

*Haz lo que amas, compártelo y veras
como el dinero llega como consecuencia*

DESCUBRE (O REDESCUBRE) TU PROPÓSITO

Una guía y hojas de trabajo

MARLY C. MARTINEZ SOTO

www.marlymartinezsoto.com



Respetar los derechos de autor. Los derechos de autor y propiedad intelectual del material compartido en este ebook pertenecen a Marly C. Martínez Soto de marlymartinezsoto.com 2022, exceptuando las referencias a otros creadores, los cuales están debidamente citados en cada capítulo.

Esta obra no tiene carácter comercial. No tienes los derechos de reventa de estos textos. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de portada, puede ser reproducida, almacenada o transmitida por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación, en Internet o de fotocopia, sin previo aviso escrito a la autora. Si quieres emplear alguno de sus textos o imágenes puedes solicitarlo a través del email: info@mamicietificavariopinta.com



La información contenida en este ebook representa el punto de vista de la autora en el momento de su publicación. Debido a que la aplicación de las técnicas y consejos que se describen aquí puede variar según las circunstancias y la persona que las ponga en práctica, no existen garantías de éxito aseguradas de su uso. El resultado dependerá de tus propias habilidades profesionales y personales. extos.

Preparación Previa

Ponte cómoda y prepárate para hacer un recorrido importante en tu vida.

Prepárate para realizar un viaje de auto-conocimiento, para responder preguntas en un nivel más profundo y creativo, conectado solo contigo misma desde dentro.

Encontrar o descubrir tu pasión, tu propósito, tu talento, requiere de una búsqueda extensa y profunda en ti misma.

Esta búsqueda es muy importante, ya que encontrar tu propósito te traerá satisfacción y dará sentido de tu vida.

No te vayas a confundir

Encontrar aquello que te satisface en la vida no es el resultado de una fuerza mágica o esotérica.

Realmente consiste en dejar atrás muchas creencias y actividades de la vida automática y programada que muchos llevamos, para dar paso hacia actividades que nos motivan o impulsan a crecer personalmente.

¿Qué necesitas?

- Dedícale unos minutos al día exclusivamente a los ejercicios.
- Prepara tu rincón favorito para inspirarte y realizar los ejercicios.
- Haz algún ejercicio de relajación que te permita conectar contigo misma.
- Ten lápiz y papel a mano o si prefieres tu ordenador para escribir todas tus respuestas.
- Y lo más importante escribe lo primero que te venga a la mente y se totalmente sincera, autentica y honesta.

Contexto

Para comenzar vamos a hablar sobre algunos conceptos en los que están basados esta dinámica.

Te pregunto:

- ¿Para qué te levantas cada mañana?
- ¿Estás haciendo algo que te gusta de verdad?
- ¿Tiene sentido tu vida?

Partimos de que para nosotras una idea de negocio ganadora es aquella en la que te sientes cómoda, satisfecha, valorada, realizada y de paso te trae una recompensa económica en concordancia con lo que aportas.

Por ese motivo estos ejercicios están basados en encontrar tu razón de ser, de vivir, tu pasión, tu **propósito** a esto se le conoce en la cultura japonesa como **IKIGAI**.

El **Ikigai** es el lugar de intersección entre tu **pasión**, tu **misión**, tu **profesión** y tu **vocación**, en esto basaremos la búsqueda de tu propósito (idea de negocio).

Existen muchas formas de buscar tu **IKIGAI**, pero puedes comenzar por responder estas preguntas:

- ¿Qué es lo que amas?
- ¿Qué sabes hacer bien?
- ¿Qué crees que el mundo necesita de ti?
- ¿Por qué deberías recibir un salario?

Veras como estas respuestas se conectan directamente con tu pasión, misión, profesión y vocación. Pero tranquila que te ayudaré a profundizar en todo esto.

IKIGAI = *Propósito* (*Idea de negocio*)



PASIÓN = *Afición* + *Talentos*.

Afición: actividad u ocupación que se realiza meramente por placer durante el tiempo libre.

Talento: especial capacidad intelectual o aptitud que tiene una persona para aprender las cosas o desarrollar con mucha habilidad una actividad.

