

Blossom In Love

REFOCUS

La herramienta para recuperar el enfoque cuando sientes que perdiste el rumbo.



Primer paso del Método Blossom

*"Un pequeño paso hoy puede cambiar
todo mañana."*

Antes de continuar...

"No necesitas empezar de cero.

Solo necesitas volver a enfocarte."

No cree REFOCUS para ayudarte a
empezar de nuevo.

Lo cree para esos días en los que olvidas
hacia donde ibas.

Porque todos perdemos el enfoque.
Y eso no significa que hayas fracasado.
Significa que eres humana.

Lo importante no es evitar esos
momentos.

Lo importante es saber volver.

Ese es el primer principio del Metodo
Blossom.

Hoy no vas a cambiar tu vida.
Hoy solo vas a volver a elegirla.

¿Qué significa hacer REFOCUS?

REFOCUS no busca cambiar tu vida en un solo día.

Busca ayudarte a recuperar el enfoque para
seguir construyendo aquello que realmente
importa.

Porque cuando recuperas el enfoque...
todo vuelve a avanzar.

01 · DETENERSE

Antes de seguir avanzando, necesitas
observar dónde estás.

02 · RECUPERAR EL ENFOQUE

Recordar qué es realmente importante para
ti.

03 · CONTINUAR

Dar un pequeño paso hoy.
No mañana.
Hoy.

Antes de escribir...

Busca un lugar tranquilo.

Prepara una taza de te o cafe si lo
deseas.

Respira profundamente tres veces.

Apaga las distracciones.

Regalate estos proximos minutos.

Este momento es solo para ti.



Tu primer REFOCUS

Recupera claridad antes de dar el siguiente paso.

"No escribas lo que deberías querer.

*Escribe aquello que realmente importa para
ti."*

01. DETENERSE

Inhala profundamente tres veces.

Permitete llegar al momento presente.

02. RECUPERAR EL ENFOQUE

¿Que es lo que realmente quiero
construir?

03. DAR EL SIGUIENTE PASO

¿Cual es el siguiente paso mas
pequeño que puedo dar hoy?



Haz una promesa

Completa la frase:

"Aunque tenga un mal dia..."

volvere a recuperar mi enfoque.



Marca tu primer dia

Mi Dia 1

Fecha:

___ / ___ / ____

Hoy recuperaste el enfoque.

Manana probablemente volveras a distraerte.

Y quizas pasado manana tambien.

No porque seas inconstante.

Porque eres humana.

Por eso el Metodo Blossom no se basa en motivacion.

Se basa en aprender a volver.

Una y otra vez.

REFOCUS sera la herramienta para esos dias.

Pero cuando quieras dejar de improvisar y empezar a construir un cambio real...

Necesitaras un sistema.

"El verdadero cambio no ocurre cuando empiezas.

Ocorre cada vez que decides volver."

Continua con el Metodo Blossom

Si REFOCUS te ayudo a recuperar claridad en
unos minutos...

Imagina lo que puede ocurrir cuando aplicas
un sistema durante los proximos 30 dias.

Deja de Empezar de Nuevo

El sistema de 30 dias para construir habitos que
permanecen incluso cuando la motivacion
desaparece.

No encontraras formulas magicas.
Encontraras una forma de seguir avanzando
incluso en los dias dificiles.

✨ Quiero continuar con el Metodo Blossom

*"No necesitas empezar de cero.
Solo necesitas recuperar el enfoque...
y seguir construyendo."*



Blossom In Love

www.blossom-inlove.com

Nos vemos dentro de Blossom.

*El Método Blossom no consiste en empezar
de nuevo. Consiste en aprender a volver.*