

SOFÍA PAREDES CHAUX
2025

EL PUNTO
DE PARTIDA
SIEMPRE
SERÁS TÚ.



SP

INTRODUCCIÓN

Para emprender este proceso de **autoconocimiento y conciencia**, es importante comenzar reflexionando sobre distintos aspectos de tu vida actual.

Con **El Círculo de la Vida** podrás identificar cuánta alineación sientes en cada área de tu vida, dándote una visión clara de dónde estás hoy.

Revisarás las dimensiones de:

1. **SALUD** (CUERPO FÍSICO)
2. **TRABAJO Y NEGOCIOS** (EL SER EN EL HACER)
3. **VÍNCULOS Y RELACIONES** (FAMILIA, PAREJA, COLEGAS, ETC.)
4. **DINERO** (RIQUEZA Y ABUNDANCIA)
5. **DESARROLLO PERSONAL & AMOR PROPIO** (TU RELACIÓN CONTIGO)
6. **ESPIRITUALIDAD** (CONCIENCIA SUPERIOR)
7. **PLACER Y SEXUALIDAD** (VIDA EN GOZO Y CREATIVIDAD)
8. **ENTRETENIMIENTO Y PASATIEMPOS** (VIDA SOCIAL)

La invitación es simple: **asigna un puntaje del 1 al 10 a cada área** (1 siendo "poco alineado" y 10 "muy alineado") mientras reflexionas sobre lo que está funcionando y lo que podrías fortalecer.

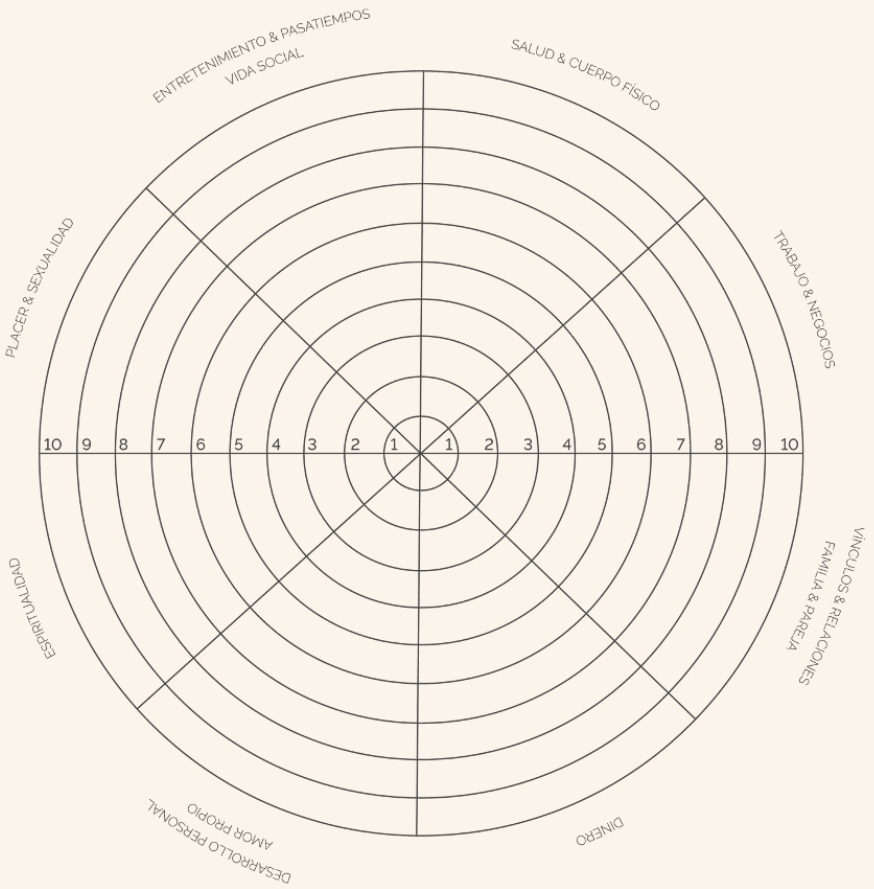
Guíate por el código de **ser radicalmente honestx contigo mismx**. Este ejercicio es sólo para ti. Cuanta más apertura y verdad te permitas, mayor será la sabiduría que emergerá para ti en este momento.

