

Pasos para escribir una carta a mi yo del futuro

¡Hola!

Me alegra que te hayas animado a escribir una carta a tu yo del futuro. Eso significa que has decidido regalarte unos minutos para detenerte, mirar cómo es tu vida en este momento y reflexionar sobre hacia dónde te gustaría dirigirte.

En este documento encontrarás algunas preguntas e ideas que pueden ayudarte a enfrentarte a la página en blanco. No pretenden decirte qué debes escribir, sino acompañarte para que encuentres tus propias palabras. Al fin y al cabo, esta carta es solo para ti y nadie mejor que tú sabe qué merece la pena recordar.

Mi recomendación, si te es posible, es que la escribas a mano. La experiencia suele resultar más íntima y te permitirá conectar con mayor calma con lo que quieres expresar.

Puedes responder a todas las preguntas o elegir únicamente aquellas que más resuenen contigo. Y si, mientras escribes, aparecen recuerdos, emociones o ideas que no están aquí, síguelas. Tu intuición te está guiando.

Ojalá, cuando dentro de unos años vuelvas a leer estas palabras, descubras que algunos de los sueños que hoy escribes se han cumplido. Y, si no ha sido así, espero que puedas mirar con cariño a la persona que eras cuando comenzó esta carta y reconocer todo el camino que has recorrido desde entonces.

¡Feliz escritura!

*No busques escribir la carta perfecta. Solo intenta que, cuando vuelvas a leerla,
puedas reconocer a la persona que eres hoy.*

Fecha:

La abriré el:

Así es mi vida hoy...

- ¿Dónde vivo?
 - ¿Cómo es un día normal para mí?
 - ¿En qué estoy trabajando?
 - ¿Quiénes forman parte de mi vida?
 - ¿Qué me hace feliz en este momento?
 - ¿Qué es lo que más me ilusiona ahora mismo?
 - ¿Qué me preocupa?
-

Mis sueños

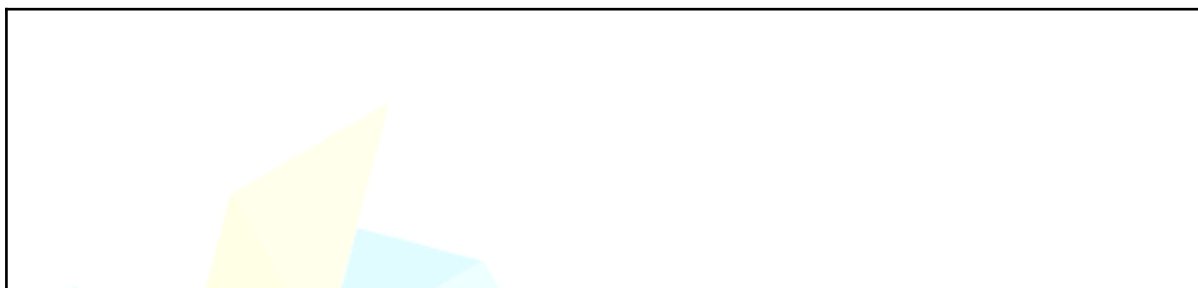
- ¿Qué me gustaría haber conseguido?
 - ¿Qué me gustaría aprender?
 - ¿Qué lugares me gustaría conocer?
 - ¿Qué tipo de persona quiero llegar a ser?
-

No quiero olvidarme de...

Preguntas para mi yo del futuro

- ¿Sigues haciendo aquello que tanto te ilusionaba?
 - ¿Qué ha cambiado?
 - ¿Qué te sorprendió de estos años?
 - ¿Qué consejo me darías hoy?
-

Un mensaje que hoy quieras darle a tu yo del futuro:



Cuando abras esta carta...

Identifica cómo te sientes al leerla. No juzgues lo que escribiste. Comprende que tu yo que escribió esta carta no tenía toda la información que tienes en tu nuevo presente. Agradece tu esfuerzo a lo largo de todos estos años y reconoce todo lo que ya alcanzaste.

Estás en el proceso. Con la experiencia de haber escrito y recibido tu primera carta, puedes escribir una segunda carta para leerla dentro de otros 3, 4 ó 5 años. Recuerda, tú decides qué hacer, cómo y cuándo.

¡Feliz travesía!

Con cariño,

Elvira

www.cree-crea.com

Tu carta:

La escribo el día:

La recibiré el día:



Cre-crea

Cree en tus sueños y
créalos