
PREGUNTAS

- ¿Cómo puedo tomar inmediatamente el control sobre mi propia vida?
- ¿Qué puedo hacer hoy que represente una diferencia que me ayude a mí y a otros a configurar nuestros destinos?
- ¿Cómo puedo expandirme, aprender, madurar y compartir ese conocimiento con los demás, de una forma significativa y agradable?
- ¿Vale la pena tener todo aquello con lo que había soñado pero no disponer de la salud física que le permita disfrutarlo?
- ¿Se levanta cada mañana sintiéndose lleno de energía, fortalecido y preparado para afrontar un nuevo día o se levanta sintiéndose tan cansado como la noche anterior acosado por dolores y resentido por tener que empezarlo todo de nuevo?
- ¿Cómo puedo convertir en realidad ese momento soñado sin estar convencido de merecer ese bienestar financiero, bien apoyado por un plan de juego factible?
- Piense en un momento: ¿Dónde estaba usted hace 10 años, etc.?
 - ¿Cómo era?
 - ¿Quiénes eran sus amigos?
 - ¿Cuáles eran sus sueños y esperanzas?
- Si alguien le hubiera preguntado:
 - ¿Dónde estarás dentro de diez o quince años? ¿Qué habría contestado?
 - ¿Se encuentra hoy donde deseaba estar?
 - ¿Cómo voy a vivir los próximos diez años de mi vida?
 - ¿Cómo voy a vivir hoy para crear el mañana con el que estoy comprometido?
 - ¿Qué me voy a proponer a partir de ahora?
 - ¿Qué es importante para mí ahora mismo, y qué será importante a largo plazo?
 - ¿Qué acciones puedo emprender hoy mismo para que configuren mi destino futuro?
- Seguramente habrá llegado a alguna parte dentro de diez años:
 - ¿A dónde?
 - ¿En que se habrá convertido?

¿Cómo vivirá?

¿A que contribuirá?

¿Se sentirá contento cuando contemple los años o perturbado?

¿Encantado o molesto?

- Al contemplar los pasados diez años, ¿hubo momentos en que una decisión diferente habría podido hacer que su vida fuera radicalmente diferente a como es ahora, tanto para mejorar como para peor?

Ejemplo: Casarse, divorciarse, carrera, casa.

- ¿En qué medida esas decisiones le han llevado hasta este punto de su vida?
- Durante la pasada década de su vida: ¿experimento emociones de tragedia y frustración, de injusticia y desamparo? En tal caso: ¿Qué decidió hacer al respecto?
- ¿Continuó empujando hasta más allá de sus propios límites o decidió abandonar la lucha?
- ¿En qué medida han configurado esas decisiones el camino de su vida actual?
- ¿Existe alguna diferencia entre sentirse interesado por una cosa y comprometerse con ello?
- Será hoy el día en que decida de una vez por todas, convertir su vida en algo coherente con la calidad de su espíritu, proclamando: "esto es lo que soy, de esto es lo que tiene que ocuparse mi vida y esto es lo que voy a hacer para conseguirlo, nada me impedirá alcanzar mi destino. No permitiré que nadie me lo niegue".
- ¿Qué ha logrado hacer?
- ¿Qué podría hacer usted con su vida si realmente lo decidiera así?
- ¿Cuánto tiempo cree que tardaré en dominar realmente esta habilidad en particular?
- ¿Cuánto tiempo quiere usted tardar?
- ¿Qué hay de bueno en esto?
- ¿Qué puedo aprender de esto?
- ¿Cuál es la enseñanza más importante que podemos extraer de esta sesión?
- ¿Qué es esa fuerza que le controla a usted y que continuará controlándole durante el resto de su vida?
- ¿Por qué no hace algunas de las cosas que sabe debería hacer?

