

# *Tu mente, tu obra.*

**E - BOOK 001**

Cada pensamiento es un ladrillo en la obra de tu vida. Este e-book te inspira a diseñar tu mentalidad como la base más sólida, para construir oportunidades que reflejen tu visión y derribar los límites que nunca fueron reales.

*JoséHermés*®

## INTRODUCCIÓN

# *La obra invisible.*

La mayoría de las personas creen que la vida sucede al azar.

Que el destino, la suerte o las circunstancias son los únicos responsables de lo que tenemos o dejamos de tener.

Pero hay algo que pasa desapercibido: la mente es la obra invisible que sostiene la visible.

Cada palabra que repites, cada diálogo interno, cada imagen que sostienes en tu imaginación, se convierte en materia prima de tu experiencia.

Piensa en tu vida como una gran construcción. Los cimientos son tus creencias, los muros son tus pensamientos diarios y el techo es la visión que sostienes para ti mismo.

La pregunta clave es: ***¿estás edificando con intención o con descuido?***

*JoséHermés*®

# Los ladrillos: pensamientos que crean.

Un pensamiento aislado puede parecer débil, pero la repetición lo convierte en estructura.

- Pensamientos de expansión: “soy capaz”, “estoy aprendiendo”, “la vida me abre caminos”.
- Pensamientos de límite: “no puedo”, “eso no es para mí”, “ya es tarde”.

Ambos pesan lo mismo como ladrillos, pero no construyen lo mismo.

👉 **Ejercicio: Durante un día observa cuántas veces repites frases limitantes. Llévalas a un cuaderno. Luego, formula su versión expansiva. Por ejemplo:**

- “No tengo tiempo” → “Elijo priorizar lo que realmente importa”.
- “No soy suficiente” → “Estoy creciendo, y cada paso me acerca a mi mejor versión”.

**Con este simple cambio, comienzas a rediseñar los planos de tu vida.**

*JoséHermés*®

# *El arquitecto interior: tu visión.*

**No basta con colocar ladrillos; necesitas un plano.**

La visión es esa imagen mental clara de lo que quieres vivir. Es el diseño invisible que guía la obra.

Si tu visión es débil, cualquier viento derriba lo que construyes. Si es firme, incluso en medio de tormentas sigues edificando.

👉 **Ejercicio: Cierra los ojos por cinco minutos. Imagina tu vida dentro de cinco años.**

- ¿Cómo despiertas cada mañana?
- ¿Con quién compartes tu tiempo?
- ¿Qué proyectos están terminados gracias a ti?

**Escríbelo con detalle, como si ya existiera. Esa es la primera piedra de tu visión.**

*JoséHermés*®

# ***Derribar para construir.***

**No todo se trata de levantar nuevas paredes; muchas veces hay que demoler las viejas.**

Las creencias heredadas, los miedos impuestos y los recuerdos dolorosos también forman parte de tu obra mental. Pero no son definitivos.

Cada vez que identificas un pensamiento que no te pertenece, lo reconoces y lo sustituyes, estás derribando un muro que nunca debió estar allí.

**La libertad no está en construir más, sino en elegir conscientemente qué conservar y qué dejar caer.**

**"Tu mente es el plano. Tus pensamientos, los ladrillos. Tu vida, la obra terminada."**

***Este libro es una invitación a reconocer tu poder creador. No se trata de negar la realidad, sino de recordar que todo lo visible comienza en lo invisible.***

*JoséHermés*®

# *Tu mente, tu obra.*

**E - BOOK 001**

Cada pensamiento es un ladrillo en la obra de tu vida. Este e-book te inspira a diseñar tu mentalidad como la base más sólida, para construir oportunidades que reflejen tu visión y derribar los límites que nunca fueron reales.

*JoséHermés*®