

Colegio Secundario Santa Rosa de Lima

FILOSOFÍA

ANTROPOLOGIA

6° AÑO "A"

Profesor: SANCHEZ, CARLOS

ALUMNO: Nicolás Calvo

“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 infinidad 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.

Soy principalmente una persona, el cual con mis vivencias y el pasado he podido crear lo que soy hoy, responsable, amable, organizado y líder son mis cualidades por las que me destacó en las actividades que desarrollo.

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.

Estoy en el mundo por un motivo que aún no descubro completamente, pero mis cualidades me hacen llegar cada vez más pronto a ese objetivo. Considero que uno de mis objetivos aquí es el desafío constante al que estoy sometido y mi capacidad de a través de mis manos y la cocina poder transmitir lo que siento.

3. ¿Hacia dónde te diriges?

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

Me dirijo a formar mi futuro, a través de mis estudios pretendo poder vivir de ello, encamino un futuro feliz, seguro y con tranquilidad principalmente, no busco la riqueza sino tener felicidad y paz mental, sobre todo.

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.

Me quiero dirigir exactamente al futuro al que voy encaminado, estudiando lo que me gusta y de lo que me apasiona trabajar, con esto consigo tranquilidad y felicidad. Mi meta a largo plazo es poder tener mi casa y un trabajo seguro, como sueño es lograr trabajar en algún crucero.

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.

Soy una persona la cual valoro demasiado a los demás y más cuando generamos un vínculo de confianza, pienso que si yo doy el máximo de mí el otro se va a sentir bien y compartirá conmigo el vínculo, creo que las interacciones con las personas son fundamental para desarrollar nuestra personalidad.

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.

Sabiendo esto pasaría el tiempo con la gente que amo, haría cosas de las cuales en el día a día no me atrevería, pero sabiendo que es el último me atrevería.

Valoraría cada segundo sabiendo que no se va a repetir.

7. ¿Crees en ti?

Una de las principales claves para conseguir aquello que nos propongamos 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.

Confío y creo plenamente en mí, se de lo que soy capaz y de lo que no. Cada año de vida me conozco más y descubro mis fortalezas y debilidades. La confianza en

uno mismo es parte de nosotros y solo nosotros somos 100% capaces de hacerlo.

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.

Mi autoexigencia más grande es la necesidad de hacer todo perfecto, es algo con lo que trabajo constantemente, pero es complicado ya que esa necesidad a veces se vuelve un sufrimiento. Otra autoexigencia que es muy necesaria es el compromiso absoluto, es decir, necesito comenzar una actividad y comprometerme rotundamente para llevarla a cabo.

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.

Algunas de las cosas que me hacen disfrutar de la vida son la cocina, aunque es un ambiente duro disfruto el transformar alimentos y convertirlos en platos increíbles, también disfruto como mucho viajar, el conocer lugares y las culturas es algo totalmente enriquecedor.

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.

Mi mayor miedo es la falta de felicidad a futuro, no poder encontrarla. También que mis programaciones a futuro no se cumplan es otro gran miedo.

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.

No tengo conocimiento sobre algo que no me atreva. Yo creo que algo posible sería irme a vivir solo de joven, si bien es un cambio rotundo, pero no imposible. Llevarlo a cabo de joven es difícil, pero es un objetivo una vez que termine mis estudios.

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.

Dejaré según lo que creo una huella importante, creo que con la gente que me relaciono siempre se llevan algo bueno de mí y me recuerdan siempre por eso. Uno de los motivos por los que estoy en este mundo es el poder dar a conocer a través de mis experiencias lo mucho o poco que sé a los demás.

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.

Algo demasiado importante y con mucha falta hoy en día es el respeto y la educación a la gente en general, vivimos en una sociedad donde las prisas nos llevan a ser irrespetuosos. Además, algo que destaco de la gente de aquí en Almería es la falta de valor que tienen los jóvenes, con esto me refiero a que no saben valorar todo lo que tienen y siempre reclaman tener más sin saber el sacrificio que conlleva obtenerlo.

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?

Hace unos años era un tema que rondaba en mi cabeza y me sobre exigía debido

a que pensaba en esto constantemente ya que quería evitar decepcionar a los demás, hoy en día las expectativas las pongo yo y si los demás quieren suponer expectativas más altas de las que se que puedo evito recibir esos comentarios.

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.

Soy amante de la innovación, evito seguir el camino fácil, busco constantemente cosas para hacer y poder atraer conocimientos, la innovación yo creo que es la patente de algo nuestro. Lo fácil es seguir lo que ya está creado, pero realmente nos vamos a destacar innovando.

16. ¿Estás satisfecho contigo mismo?

¿Me gusto 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.

Estoy muy satisfecho conmigo mismo, considero que me conozco bastante y me acepto tal cual como soy, soy una persona con autoestima alta la cual me ha costado conseguir pero que he trabajado bastante.

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.

La capacidad de juzgar a la gente es algo muy presente hoy en día y que daña a mucha gente, el juzgar a alguien sin conocerlo, por lo que hace o como es desgastante tanto para la persona que lo hace como para la persona que lo recibe.