-
- ¿Qué le impide hacer lo necesario para que su vida sea exactamente como se la había imaginado?
 - ¿Por qué la gente puede experimentar sufrimiento y sin embargo, negarse a cambiar?
 - ¿Qué motivó esa decisión?
 - ¿Cuáles son algunas de las experiencias de sufrimiento y placer que han configurado su vida?
 - ¿Qué podemos aprender de esto?
 - ¿Cómo podemos hacerlo?
 - ¿Por qué la gente puede experimentar sufrimiento y sin embargo, negarse a cambiar?
 - ¿Qué le impide aproximarse a...?
 - ¿Por qué sigue aplazando...?
 - ¿Por qué evita terminar de una vez...?
 - ¿Qué le impide hacer lo necesario para que su vida sea exactamente como se la había imaginado?
 - ¿Qué motivó esa decisión?
 - ¿Qué podemos aprender de esto?
 - ¿Cómo podemos hacerlo?
 - ¿Cuál es el primer paso para dar un cambio?
 - ¿Por qué no he emprendido esta acción?
 - ¿Qué dolor he vinculado en el pasado con esta acción? (Use el dolor como amigo)
 - ¿Qué ocurriría si no hace eso...?
 - ¿Qué le va a costar emocionalmente?
 - ¿Qué le va a costar en términos de auto imagen?
 - ¿Qué le costará a su nivel de energía física?
 - ¿Qué le costará a sus sentimientos de autoestima o financieramente?
 - ¿Qué le costará en sus relaciones con las personas que más le importan?
 - ¿Y cómo le hace sentirse eso?
 - ¿Por qué ha dirigido su vida por este camino?
 - ¿Qué debo hacer para evitar dolor y obtener placer?
 - ¿Cómo puede sentirse inspirado si se castiga continuamente?

-
- ¿Ha dudado alguna vez de su habilidad de hacer algo?
 - ¿Cómo le hizo?
 - ¿Cuántas otras creencias tiene usted en la vida cotidiana sobre quién es, qué puede o no puede hacer o sobre cómo debería actuar la gente?
 - ¿Cuántas de esas creencias incapacitadoras ha empezado a aceptar sin siquiera darse cuenta de ello?
 - ¿Qué me costará si no lo hago?
 - ¿Qué hizo que sus creencias cambiarán de una forma tan espectacular?
 - ¿Cómo sabe usted que creencias adoptar? (modelar a alguien)
 - ¿Cuáles son las creencias que le separan de los demás?
 - ¿Cómo podemos aumentar la calidad de lo que estamos haciendo y hacerlo de tal modo que la calidad no nos cueste más a largo plazo?
 - ¿Qué podemos aprender de todo esto?
 - ¿Cómo podemos realizar mejoras constantes e ilimitadas en cada uno de estos ámbitos?
 - ¿En qué he contribuido o qué he mejorado?
 - ¿De qué he disfrutado?
 - ¿Están fortaleciendo sus fundamentos induciéndole a la acción en la dirección que desea, o le están conteniendo?

◎ **Creencias**

- Lista de creencias que te dan poder.
- Lista de creencias que te quitan poder.
- ¿Cómo fortalecen su vida?
- ¿Cómo es de ridícula o absurda esta creencia?
- ¿Qué me costará emocionalmente el no desprenderme de esta creencia?
- ¿Cuál será el costo físico si no me desprendo de esta creencia?
- ¿Cuál será el costo financiero si no me desprendo de esta creencia?
- ¿Cuál será el costo para mi familia y mis seres queridos si no me desprendo de esta creencia?

-
- ¿Cuáles son algunas de las referencias con las que puede apoyar esta idea de forma que empiece a sentir la certidumbre acerca de ella?
 - ¿Qué tendría que creer para alcanzar el éxito aquí?
 - ¿Quién está teniendo ya éxito en este ámbito, y qué creen esas personas, que sea diferente de lo que yo hago acerca de lo que es posible?
 - ¿En qué hay que creer para alcanzar el éxito?
 - ¿En qué tendría que creer para sentirme cómo me siento?
 - ¿En qué tendría que creer para sentirme deprimido?
 - ¿Quiere aprovechar realmente el poder para crear la visión que desea, en lugar de destruir sus sueños?
 - ¿Por qué piensa la mayoría de la gente que el cambio cuesta tanto tiempo?
 - ¿Por qué no cambió hace una semana, hace un mes, o un año, y dejó de quejarse?
 - ¿Durante cuánto tiempo tenemos que sentirnos afligidos?
 - ¿Cuáles son los dos cambios que todos deseáramos producir en nuestra vida?
 - ¿Por qué no convertir ese instante en un ahora?
 - ¿Qué le ha impedido producir el cambio?
 - ¿Qué sucede cuando llega a un punto en el que tiene la sensación de que va a experimentar dolor independientemente de lo que haga?
 - ¿Qué me costará si no cambio?
 - ¿Cuál es el precio por no cambiar?
 - ¿Qué me perderé en mi vida si no hago el cambio?
 - ¿Qué me está costando ya mental, emocional, física, financiera, espiritualmente?
 - Si cambio, ¿Cómo me ayudará eso a sentirme con respecto a mí mismo?
 - ¿Qué clase de impulso podría crear si cambiara esto en mi vida?
 - ¿Qué otras cosas podría conseguir si realmente efectuara este cambio hoy mismo?
 - ¿Cómo se sentirían mi familia y mis amigos?
 - ¿Cuánto más feliz sería yo ahora?
 - ¿Por qué permitir que la experiencia siga afectándole?
 - ¿Cómo quiere llegar a sentirse?
 - ¿Por qué quiere sentirse de ese modo?