Entonces podemos decir que la PASIÓN es una unión entre lo que te gusta hacer, tu talento, tu don natural o tu hobby, algo que se te da bien y que tienes capacidad para ello.

Para este paso vamos a responder unas preguntas y hacer una lista.

¿Qué amas hacer? ¿Qué haces y sientes que te pasa el tiempo volando? ¿En qué eres bueno? ¿Qué te gustaría aprender y ser bueno en ello? ¿Qué harías si no tuvieras que pensar en el dinero?

Haz tu lista, recuerda escribe lo primero que te venga, se honesta, no te pongas limite y tampoco te frustres si tu lista no es larga. Puedes clasificar las respuestas si así lo sientes en aficiones y talentos.

-
-
-
-
-
-
-
-
-

PROFESIÓN = *Talentos + Mercado/Demanda.*

Mercado: conjunto de transacciones de procesos o intercambio de bienes o servicios entre individuos.

Demanda: cantidad de bienes y servicios que son adquiridos por consumidores a diferentes precios, en una unidad de tiempo específica.

PROFESIÓN es entonces un mezcla de lo que se te da bien y por lo que te buscan y de paso te pagan por hacer.

Los talentos ya los definiste en el paso anterior, por lo que en este paso vamos a responder preguntas como:

¿Por qué la gente recurre a ti? ¿Qué tipo de cosas te preguntan? ¿Cómo TÚ eres la solución a algunos de los problemas que se les presentan? ¿Cómo encuentro la manera para que me paguen por lo que me gusta hacer? ¿Por cuáles actividades ya me pagan?

Haz lista y recuerda siempre, si quieres clasificar las respuestas, o incluso escribir los nombres de las personas y describirlas, todo te será útil.

-
-
-
-
-
-
-
-

Encuentra tu talento

Aquí hago un inciso para sugerirte un ejercicio que a mi me ha resultado muy interesante y enriquecedor de hacer.

Se de primera mano que describirnos a nosotros puede ser complicado, por eso la perspectiva que tienen lo demás sobre nosotros suele ser importante a la hora de encontrar eso que nos apasiona y nos define.

¿Para qué te va a servir encontrar tu talento?

Como es algo se te da con facilidad, naturalidad y sin esfuerzo, quizás ni siquiera seas consciente de lo bien que lo haces, por lo que al detectarlo se te abren una infinidad de puertas a oportunidades e ideas que quizás antes no habías visto.

Por ejemplo, un nuevo empleo, un nuevo proyecto de emprendimiento, una nueva línea de negocio, un nuevo servicio o simplemente una nueva afición.

¿Qué necesitas?

- Sigue las instrucciones
- Ten lápiz y papel a mano o si prefieres tu ordenador o el bloc de notas del teléfono para escribir todas las respuestas.
- Y lo más importante, mantén tu mente abierta, positiva , sin prejuicios, quejas ni críticas.
- Solo observa y quédate con lo bueno y que resuene contigo.

Encuentra tu talento

Este ejercicio está diseñado a partir del vídeo de Mónica Villamarín “**Descubre tu talento especial en 5 min**” y te ayudará a encontrar tu talento especial y visualizar como te ven los demás

Para que el ejercicio sea provechoso para ti sigue las siguientes instrucciones:

- Primero, ve el vídeo haciendo click [AQUÍ](#).
- Segundo, escribe un mensaje a tus amigos y conocidos ya sea por correo electrónico, WhatsApp o mensaje privado en las redes sociales con el texto que encontraras en la siguiente pagina.
- Tercero, haz una tabla para que una vez que te vayan respondiendo a las preguntas puedas escribir las respuestas en orden.
- Cuarto, mira las coincidencias, las cosas nuevas, los defectos, y has una evaluación de cómo te visualizan los demás, toma lo bueno y reafírmalo, toma lo no tan bueno y piensa ideas de cómo mejorarlo (de todo se aprende).
- Y quinto, finalmente lo más emocionante e importante ¡Descubrir tu talento!

¡Feliz ejercicio!

