

MINI EBOOK GRATUITO

DEL LOGRO A LA PLENITUD

Cinco pasos para liderar con
propósito y vibrar alto cada día





del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Introducción - “Ya lo lograste, pero... ¿cómo te sientes tú?”

Conexión emocional y apertura del viaje interior

Reconocimiento del lector como alguien ya exitoso

Activación desde el recuerdo, no desde la falta

◆ Paso 1: Reconoce tu llamado interior

¿Qué es el llamado del alma?

Cómo identificarlo en medio de lo cotidiano

No cambiar todo, sino quitar lo que impide brillar

✍ Ejercicio: 3 preguntas para escuchar la voz interior

◆ Paso 2: Reescribe tu idea de éxito

Transformar lo que te enseñaron sobre el éxito

Integrar propósito con bienestar

🌀 Liberación de creencias obsoletas desde el amor

✍ Ejercicio práctico: “Lo que me enseñaron vs. lo que hoy elijo”

◆ Paso 3: Respira con intención, lidera con presencia

El poder del breathwork sin tecnicismos

Conectar con tu centro antes de actuar

✍ Práctica: La Pausa del Propósito

◆ Paso 4: Potencializa tu luz interior, alinéate con tu propósito

Activación energética amorosa y consciente

No es sanar lo roto, es reconectar lo completo

🗣 Testimonio: Andrés Fajardo - liderazgo y transformación

✍ Visualización: “Activa tu energía”

◆ Paso 5: Lidera desde tu propósito

Liderazgo desde el alma y la coherencia

Principios del libro *Cómo Liderar*

✍ Ejercicio: “Mi liderazgo nace del alma”

☀ Epílogo - Liderar desde el alma: el ejemplo de Zolemgeh Estrella



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

✨ Introducción – “Ya lo lograste, pero... ¿cómo te sientes tú?”

Has alcanzado metas. Has superado desafíos. Has guiado a otros, liderado proyectos, sostenido familias, empresas, sueños.

Y sin embargo, hoy estás aquí. No porque falte algo... sino porque algo en ti desea vivir más plenamente.

En medio del hacer, del dar, del avanzar, a veces olvidamos detenernos a mirar hacia adentro.

Y entonces llega esa pregunta:

¿Cómo te sientes tú en todo esto?

Este ebook no viene a darte respuestas.

Viene a acompañarte mientras recuerdas las tuyas.

Porque no es necesario cambiarlo todo.

Solo necesitas reconectarte con lo que ya habita en ti.

Tu alma ya está lista.

Lista para guiarte a una versión más liviana, más luminosa, más coherente de ti.

Una versión que lidera con propósito y vibra alto cada día, sin sacrificar su paz, sin renunciar a su esencia, sin dejar de ser quien es.

Este viaje de cinco pasos es un mapa suave, práctico y espiritual.

Un puente entre el logro y la plenitud.

Un recordatorio de que estás listo para vivir con sentido.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

✨ Frase para iniciar este viaje:

“Selecciono mis recuerdos.”

En este momento, conscientemente, renuncio a todos los recuerdos y memorias que me limitan y que no me permiten avanzar hacia mi verdadero propósito.

A partir de este instante, selecciono los recuerdos que me conectan con la luz, el amor, la perfección y la verdad.



De que soy Consciente



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Paso 1: Reconoce tu llamado interior

“Cuando todo parece en orden, cuéntame... ¿escuchas lo que tu alma susurra?”

Has logrado mucho. Y desde afuera, todo parece estar bien. Pero hay algo más... una vibración sutil, una sensación que aparece en los silencios, en la pausa, en medio del ruido cotidiano.

Ese algo no es inquietud ni vacío...Es un llamado.

Una invitación a reconectar con tu misión divina.

Ese llamado no viene desde la falta, sino desde la expansión.

No es para abandonar lo que eres, sino para profundizar en lo que ya eres.

Simplemente es momento de eliminar lo que no te permite brillar en luz, en amor, en perfección y en verdad.

Es la voz de tu alma recordándote que estás listo para una nueva forma de vivir: con propósito, con presencia y con alma.

✨ ¿Cómo se siente el llamado?

- Como un susurro que aparece en medio de una reunión.
- Como un impulso repentino de ayudar desde un lugar más auténtico.
- Como una sensación de “esto no puede ser todo” cuando todo va “bien”.
- O como una certeza interior que no puedes explicar... pero sabes que es real.