-
- ¿No sería maravilloso que pudiera sentirse bien acerca de ello?
 - ¿Cómo va a seguir sintiéndose?
 - ¿Desea seguir pagando ese precio y soportar continuamente esas sensaciones negativas o esos enojos con respecto a esta persona o situación?
 - ¿Con qué puede usted sustituir la... (preocupación)?
 - ¿Cómo puede recompensarse a sí mismo por alcanzar el éxito?
 - ¿Qué ocurrirá como resultado de esto?
 - ¿Cuál será el impacto de los cambios que acaba de establecer en sí mismo sobre las personas que le rodean?
 - ¿Qué deseo hacer en lugar de preocuparme?
 - ¿Qué hará en lugar de preocuparse?
 - ¿Cómo sabrá usted que ha logrado un buen contrato?
 - ¿Qué es lo que desea?
 - ¿Por qué deseo estas cosas?
 - ¿Acaso no es cierto que lo que desea realmente es cambiar la forma en que se siente?
 - ¿Qué le hace sentirse bien en ese momento?
 - ¿Por qué no hacerlo ya ahora?
 - ¿Por qué esperar?
 - ¿Cómo podría hacerlo de modo distinto?
 - ¿Cuáles son algunas de las cosas que puede hacer inmediatamente para cambiar su estado de ánimo y en consecuencia, la forma en que se siente y actúa?
 - ¿Por qué no encontrar a alguien que (ría) e imitarle?
 - ¿Sabe usted que hacer para sentirse bien?
 - ¿Qué es lo que constituye la mayor diferencia en mi vida, en quién me convierto, quién soy como persona, y hacia dónde me dirijo?
 - ¿Cómo evalúo yo las cosas?
 - ¿Cómo hago una evaluación?
 - ¿Qué es exactamente una evaluación?
 - ¿Qué estoy haciendo ahora mismo?
 - ¿Cuál puede ser un buen ejemplo de preguntas brillantes?

-
- ¿Cómo podría hacerlo de modo distinto?
 - ¿Cuáles son algunas de las cosas que puede hacer inmediatamente para cambiar su estado de ánimo y en consecuencia, la forma en que se siente y actúa?
 - ¿Por qué no añadir algunas cosas nuevas que no haya intentado hasta ahora y que también podrían cambiar su estado de ánimo y hacerlo más positivo?
 - ¿Cómo puedo utilizar esto?
 - ¿De qué manera seré capaz de contribuir al bienestar de los demás?
 - ¿Qué es lo peor que puede suceder, y cómo puedo manejarlo?
 - ¿A que tendré que renunciar para alcanzar mi objetivo?
 - ¿Cuál será el último precio que tendré que pagar si no dejo esto ahora?
 - ¿Cómo me haría sentirme feliz eso?
 - ¿Cómo podemos mejorar esto?
 - ¿Cuál es el precio que tendré que pagar en último término?
 - ¿Qué me costará esto a largo plazo?
 - ¿Cómo quedaría transformada toda mi vida si hiciera esto ahora mismo?
 - ¿Qué hay de realmente horrible en su vida?
 - ¿Qué hay de realmente grande en su vida?
 - ¿Has pensado alguna vez en el impacto que vamos a tener gracias a lo que hemos creado aquí?
 - ¿Cómo puedo aprender de este problema para que no vuelva a sucederme?
 - ¿Por qué me saboteo siempre a mí mismo?

© **Peso**

- ¿Qué puede alimentarme realmente?
- ¿Contribuirá esto a limpiarme o a atascarme?
- ¿Hay algo ligero que puede comer y que me proporcione energía?
- Si como esto, ¿a qué tendré que renunciar para alcanzar mi objetivo?
- ¿Cuál será el último precio que tendré que pagar si no dejo esto ahora?

(Al hacerse estas preguntas asociará dolor al comer en exceso y su comportamiento cambiará inmediatamente.)

En vez de decir como estas "bien" diga como: apasionado, escandaloso, espectacular.

- ¿Cómo puedo añadir más valor y ayudar a más gente incluso mientras duermo?
- ¿Cómo puedo mejorar su trabajo?
- ¿Qué hay de grande en este problema?
- ¿Qué hay que no sea perfecto todavía?
- ¿Qué estoy dispuesto a hacer para lograr que sea como yo quiero?
- ¿Qué estoy dispuesto a no seguir haciendo para lograr que sea como yo quiero?
- ¿Cómo puedo disfrutar del proceso mientras hago lo necesario para lograr que sea como yo quiero?