Hola "NOMBRE AMIGO",

Estoy haciendo una autoevaluación de mi vida y lo que quiero hacer con ella y en ella de ahora en adelante. Para eso estoy haciendo una serie de ejercicios y este es uno de ellos.

Te voy a pedir que respondas las 5 preguntas que pongo más abajo sobre mí, responde de manera concreta, detallada y lo más resumida posible, pero sobre todo responde de manera sincera y honesta.

Te he escogido para que me ayudes en este ejercicio porque me conoces bien, hemos compartido muchos momentos juntos, tanto profesionales como personales y espero que esto nos ayude.

De antemano gracias por tus respuestas y tu valiosa ayuda. Te envío un gran abrazo y muchos cariños.

Aquí te dejo las preguntas:

- 1) ¿Cuál crees que es mi punto fuerte?
- 2) ¿Cuál crees que es mi punto débil?
- 3) ¿Qué talento o don innato vez en mí? ¿Qué es lo que hago de manera natural sin esfuerzo y que es especial?
- 4) Si yo saliera en la portada de una revista, ¿Qué revista sería? y ¿Qué diría de mí?
- 5) ¿Cuándo expreso plenamente este don o talento?

De nuevo muchas gracias por echarme una mano con este ejercicio...

Un Saludo

(El contenido del texto lo puedes modificar y adaptar a tu personalidad y según a quien te dirijas, pero importante que hagas hincapié en que respondan a las preguntas de forma honesta, te sorprenderá lo bueno que puedes sacar de este ejercicio)

Ejemplo tabla respuestas

<p>¿Cuál crees que es mi punto fuerte?</p>	<p>¿Cuál crees que es mi punto débil?</p>	<p>¿Qué talento o don innato ves en mí? ¿Qué es lo que hago de manera natural sin esfuerzo y que es especial?</p>	<p>Si yo saliera en la portada de una revista, ¿Qué diría de mí?</p>	<p>¿Cuándo expreso plenamente este don o talento?</p>
<p>1.</p>	<p>2.</p>	<p>3.</p>	<p>4.</p>	<p>5.</p>
<p>6.</p>	<p>7.</p>	<p>8.</p>	<p>9.</p>	<p>10.</p>

VOCACIÓN = *Mercado/Demanda* + *Valor*.

Valor: cualidad o conjunto de cualidades por las que una persona o cosa es apreciada o bien considerada. Todo aquello que en su práctica ayude a mejorar al ser humano en su convivencia social e individual y que lo transforma en un ser más justo y fraterno.

Tu VOCACIÓN es cuando haces aquello que se te da bien, por lo que te pagan, pero además tiene un impacto en el mundo y te da la sensación de mucha satisfacción.

Ya conoces para y porque te buscan, de paso te pagan, pero ahora toca averiguar si eso que haces aporta un granito de arena. Para eso, puedes responder preguntas como:

¿Ayudas? ¿Inspiras? ¿Enseñas? ¿Qué te hubiera gustado aprender en el colegio/universidad? ¿Qué te molesta en tu sector? ¿Qué aportas o aportarías diferente para resolver algún problema? ¿Qué problemas, necesidades y /o deseos ya resuelves?

Una vez más haz tu lista, escribe todo lo que venga a tu mente, sin filtro y sin limite, siéntete libre.

-
-
-
-
-
-
-
-

MISIÓN = *Afición* + *Valor*.

Ya conoces tus aficiones y el aporte de valor de lo que haces. Entonces tu MISIÓN es la unión de lo que amas y adoras hacer y al mismo tiempo sabes que con ello ayudas a otros y también te sientes más plena, satisfecha.

Aquí ya sabes cómo satisfacer la necesidad, resolver el problema o simplemente satisfacer un deseo de tu cliente o de otra persona y cubres tu necesidad de contribuir, de aportar algo más.

Entonces aquí lo que vas a tratar es de unir, fusionar interceptar tu aficiones con eso que aportas al mundo, para eso responde preguntas como:

¿Qué puedo aportar con mi conocimiento y experiencia? ¿Cómo puedo unir lo que amo hacer y ayudar a otros? ¿Hay en el mundo una demanda de lo que tú sabes y haces con amor? ¿Qué te diferencia de los demás? ¿Qué recursos tienes para ofrecer eso que haces, te diferencia y aporta valor? ¿Ya he ayudado a alguien con lo que amo hacer?