**Ese es tu alma activando una nueva frecuencia en ti.
Y tú estás aquí porque estás listo para responderla.**



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Ejercicio introspectivo: Escucha la voz de tu alma

Tómate unos minutos. En un lugar tranquilo, sin juicios ni prisa, responde estas preguntas con total honestidad:

¿Qué partes de mi vida se sienten exitosas, pero no necesariamente plenas?

¿Qué momentos recientes me han hecho preguntarme si hay algo más para mí?

¿En qué momentos siento más conexión con lo que verdaderamente soy?

No busques respuestas perfectas. Siente. Escribe. Permítete escuchar.



Frase ancla para este paso:

“Si escuchas a tu alma, recuerda: no quiere que cambies todo. Solo quiere que vivas con más sentido.”



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Paso 2: Reescribe tu idea de éxito

“Recuerda: el verdadero éxito es sentir paz mientras avanzas.”

El mundo te ha contado muchas versiones del éxito.

Te habló de logros, de títulos, de validación externa, de resultados visibles.
Y tú los alcanzaste. Lo hiciste.

Pero hoy, sabes que eso no es suficiente.

Porque el éxito verdadero no se mide por lo que tienes... sino por lo que sientes
mientras lo logras.

Y no se trata de renunciar al éxito, ni de verlo con culpa.
Se trata de reescribirlo desde un lugar más alto:

Donde el éxito no es estrés disfrazado de metas, sino paz habitando tu propósito.

✨ Transformando la visión del éxito

¿Y si pudieras integrar tu liderazgo profesional con tu bienestar espiritual?

¿Y si pudieras sentirte pleno, sostenido y en calma en medio del logro?

Eso no solo es posible....Es tu camino natural.

Y empieza cuando decides mirar tus creencias con amor, y transformarlas desde dentro.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Liberación consciente

Mucho de lo que hoy llamamos “éxito” está sostenido por creencias antiguas, heredadas:

- “Si descanso, soy menos productivo.”
- “Para tener abundancia, tengo que sacrificarme.”
- “Si conecto con mi parte espiritual, perderé fuerza en el mundo profesional.”

Pero hoy estás en un nuevo lugar.

Hoy puedes ver esas creencias no como enemigos, sino como estructuras que ya cumplieron su ciclo.

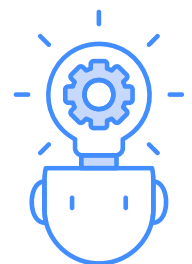
Mini práctica: Redefine tu éxito

Toma una hoja en blanco. Dibuja dos columnas.

En la primera, escribe: “Lo que me enseñaron sobre el éxito”

En la segunda: “Lo que hoy elijo creer sobre el éxito”

Ejemplo:



Lo que me enseñaron	Lo que hoy elijo creer
El éxito se logra con esfuerzo y sufrimiento.	El éxito fluye cuando estoy alineado con mi alma.
No se puede tener todo.	Puedo vivir en plenitud sin renunciar a nada esencia
Mostrar emociones me hace ver débil.	Mostrar mi verdad me hace más auténtico y fuerte.

Hazlo sin juicio. Solo con amor y conciencia.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día



Mini práctica: Redefine tu éxito

Lo que me enseñaron	Lo que hoy elijo creer



Frase ancla para este paso:

“No estás renunciando al éxito. Estás eligiendo sentir paz mientras lo creas.”



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Paso 3: Respira con intención, lidera con presencia

“¿Sabías que tres minutos contigo pueden cambiar tu día entero?”

Vivimos tan enfocados en el hacer, que a veces olvidamos lo más simple y poderoso: respirar.

Tu respiración no es solo biología.

Es un puente entre el cuerpo y el alma, entre el impulso y la conciencia.

Cada inhalación es una oportunidad de volver a ti, de anclarte en el presente y habitarte desde la verdad.

Cuando respiras con intención, recuperas poder.

Tu mente se despeja.

Tu corazón se aquieta.

Tu liderazgo se vuelve presencia.

✨ La pausa como práctica espiritual

Liderar no es solo tomar decisiones.

Es sostener energía, inspirar, abrir espacio.

Y para eso, necesitas estar contigo, aunque sea por breves instantes.

Respirar es tu ritual silencioso.

Y con solo unos minutos al día, puedes cambiar no solo cómo actúas... sino desde dónde actúas.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Respiración consciente: ¿cómo integrarla?