© **Feliz**

- ¿Qué podría hacerme sentir feliz ahora en mi vida?
- ¿De qué podrías sentirte feliz ahora si quisieras?
- ¿Qué me hace sentirme feliz ahora en mi vida?
- ¿Qué es lo que me hace sentirme feliz? ¿Cómo hace que me sienta?
- ¿Qué me hace sentirme estimulado ahora en mi vida?
- ¿Qué es lo que me hace sentirme estimulado? ¿Cómo hace que me sienta?
- ¿De qué me siento orgulloso en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que me hace sentirme orgulloso? ¿Cómo hace que me sienta?
- Si te sintieras orgulloso, ¿cómo te sentirías?
- ¿De qué me siento agradecido en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que me hace sentirme agradecido? ¿Cómo hace que me sienta?
- ¿De qué estoy disfrutando más en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que me hace disfrutar más? ¿Cómo hace que me sienta?
- ¿Con qué estoy comprometido en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que me hace comprometerme? ¿Cómo hace que me sienta?
- ¿A quién amo? ¿Quién me ama?
- ¿Qué es lo que me hace amar? ¿Cómo hace que me sienta?

-
- ¿Qué he dado de mí hoy?
 - ¿En qué forma he dado algo hoy?
 - ¿Qué he aprendido hoy?
 - ¿Cómo ha contribuido el día de hoy a aumentar la calidad de mí vida, y cómo puedo utilizarlo como una inversión en mi futuro?
 - ¿De qué te sientes realmente excitado?
 - ¿De qué se ocupa realmente mi vida?
 - ¿Con qué me siento realmente comprometido?
 - ¿Por qué estoy aquí? ¿Quién soy yo?
 - ¿Cómo sería su vida si pudiera tomar todas las emociones negativas que ha experimentado, y disminuir su intensidad para que no le impactaran poderosamente y le permitieran estar siempre a cargo de la situación?
 - ¿Cómo sería su vida si pudiera tomar las emociones más positivas e intensificarlas, llevando así su vida a un nivel más elevado?
 - ¿Cuáles son algunos de los sentimientos negativos que experimenta con mayor fuerza?
 - ¿Cuáles son las palabras por las que quiere ser conocido?
 - ¿Cuál es la palabra o la frase característica con la que desea que le identifiquen los demás?
 - ¿Se imagina la tensión que debe existir en su vida al interpretarla de este modo?
 - ¿Qué intenta conseguir haciendo esto?
 - ¿Le capacitan o le limitan?
 - ¿Qué le hace sentirse bien?
 - ¿Qué necesita hacer ahora mismo para mejorar las cosas?
 - ¿Qué es lo que deseo sentir realmente?
 - ¿Qué tendría que creer para sentirme como me he estado sintiendo?
 - ¿Qué estoy dispuesto a hacer para crear una solución y manejar esto ahora mismo?
 - ¿Qué puedo aprender de esto?
 - ¿Está preparado ahora para divertirse un poco?
 - ¿Está dispuesto a volver a ser como un niño y dar rienda suelta a su imaginación?

-
- ¿Se compromete a aferrar su vida y extraerle todo el poder, la pasión, y el jugo que sabe pueden ser suyos?
 - ¿Qué le ha detenido hasta ahora?
 - ¿Qué metáfora sería mejor?
 - ¿Cuál de estas metáforas representa apropiadamente la vida para usted?
 - ¿Se imagina la tensión que debe existir en su vida al interpretarla de este modo?
 - ¿Y si creyera usted lo mismo?
 - ¿Qué intenta conseguir haciendo esto?
 - ¿Cuáles son sus ventajas y desventajas?
 - ¿Qué nuevas metáforas podrían gustarle aplicar a su vida para sentirse más feliz, libre y capacitado?
 - ¿Le capacitan o le limitan?
 - ¿Quién determina si esta es la persona o la situación adecuadas?
 - ¿Quién les hace sentirse bien?
 - ¿Cuál es el mensaje de estas señales para la acción?
 - ¿Qué es lo que deseo sentir realmente?
 - ¿Qué tendría que creer para sentirme como me he estado sintiendo?
 - ¿Qué estoy dispuesto a hacer para crear una solución y manejar esto ahora mismo?
 - ¿Qué puedo aprender de esto?
 - ¿Cómo puedo comunicar la importancia que tienen para mí estos criterios, y hacérselo saber a esta persona de una forma que la induzca a ayudarme y a evitar la violación de mis propios criterios en el futuro?
 - ¿Se compromete a aferrar su vida y extraerle todo el poder, la pasión y el jugo que sabe pueden ser suyos?
 - ¿Cree usted que esos objetivos le darán el poder para aprovechar la enorme reserva de poder que hay dentro de usted?
 - ¿Cómo es posible que los objetivos creen este increíble poder para configurar el destino?
 - ¿Qué le esta conteniendo?
 - ¿Qué le ha contenido hasta ahora?