Escribe tu lista y como ya vengo diciendo sé libre, no te pongas límites, no te cohibas y sé tu misma.

-
-
-
-
-
-
-

VISIÓN = *¿Cómo te ves a ti misma trabajando de lo que te apasiona?*

Llegadas a este punto ya debes conocer o estar en proceso de conocer tu pasión, profesión, vocación y misión. Y tener una idea de negocio alineada con tu propósito de vida con tu razón de ser, de vivir, de existir.

Pero también es importante que te visualices a corto, mediano y largo plazo haciendo eso que tanto amas, con lo que aportas y de paso te pagan.

Para eso escribe cómo te ves trabajando en tu pasión, tu misión, tu vocación y profesión ahora y en el futuro.

¿Dónde te ves? ¿Cómo te ves? ¿Hasta dónde quieres llegar?
¿Cuáles son tus sueños?

Resumen

Ya conoces los 4 pilares para encontrar tu **IKIGAI = Propósito/Idea de negocio**. Está en la intersección entre lo que amas, en lo que eres bueno, lo que el mundo necesita y lo que te servirá para ganarte la vida y allí empieza la verdadera magia.

Es ese algo que está ahí, dentro de ti, esperándote, queriendo hacerte sentir feliz y satisfecho/o con el camino que has elegido en tu vida.

Francesc Miralles dice: “El objetivo es identificar aquello en lo que eres bueno, que te da placer realizarlo y que, además, sabes que aporta algo al mundo. Cuando lo llevas a cabo, tienes más autoestima, porque sientes que tu presencia en el mundo está justificada. La felicidad y la remuneración económica serían la consecuencia”.

Propósito/Idea (s) de negocio

Lo que te apasiona, amas, adoras, sabes hacer bien, ayuda, aporta al mundo, te llena y te satisface.

Diferenciación / Valor

Eso que sabes de forma diferente y que de paso aporta un granito de arena al individuo, sociedad o al mundo.

Potenciales Clientes

El perfil de todas esas personas que recurren a ti y que haz podido ayudar con eso que se te da bien y amas hacer.

Monetización

La forma en la que puedes cobrar por eso que te hace diferente, aporta, ayuda y te satisface.

Extra

Aquí te dejo algunos tips para hagas y te mantengas haciendo eso que tanto te apasiona:

- Mantente activa, nunca abandones eso que amas.
- Tómatelo con calma.
- Rodéate de personas que estén en tu sintonía.
- Agradece lo que tienes y todo lo que estas por tener.
- Sonríe.
- No trabajes por dinero, recuerda que esto es una consecuencia de tu pasión, además cuando haces lo que amas no es trabajo.
- Ten el valor de ser diferente.
- Conecta con la naturaleza.
- Ejercítate, medita, conecta contigo misma.
- Apuesta por tus sueños.
- Haz posible lo imposible.
- Vive el momento presente.

"TODOS TENEMOS UN PROPÓSITO EN LA VIDA, UN DON SINGULAR O UN TALENTO ESPECIAL QUE PODEMOS DAR A LOS DEMÁS"

DEEPAK CHOPRA

¿QUIÉN SOY?

Marly de Off a On

- Mentora de Reinención
Consciente
- Científica de formación.
- Emprendedora de corazón.
- Acompañante terapéutico
holístico
- Me gusta compartir mis
conocimientos y experiencias.



Descubrí que mi pasión, mi propósito y uno de mis talentos es ayudar a los demás...

Y por eso, y para ayudarte a ti... Comparto aquí mis conocimientos y experiencias.

Pero esto solo representa una mínima parte de toda la guía, orientación y apoyo que te puedo brindar en mis acompañamientos y formaciones.

Visita mi web

www.marlymartinezsoto.com

Escribeme un correo electrónico

marly@marlymartinezsoto.com

¡CONECTÉMONOS!

En las redes sociales



@marlydeoffaon