No necesitas técnicas complejas.

Solo necesitas detenerte y estar presente.

Te propongo esta práctica sencilla que puedes aplicar al iniciar tu día, antes de una reunión, o cuando sientas que todo va muy rápido



Práctica guiada: La Pausa del Propósito

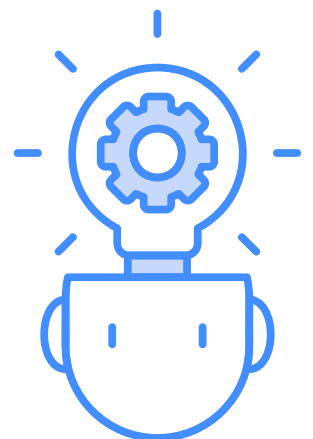
1. Siéntate cómodamente.
 - Cierra los ojos suavemente. Apoya tus pies en el suelo.
2. Inhala profundo por la nariz en 4 tiempos:
 - 1... 2... 3... 4
3. Sostén el aire por 4 tiempos
 - 1... 2... 3... 4
4. Exhala lento por la boca en 6 tiempos
 - 1... 2... 3... 4... 5... 6
5. Repite por 3 minutos.
 - Durante la respiración, puedes repetir internamente:

“Estoy aquí. Estoy en mí. Lidero desde mi presencia.”



Frase ancla para este paso:

“Mi respiración es mi ancla. Cada vez que vuelvo a ella, vuelvo a mí.”





del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Paso 4: Potencializa tu luz interior, alinéate con tu propósito

“Tu energía es sagrada. Estás listo para expandirla.”

No estás buscando arreglarte.... estás recordando que ya eres luz.

Solo que a veces esa luz queda tapada por capas de ruido, exigencias, rutinas, memorias.

Este paso no se trata de “sanar” lo que está mal.

Se trata de activar lo que ya está en ti, de alinearte con tu frecuencia natural, con la vibración que nace del alma.

Y cuando lo haces, todo cambia:

Tu liderazgo se vuelve magnético.

Tus decisiones se simplifican.

Tu energía deja de agotarte y comienza a nutrirte.

✨ **No hay bloqueos, hay energía disponible**

No necesitas forzarte a “limpiar”, “sacar” o “romper”.

Lo único que necesitas es reconectar con lo que ya eres.

La energía está ahí. Tu sabiduría también.

Este es un paso de recordación y activación.

Y a veces, ese despertar llega de la mano de procesos profundos:

acompañamientos, espacios energéticos, prácticas espirituales.

Así le sucedió a Andrés Fajardo.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Testimonio: El camino de Andrés Fajardo

“Hubo un momento en que todo en mi vida parecía en orden, pero dentro de mí había un deseo fuerte de crecer, de encontrar algo más.

Comencé con herramientas de desarrollo personal, pero fue cuando trabajé con Bonil —desde el liderazgo hasta lo espiritual— que todo realmente se alineó.”

“Pasé de ser un profesional ascendente en una Big Four a fundar mi propia firma con 30 personas en 3 ciudades. Pero lo más valioso no fue el ascenso, sino el descubrimiento de que yo mismo era el verdadero valor.”

“Bonil me acompañó en cada etapa: planes de carrera, liderazgo, Reiki, espiritualidad, rupturas, decisiones... Su presencia me mostró que la autenticidad es el camino más seguro hacia el propósito.”

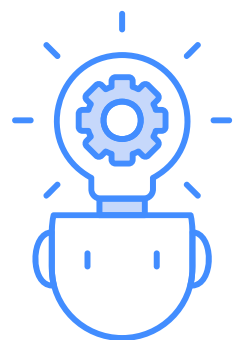
Andrés no solo creció en lo profesional.

Despertó su verdad. Activó su energía. Y desde ahí, lideró.

Visualización guiada: “Activa tu energía”

1. Cierra los ojos.
2. Lleva tu atención al centro de tu pecho.
3. Visualiza una luz dorada suave encendiéndose desde tu corazón.
4. Repite en voz baja o internamente:

**“Mi luz está activa. Me alíneo con lo que soy.
Avanzo con confianza. Vibro con propósito.”**



Hazlo por unos minutos. Y si lo deseas, repítelo cada mañana.

 Frase ancla para este paso:

“La conexión ya vive en ti. Cuando caminas con certeza, tu energía se alinea y tu luz se potencia.”