-
- ¿Cómo estaba físicamente hace cinco años? (financieramente, físicamente, mentalmente, emocionalmente, atractivo, relaciones, ambiente de vida, socialmente, espiritualmente, carrera)
 - ¿Ha mejorado más de lo que se había dado cuenta en algunas categorías?
 - ¿Cómo estará dentro de cinco años en el futuro físicamente, mentalmente, emocionalmente?
 - ¿Hasta dónde ha llegado físicamente, financieramente mentalmente, emocionalmente, atractivo, relaciones, ambiente de vida, socialmente, espiritualmente, carrera?
 - ¿Cuál creen que es propósito de la vida?
 - ¿Qué clase de persona tendría que ser y qué clase de cosas necesitaría conseguir para dentro de nueve, ocho, siete años etc., retrocediendo así hasta el momento actual?
 - ¿Qué acción específica podía emprender hoy mismo que me permitiera progresar por el camino que me había trazado como destino?
 - ¿Qué desearía para mi vida si supiera que puedo alcanzar todo aquello que desee?
 - ¿Qué estaría dispuesto a hacer si supiera que no puede fracasar?
 - ¿Qué desearía para mi vida si supiera que puedo alcanzar todo aquello que desee?
 - ¿En que le gustaría mejorar su cuerpo físico?
 - ¿Cuáles son sus objetivos para el desarrollo mental y social?
 - ¿Cuáles son algunos de sus objetivos espirituales?
 - ¿Qué le gustaría aprender?
 - ¿Cuáles son algunas de las habilidades que le gustaría dominar?
 - ¿Cuáles son algunos de los rasgos de su carácter que le gustaría desarrollar?
 - ¿Quién desee que sean sus amigos?
 - ¿Quién quiere llegar a ser?
 - ¿Qué podría hacer por su bienestar físico?
 - ¿Por qué es eso tan atractivo para usted?
 - ¿Qué obtendrá lográndolo?
 - ¿Qué se perdería si no lo consiguiera?
 - ¿Son estas razones de bastante peso como para inducirle a seguir adelante?
 - ¿Qué niveles de abundancia financiera desea alcanzar?

-
- ¿A qué posición desea encumbrarse?
 - ¿Desea ganar \$50, mil dls al año, 100 mil, 500 mil etc.? Tanto que no pueda ni contarlos
 - ¿Cuáles son los objetivos que tiene establecidos para su empresa?
 - ¿Le gustaría convertirse en el líder de su industria?
 - ¿Cuándo quiere jubilarse?
 - ¿Cuántos ingresos por inversiones le gustaría alcanzar para no tener que seguir trabajando?
 - ¿A qué edad quiere alcanzar la independencia financiera?
 - ¿Necesita equilibrar su presupuesto, equilibrar su cuenta bancaria, conseguir entrenamiento financiero?
 - ¿Qué clase de inversiones le gustaría hacer?
 - ¿Cuánto quiere ahorrar para ofrecer a sus hijos una educación universitaria?
 - ¿Cuánto quiere poder gastar en viajes y aventuras?
 - ¿Cuánto quiere poder gastar en nuevos juguetes?
 - ¿Cuáles son los objetivos de su carrera?
 - ¿Qué le gustaría aportar a su empresa?
 - ¿Qué progresos singulares le gustaría crear?
 - ¿Le gustaría convertirse en supervisor, en director, en un ejecutivo?
 - ¿Cómo le gustaría que le conocieran dentro de su profesión?
 - ¿Qué clase de impacto le gustaría tener?
 - ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gustaría tener?
 - ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gustaría hacer?
 - ¿Qué es lo que más desearía en el mundo? (si el genio de la lámpara estuviera ante usted dispuesto a cumplir de inmediato cualquier cosa que deseara)
 - ¿Cómo podría contribuir?
 - ¿Qué podría crear?
 - ¿Cómo se sentiría si dentro de un año, los hubiera dominado y alcanzado todos?
 - ¿Cómo se sentiría con respecto así mismo y a su propia vida?
 - ¿En qué clase de persona tendré que convertirme para alcanzar todo lo que deseo?

