar mi aporte con una propuesta de valor posible.



POR QUÉ ESTE RETO

Para mirar cómo tu conocimiento podría convertirse en una propuesta útil, considerando tiempo, recursos y demanda.

QUÉ PUEDES COMENZAR A LOGRAR

Esbozar una propuesta sencilla y reunir información para decidir si conviene probarla o ajustarla.

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 necesidad que escuchaste.
2. Describe una propuesta acotada.
3. Anota recursos, tiempo y costos.
4. Conversa sobre interés y disposición.
5. Elige una prueba y revisa lo aprendido.

5 PREGUNTAS PARA TI

1. ¿Qué necesidad concreta atendería?
2. ¿Qué incluiría y qué quedaría fuera?
3. ¿Qué necesito para poder entregarlo?
4. ¿Qué señales de interés tengo?
5. ¿Qué debo comprobar antes de avanzar?

TRES AFIRMACIONES PARA TU PRÁCTICA

- Puedo explorar una idea antes de ampliarla.
- Mi propuesta necesita utilidad y viabilidad.
- Aprender de una prueba también es avanzar.

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. Elige una audiencia y una necesidad concreta para empezar.
2. Explica tu aporte con palabras que tu público entienda.
3. Comparte una pieza útil e invita a una conversación.
4. Prueba una propuesta pequeña y registra lo que aprendes.
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 mensaje, Tu aporte

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

TU SIGUIENTE PASO

Tu ruta puede continuar acompañada

De la idea a la acción

Ya elegiste una idea para explorar. El Club puede acompañarte a trabajar claridad, confianza y hábitos para sostener tus acciones mientras desarrollas tu proyecto.

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

El Club acompaña tu desarrollo personal; no incluye consultoría de negocio ni promete crear o monetizar tu oferta. Los retos completos se ofrecen por separado.

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