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

Paso 5: Lidera desde tu propósito **“La información ya está en ti. Solo necesitas volver a mirarte con otros ojos.”**

Liderar no es dirigir.

Es recordar tu misión y caminar en coherencia con ella.

Es impactar sin imponer, influir sin forzar, avanzar sin desconectarte de tu centro.

El nuevo liderazgo no se construye desde el ego, ni desde el cansancio, ni desde la necesidad de validación.

Se construye desde el alma.

Desde esa parte tuya que no busca convencer a nadie... solo vibrar con tanta verdad que inspira a otros a hacer lo mismo.

Tu propósito no es algo que se busca como si estuviera afuera.

Es algo que ya vive dentro de ti y que se activa cuando lideras desde el amor, desde la fe y desde la claridad interior.

✨ **Liderazgo con alma: los principios que te sostienen**

En mi libro *Cómo Liderar*, dejo claro que un líder auténtico:

- Sirve antes que imponer.
- Cuida tanto los resultados como la energía de su equipo.
- Es coherente entre lo que piensa, siente y hace.
- No se hace fuerte cerrando el corazón, sino abriéndolo con conciencia.

**Y sobre todo, un líder consciente no lidera para que lo sigan, sino para que otros se
recuerden a sí mismos a través de su ejemplo.**



del LOGRO a la PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

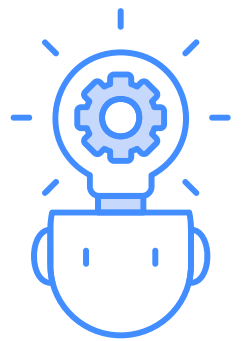


Ejercicio de visión vibracional: “Mi liderazgo nace del alma”

Escribe tres frases que representen cómo eliges liderar a partir de hoy:

Ejemplo:

- “Lidero con presencia, sirvo con propósito.”
- “Mi alma guía mi estrategia.”
- “Mi liderazgo es un canal de expansión para otros.”



Puedes escribirlas en un lugar visible. Repetirlas cada mañana. O usarlas como mantras antes de decisiones importantes.

MIS TRES FRASES GUÍA



Frase ancla para este paso:

“Liderar no es controlar. Es recordar quién eres y servir desde ahí.”

del LOGRO a la PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

☀ Epílogo - Liderar desde el alma: el ejemplo de Zolemgeh Estrella

“Tu camino inició hace mucho. Hoy lo recuerdas. Y eso...
es liderazgo.”

A lo largo de estas páginas has regresado a ti.

Has reconocido tu llamado interior, reescrito tu idea de éxito, respirado con intención, activado tu energía, y alineado tu liderazgo con tu propósito.

Y ahora, para cerrar, quiero que contemples el ejemplo de una mujer que camina lo que enseña.

Una figura que representa el liderazgo que nace del alma, y se expresa con luz: Zolemgeh Estrella.

Para poder entrar en contexto y poderte explicar cuán importante son estos cinco pasos que acabas de dar traigo a colación los niveles de liderazgo, escritos por John Maxwell y se refieren a las diferentes etapas o grados de desarrollo que un líder puede alcanzar en su trayectoria; los niveles de liderazgo son:

- Posición,
- Permiso,
- Producción,
- Desarrollo de Personas
- Pináculo.

