



Línea de base o punto de partida del camino del madrugador

Punto A: lugar de inicio (día 0)	Punto B: lugar donde quiero estar (día 90)
¿Cómo estoy hoy?, ¿cómo me siento en esta etapa de mi vida?	¿Cómo quiero estar en tres meses?, ¿cómo deseo sentirme?
¿Cómo está mi percepción sobre mí mismo?	¿Cómo deseo que sea mi percepción de mí mismo?
¿Cómo están mis relaciones familiares?	¿Cómo deseo que sean mis relaciones familiares?
¿Cómo están mis relaciones laborales y sociales?	¿Cómo deseo que sean mis relaciones laborales y sociales?
¿Qué tan conectado me siento a Dios/mi Poder Superior?	¿Cómo deseo que sea mi conexión con Dios/mi Poder Superior?
¿Cómo está mi salud física?	¿Cómo deseo que sea mi salud física?
¿Cómo estoy a nivel mental y emocional?	¿Cómo deseo estar a nivel mental y emocional?
¿Estoy aprendiendo, innovando y creciendo intelectualmente?	¿Cómo me gustaría que fuera mi crecimiento intelectual?
¿Qué tanto me gusta la vida que llevo?	¿Cuál es la vida que deseo tener?
¿Qué tan realizado o pleno me siento hasta ahora?	¿Qué tan realizado o pleno me deseo sentir?
¿He sido capaz de concretar mis metas y objetivos?	¿Cómo deseo concretar mis metas y objetivos?
¿Qué tanta organización y disciplina hay en mi vida?	¿Cómo deseo que sea la organización y disciplina en mi vida?