-
- Describe los rasgos de carácter, habilidades, actitudes y creencias que necesitaría desarrollar para alcanzar todos esos objetivos que ha anotado previamente.
 - ¿Qué cualidades necesitará tener como persona para transformar esta serie invisible de compromisos en su realidad visible?
 - ¿Quién está ganando ya esa clase de ingresos y puede enseñarle las claves de su efectividad?
 - ¿Qué habilidades tiene que cultivar con objeto de conseguirlo?
 - ¿Necesita empezar a ahorrar el dinero que gasta e invertir la diferencia, para que de ese modo sus ingresos puedan proceder de algo más que su salario?
 - ¿Necesita emprender una nueva aventura?
 - ¿Cuáles son los recursos que necesita acumular realmente?
 - ¿Cómo puede la gente alcanzar los deseos de su corazón, y seguir sintiendo la excitación y la pasión que procede de imponerse un objetivo como meta?
 - ¿Qué necesito hacer ahora mismo para mejorar esto?
 - ¿Qué hay de estupendo en esta situación y que no es perfecto todavía?
 - ¿Qué hay de grande en esta situación? ¿Por qué no es perfecta todavía?
 - ¿Durante cuánto tiempo tengo que enfocar la atención sobre un pensamiento o sentimiento negativos como para considerar que lo estoy abrigando?
 - ¿Ha decidido ya si está dispuesto a seguir adelante? Si es así necesita mantener su palabra y experimentar la alegría.
 - ¿Qué le impide decidir eliminarlas?
 - ¿Ha tomado ya la decisión de utilizarlas?
 - ¿Qué está sucediendo?
 - ¿Qué significa esta situación?
 - ¿Significa dolor o placer?
 - ¿Qué puedo hacer ahora para evitar, reducir o eliminar dolor, o para obtener algo de placer?
 - ¿Qué podría comer rápidamente para que me animara en seguida?
 - ¿Qué podría tomar ahora capaz de nutrirme?
 - ¿Cuál es la clave de su éxito?

-
- ¿Cómo puede organizarse para verse empujadas sin esfuerzo alguno en la dirección de sus deseos, en lugar de sentirse alejados por una sensación de valores, creencias o reglas conflictivas?

© **Valores**

- ¿Cuáles son los valores que me están controlando?
- ¿Cómo sé cuándo se satisfacen mis valores que me están controlando?
- ¿Cómo sé cuándo se satisfacen mis valores, y cuáles son mis reglas?
- ¿Cuál es su recuerdo máspreciado?
- ¿Cuál es el verdadero problema con que nos encontramos aquí?
- ¿Cómo elegir cosas que sabe satisfará sus necesidades emocionales más profundas a largo plazo?
- ¿Qué valora más? (el amor, la familia, el dinero....)
- ¿Qué le da la familia? (amor, felicidad, seguridad...)
- ¿Cuáles son los estados emocionales que valora usted más en la vida?
- ¿Cuáles son las emociones que cree le aportarán más placer? ¿El amor o el éxito? ¿La libertad o la intimidad? ¿La aventura o la seguridad?
- ¿Cuáles son algunos de los sentimientos más importantes que le gustaría experimentar en su vida de una forma regular? (amor, éxito, libertad, intimidad, seguridad, aventura, poder, pasión, comodidad, salud)
- ¿Sería justo decir que las valora a todas por igual?
- ¿Qué ha aprendido al establecer este orden de preferencias?
- Recuerde que sus valores sean cuales fueren, afectan a la dirección que tome su vida.
- ¿No le parece valioso conocer los valores de alguien con quien mantenga una relación, o sea socio en los negocios?
- ¿Qué significaría introducir un cambio en este ámbito de tu vida?
- ¿Qué te aportaría eso?
- ¿Qué es lo más importante en su vida? Ejemplo: honradez