1

Posición

Liderazgo basado en la autoridad y el estatus

2

Permiso

Construyendo relaciones para la confianza y la cooperación

3

Producción

Logrando resultados y beneficios para la organización

4

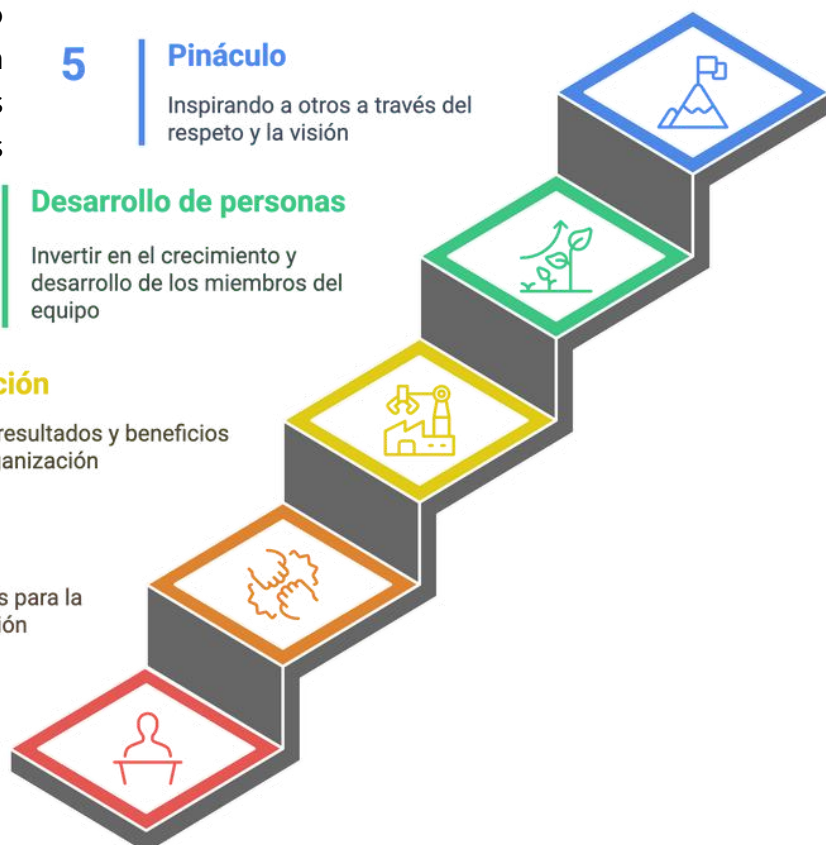
Desarrollo de personas

Invertir en el crecimiento y desarrollo de los miembros del equipo

5

Pináculo

Inspirando a otros a través del respeto y la visión





del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

◆ Nivel 1 – Posición

Zolemgeh no necesita títulos; aunque los tiene, y varios.

Su autoridad nace de su camino recorrido, de su vibración, de la experiencia que la respalda.

No lidera desde el cargo. Lidera desde la coherencia.

Zolemgeh Estrella.

◆ Nivel 2 – Permiso

Conecta con su comunidad desde una energía maternal,
firme, amorosa.

No impone. Inspira.

Y eso lleva a que quienes la siguen le otorguen, desde el alma, el permiso para guiar amorosamente.

◆ Nivel 3 – Producción

Ha generado impacto real.

Ha formado terapeutas, activado procesos,
transformado vidas.

Sus resultados hablan desde la transformación, no desde la promesa.

◆ Nivel 4 – Desarrollo de Personas

Zolemgeh libera líderes.

Activa potenciales dormidos.

Acompaña nacimientos espirituales.

No acumula seguidores: genera expansión.

◆ Nivel 5 – Por lo que representa

Hoy representa mucho más que un nombre.

Es símbolo de un liderazgo femenino sagrado y consciente.

Es un puente entre lo etérico y lo material, entre lo espiritual y lo humano.

Su presencia comunica más que cualquier estrategia.

✨ Reflexión final para ti

Liderar desde el alma no es repetir fórmulas.

Es recordar quién eres, y permitir que tu vida entera se convierta en mensaje.

No necesitas gritar para impactar.

Tu coherencia ya vibra.

Tu energía ya guía.



del LOGRO *a la* PLENITUD

5 pasos para liderar con propósito y vibrar alto cada día

**“Tu camino no está comenzando.
Está recordando.
Y ese es el poder más profundo que existe.”**

Bonil Illingworth



@coachbonil



Centroholisticointegral.Liderazgo



+1 928 456 3758

+593 99 1489736



www.chiec.org/liderazgojoven



Sananda Morales



@chiec.eco.alitas



+1 (813) 362-2085



www.chiec.org/alitas



DEL LOGRO A LA PLENITUD

Cinco pasos para liderar con propósito y
vibrar alto cada día
por Bonil Illingworth

**¿Y si no tuvieras que renunciar a lo que has logrado... para vivir
más profundamente conectado contigo?**

Este mini ebook es una guía suave y poderosa para quienes ya han alcanzado metas, pero sienten que hay algo más por activar.

A través de cinco pasos prácticos y espirituales, redescubrirás tu verdad interior, transformarás tu visión del éxito y activarás el liderazgo que nace del alma.

Aquí no se trata de buscar fuera, sino de recordar lo que ya vibra dentro de ti.

Respira, reconoce, reescribe, alíneate y lidera... desde tu propósito más elevado.

**“No estás comenzando. Estás
recordando. Y tu recuerdo es luz para
otros.”**



+1 928 456 3758

+593 99 1489736