

2022  
PEDET

# PROPÓSITO DE VIDA



COLECCIÓN E-BOOKS

 RIGO Lab

Proyecto apoyado por

CORFO



# PROPÓSITO DE VIDA

“Propos-It: Propósito de Vida & Propósito Empresarial”, es un método creado Origo Lab para el desarrollo de estas declaraciones. Fue creado el año 2020 y posee un libro donde se detalla los pasos a seguir para la construcción de propósitos y que en esta oportunidad traeremos a este e-book para alinear los objetivos de los fundadores del emprendimiento con el proceso de crecimiento.

Dicho lo anterior, es momento de presentar la estructura para el desarrollo del propósito de vida. Para ello utiliza el “Dodecaedro de Propos-it”, que es el recurso didáctico que usaremos para consolidar nuestro propósito de vida, y que puede ser completado en el tiempo que requieras para estos fines, recuerda que todos tenemos nuestro tiempo. Para obtener la figura en alta calidad ingresa a [www.proposit.cl](http://www.proposit.cl) y descarga el archivo, imprímelo y comienza a completarlo desde tu propio hogar u oficina o utiliza el siguiente código:



DESCARGA DODECAEDRO DE PROPOS-IT



“

**PARA CREAR UN PROPÓSITO DE VIDA  
TENEMOS QUE ESTAR CONSCIENTES DE  
QUIÉNES SOMOS**

”

## 12 PASOS DEL DODECAEDRO

**1. El Ahora:** Define claramente el escenario social en el que estás inserta como persona, detallando el abanico de características que definen el contexto en el cual vives, sin generar juicios y prejuicios sobre ello. No debemos culparnos por no tener dinero o amor, por ejemplo. Sólo debemos declarar esta información como un antecedente. Se recomienda que analices que tan profundo ha tocado el sistema tradicional y sus pilares en tu forma de operar en el día a día. Describe claramente tu contexto familiar, laboral, social y de pareja.

01

**EL AHORA**

¿EN QUÉ ESCENARIO SOCIAL ESTÁS INSERTA COMO PERSONA?  
¿QUÉ CARACTERÍSTICAS DEFINEN EL CONTEXTO EN EL CUAL VIVES?

**2. Foco de Bienestar:** Ya que sabes el contexto en el que estás viviendo es momento de pensar en todas aquellas cosas que te provocan felicidad a ti y a las personas que tu amas, declarando las habilidades y talentos que has identificado en ti. Esta clasificación debe ser desde la objetividad y los antecedentes. Por ejemplo, si tengo talento para cantar o tengo habilidades para los desafíos manuales, debo definirlos en este bloque. Piensa en todo lo que te hace feliz y además sabes hacer bien.

02

**FOCO DE BIENESTAR**

¿QUÉ TE PROVOCA FELICIDAD A TI Y A LAS PERSONAS QUE AMAS?  
PIENSA EN TODO LO QUE TE HACE FELIZ Y ADEMÁS SABES HACER BIEN  
PUEDES INCLUIR HABILIDADES Y TALENTOS

**3. Positivos y Negativos:** Con el foco declarado, es momento del Down & Line, técnica que también es parte de la construcción del propósito de tu startup, y que consiste en trazar una línea horizontal, para luego anotar todo lo positivo arriba y todo lo que consideras negativo de tu vida abajo. Puedes tomar criterios como que te hace bien o qué te hace mal en el día a día. Esto puede ir desde hábitos, costumbres y muletillas que, como personas común y corriente, tenemos y queremos corregir. La franqueza es esencial en este bloque, contéstalo de forma sincera, con autocompasión y amor incondicional de ti y para ti.

03

**POSITIVO & NEGATIVO**

¿QUÉ ES LO POSITIVO DE TU VIDA? ¿QUÉ ES LO NEGATIVO DE TU VIDA?

POSITIVO  
NEGATIVO

**4. Estrategia de Reversión:** Ahora lo tienes frente a ti. Este es el escenario donde se desarrolla tu vida y todos los aspectos que convergen en ella, tanto positivos como negativos. Y lo que viene ahora es que a cada concepto negativo del paso 3 le asignes un concepto positivo que represente la acción tangible de cómo lo revertirás. Ejemplo: “Aspecto Negativo: No duermo bien- Concepto Positivo: Bienestar al despertar”. Luego de eso, asocia este concepto positivo a una acción tangible: “Concepto Positivo: Bienestar al despertar – Acción Tangible: Me dormiré a las 10.30 PM”.

