



LA RUEDA DE LA ABUNDANCIA

LA HERRAMIENTA DE LA ABUNDANCIA 1ª PARTE

Esta poderosa herramienta es muy apropiada para mujeres que quieren alimentar la abundancia en todas las facetas de su vida, de forma medible y rápida. Cuando no estamos bien económicamente, muchas veces no sabemos exactamente por qué no. Cuando no tenemos los resultados que queremos, muchas veces no sabemos por qué exactamente no los tenemos. Y tampoco sabemos cómo cambiar la situación, ni cómo empezar.

Se utiliza este ejercicio para que te des cuenta de cuál es la faceta o cuáles son las facetas que más está(n) afectando a la relación con el dinero y con la abundancia. Por tanto, es esa faceta o son esas facetas que necesitan ser tratadas con mayor prioridad y con mayor brevedad. Esta herramienta ayuda mucho a definir los objetivos para todo el proceso de sanación de la relación con la abundancia.

Antes de empezar, mira los círculos en la página siguiente y pregúntate qué significa para ti cada faceta:

- ¿Qué significa para ti confiar en ti misma?
- ¿Crecer cada día?
- ¿Las relaciones con los demás?
- ¿Organizar tus tareas y priorizar?
- ¿Gestionar tu economía?
- ¿Amar lo que haces?
- ¿Invertir en ti?
- ¿Regalos?

Después de contestar las preguntas y tener claro lo que significa cada faceta para ti, imprime la herramienta de la página siguiente 2 veces.

Coge la Rueda de la izquierda y pon la fecha de hoy arriba a la izquierda.

El objetivo es marcar tu **grado de satisfacción** en cada una de las 8 facetas de la relación contigo misma. Evalúa en una escala del 0 al 10, cómo de satisfecho y pleno te sientes en cada una de esas facetas con respecto a **la relación IDEAL contigo misma (sé soñador y realista)**. Es importante que elijas el número que mejor represente tu situación actual, en este preciso momento de tu vida.

El 0 se encuentra para todas las facetas en el centro del círculo y el 10 al final de cada vértice, como si cada eje del círculo representara una escala imaginaria del 0 al 10. Marca tu evaluación en cada eje y escribe al lado el número elegido.

