



R A D I A N Z A TM .

PROPÓSITO

¿Hacia dónde quiero orientar esta etapa de mi vida?

Una guía para explorar qué tiene sentido para vos hoy y empezar a darle más espacio en tu vida

Cómo usar esta guía

Esta guía te invita a explorar qué tiene sentido para vos hoy y hacia dónde querés orientar esta etapa de tu vida.

Podés recorrerla de corrido o en distintos momentos. Los espacios en blanco son una invitación a escribir, registrar ideas y dejar que algunas preguntas te acompañen.

No hay una respuesta única ni una formulación perfecta de tu propósito. Lo importante es reconocer aquello que tiene significado para vos, observar cuánto espacio tiene hoy y explorar cómo querés llevarlo a tu vida.

Si alguna pregunta no encuentra una respuesta inmediata, podés seguir adelante y volver a ella más tarde.

Algunas direcciones se vuelven más claras mientras empezamos a recorrerlas.

¿Qué significa Propósito?

A veces hablamos del propósito como si existiera una gran respuesta escondida que tenemos que descubrir. ¿Cuál es mi propósito en la vida? La pregunta puede ser tan grande que, en lugar de orientarnos, nos paraliza.

En Radianza proponemos otra mirada. El propósito no tiene que ser una misión única, extraordinaria ni permanente. Tampoco tiene que estar necesariamente asociado al trabajo, a una vocación o a aquello por lo que recibimos reconocimiento.

Puede expresarse en un proyecto, un vínculo, algo que queremos aprender, una forma de contribuir, una causa que nos importa o, simplemente, en cómo elegimos vivir.

Y puede cambiar. Lo que tuvo sentido en una etapa puede transformarse en otra. No porque haya estado equivocado, sino porque nosotros también cambiamos.

Porque hay momentos de la vida en los que aquello que nos orientaba empieza a cambiar. Algunas prioridades adquieren otro peso. Aparecen nuevas preguntas.

Experiencias que antes ocupaban mucho espacio pueden dejar de tenerlo, mientras otras empiezan a cobrar mayor significado.

Explorar el propósito es preguntarnos qué importa hoy y hacia dónde queremos orientar nuestra vida desde ahí.

EN RADIANZA ENTENDEMOS EL PROPÓSITO COMO

La capacidad de orientar la propia vida hacia aquello que tiene significado personal y que guía nuestras decisiones, prioridades y uso del tiempo.

¿Qué tiene sentido para mí hoy y hacia dónde quiero orientar esta etapa de mi vida?

01

ELEVÁ TU MIRADA

Reconocé lo que ya tiene sentido



Empezá por lo que ya existe

Una forma poderosa de explorar lo que tiene sentido para nosotros es mirar nuestra propia experiencia. Antes de pensar hacia dónde ir, podemos reconocer momentos en los que algo que valoramos ya estuvo presente.

El enfoque apreciativo parte de esas experiencias para descubrir recursos, condiciones y pistas que pueden orientarnos hacia adelante.

EMPEZAMOS POR

¿Cuándo algo que verdaderamente importa para mí ya estuvo vivo en mi vida?

Volvé a una experiencia significativa

Recordá un momento de los últimos años en el que hayas sentido que lo que estabas haciendo realmente importaba para vos. No tiene que haber sido un gran logro.

Puede haber ocurrido trabajando, creando, aprendiendo, cuidando a alguien, enseñando, acompañando, resolviendo algo difícil, participando de un proyecto o viviendo un momento cotidiano que tuvo un significado especial.

VOLVÉ POR UNOS MINUTOS A ESA EXPERIENCIA

01 ¿Qué estaba ocurriendo?

02 ¿Qué estabas haciendo vos?

03 ¿Qué hacía que esa experiencia fuera significativa?

04 ¿Qué capacidades tuyas estaban presentes?

05 ¿Qué personas o condiciones contribuían a esa experiencia?

06 ¿Qué era importante para vos en ese momento?

07 ¿Qué de todo eso sigue teniendo sentido para vos hoy?

Ahora mirá tus respuestas. ¿Qué descubriste sobre aquello que tiene sentido para vos cuando volvéis a esa experiencia?
No busques todavía una conclusión. Buscá pistas.

//

*“La vida debe ser comprendida
hacia atrás, pero debe ser vivida
hacia adelante.”*

— SØREN KIERKEGAARD

Nombrá aquello que importa

Las experiencias significativas pueden mostrarnos algo acerca de aquello que valoramos. Los valores no nos dicen exactamente qué hacer. Funcionan como criterios que pueden ayudarnos a elegir cómo queremos vivir y desde dónde queremos tomar nuestras decisiones.