04

**ESTRATEGIA DE REVERSIÓN**

PARA CADA ASPECTO NEGATIVO GENERAMOS UNA ESTRATEGIA DE REVERSIÓN

ASPECTO NEGATIVO	CONCEPTO POSITIVO	ACCIÓN TANGIBLE

**5. Observación:** Como dijimos, anteriormente, el “Dodecaedro de Propos-it” debe ser completado en el periodo que consideres necesario, y si eso significa que lo hagas más de una vez, para reconstruir tu propósito, pues hazlo. Dicho esto, tomando el cuadro anterior toma las principales acciones que escogiste (recomendamos 3), y ponlas a prueba como aspectos a revertir en el tiempo que estimes. Durante este periodo observa con autocrítica, y sin culpa ni excesos de auto palmaditas en la espalda, los avances o retrocesos que has tenido. Y repite el mismo periodo hasta reducirlos a cero. Recuerda que el periodo puede ser una semana, un mes un año, tú lo decides. Un buen observador debe “salir de salir de la caja”, mira este proceso como observador de la situación.

05

**OBSERVACIÓN**

TOMA LAS PRINCIPALES ACCIONES QUE ESCOGISTE (3), Y PONLAS A PRUEBA COMO ASPECTOS A REVERTIR.

OBSERVA CON AUTOCRÍTICA, Y SIN CULPA LOS AVANCES O RETROCESOS QUE HAS TENIDO. Y REPITE EL MISMO PERIODO HASTA REDUCIRLOS A CERO.

**6. Estrategia Emergente:** Cuando llegues a este punto no serás la misma persona que partió con el primer punto, ya que existe una experiencia entre ambas instancias, y esa experiencia tiene foco en tu preparación para la construcción de tu propósito de vida, por lo que evidentemente la estrategia debe cambiar. Ahora define claramente los conceptos esenciales que debe llevar tu propósito de vida. No es necesariamente el propósito, pero si sus ingredientes que lo conforman. Ejemplo: Ayudar a otros, vivir feliz, enseñar desde el amor, promover el altruismo, etc. Define sólo 3 conceptos en este punto. Más adelante, en el punto de “Proyecto de Vida”, rescataremos estos mismos conceptos. Sin embargo, para la construcción del propósito sólo destaca conceptos breves y representativos.

06

**ESTRETEGIA EMERGENTE**

AHORA DEFINE CLARAMENTE LOS CONCEPTOS ESENCIALES QUE DEBE LLEVAR TU PROPÓSITO DE VIDA.

NO ES NECESARIAMENTE EL PROPÓSITO, PERO SI SUS INGREDIENTES QUE LO CONFORMAN.

**7. Eficiencia:** Antes teníamos una estrategia de reversión que cambiamos a una estrategia emergente. Pruébala ahora por el mismo periodo que pusiste a observación la estrategia anterior, pero de forma eficiente. Esto significa de forma más consciente y aguda, disminuyendo tiempos en tus mismos avances. Luego que concluya el periodo deja testimonio en el “Dodecaedro de Propos-it” de cual fue tu mayor aprendizaje. Ese espacio es sólo para una frase que lo represente.

07

**EFICIENCIA**

PRUEBA TU ESTRATEGIA EMERGENTE. LUEGO QUE CONCLUYA EL PERIODO DEJA TESTIMONIO DE CUAL FUE TU MAYOR APRENDIZAJE. (UNA FRASE)

**8. Desafíos:** Ya lograste ser consecuente en tu plan, ser fiel a tu esencia y sacar conclusiones respecto a lo aprendido. Ahora es tiempo de crear los principales desafíos que respaldarán tu propósito. Piensa que el propósito se debe sostener en desafíos continuos y mejorables en el tiempo. Anota solo 3 en el espacio asignado. Ejemplo de desafío: “Trabajar para vivir y no vivir para trabajar”.

08

**DESAFÍOS**

CREA LOS PRINCIPALES DESAFÍOS QUE RESPALDARÁN TU PROPÓSITO.

**9. Elaboración de Propósito:** Ya con los 3 desafíos, tenemos las 3 patitas de la mesa que sostendrá nuestro propósito en el tiempo. Recuerda que el propósito de vida siempre será modificable y perfeccionable de acuerdo con las experiencias que vayas viviendo, por lo que los desafíos también pueden ser modificables si es que se cumplen o caducan. Con los antecedentes en mano y el aprendizaje de cada punto, ahora puedes crear tu propósito de vida, el cual debe ser una declaración, una sola frase concisa y directa, que conjugue en no más de una línea todo lo que representan los desafíos, los aspectos positivos que rescataste y las acciones que ejecutaste. En el panel del dodecaedro escribe tu propósito final.

