

Colegio Secundario Santa Rosa de Lima

FILOSOFÍA

I GUÍA DE ANTROPOLOGÍA

6° AÑO “A” y “B”

Profesor: SANCHEZ, CARLOS

ALUMNO:

UNIDAD III: ANTROPOLOGÍA

“Nuestra mayor debilidad radica en renunciar. La forma más segura de tener éxito es siempre intentarlo una vez más”

Preguntas profundas para reflexionar sobre la vida

Varias cuestiones e interrogantes que nos permiten conectar con nuestro yo pensante.



Desde el albor de los tiempos, **la humanidad siempre se ha hecho preguntas.**

A menudo nos hemos preguntado el cómo y el porqué de ininidad de cosas, las cuales han podido versar respecto al cómo y porqué ocurren ciertos fenómenos (por qué llueve o truena, o por qué oscurece al llegar la noche) como incluso sobre el significado o el origen de nuestro propio ser.

Si bien algunas de ellas tienen ya respuesta, muchas han sido desde siempre motivo de debate y reflexión. Es por ello que, de cara a invitar a y favorecer la capacidad de introspección y dar lugar al debate y a la profundización de nuestros conocimientos nuestras creencias más personales, **a lo largo de esta unidad nueva les propongo algunas preguntas profundas para reflexionar sobre la vida; nuestra vida.**

A continuación te dejo algunas preguntas que nos permitirán reflexionar profundamente respecto al nuevo tema y el significado que damos a diferentes aspectos de la vida.

1. ¿Quién eres?

Una pregunta aparentemente sencilla, pero que puede ser muy difícil de responder. Y es que no vale con contestar con nuestro nombre, si no que es necesario reflexionar y intentar descubrir cuál es nuestra esencia y nuestro rol en el mundo.

2. ¿Por qué estás aquí?

Preguntarse por los motivos por los que estamos vivos, el motivo por el que hemos venido al mundo, en el fondo implica pensar respecto a cuáles son nuestras metas y objetivos más profundos.

3. ¿Hacia dónde te diriges?

Esta pregunta nos permite valorar cuáles son las repercusiones de nuestras acciones y las consecuencias a largo plazo de nuestra forma de vivir, es decir hacia qué futuro nos encamina aquello que hacemos.

4. ¿Hacia dónde te quisieras dirigir?

Puede parecer redundante con respecto a la anterior, pero lo cierto es que una cosa es el camino que llevamos y otra el que nos gustaría tomar. Reflexionar sobre cuáles son

nuestras metas y la distancia que hay entre ambos nos puede servir para luchar para encaminarnos en la medida de lo posible a nuestros sueños.

5. ¿En qué medida valoras a los demás?

A menudo subestimamos la importancia que tienen los demás en nuestra vida. Es por ello que no está de más reflexionar sobre cuán relevantes son nuestras interacciones y nuestras relaciones para con nuestros seres queridos, y el valor que les damos.

6. Si fueras a morir mañana, ¿cómo vivirías el día de hoy?

Esta pregunta, aunque relativamente frecuente, permite reflexionar sobre aquello que realmente valoramos y qué acciones, motivaciones y actividades realmente nos gustaría llevar a cabo.

7. ¿Crees en ti?

Una de las principales claves para conseguir aquello que nos proponemos no es ni más ni menos que creer que somos capaces de ello. Y en muchos casos, la verdad es que podemos no saber o no tener en cuenta lo que pensamos de nuestras propias capacidades. Es por ello que vale la pena preguntarse si creemos en nosotros mismos, el porqué de la respuesta y en caso negativo qué deberíamos hacer para conseguirlo.

8. ¿Cuáles son tus "debo" o auto exigencias?

Con frecuencia nos encontramos con personas que se exigen continuamente ser perfectos o ser los mejores, algo que puede generar gran sufrimiento. Sin embargo, todos y cada uno de nosotros tenemos nuestras propias auto exigencias o "debos", los cuáles pueden ser más o menos realistas y/o rígidos. Tenerlos en cuenta es una buena forma de conocerse a uno mismo y cuál es nuestra manera de ver nuestra propia vida.

9. ¿Qué te hace vibrar?

Es necesario reflexionar sobre qué es lo que realmente nos gusta y procurar implementarlo o introducirlo en nuestras vidas, pues de lo contrario podríamos estar viviendo una vida rutinaria, anodina y falta de emoción. Si no tenemos una respuesta, tal vez debamos empezar a experimentar diferentes tipos de actividades hasta encontrar algo que nos motive realmente.

10. ¿Qué es lo que más temes?

