

EP: 252

Título: Mejores decisiones para una vida mejor. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

Recursos recomendados: Libro Better Decisions, Fewer Regrets, de Andy Stanley.

---

## 5 PREGUNTAS PARA REPLANTEAR TU DESTINO

1. La pregunta de la \_\_\_\_\_: ¿Estoy siendo \_\_\_\_\_ conmigo?

La persona más fácil de \_\_\_\_\_ es la persona en el \_\_\_\_\_.

Es interesante que, si quieres algo lo suficiente, tu propia \_\_\_\_\_ tiene la habilidad de encontrar la forma de convencerte de que debes caminar hacia ese algo \_\_\_\_\_ de los riesgos, peligros y consecuencias.

Cuántas veces has hablado con alguien después de haber tomado una decisión que explotó su vida y le preguntas, "A ver, ¿me quieres decir que tu creías que esto es lo que tu querías?" y ellos responden, "simplemente no lo veía".

La narrativa es que te \_\_\_\_\_ de que en tu caso será diferente. Ante las advertencias de otros, te convences de que tu caso es diferente. La mente te engaña.

Las 3 categorías de decisiones que crean más \_\_\_\_\_ son:

- Compras
- Relaciones
- Hábitos



No podrás tomar la mejor decisión hasta que seas  
honesto contigo.

Tienes que mirarte en el espejo y hablarte a ti mismo para no caer en un autoengaño. Pregúntate, ¿estás siendo honesto contigo mismo?

**Decide:** No me \_\_\_\_\_ a mí mismo, aunque la verdad me haga sentir mal.

**2. La pregunta del \_\_\_\_\_: ¿Qué \_\_\_\_\_ quiero contar?**

Cada \_\_\_\_\_ que tomas se convierte en parte de tu historia.

La historia la tienes que contar de alguna manera. Piensa bien qué historia quieres contar.

Ayuda mucho que predeterminar la historia que quieres contar. Si no lo tienes claro; quién quieres ser y cómo quieres ser, esta pregunta no te va a ayudar tanto.

Si imaginas la historia que quieres contar te dará una \_\_\_\_\_ para el resto de tu vida.

**Decide:** Decidiré una historia de la que me sienta \_\_\_\_\_ y que no me convierta en un mentiroso de por vida.

**3. La pregunta de la \_\_\_\_\_: ¿Hay una tensión que merezca mi \_\_\_\_\_?**

\_\_\_\_\_ Moment: "No sé por qué, pero aquí hay algo que no se siente bien".

Cuando esto sucede tienes que hacer una \_\_\_\_\_ y prestarle atención a la tensión.

Preguntas que hacerte cuando sientes que algo no está bien:

- ¿Qué te ha estado diciendo tu esposa/ esposo?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu líder?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu salud?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu padre, madre o hijos?

No estoy sugiriendo que priorices la \_\_\_\_\_ sobre la razón en el proceso de toma de decisiones. Presta atención a lo que inicialmente puede haber parecido una buena decisión, pero que ahora hay algo adentro que te está haciendo sentir algo diferente.



Se requiere de madurez para parar después de haber tomado una decisión, revisar tu decisión y admitir que necesitas tomar otro camino.

**Decide:** Voy a \_\_\_\_\_ en lugar de ignorar mi conciencia

---

Respuestas: integridad, honesto, engañar, espejo, mente, cegándote, autoconvences, remordimiento, mentiré, legado, historia, decisión, brújula, orgulloso, conciencia, atención, Red Flag, pausa, emoción, investigar.

EP: 252

Título: Mejores decisiones para una vida mejor. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

Recursos recomendados: Libro Better Decisions, Fewer Regrets, de Andy Stanley.

---

## 5 PREGUNTAS PARA REPLANTEAR TU DESTINO

### 1. La pregunta de la integridad: ¿Estoy siendo honesto conmigo?

La persona más fácil de engañar es la persona en el espejo.

Es interesante que, si quieres algo lo suficiente, tu propia mente tiene la habilidad de encontrar la forma de convencerte de que debes caminar hacia ese algo cegándote de los riesgos, peligros y consecuencias.

Cuántas veces has hablado con alguien después de haber tomado una decisión que explotó su vida y le preguntas, "A ver, ¿me quieres decir que tu creías que esto es lo que tu querías?" y ellos responden, "simplemente no lo veía".

La narrativa es que te autoconvences de que en tu caso será diferente. Ante las advertencias de otros, te convences de que tu caso es diferente. La mente te engaña.

Las 3 categorías de decisiones que crean más remordimiento son:

- Compras
- Relaciones
- Hábitos



No podrás tomar la mejor decisión hasta que seas honesto contigo.

Tienes que mirarte en el espejo y hablarte a ti mismo para no caer en un autoengaño. Pregúntate, ¿estás siendo honesto contigo mismo?

**Decide:** No me mentiré a mí mismo, aunque la verdad me haga sentir mal.

## 2. La pregunta del legado: ¿Qué historia quiero contar?

Cada decisión que tomas se convierte en parte de tu historia.

La historia la tienes que contar de alguna manera. Piensa bien qué historia quieres contar.

Ayuda mucho que predeterminar la historia que quieres contar. Si no lo tienes claro; quién quieres ser y cómo quieres ser, esta pregunta no te va a ayudar tanto.

Si imaginas la historia que quieres contar te dará una brújula para el resto de tu vida.

**Decide:** Decidiré una historia de la que me sienta orgulloso y que no me convierta en un mentiroso de por vida.

## 3. La pregunta de la conciencia: ¿Hay una tensión que merezca mi atención?

Red Flag Moment: "No sé por qué, pero aquí hay algo que no se siente bien". Cuando esto sucede tienes que hacer una pausa y prestarle atención a la tensión.

Preguntas que hacerte cuando sientes que algo no está bien:

- ¿Qué te ha estado diciendo tu esposa/ esposo?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu líder?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu salud?
- ¿Qué te ha estado diciendo tu padre, madre o hijos?

No estoy sugiriendo que priorices la emoción sobre la razón en el proceso de toma de decisiones. Pero te sugiero que prestes atención a lo que inicialmente puede haber parecido una buena decisión, pero que ahora hay algo adentro que te está haciendo sentir algo diferente.



Se requiere de madurez para parar después de haber tomado una decisión, revisar tu decisión y admitir que necesitas tomar otro camino.

**Decide:** Voy a investigar en lugar de ignorar mi conciencia

---