



TRANSFORMACIÓN FINANCIERA CONSCIENTE

Actividades para activar tu nueva versión como mujer que domina su dinero

Basado en minilecciones del Método Ahorradoras y YOInversora, estas actividades te guiarán para reprogramar tu relación con el dinero. Sigue leyendo para descubrir 7 ejercicios transformadores.

Preparación para tu transformación

Crea tu espacio

Habla los próximos días con tu yo financiera y escucha qué te dice, qué siente, cómo reacciona. Hazlo con atención plena, sin distracciones. Dedicar tiempo de calidad a este proceso.

Conecta con tus emociones

Apunta todo lo que te haga "clic" o remueva algo en ti: frases, ideas o emociones que surjan durante el proceso.

Practica la consistencia

La repetición es clave para integrar estos cambios. No basta con entenderlo intelectualmente, hay que practicarlo día tras día.

Recuerda: observa tus acciones diarias y pregúntate si estás decidiendo desde la mujer que quieres ser.

FINANCIAL PLANNING
FINANCIAL PLANNING



Tu relación actual con el dinero

- **Observa tu reflejo financiero**

¿Qué estás transmitiendo hoy con tus decisiones financieras? Tus compras, inversiones y forma de ahorrar cuentan una historia sobre ti.

- **Diseña tu nueva narrativa**

¿Cómo deseas que se refleje tu relación con el dinero a partir de ahora? Si tu economía fuera tu carta de presentación, ¿qué historia quieres contar?

Actividad transformadora:

Crea un collage o tablero visual (en Pinterest o físico) que represente a la mujer financieramente libre y poderosa que estás construyendo. Inclúyelo en un lugar donde puedas verlo diariamente.

Redefine tu energía económica

1 Decisiones que dejas atrás

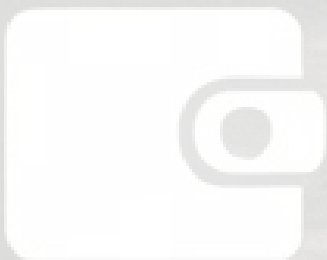
Identifica con qué tipo de decisiones financieras eliges no conectar más. ¿Qué hábitos, creencias o patrones de consumo ya no te representan?

2 Decisiones que abrazas

Define qué tipo de acciones quieres integrar en tu día a día. ¿Cómo te empieza a sentir decidir dónde va tu dinero con conciencia, ahorrar estratégicamente, gastar con disfrute sin culpa y hasta invertir?

Actividad transformadora:

Crea dos listas concretas: tus "no más" (decisiones que dejas atrás) y tus "sí quiero" (decisiones alineadas con tu nueva versión). Léelas en voz alta cada mañana durante una semana.



Coherencia financiera

La coherencia entre tus valores y tus acciones es fundamental para una relación saludable con el dinero. Identifica dónde ya brilla esta coherencia en tu vida.

Reflexiona

¿Qué tres aspectos de tu vida ya reflejan una relación saludable con el dinero? Puede ser tu organización, tu capacidad de ahorro o cómo y cómo hablas sobre el dinero (o si no lo haces). Cómo está tu entorno financieramente.

Comparte

¿Qué tipo de aprendizajes, reflexiones, creencias, errores y aciertos podrías compartir con quienes están en el mismo camino? Ya sea en redes sociales, con tu familia o en tu entorno laboral.

Actividad transformadora:

Escribe tres pequeñas acciones concretas que realizarás esta semana para comunicar tu nueva energía financiera. Puede ser una conversación significativa, un post inspirador donde nos etiquetes o una revisión consciente de gastos.

Merecimiento y abundancia

Muchas veces somos nosotras mismas quienes bloqueamos la entrada de abundancia en nuestra vida, sin ser conscientes de ello.

Identifica tus resistencias

¿De qué manera te estás resistiendo a recibir más dinero, apoyo, bienestar o disfrute? Observa qué pensamientos o emociones surgen cuando el dinero llega con facilidad.

Libera la culpa

El merecimiento no es algo que debas ganar con sufrimiento. La abundancia es tu estado natural cuando eliminas los bloqueos internos que te limitan.