VOLVÉ A LA EXPERIENCIA QUE ACABÁS DE RECORDAR.
¿QUÉ VALORES RECONOCÉS AHÍ?

LIBERTAD

APRENDIZAJE

CONEXIÓN

CREATIVIDAD

AUTONOMÍA

FAMILIA

CONTRIBUCIÓN

CURIOSIDAD

SEGURIDAD

AVENTURA

BELLEZA

CRECIMIENTO

AMISTAD

JUSTICIA

DISFRUTE

TRANQUILIDAD

Podés sumar todos los que necesites.

Ahora elegí cinco valores que querés que tengan especial presencia en esta etapa de tu vida.

01

02

03

04

05

¿Cuánto espacio tienen en tu vida?

Para cada valor, respondé: ¿Cuánto espacio tiene hoy? (0-10) · ¿Cuánto quiero que tenga? (0-10)

VALOR	ACTUAL /10	DESEADO /10
01		
02		
03		
04		
05		

No busqués tener un 10 en todo. Mirá las distancias.

- ¿Dónde encontrás mayor coherencia entre lo que valorás y cómo estás viviendo?
- ¿Dónde aparece una distancia?
- ¿Cuál de esas distancias te importa realmente reducir?
- ¿Cuál de estos valores querés que oriente con mayor claridad tus elecciones en esta etapa?



Lo que importa no siempre
necesita más intención. A veces
necesita **más espacio.**



02

ELEGÍ TU RITMO

Imaginá, elegí, diseñá

DISTINCIÓN

Reconocer lo que importa es un comienzo. Ahora queremos explorar qué lugar querés darle en la vida que estás construyendo.

Elegir tu ritmo implica distinguir qué merece especialmente tu atención en este momento. Algunas cosas pueden preservarse, otras cultivarse y otras esperar.

¿Qué merece mi energía ahora?



Una vida que se siente más tuya

Imaginá que pasó suficiente tiempo como para que algunas cosas importantes hayan encontrado una nueva forma. No imagines una vida perfecta. No pienses todavía en cómo lograrla.

Imaginá una vida que se siente más coherente con quién sos hoy y con aquello que verdaderamente importa para vos.

TOMATE UNOS MINUTOS

01 ¿Cómo transcurre un día cotidiano en esa vida?

02 ¿Qué ocupa tu tiempo?

03 ¿Qué cuidás especialmente?

04 ¿Qué relaciones tienen presencia?

05 ¿Qué estás aprendiendo, creando o aportando?

06 ¿A qué cosas decís que sí? ¿A cuáles aprendiste a decir que no?

07 ¿Qué tiene más espacio que hoy? ¿Qué tiene menos?

08 ¿Qué sentís que podés vivir con mayor libertad en esa vida?

**Escribí libremente. Luego volvé a los valores que elegiste:
¿Cuáles están especialmente vivos en esta imagen?**

//

"Dime, ¿qué pensás hacer con tu
única, salvaje y preciosa vida?"

— MARY OLIVER, THE SUMMER DAY

De la posibilidad a la elección

Volvé a leer lo que escribiste. No intentes convertir todo lo que apareció en objetivos. Buscá los patrones. ¿Qué parece estar pidiendo más lugar?

En esta etapa quiero...

DAR MÁS ESPACIO A

CUIDAR

DAR MENOS ESPACIO A

EXPLORAR

EMPEZAR A HABILITAR

AHORA VIENE UNA ELECCIÓN

Si solo pudieras cultivar una de estas direcciones durante las próximas semanas, ¿cuál tendría mayor significado para vos?

MI DIRECCIÓN PARA ESTA ETAPA

Quiero orientar más mi vida hacia...

Esto importa para mí porque...

No tiene que ser una formulación perfecta. No es un eslogan ni un compromiso para siempre. Es una dirección posible para este momento.

Hacerle espacio a lo que importa

Una dirección empieza a transformar nuestra experiencia cuando encuentra un lugar en la vida cotidiana. Reconocer que algo importa es el comienzo; crear condiciones permite empezar a vivirlo.

Acá podemos apoyarnos en una idea sencilla: hacer que aquello que queremos cultivar tenga una expresión concreta y que el entorno facilite, en lugar de dificultar, esa práctica.

Si quiero vivir con más...