Reflexionar sobre lo que nos motiva y lo que queremos es algo fundamental para aprender y comprender numerosos aspectos de nuestra propia vida. Pero también aquello a lo que le tenemos miedo es muy revelador, pudiendo aprender de nosotros mismos y hacer frente y preparar estrategias para evitar lo temido o bien para aprender a hacerle frente de una manera adaptativa.

11. ¿Hay algo que te gustaría hacer, pero no te atreves?

Dicen que de lo que más nos arrepentimos es de lo que queremos hacer pero no hacemos. En este sentido hay que tener en cuenta qué cosas nos encantaría llevar a cabo, valorar el porqué de la resistencia a hacerlo e intentar vencer los obstáculos o bien reajustar nuestras expectativas o intenciones en caso de que sea realmente imposible.

12. ¿Qué huella quieres dejar en este mundo?

Una pregunta más profunda de lo que parece, dado que nos hace reflexionar sobre nuestro rol y acciones en el mundo y qué quisiéramos aportar con el limitado tiempo del que disponemos en él.

13. ¿Qué es importante para ti?

Nuestros valores y creencias son una parte fundamental de nuestra manera de ver el mundo. No debemos dejar de lado lo que valoremos por mucho que las responsabilidades y el día a día hagan que el contacto con ello sea difícil.

14. ¿En qué medida las expectativas de los demás influyen en tu comportamiento?

Nuestra familia, nuestra sociedad e incluso nuestra cultura tienen ciertas expectativas puestas sobre nosotros. Muchas de las cosas que consideramos deseables e incluso que nos exigimos vienen impuestas desde el exterior. Pero, ¿se trata realmente de lo que nosotros queremos?

15. ¿Prefieres innovar o seguir el camino establecido?

A lo largo de nuestra vida vamos adquiriendo un gran número de aprendizajes, procedentes de nuestras experiencias y de lo que los demás han hecho o descubierto antes. Para muchas de las actividades que llevamos a cabo en el día a día existen numerosos pasos y procedimientos que nos dictan cómo hacerlas. Sin embargo, en ocasiones podemos llegar a crear e innovar, proponiendo nuevas maneras de alcanzar los mismos objetivos. Cabe reflexionar si cada uno de nosotros tiene tendencia a seguir los pasos preestablecidos o bien preferimos intentar generar una nueva manera o procedimiento, siendo ambas opciones igual de válidas.

16. ¿Estás satisfecho contigo mismo?

¿Me gusta a mí mismo? Una pregunta importante que nos habla de nuestro autoconcepto y autoestima, cuya respuesta a veces nos puede incomodar y conducir a pensar porqué estamos o no estamos satisfechos y qué hacer al respecto.

17. Si pudieras cambiar una sola cosa de la realidad, ¿qué cambiarías?

El mundo y la realidad en la que vivimos encierra más de un misterio y de fenómenos que no podemos comprender, y algunas de ellas pueden sernos insoportables.

Reflexionar respecto a la respuesta de esta pregunta nos ayuda a comprender qué aspectos de la realidad y de nuestra vida nos preocupan.

18. ¿Qué quisieras que dijeran de ti en tu funeral?

Algún día todos moriremos. Y aunque no sea algo en que solamos pensar, todos quisiéramos que nuestro paso por la vida tuviera un valor. Aquellos que nos rodean, nos han rodeado o rodearán en el futuro, ¿que podrán decir de nosotros? ¿Nos añorarán y recordarán como algo positivo? ¿Qué tendríamos que hacer para lograr que nos considerarán de la manera en que quisiéramos que lo hicieran?

19. Si pudieras volver atrás en el tiempo, ¿cambiarías algo o lo dejarías todo como está?

Todos tenemos un pasado, en el que puede haber cosas buenas, pero también malas y llenas de dolor. Sin embargo, todo lo que hemos vivido, incluso las vivencias más duras, nos han traído al momento actual. ¿Cambiaríamos el pasado o optaríamos por aceptarlo e intentar vivir con lo que nos ha tocado vivir?

20. ¿En qué medida controlas el curso que toma tu vida?

Esta pregunta nos empuja a valorar si realmente tenemos las riendas de nuestra propia vida, y si estamos haciendo o al menos encaminándonos hacia las metas que nosotros mismos hemos elegido.

21. ¿Qué es el amor?

Dicen que el amor es una de las mayores fuerzas que mueven el mundo. Sin embargo... ¿existe el amor? ¿qué es para nosotros? ¿cómo lo vivimos? ¿creemos en él?