Actividad transformadora:

Escribe una carta de rendición al universo (o a tu yo del futuro), abriéndote a merecer lo mejor sin culpa ni exigencia. Léela en voz alta y guárdala en un lugar especial.

Propósito económico

Para avanzar hacia la abundancia, primero debemos identificar y soltar lo que nos mantiene en la escasez.

1

Identifica

¿Qué estrategias, productos o dinámicas te han mantenido en una energía de escasez? Puede ser comprar sin consciencia, tener miedo a invertir o creer que es algo para ricos, o esperar la "fórmula mágica".

2

Documenta

Escribe con detalle qué patrones financieros dejas atrás y por qué ya no te sirven para tu evolución económica.

3

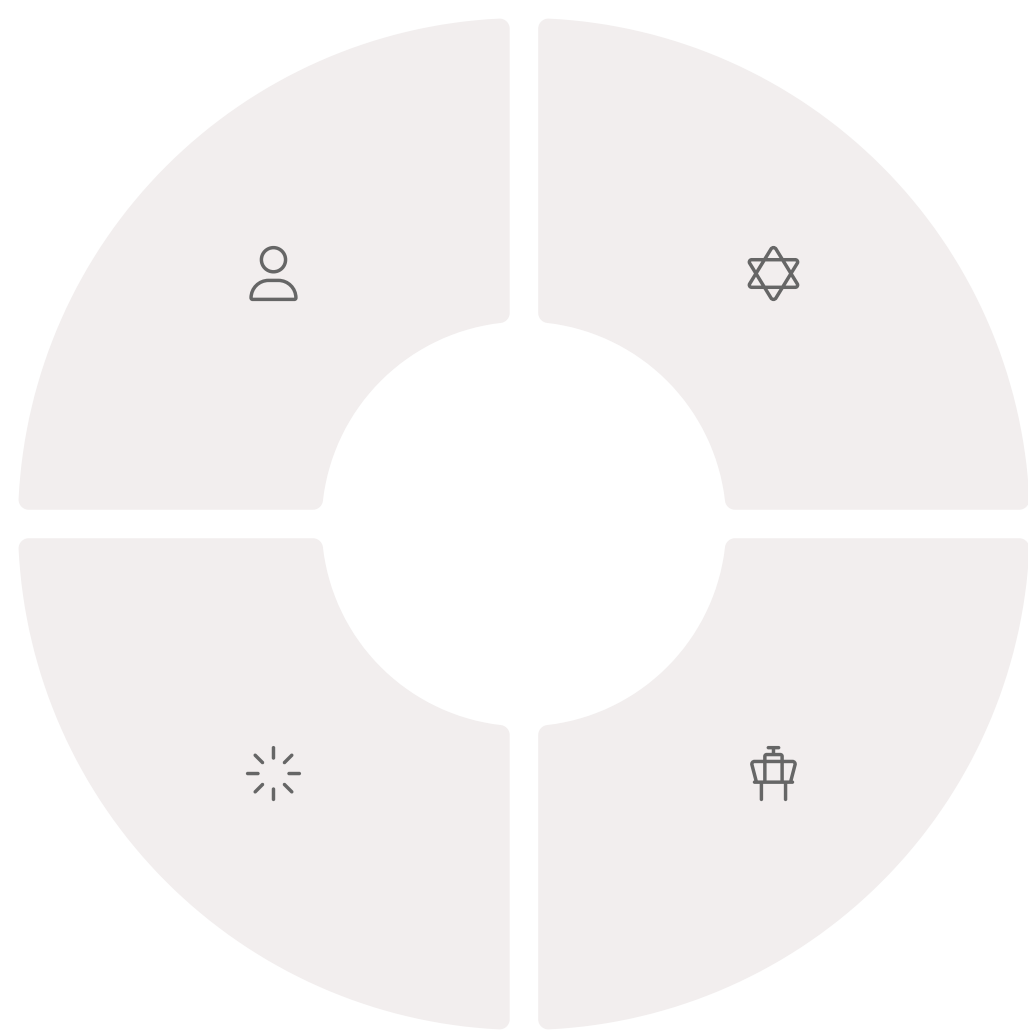
Libera

Realiza un ritual simbólico para despedirte de estos patrones: romper ese papel, quemarlo o enterrarlo. Haz espacio para lo nuevo.