- 01 ¿Qué comportamiento concreto sería coherente con eso?
- 02 ¿Cuál sería una versión pequeña y posible de ese comportamiento?
- 03 ¿Cuándo podría ocurrir?
- 04 ¿Qué podría facilitarlo?
- 05 ¿Qué ajuste en mi entorno, agenda o prioridades podría abrirle espacio?



Una prioridad empieza a convertirse en experiencia cuando encuentra **espacio en la vida cotidiana.**



03

IRRADIÁ TU LUZ

Llevá tu elección a la experiencia

TU EXPERIMENTO

Hasta acá observaste. Nombraste. Imaginaste. Elegiste. Ahora llega un movimiento diferente: **probar**.

Podés empezar a vivir con mayor propósito llevando una pequeña elección a la experiencia. Porque hay cosas que solo descubrimos cuando dejamos de pensarlas y empezamos a vivirlas.

Elegí un movimiento suficientemente concreto como para poder probarlo. No buscamos demostrar que tu elección es correcta. Buscamos aprender qué ocurre cuando empezás a darle lugar en tu vida.

QUIERO DARLE MÁS ESPACIO A

DURANTE LAS PRÓXIMAS ____ SEMANAS VOY A

PARA FACILITARLO VOY A

VOY A PRESTAR ATENCIÓN A

Podés prestar atención a tu energía, tu interés, las resistencias que aparecen, las conversaciones que se abren, lo que disfrutás o las nuevas posibilidades que empezás a ver.

Después de probarlo

No te preguntes solamente: ¿Lo hice o no lo hice? Preguntate:

01 ¿Qué ocurrió?

02 ¿Qué cambió cuando le di más espacio?

03 ¿Qué aprendí sobre mí?

04 ¿Sigue teniendo sentido para mí?

05 ¿Qué quiero sostener? ¿Qué quiero ajustar?

06 ¿Qué nueva pregunta apareció?

A veces un experimento confirma una dirección. Otras veces la modifica. Y otras nos muestra que algo que imaginábamos importante ya no lo es tanto. Todo eso es aprendizaje.

Se trata de construir, elección a elección,
una vida cada vez más **coherente con**
aquello que importa para vos.

VOLVÉ A MIRAR

Antes de terminar, volvé por un momento al recorrido que hiciste.

01 · ELEVÁ TU MIRADA

Descubrí que algo que tiene sentido para mí es...

02 · ELEGÍ TU RITMO

Hoy quiero orientar más mi vida hacia...

03 · IRRADIÁ TU LUZ

El movimiento que quiero experimentar es...

¿QUÉ ESTÁ INTENTANDO EMERGER?

Tomate un momento. No respondas rápido. Vuelve a mirar: la experiencia que recordaste, los valores que reconociste, la vida que imaginaste, la dirección que elegiste, el movimiento que decidiste probar. Y pregúntate:

¿Qué está intentando emerger en esta etapa de mi vida?

No buscamos una respuesta definitiva. Quizás aparezca una palabra, una dirección, una conversación pendiente, algo que querés recuperar, algo a lo que querés darle menos espacio, una curiosidad, una posibilidad que todavía no sabés exactamente adónde lleva.

DEJÁ QUE LA RESPUESTA SEA PROVISIONAL

HOY SIENTO QUE ESTA ETAPA DE MI VIDA ME ESTÁ INVITANDO A...

Una Dirección

Quizás el propósito no aparezca como una revelación.

Quizás se vaya haciendo visible mientras observás qué tiene sentido, elegís qué merece espacio y experimentás nuevas formas de vivirlo.

Por eso, no necesitás cerrar esta guía con una respuesta definitiva.

Podés cerrarla con una dirección.

¿Qué tiene sentido para mí hoy?

¿Hacia dónde quiero orientar esta etapa?

¿Cuál es el próximo movimiento que quiero probar?

Y UNA ÚLTIMA PREGUNTA

Si esta etapa de tu vida pudiera estar al servicio de algo que verdaderamente importa para vos, ¿de qué te gustaría que estuviera al servicio?

El propósito se vuelve dirección
cuando aquello que importa
empieza a tener lugar en **cómo
elegís vivir.**



¿Querés seguir explorando? Encontrá más en:
radianza.com.ar

ELEVÁ TU MIRADA · ELEGÍ TU RITMO · IRRADIÁ TU LUZ

PROPÓSITO · VITALIDAD · RELACIONES · PROSPERIDAD · EXPRESIÓN

RADIENZA™

@RADIENZA.AR