09

**ELABORACIÓN DE PROPÓSITO**

DECLARACIÓN, UNA SOLA FRASE CONCISA Y DIRECTA, QUE CONJUGUE EN NO MÁS DE UNA LÍNEA TODO LO QUE REPRESENTAN LOS DESAFÍOS, LOS ASPECTOS POSITIVOS QUE RESCATASTE Y LAS ACCIONES QUE EJECUTASTE.

**10. Activación:** Ya tienes tu propósito y ahora es momento de comenzar a resolver tus desafíos con el fin de activar tu propósito de vida. Para ello asigna como máximo 3 acciones para cumplir cada uno de tus tres desafíos, y redáctalas en el espacio asignado para estos fines en el “Dodecaedro de Propos-it”.

**10**

**ACTIVACIÓN**

YA TIENES TU PROPÓSITO Y AHORA ES MOMENTO DE COMENZAR A RESOLVER TUS DESAFÍOS CON EL FIN DE ACTIVAR TU PROPÓSITO DE VIDA. PARA ELLO REDACTA UNA ACCIÓN PARA CADA DESAFÍO.

N°	DESAFÍO	ACCIÓN

**11. Medición:** En este penúltimo, paso es momento de ir midiendo el cumplimiento de tus acciones asociadas a cada desafío para cumplir tu propósito, por lo que anota el porcentaje de avance de cada acción y desafío en el espacio destinado para ello. No olvides que cada uno tiene su tiempo, por lo que el cumplimiento de estos desafíos debe ser a tu ritmo, sea este rápido, moderado o lento. Además, es importante aclarar que este bloque se va borrando y corrigiendo hasta que cumplas todo al 100%, por lo que se recomienda usar los post-it en el panel del “Dodecaedro de Propos-it” o utilizar lápiz de mina.

**11**

**MEDICIÓN**

ES MOMENTO DE IR MIDIENDO EL CUMPLIMIENTO DE TUS ACCIONES ASOCIADAS A CADA DESAFÍO PARA CUMPLIR TU PROPÓSITO, POR LO QUE ANOTA EL PORCENTAJE DE AVANCE DE CADA ACCIÓN Y DESAFÍO.

DESCRIPCIÓN	PORCENTAJE DE AVANCE
ACCIÓN N°1	
ACCIÓN N°2	
ACCIÓN N°3	

**12. Impacto:** Paralelo al punto de “medición”, y no como un paso previo o anterior, debes ir completando el impacto que generas con las acciones de tu propósito. Se recomienda transformar este punto en indicadores duros como: número de personas impactadas de forma positiva a partir de mi propósito de vida, cantidad de veces que activé mi propósito, cantidad de veces en las que mi propósito logro su fin, etc. Esto dependerá de la naturaleza de tu propósito, y al igual que la “medición” va cambiando en el tiempo hasta que decidas si el propósito lo ajustas o lo mantienes intacto. Ambas son respuestas válidas. Si decides ajustar basta que vuelvas al paso anterior donde quieres hacer la mejora y nuevamente concluir el proceso.

**12**

**IMPACTO**

REGISTRA INDICADORES DUROS COMO: NÚMERO DE PERSONAS IMPACTADAS DE FORMA POSITIVA, CANTIDAD DE VECES QUE ACTIVÉ EL PROPÓSITO, CANTIDAD DE VECES EN LAS QUE EL PROPÓSITO LOGRÓ SU FIN, ETC.

Como cierre de este proceso retira los post-it del “Dodecaedro de Propos-it” en caso de haberlos usado o borra lo que anotaste de forma temporal, para remplazarlo con lápiz definitivo. Luego construye tu dodecaedro.

Ahora tienes tu dodecaedro armado en el escritorio de tu oficina o en el velador de tu pieza. Como sea da igual, lo importante es que ahora tienes tu propósito de vida en él y sabes de donde proviene y hacia donde estas dirigiendo tu vida. Sin embargo, falta sólo un punto. Saber el significado del dodecaedro.



## EL “DODECAEDRO DE PROPOS-IT”

Un dodecaedro es un poliedro de doce caras, convexo o cóncavo. Sus caras han de ser polígonos de once lados o menos. Si las doce caras del dodecaedro son pentágonos regulares, iguales entre sí, el dodecaedro es convexo y se denomina 'regular', siendo entonces uno de los llamados sólidos platónicos.

Representa el quinto elemento. La luz divina, el prana, el chi, el tao. La materia sutil luminosa que fluye del espacio infinito a través de todas las cosas. Las energías invisibles y los patrones sutiles. Además del aire existe un aire etéreo; además del agua, un agua etérea; además del fuego, un fuego etéreo; y además de la tierra, una tierra etérea.