Este proceso de liberación es esencial para hacer espacio a las nuevas creencias y hábitos que desees cultivar.

Tu rol como gestora de tu dinero

La forma en que te relacionas con tu dinero define tu poder sobre él. Es momento de asumir el control de tu destino financiero.



Víctima

"Las circunstancias me controlan, no puedo hacer nada para cambiar mi situación financiera"



Evitadora

"Prefiero no mirar mis finanzas porque me generan ansiedad y preocupación"



Controladora

"Necesito tener todo perfectamente planeado antes de tomar cualquier decisión financiera"



Líder

"Aprendo, me adapto y tomo decisiones conscientes desde mi poder personal"

Actividad transformadora:

Escribe un manifiesto de 5 frases poderosas como nueva inversora consciente, desde tu poder y propósito. Léelo en voz alta cada mañana frente al espejo.

Contracción vs expansión

La vida financiera, como todo en la naturaleza, tiene ciclos. Prepararte para ambos momentos te dará estabilidad emocional y económica.

1

Plan para la contracción

¿Qué harás cuando tengas un bajón emocional o una caída en tus finanzas? Prepara tu estrategia para los momentos difíciles antes de que lleguen.

2

Plan para la expansión

¿Qué harás cuando todo fluya y tengas un pico de expansión? Muchas mujeres no están preparadas para la abundancia y la sabotean inconscientemente.

Actividad transformadora:

Crea tu lista de "anclajes" para ambos momentos. Incluye personas de confianza, prácticas diarias, frases inspiradoras o recursos que te ayuden a mantener tu centro, tanto en la escasez como en la abundancia.

Ahora es tu momento

Este trabajo no es para que lo hagas perfecto. Es para que lo **vivas**. Lo importante no es cuánto sepas, sino **cuánto integras lo que sabes**.



Revisa trimestralmente

Dedica tiempo cada tres meses para evaluar tu progreso y reajustar tu rumbo financiero.



Comparte tu experiencia

Si algo de lo que has vivido te ha transformado, ¡compártelo! Sois muchas caminando juntas hacia la libertad financiera.



Conéctate con la comunidad

Rodéate de mujeres que también están en este camino. La energía colectiva potencia tu crecimiento individual.

Recuerda: cada pequeño paso consciente te acerca a la versión financieramente libre que deseas ser.

Continúa tu camino de transformación

El viaje hacia la libertad financiera es más enriquecedor cuando lo hacemos en comunidad. Rodéate de mujeres que comparten tus valores y aspiraciones.

Grupo privado de alumnas

Únete a nuestra **comunidad exclusiva Premium** donde compartimos experiencias, celebramos logros y nos apoyamos en los momentos de duda.

Formación de transformación financiera

Para quienes desean profundizar aún más, **nuestro programa completo basado en el Método Ahorradoras** ofrece lecciones, herramientas avanzadas, mentorías y recursos exclusivos.

Programa YOInversora

Si ya estás lista para empezar a poner tu dinero a trabajar, **esta es la formación ideal para ti**, para pasar de ahorradora o consumidora a inversora.

Cada mujer que transforma su relación con el dinero inspira a otras a hacer lo mismo. Juntas estamos creando un nuevo paradigma de abundancia consciente.

¡Comparte tu compromiso!

Has llegado al final de esta guía, pero es apenas el comienzo de tu transformación financiera. El verdadero cambio ocurre cuando pasas de la información a la acción.

Si esta guía te ha inspirado, **compártela con otras mujeres** que podrían beneficiarse de estos ejercicios. Envíala a una amiga que necesite esta información o guárdala para revisarla cuando necesites reconectar con tu propósito financiero.

Y no olvides seguirnos para más contenido sobre libertad financiera, inversiones conscientes y desarrollo personal de la mano del equipo formado por Mapi Amela. ¡Tu futuro abundante te está esperando! ✨