-
- ¿Cuáles son algunas de las emociones más importante que *evita* experimentar de forma insistente? (rechazo, enfado, frustración, soledad, depresión, fracaso, humillación, culpabilidad).
 - Verdad que también sería cierto decir que aunque desea evitar todas estas emociones algunas le resultan más dolorosas que otras, y que de hecho, posee usted una jerarquía de valores de los que intenta alejarse.
 - ¿Cuál de los valores de la lista anterior le induciría a hacer lo que fuera con tal de evitarlo?
 - ¿Se da cuenta de que evitará continuamente verse involucrado en aquellas situaciones en las que pueda ser juzgado con dureza?
 - ¿Verdad que tiene sentido que si se viera usted arrastrado hacia dos direcciones diferentes, no podría servir a dos amos? (en valores)
 - ¿Cuáles son los estados emocionales hacia los que se siente atraído?, ¿cuáles son aquellos de los que intenta alejarse?
 - ¿Qué es lo más importante para mí en la vida? (aprender, crecer, ser el mejor, invertir, compasión, flexibilidad, pasión, amor, libertad, contribución, ser capaz, crecimiento, logro, felicidad, diversión, salud, creatividad, inteligente, salud / vitalidad, calidez, alegría, honradez, agradecimiento, misericordia).
 - ¿Qué induce a la gente a hacer lo que hace?
 - ¿Cuáles necesitan ser mis valores para crear mi destino definitivo, para ser la mejor persona para pueda llegar a ser, para ejercer el mayor impacto posible durante mi vida?
 - ¿Qué otros valores tendría que añadir?
 - ¿Qué valores debería eliminar de mi lista para alcanzar mi destino último?
 - ¿Qué beneficio obtengo de tener este valor en esta posición de la jerarquía?
 - ¿Qué beneficio obtengo de tener situada (la pasión, etc.,) aquí?
 - ¿Qué puede costarme poner (la pasión) en el primer lugar de mi lista?
 - ¿En qué orden necesitan estar mis valores para alcanzar un destino último?
 - ¿Qué valores necesito tener?
 - ¿Qué ocurriría si convirtiera (la felicidad) en prioridad?
 - ¿Qué sucedería si la pusiera por delante de lograr?

-
- ¿Cuáles tendrían que ser mis valores para alcanzar el destino que deseo y merezco?
 - ¿Qué valores necesitaría añadir o eliminar?
 - ¿Qué ha conseguido usted al elaborar su propia lista de valores?
 - ¿Cuáles podrían ser algunas de los valores que le resultaría útil añadir para aumentar la calidad de su vida y quizás incluso el impacto sobre su destino último?
 - ¿Qué tiene que suceder para que usted se sienta feliz?
 - Las reglas que guían en la actualidad su vida, ¿siguen siendo apropiadas para la persona en la que se ha convertido?, ¿o se ha aferrado acaso a reglas que le ayudaron en el pasado, ¿por qué ahora le hacen daño?
 - ¿Se ha aferrado a alguna regla inapropiada procedente de su niñez?
 - ¿Qué tiene que suceder para que usted sienta que ha alcanzado el éxito?
 - ¿Es usted una persona de éxito?
 - ¿Qué tiene que suceder para que usted sienta el éxito?
 - ¿Le capacitan o le limitan sus reglas?
 - ¿Qué necesita para sentirse con éxito?
 - ¿Qué necesita para sentirse querido por sus hijos, su esposa, sus padres, o cualquier otra persona que sea importante para usted?
 - ¿Qué necesita para sentirse seguro de sí mismo?
 - ¿Qué necesita para sentir que es excelente en cualquier ámbito de su vida?
 - ¿Cómo utiliza sus referencias? (las referencias son todas las experiencias de su vida que ha registrado usted en su sistema nervioso).
 - Las interpreta conscientemente de forma que le capaciten, que apoyen la consecución de sus objetivos o acaso su cerebro conecta automáticamente con experiencias en las que no se vio usted apoyado, y desarrollando creencias limitadoras.
 - ¿Por qué vuelves al mismo programa?
 - ¿Cómo puede encontrarse un significado positivo a partir de una experiencia que no parece tener ningún sentido?
 - ¿Es posible que los que parecen los peores días de nuestras vidas sean en realidad más poderosos en términos de las lecciones que podemos aprender de ellos?

-
- ¿Se le ocurre pensar en alguna forma en que haya ejercido un impacto positivo sobre su vida?
 - ¿Cuáles son algunas de las experiencias nuevas que necesita por ejemplo: para tener éxito?
 - ¿Cuáles son algunas de las referencias que podría proporcionarle a su familia y que fueran muy valiosas?
 - ¿Qué nueva experiencia puede perseguir hoy mismo, capaz de expansionar su vida?
 - ¿En qué clase de persona se convertirá?
 - ¿Acaso no se ve mi identidad limitada por mi experiencia?
 - ¿Quién es usted?
 - ¿Mira usted hacia su pasado su presente o su futuro, para definir quién es en realidad?
 - ¿Cómo se define a sí mismo?
 - ¿Cuál es la esencia de quién es usted?
 - ¿Qué metáforas utiliza para describirse a sí mismo?
 - ¿Qué papeles interpreta?
 - ¿Quiénes son algunas de las personas que tienen esas características que usted aspira a tener?
 - ¿Pueden servirle como modelos a imitar?
 - ¿Cómo caminaría, hablaría, pensaría, y sentiría?
 - ¿Qué más puedo ser?
 - ¿Qué más seré?
 - ¿En qué me estoy convirtiendo ahora?
 - ¿En quién ha decidido convertirse?
 - ¿Quién es usted ahora?
 - ¿Quién ha decidido que es realmente ahora?
 - ¿Quién es ahora mismo?
 - ¿En quién ha decidido convertirse?