**ÓRGANO**

**CEREBRO**

**CUERPO**

**CONSCIENCIA  
SABIDURÍA  
OMNIPRESENCIA**

**MISIÓN**

**VINCULAR A UN  
GUÍA SUPERIOR.  
EN ESTE CASO A UN  
PROPÓSITO DE VIDA**

## PROYECTO DE VIDA

Con nuestro propósito creado es momento de hacer los doble clics sobre como complementarlo con un plan de vida mucho más elaborado. Este plan es una bajada técnica al papel del propósito y representa más el “como” que el “qué” como en la construcción del propósito de vida, y es la antesala para generar un propósito para tu startup.

Es importante especificar, que antes de estructurar un proyecto comercial siempre tenemos la duda si haremos lo correcto o no, si generaremos ingresos y beneficios, o simplemente tendremos pérdidas. Este temor latente en cualquier emprendedor o inversionista disminuye a medida que dejamos de sustentar nuestros negocios en creencias y damos paso al pragmatismo y el aprendizaje constante en torno al mercado que ingresaremos y al segmento que abordaremos. Las creencias sólo habitan en nuestra mente y en el abanico de ramificación de la ilusión, mientras que cuando buscamos antecedentes y organizamos nuestros pasos, todo se vuelve más fácil y se reducen los miedos, temores, ansiedad, angustia e incertidumbre, evitando así un camino más complejo para nuestros fines, y más aún si en este proceso ya contamos con nuestro propósito de vida.

Pero, la mayoría de los emprendedores desarrollan soluciones a problemáticas ya resueltas o a oportunidades de mercado dónde ya existen demasiados actores interactuando. Esto no quita ni resta que te pueda ir bien, pero sin duda reduce las probabilidades de éxito, y esto ocurre por una sola razón, que ya hemos mencionado, pero que es importante repetir: No sabemos para dónde vamos sino contamos con un propósito.

Esto que puede sonar evidente es menos común de lo que parece, de hecho, si le preguntas a una persona cuál es el objetivo que hay detrás de su negocio y por qué lo está creando, la mayoría dirá que quieren generar o multiplicar su dinero, pero pocas personas te dirán para qué quieren hacer esto, y eso es porque no tienen claro su rumbo en la vida y ven el dinero como un fin más que como un medio. Por eso, creo fielmente que es menester considerar un paso previo al desarrollo de cualquier emprendimiento o innovación. Debemos considerar un objetivo más allá de la ejecución de nuestra iniciativa y sus fines comerciales, operacionales, administrativos y estratégicos, y para se recomienda generar un plan de vida, o como comúnmente conocemos como “Proyecto de Vida”.



**El proyecto de vida es simplemente la brújula que nos indica para dónde vamos, y si bien es un plan definido y claro, puede variar en el tiempo, al igual que el mundo cambia y nosotros nos adaptamos a él.**





## PASOS PARA CONSTRUIR EL PROYECTO DE VIDA

**1. Título:** Aquí debes considerar el nombre de tu proyecto de vida, considerando un concepto que represente el objetivo principal que quieres alcanzar y que sea motivante para el día a día. Por ejemplo: “El reto de mi vida”, “El hogar de mis sueños”, “Mi verdadera jubilación”, “Vivir en Nueva York”.

TÍTULO

**2. Tiempo:** Debes definir el tiempo para tu plan de vida. Puedes considerar los años que quieras, pero debes tener en cuenta que mientras más extenso sea el periodo de tu plan mayor será la profundidad, organización y estrategia en él. Personalmente, creo que un buen plan de vida no debería superar los 5 años, y cada ese mismo periodo de tiempo ir renovándolo.

TIEMPO

**3. Objetivo General:** Es sólo un párrafo y no debe superar las 5 líneas y debe representar fielmente el objetivo que quieras alcanzar. Te sugiero considerar un objetivo claro y con un solo fin, y que no represente una subjetividad extremadamente como “Vivir feliz” o “Que todos me quieran”. Además, debe incluir el qué, cómo, dónde, cuándo y por qué. Ejemplo: Supongamos que el título de nuestro proyecto de vida es “Ser libre financieramente”. En este caso un ejemplo de objetivo general sería “Desarrollar las condiciones favorables a nivel personal y comercial, durante los próximos 5 años, para generar instancias que hagan crecer mi patrimonio personal y no depender del dinero el resto de mi vida, y así vivir feliz con mi familia, en la casa de mis sueños en Puerto Varas”. Si se dan cuenta, el objetivo es claro y bien definido, y no deja espacio para aspectos poco claros.