22. ¿Existe un destino ya escrito o lo creamos nosotros con nuestros actos?

Nuestro futuro nos puede ser desconocido, pero a lo largo de la historia muchas personas han debatido respecto a si el porvenir es algo que ya está determinado o si por el contrario somos nosotros los que lo decidimos y creamos a partir de nuestros actos y de nuestra voluntad.

23. ¿Cuál es el mayor logro de tu vida?

Una pregunta fácil de hacer, pero no tan fácil de responder. Se trata de pensar y buscar qué es, de entre todo lo que hemos hecho en nuestra vida, que realmente nos parece más relevante y meritorio.

24. ¿Cuál es tu mayor error?

Igual de importante que saber reconocer los logros es hacer lo propio con los fracasos y los errores. Ello nos permite crecer y aceptar que no somos perfectos, que podemos errar y tener defectos y que somos igual de válidos pese (y en parte gracias a) ellos.

25. ¿Qué has aprendido de tus errores?

Aunque a pocas personas les gusta cometer errores, lo cierto es que se trata de oportunidades de aprender y modificar nuestra conducta y pensamiento.

26. Si pudieras empezar desde cero, ¿qué harías?

Nuestras decisiones y actos forman parte de nuestra vida y sus consecuencias pueden afectarnos tanto para bien como para mal. Sin embargo, resulta relevante reflexionar respecto a qué haríamos o qué tipo de vida llevaríamos si empezáramos de nuevo.

27. ¿Quién es la primera persona a la que le pedirías consejo respecto a un asunto de vida o muerte?

Una pregunta que nos permite focalizarnos y darnos cuenta de en quién consideramos dignos de confianza, así como el tipo de persona que nos parece realmente sabia.

28. ¿Vives o sobrevives?

¿Llevo una existencia plena o me limito a subsistir y mantenerme con vida? En el segundo de los casos: ¿qué debería hacer para que mi vida pasara a ser plena?

29. ¿Vivirías eternamente si pudieras?

La inmortalidad ha sido durante siglos algo que gran parte de la humanidad ha deseado. Es lógico no querer morir y de hecho muy pocas personas realmente quieren hacerlo. Ahora bien, ¿aceptaríamos vivir una vida sin fin aún si todo y todos los que una vez nos fueron importantes terminaran por desaparecer?

30. ¿Qué sentido tiene la vida?

Tal vez una de las preguntas más frecuentes dentro de los debates sobre la existencia es el sentido que tiene esta. Se trata de una pregunta muy difícil de responder, y lo cierto es que no hay una respuesta que sea correcta o incorrecta. La respuesta depende única y exclusivamente de la visión de cada persona y hacia qué oriente su vida.

31. ¿La felicidad es algo que se busca o algo que se encuentra?

Muchas personas buscan constantemente ser felices, de un modo **compulsivo** y como si se tratara de algo que deba perseguirse para poder conseguirla. Sin embargo, vale la pena reflexionar respecto a si realmente estamos ante algo que haya que buscarse o si en realidad es algo que surge cuando estamos disfrutando de las pequeñas cosas del día a día.

32. ¿De qué serías capaz en una situación límite?

Esta pregunta no se puede responder a la ligera, pero es una reflexión que puede ser interesante realizar de cara a conocerse mejor y tener en cuenta la fuerza de nuestros valores y creencias.

33. ¿Hay algo que jamás serías capaz de hacer?

Semejante a la anterior, en este caso se trata de reflexionar sobre cuáles son nuestros límites y qué líneas jamás cruzaríamos, en base a nuestras circunstancias, creencias y valores.

34. ¿Qué es la vida?

La gran pregunta, la cual sólo puede responderse en base a la subjetividad de cada uno de nosotros. ¿Qué es vivir? ¿A qué podemos considerar un ser vivo?

35. ¿Tienes miedo a morir? ¿Qué actitud tienes respecto a la muerte?

La muerte es un concepto misterioso. Supone el fin de todo lo conocido, y nadie sabe si realmente existe algo más allá de ello. Es natural que la incertidumbre y la llegada del final puedan generar miedo y pavor. Pero también es cierto que otras personas la ven como una parte de la vida por la que no deberían preocuparse hasta que esta llegue.

36. ¿Qué es lo que más te dolería perder?

Una pregunta que nos hace reflexionar sobre a qué cosas le damos valor en la vida, algo que veces no tenemos en cuanto dado que en ocasiones lo damos por supuesto.

37. ¿Sales de tu zona de confort?

