

CON JESÚS AGUAD

EL ARTE DE CREARTE

Crea y dirige tu vida.

IDENTIDAD · PENSAMIENTO · ACCIÓN



15 Y 22 DE NOVIEMBRE DE 2026

Dosdomingos · 10:00a.m.a5:00p.m. · Presencial

Dale continuidad a lo que empiezas.

Empiezas con entusiasmo. Durante unos días avanzas, y luego la rutina, las dudas o el cansancio van ocupando el espacio de aquello que querías lograr. El proyecto queda a medias y aparece la frustración de volver a empezar.

Quizás tienes varias metas y te cuesta elegir por dónde comenzar. O deseas sostener un hábito y encuentras que tu constancia cambia con tu ánimo. Hoy buscas claridad, herramientas y una forma de avanzar que encaje con tu vida.

Construye una forma de seguir adelante

En El arte de crearte trabajarás sobre una meta propia. Reconocerás qué interrumpe tu continuidad y diseñarás pasos, hábitos y respuestas para actuar también en los días de menor motivación.

Imagina cómo podría sentirse tu día...

Comenzar con una prioridad clara. Saber cuál es tu siguiente paso. Cerrar la jornada reconociendo un compromiso cumplido. Cultivar la tranquilidad de tener dirección y la confianza que crece al ver tus propios avances.

\$197 por ambos encuentros

Cuadernodigital · Ejerciciosguiados · Planpersonal de 30 días

Herramientas para avanzar.

01 15 de noviembre | Reconocer y elegir

Comprenderás dónde se interrumpe tu avance y elegirás una prioridad para concentrar tu esfuerzo.

- Ordena tus metas y define qué merece tu atención ahora.
- Reconoce las creencias y pensamientos que alimentan la postergación.
- Observa cómo usas tu tiempo y qué hábitos favorecen tu continuidad.
- Identifica recursos, apoyos y obstáculos concretos de tu entorno.

Sales con: una prioridad elegida y un siguiente paso definido. Una base concreta para decidir con mayor claridad.

Entre encuentros | Llevarlo a tu vida

Practicarás una acción pequeña y observarás qué te ayuda a cumplirla. Traerás al segundo encuentro una experiencia propia para revisar, aprender y ajustar.

02 22 de noviembre | Integrar y actuar

Diseñarás una forma de sostener tu esfuerzo, reconocer tus avances y retomar el rumbo después de una interrupción.

- Convierte “quiero ser constante” en acciones que puedas practicar.
- Define cuándo, dónde y cómo realizarás tu siguiente paso.
- Prepara alternativas para días de cansancio o cambios de agenda.
- Crea un plan de reinicio y una revisión semanal de tus avances.

Sales con: tu Mapa Personal de Dirección y un plan de 30 días. Herramientas para cultivar constancia y confianza mediante la práctica.

Aprenderás mediante explicaciones breves, reflexión individual y ejercicios guiados. La participación al compartir experiencias será voluntaria.

Empieza a construir continuidad.

Tu inscripción incluye

Dos encuentros presenciales con Jesús Aguad. Un espacio para trabajar una meta propia, practicar y revisar tus dificultades con orientación.

Cuaderno de trabajo digital. Ejercicios para comprender tus patrones y volver a trabajar con ellos en tu vida cotidiana.

Mapa Personal de Dirección. Una referencia escrita para recordar qué estás construyendo y dónde concentrar tu atención.

Plan de aplicación de 30 días. Acciones, apoyos y revisión semanal para dar continuidad a lo aprendido por tu cuenta.

Quién facilita la experiencia

Jesús Aguad es fundador y director del Instituto de Ciencias Holísticas en Puerto Rico. Su trabajo reúne la educación, el emprendimiento y la facilitación de talleres y experiencias de desarrollo humano con grupos.

Aplicarás herramientas educativas a tus hábitos, bienestar o proyectos. Tus avances se construirán mediante la práctica y los ajustes a tu realidad.

Información para participar

8 y 15 de noviembre de 2026 · 10:00 a. m. a 5:00 p. m.

Modalidad presencial. Reserva ambas fechas.

Una hora de almuerzo diaria; alimentación por cuenta del participante.



ESCANEA PARA PAGAR

\$197

POR AMBOS ENCUENTROS
Pago completo de tu inscripción.

Toca el botón desde tu celular o escanea el QR para completar el pago en Stripe.



INSCRIBIRME Y PAGAR