Si usted desea ganar más dinero:

-
- ¿Cómo puedo valer más para esta compañía?
 - ¿Cómo puedo ayudarla a conseguir más cosas en menos tiempo?
 - ¿Cómo puedo añadir una tremenda cantidad de valor a ella?
 - ¿Existe alguna forma en que pueda ayudar a reducir los costos y aumentar la calidad?
 - ¿Qué nuevo sistema podría desarrollar?
 - ¿Qué nueva tecnología podría usar que permitiera a la compañía producir sus productos y servicios con mayor efectividad?
 - ¿Cómo podría ayudar a conmover más vidas?
 - ¿Cómo puedo hacerlo a un nivel más profundo?
 - ¿Cómo puedo dar una mejor calidad a un producto o servicio?
 - ¿Qué nuevos recursos podría emplear capaces de añadir más valor a otras personas?
 - ¿Cómo puedo aumentar el valor de lo que hago en diez o quince veces?
 - ¿Cómo puedo llegar a más gente que hasta ahora?
 - ¿Cómo puedo añadir más valor a cualquier ambiente en el que me encuentre?
 - ¿Cómo le he hecho ganar o ahorrar dinero a la empresa donde trabajo en los últimos doce meses?
 - ¿Qué quiere conseguir y en qué periodo de tiempo?
 - ¿Cuál es su tolerancia de riesgo, es decir, la cantidad de riesgo con la que se siente cómodo?
 - ¿Para quién podría hacer algo especial?
 - ¿Qué podría hacer por sí mismo como refuerzo por el hecho de empezar hoy?
 - ¿Cómo puedo llegar a la gente mientras estoy durmiendo?
 - ¿Cómo puedo añadir más valor en su hogar, en su iglesia, en su escuela, o comunidad?
 - ¿En qué estado de ánimo me encontraría si fuera lo mejor y más elevado que pudiera ser?
 - ¿Qué estados me comprometería a cultivar a uno de los días de mi vida, sin que importe lo que ocurra en ellos? (ser amistoso, feliz, cariñoso, extravertido, juguetón, poderoso, generoso, animado, apasionado, y divertido).

-
- ¿En qué estados le gustaría hallarse de una forma permanente? (feliz, dinámico, amistoso, conectado, alegre, agradecido, apasionado, equilibrado, aventurero, divertido, animado, generoso, elegante).
 - ¿Cuál de estos estados he experimentado ya hoy?
 - ¿Cuál de ellos no he experimentado todavía, pero sé que experimentaré antes de que termine el día?
 - Se imagina cómo estas personas caminan de modo diferente, hablan diferente, ven sus objetivos de forma diferente y qué estresados se sentirían si trataran de relacionarse entre sí operando a partir de marcos de referencia completamente diferentes.
 - ¿Se ha dado cuenta de que cuando se siente completamente enfrascado en algo pierde noción del transcurso del tiempo?
 - ¿Cómo definiría su uso del tiempo? ¿Lo está gastando, despilfarrando o matándolo? Se ha llegado a decir q matar el tiempo no es asesinato, sino suicidio.
 - ¿Qué hay de extraordinario en todo esto?
 - ¿Qué le hizo cambiar de forma tan radical?
 - ¿Qué puede usted hacer?
 - ¿Hay otras formas en las que podría usted contribuir?
 - ¿Y si felicitara cordialmente a una persona totalmente extraña?
 - ¿Cuáles pueden ser algunas otras formas sencillas de establecer una diferencia hoy mismo?
 - ¿Cuáles son algunas de las lecciones más importantes q ha aprendido en la vida?
 - ¿Qué puede innovar, cómo puede crecer y descubrir quién es realmente?
 - ¿Cuál es el mensaje?
 - ¿Cómo quiere ser recordado?
 - ¿Qué puede cambiar su vida?

Preguntas sacadas del libro: Despertando el gigante interior de Anthony Robbins.