Todos tenemos una serie de hábitos y entornos en los que nos sentimos más cómodos y seguros. Sin embargo, no podemos quedarnos en ella continuamente o nos estancaremos y no podremos desarrollarnos. Así pues, ¿salimos de ella lo suficiente?

38. ¿De qué te sientes más agradecido en la vida?

Reflexionar sobre nuestra existencia a veces incluye reconocer aquellos aspectos por los cuales nos sentimos más agradecidos. Ello dice mucho de nosotros mismos y de nuestra perspectiva a la hora de enfocar nuestra vida.

39. ¿Qué significan para ti los conceptos de honor y honradez?

Si bien en los últimos tiempos parte de la sociedad parece verlos como algo caduco, poco adaptativo y propio de épocas pasadas, el honor y la honradez han sido considerados grandes virtudes durante siglos y a día de hoy siguen siendo merecedores de respeto para muchos. El significado que cada uno les dé puede variar en gran medida, y reflexionar sobre ello puede llevar a a hacer pensar respecto a los valores tanto propios como de nuestro entorno y cultura.

40. ¿En qué medida es importante nuestro pasado?

Las experiencias que hemos vivido a lo largo de nuestra vida nos han traído hasta este momento y han tenido algún efecto en nosotros. Es útil valorar y aprender de nuestro pasado. Ahora bien, ¿este pasado nos limita a ser o actuar de determinada manera en el presente o por el contrario es únicamente nuestro punto de partida?

41. ¿Cómo ves tu futuro?

Proyectarse en el tiempo es una manera de reflexionar respecto a lo que queremos lograr en la vida o lo que creemos que terminaremos teniendo, de tal manera que nos permite reflexionar sobre los posibles pasos que nos pueden llevar a él.

42. ¿Hay algo de ti mismo que cambiarías?

Resulta relativamente fácil para la mayoría de personas localizar algunos aspectos de nuestra persona que nos resultan tremendamente insatisfactorias y que si pudiéramos querríamos cambiar. Puede ser algo físico o, más frecuentemente, un rasgo de personalidad que nos provoca dificultades.

43. ¿Cuál es tu mejor cualidad?

Reflexionar sobre las propias fortalezas y virtudes nos permite trabajar para potenciarnos y [optimizar nuestras cualidades](#).

44. ¿Te gustaría ser perfecto?

Muchas personas viven su vida intentando ser los mejores y alcanzar la perfección personal y profesional, algo imposible. Sin embargo, cabe tener en cuenta que, de alcanzar verdaderamente dicha perfección, no habría mérito ni motivación para esforzarse por hacer las cosas. Además, la imperfección es lo que nos hace humanos, pudiendo resultar poco natural, aburrido y poco atractivo ser perfecto.

45. ¿Quién quisieras que fuera la última persona que vieras antes de morir?

Las personas más significativas para nosotros son las que quisiéramos tener a nuestro lado en los peores momentos. Tal vez nuestra pareja, nuestros padres o hermanos o nuestros hijos sean algunas de las respuestas más habituales, pero ello dependerá de cada persona.

46. ¿Haces y vives según lo que consideras correcto?

Aunque el concepto de correcto varía de persona a persona, suele ser muy importante para nosotros el hecho de actuar conforme a nuestras convicciones, puesto que de lo

contrario entraremos en una disonancia cognitiva que nos provocará sufrimiento y malestar.

47. ¿Qué momento de tu vida es el que más te ha marcado?

Existen momentos que pueden cambiarnos la vida, marcándonos para siempre. Reflexionar al respecto es de utilidad para identificar aquellas situaciones que nos provocaron grandes cambios, tanto si son positivos como negativos, con el fin de potenciar o combatir los efectos que hayan podido tener en nosotros.

48. ¿A quién admiras?

Esta pregunta puede parecer sencilla y poco profunda, pero en realidad responder a ella conlleva una reflexión respecto a qué aspectos o elementos de esta persona valoramos y en qué grado nos identificamos con ellos, siendo estos aspectos relevantes en nuestra concepción de la vida.

49. ¿Tienes la conciencia tranquila?

Una reflexión respecto a esta cuestión tan fundamental nos ayuda a valorar si estamos en paz con nosotros mismos, tenemos cuentas pendientes o nos reprochamos algo que hayamos hecho o hayamos provocado. También es posible que nos estemos atribuyendo responsabilidades que no nos corresponden, o que maximicemos o minimicemos su importancia.

50. ¿Qué nos hace ser quiénes somos?

Independientemente de cómo seamos o como nos veamos a nosotros mismos o al mundo, reconocer e identificar qué nos hace ser quienes somos es una tarea mucho más compleja de lo que aparenta.