Recuerda que puedes volver a este Workbook siempre que lo necesites. Es una **herramienta viva**, lista para acompañarte en cada nueva etapa de tu camino.

He creado esta herramienta con **todo mi amor**.

Sofía Paredes

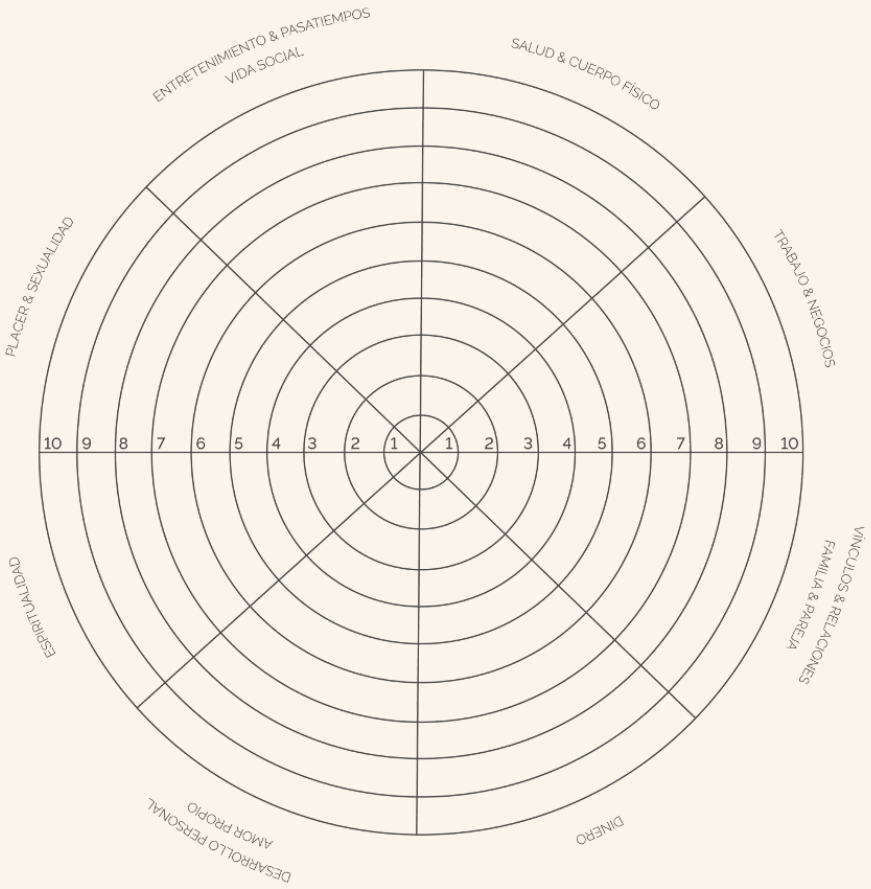
CÍRCULO DE LA VIDA



Gráfico

VISUALIZA

Tras completar las dimensiones, usa este círculo para visualizar en **360° tus puntajes**.




INTENCIONA

Prioriza las tres dimensiones que en este momento particular sientas que más te gustaría profundizar, expandir y alinear en tu vida:

1. _____
2. _____
3. _____

Con base en los hallazgos que obtuviste de tus reflexiones en cada una de las dimensiones y las tres priorizaciones, escribe cuál quieres que sea tu intención.

“Mi intención con este ejercicio es...” (hacia donde sí quiero ir).



¡VUELVE A TI UNA
Y OTRA VEZ, LAS
VECES QUE SEA
NECESARIO!

SP
Ch

GRACIAS POR ELEGIR ESTA HERRAMIENTA

Si llegaste a este Workbook, es porque **tu alma está lista** para dar el salto y re-evolucionar tu existencia.

Lo único que tú debes hacer es **abrirte a oírla y comprometerte** a transitar tu propio camino.

Si quieres hacerlo conmigo, **acá estoy para ti** 🧡

Hasta pronto



SOFÍA PAREDES CHAUX
COACH - MENTORA DE VIDA &
ENERGÉTICA

[SESIÓN 1:1 BOOST YOURSELF](#)

[OTROS RECURSOS DE REGALO](#)

[BIOSITE COMPLETO](#)

