Primero entiendes tu vida. *Después la planificas.*



Llegamos al último día de esta semana de **Organización.**

Y quiero cerrar con algo que normalmente creemos que debería venir primero:

la planificación y las rutinas.

Pero durante estos días hicimos **el camino al revés.**

1. Primero observamos nuestros **espacios**.
2. Después, nuestros **sistemas.**
3. Y ayer vimos cómo **nuestro estado** también influye en lo que podemos sostener.

Todo se conecta.

Porque antes de llenar una agenda necesitamos entender:

¿Qué necesita realmente mi vida?

Planificar no es intentar controlar cada hora de tu semana.

Es decidir con anticipación qué merece tu tiempo y tu energía.

Tu planificación *debería ayudarte,* no perseguirte.

Una buena planificación debería hacer dos cosas:

1. **Darte dirección.**
Para que sepas hacia dónde llevar tu atención.

2. **Ahorrarte decisiones.**
Para que no tengas que preguntarte 47 veces al día:
"¿Y ahora qué hago?"

Por eso una rutina no tiene que ser una lista interminable de cosas que debes cumplir.

Puede ser simplemente

un acuerdo contigo sobre lo que quieres sostener.



Y ese acuerdo necesita ser:

realista + flexible + repetible.

Porque una planificación que funciona únicamente en tu semana perfecta...

probablemente no funciona. 👀

HERRAMIENTA DE HOY:

Tu Mapa de 15 Minutos ♡

Hoy reserva **15 minutos** para planificar los próximos días.

1 ELIGE 3 PRIORIDADES

Pregúntate:

¿Qué sí o sí quiero sostener esta semana?

Elige máximo 3 cosas.

No todo lo pendiente.
No todo lo que "deberías" hacer.

Lo esencial.

2 PIENSA EN TU ENERGÍA

Ahora observa **cuándo** tendría **más sentido** hacer cada cosa:

- **Baja energía** (cuando estás cansad@)
- **Energía media** (neutral)
- **Alta energía** (tus mejores horas)

Por ejemplo:

→ Responder correos → **energía media**

→ Trabajar en tu proyecto → **energía alta**

→ Prepararte para dormir → **energía baja**

No organices solamente tu tiempo.
Organiza también según tu energía.

Hazlo suficientemente *pequeño para poder sostenerlo.*

Ahora toma esas 3 prioridades y pregúntate:

¿Cuál es la versión más pequeña que puedo cumplir incluso en una semana complicada?

Por ejemplo:

Hacer ejercicio	**Avanzar mi proyecto**	**Organizar mi casa**
↓	↓	↓
Moverme 10 minutos.	Dedicarle 20 minutos.	Hacer un reset de 5 minutos.

No estás decidiendo todo lo que vas a lograr.
Estás creando una base a la que puedas regresar.

Porque las rutinas no necesitan ser perfectas para funcionar.

Necesitan ser suficientemente simples para repetirse.

Y con esto cerramos nuestra semana de **ORGANIZACIÓN.**

Empezamos ordenando lo que estaba afuera y terminamos construyendo una estructura que se parezca un poquito más a nuestra vida real.

Y ahora cuéntame:

Después de esta semana, ¿qué cambió en tu manera de ver la organización? 👀

Próxima semana: **MIEDO Y TRANSFORMACIÓN.** 🌿