OBJETIVO GENERAL

**4. Objetivos Específicos:** Para elaborar los objetivos específicos se debe abrir el objetivo general en 3 o 4 objetivos menores, los cuáles no deben ser superior a 2 o 3 líneas y debe especificar aspectos críticos para el proyecto. Si tomamos el ejemplo anterior, podríamos dar los siguientes 3 objetivos:

- Promover mi orden financiero, aumentando mis ingresos y disminuyendo los gastos, para así generar condiciones favorables para ser libre financieramente.
- Mejorar mis hábitos personales para establecer un equilibrio interno que permita desenvolverme mejor según mi plan de vida.
- Estudiar el mercado inmobiliario en Puerto Varas, elegir el terreno óptimo y diseñar la casa de mis sueños.

En este caso, los tres objetivos específicos abren el objetivo general y agregan datos críticos para el cumplimiento de este. Por eso, siempre debemos considerar que a medida que vamos desarrollando estos puntos, el plan comience a tener lógica y sea aterrizado a la realidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	

**5. Actividades:** Las actividades deben explicar el “cómo lo haré”, deben ser tangibles, claras y definidas según el orden cronológico del plan que tenemos en mente. Las actividades son la apertura de los objetivos específicos y consideran un nuevo doble clic sobre ellos, con el fin de profundizar y concretar lo que haremos. Como recomendación siempre usa un verbo para partir con una actividad. Ejemplo: Si seguimos con el mismo caso, y tomamos el tercer objetivo específico “Estudiar el mercado inmobiliario en Puerto Varas, elegir el terreno óptimo y diseñar la casa de mis sueños”, podríamos establecer las siguientes actividades:

- Levantar estudio de mercado inmobiliario de Puerto Varas.
- Visitar terrenos urbanizados entre 200 m2 y 300 m2.
- Elaborar planos con el arquitecto

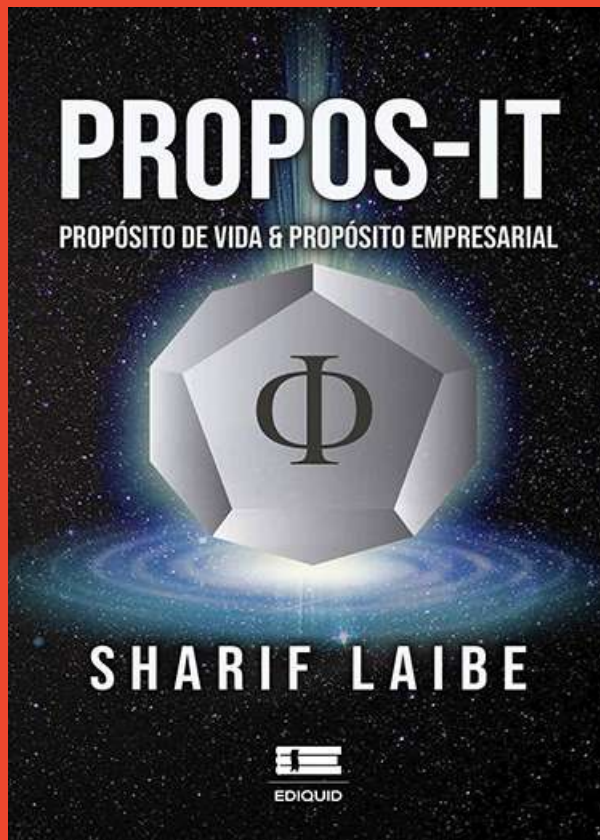
ACTIVIDADES

En este caso, la apertura del tercer objetivo específico nos arroja tres actividades que debemos cumplir para ser fiel a nuestro plan de vida.



Mediante esta forma se puede generar un “Plan de Vida” de forma sencilla y clara, sin tener que ahondar en textos extensos o generalidades que poco nos ayudan a lograr nuestros objetivos. También es importante destacar que el plan de vida es personal, y complementario al propósito de vida, y ninguna persona debe tener injerencia en él, porque es lo que nosotros, como personas individuales y libres, declaramos para nuestro futuro.

Como dato extra se recomienda que el objetivo general final del plan de vida se sustente en la plenitud y la felicidad, y no en bienes materiales, ya que estos pueden ser parte de actividades que refuercen tu bienestar, pero no pueden ser el fin último, sino nuestra vida sería totalmente frágil a las inclemencias económicas del futuro.



DESCARGA EL LIBRO  
PROPOS-IT AQUÍ

# 2022 PEDET

*Otra más de Origo Lab!*

Proyecto apoyado por



[WWW.PEDET.CL](http://WWW.PEDET.CL)

