



DIA

Las trampas de la postergación

iHola!

Soy Inés Lolago, te doy la bienvenida a este **segundo día donde abrimos espacio entre la idea y la creación.**

Es posible que hoy llegues con más claridad porque en el primer día de trabajo viste el ruido: voces externas e internas: mandatos, exigencias, comparaciones, pero hoy la pregunta es: **¿Qué vas a hacer con ese ruido?**

Muchas veces, (y a mayor intelectualidad, peor) transformamos rápidamente la claridad en excusas y justificaciones que suenan lógicas e incluso razonables: falta de tiempo, de preparación, de confianza... **pero que en el fondo están cumpliendo otra función: seguir sosteniendo la inacción.**

(Abro paréntesis: entrar en un proceso creativo o seguir un llamado no implica necesariamente poner la vida patas arriba, ¡al contrario! al seguirlo, todo aquello que tienes que hacer sí o sí, de repente se hace más fácil porque hay más gasolina interna para sostenerlo)



Esta tendencia a la postergación no ocurre sola. Es un guión que repetimos casi sin darnos cuenta. Un guion escrito con miedo a fallar, miedo a perder, miedo a no estar a la altura, **miedo a transformarte en quien es necesario para sacar esa idea adelante y en cómo va a reaccionar el entorno cuando lo hagas...**

El trabajo de hoy es traer ese guion a la luz. Nombrar las justificaciones, los miedos, y las imágenes de "éxito y fracaso" que te paralizan.

Porque cuando las reconoces, dejan de gobernar en silencio y puedes empezar a relacionarte con ellas de otro modo.

Hoy la propuesta es simple pero poderosa: mirar de frente las trampas que sostienen la postergación y preguntarte qué está realmente en juego cuando demoras tu llamado.

Recuerda:

Antes de escuchar el audio y responder a las preguntas en tu libreta o en los espacios que tienes para eso en este mismo documento, respira profundo unos minutos, baila, da un paseo en silencio o medita, lo que tú sepas que te sirve para bajar la velocidad y afinar tu estado interno, de lo contrario, se convertirá en una simple descarga mental.



Preguntas:

- ¿Qué excusas te **repites** para no empezar a moverte en la dirección de **llamado interno** sea el que sea?

- ¿Qué estás esperando que ocurra antes de permitirte **avanzar**?

- ¿Qué imagen de "**éxito**" te **paraliza**?

- ¿Qué temes perder si avanzas en serio con lo que deseas?

- ¿En quién temes convertirte si sigues ese llamado?

Deja que las palabras encuentren su lugar sin forzarlas. Esto no se trata de correr ni de llegar rápido, sino de permitir que el proceso empiece a tomar cuerpo. Sigue tomando notas si lo necesitas

Ahora haremos una pausa antes del cierre de este entrenamiento para que lo que apareció pueda asentarse.

¡Gracias!

Este material es de uso personal y creado para quienes decidieron regalarse

ENTRE LA IDEA Y LA CREACIÓN

Un breve entrenamiento para reconocer lo que limita tu práctica creativa.

Por respeto a mi trabajo y a tu propio proceso personal, te pido que no lo uses fuera de este contexto. La sabiduría no está en la información, sino en la experiencia que creamos juntos.

Si sientes que alguien se puede beneficiar de este entrenamiento puedes compartirle [ESTE ENLACE:](#)

Inés Lolago

+34 613 173 947 

@ineslolago.estudio 

hola@ineslolago.com 

www.ineslolago.com 

Aviso de Derechos de Autor

© |2025| Inés Lolago Siblen. Todos los derechos reservados.
Este material está protegido por derechos de autor y su reproducción total o parcial sin autorización está prohibida.