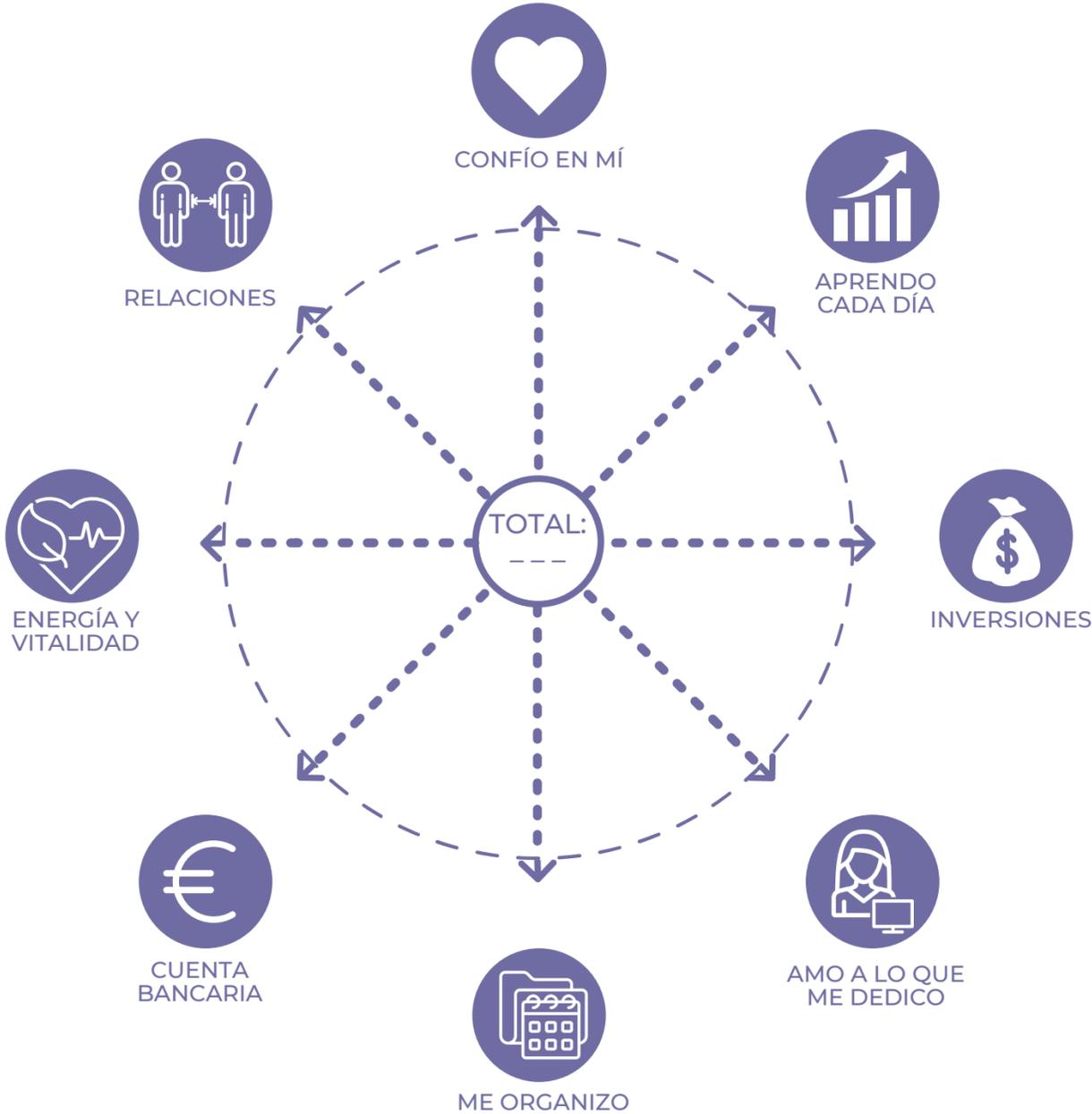
A continuación conecta todas tus marcas con una curva ondulada (no con líneas rectas). Usa el color que menos te gusta. La forma de la imagen varía mucho en función de las marcas. No te preocupes si el círculo sale muy raro.

Como nada es casualidad, la imagen obtenida será la apropiada para este preciso momento de tu vida.

Esta curva representa tu 'rueda del amor propio' y cómo estás rulando por ella.

Rueda DE LA ABUNDANCIA

FECHA (hoy): _____



ME ORGANIZO

Cuando termines, calcula la suma del grado de satisfacción que has marcado en todas las 8 facetas de la rueda (como máximo podrás obtener 80) y pon la cifra en el centro de la rueda (TOTAL).

A continuación contesta en tu libreta a estas preguntas poderosas:

Si ésta fuera la rueda sobre la que te mueves por la vida, ¿cómo sería tu viaje?

¿Qué partes de la rueda te dan impulso para avanzar?

¿Qué partes te frenan?

¿Cómo se relacionan unas facetas con otras?

¿Y cuál es la que más tira hacia 'arriba'?

¿Cuál es la que más tira de la rueda hacia 'abajo'?

¿Qué ocurriría con las demás, si esta faceta subiera dos puntos?

¿Cuál de ellas tiene mayor impacto en las demás?

¿Qué faceta requiere mayor atención por tu parte?

¿Cuál es la faceta que quieres mejorar con mayor prioridad?

Una vez que descubras cómo se relacionan unas facetas con otras, es mucho más fácil saber qué es lo que quieres conseguir con tu proceso de alimentar la abundancia en tu vida. La idea predeterminada que te ha traído hasta aquí suele cambiar tras utilizar esta herramienta, ya que te das cuenta de que hay algo más profundo y poderoso que está afectando a toda la relación con la abundancia.

gracias por estar aquí
y por priorizar tu crecimiento