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?

Quisiera que principalmente se me recuerde por cosas buenas, que hablen de mi lo mejor posible y que se lleven un buen recuerdo mío, que a través de mi huella que dejo en cada persona me recuerden.

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 u optaríamos por aceptarlo e intentar vivir con lo que nos ha tocado vivir?

Creo que volver al pasado no sirve de mucho, cambiar el pasado es estar a disgusto con el presente y cualquier cambio que pudiéramos hacer generaría un gran cambio en el presente.

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.

Gran parte de mi vida tengo control, pero hay ciertas cosas de las cuales me sorprendo de que me sucedan y que pueden llevarme a que el curso de mi vida no tenga mucho control y que mis metas se puedan llegar a cumplir rápidamente.

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?

El amor es entrega al otro, es sentir por el otro algo inexplicable. El amor es respeto, un sentimiento de cariño muy poco presente hoy en día, creo en el amor y en el amor puro peor hoy en día es muy difícil de encontrarlo y de recibirlo.

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 le nuestra voluntad.

El destino es algo que nosotros creamos y es impredecible, si bien mucha gente considera que todas las cosas que nos suceden están ya planificadas, yo creo que eso no es así, los que nos sucede es porque a través de nuestros actos hemos llegado allí.

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.

El mayor logro de mi vida es la decisión de animar a mis padres a emigrar. Fue un logro muy difícil con muchas dificultades pero que hoy en día lo cuento con orgullo a todo este camino, lo considero un gran logro ya que fue el momento de mi vida más decisivo que tuve que tomar.

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

No tengo un error que me haya marcado completamente, soy una persona que comete demasiados errores y trato de sacar un aprendizaje de ellos, un gran error no tengo.

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.

Seguiría el mismo camino que llevo hoy en día, el comenzar de cero creo que igualmente me llevaría a ser como soy hoy. No cambiaría nada de mi vida, a lo mejor si preocuparme más como se siento yo y ocuparme de esto, pero evitaría los malos

momento o lugares donde no estoy bien.

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.

Actualmente serían mis padres, son mis personas de más confianza y se que van a ayudarme para evitar salir perjudicado, son personas que gracias a su amor evitan lo malo en mí.

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?

Actualmente vivo, pero antes de emigrar sobrevivía. Sobrevivía a aportar en mi familia, en evitar que me maten, en evitar que me roben y que me quiten mi dignidad, sobrevivir es difícil porque muchas veces en nuestra cabeza pensamos que vivimos, pero realmente cuando vivimos nos damos cuenta de que anteriormente habíamos sobrevivido.

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?

Si pudiera estar con la misma gente viviría eternamente, pero también la vida eterna no es increíble en algún momento nos vamos a cansar y eso llevará a que queramos terminar todo cuanto antes.

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.

El sentido de la vida es algo que no tiene una fácil explicación, para mí cada persona es la que forma el propio significado de estas palabras, para mí la vida tiene sentido porque sabemos que en algún momento acaba y hay que disfrutar, lo

que le da sentido a mi vida es el disfrutar, sentir y poder percibir lo que es realmente verdadero.

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.

La felicidad para mi es algo que buscamos por naturaleza, pero que para conseguirla se encuentra, se encuentra en ciertos momentos, personas y lugares, es algo que surge y que no se crea por obligación.

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.

Sería capaz de entregarme completamente, son situaciones de la vida donde el poder de decisión y la voluntad deben estar muy presentes. Si es una situación límite en la que debo tomar una decisión me entregaría completamente, porque este tipo de situaciones son las que el día de mañana te sientes orgulloso y seguro de que la decisión que tomaste es la mejor.

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.

Si me enfrento a una situación límite como en el punto anterior estaría dispuesto a entregarme siempre y cuando no ponga en riesgo completamente mi vida y antes de actuar pensar. Porque no sirve de nada creernos héroes cuando somos humanos, entonces creo que mi respuesta sería entregarme a todo, pero sin poner en riesgo mi vida.

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?

La vida es el tiempo que pasa un ser vivo en la tierra llevando su ciclo vital, es una experiencia constante en el que el ser vivo percibe, siente, interactúa y conoce el sentido de su propia existencia. Un ser vivo es un ser el cual transcurre su tiempo en la tierra y está constantemente buscando el propósito de su existencia y también lucha con su propia muerte buscando prolongar su paso por el mundo.

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.

Es un tema del cual nunca me he puesto a pensar, pero miedo no le tengo si respeto. El miedo a morir es algo que si estamos constantemente pensando en la muerte surge y no nos permite vivir, pero si le tengo cierto respeto procurando cuidar mi vida y evitando la muerte.

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.

En estos momentos el vínculo con mi familia. En definitiva, son mi pilar y son en quienes me apoyo constantemente. El vínculo en mi familia es algo que destaca y que falte eso o perderlo sería muy doloroso.

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?

Mi vida en la actualidad es totalmente fuera de mi zona de confort, el momento que se notó mi salida de la zona de confort fue cuando impulse a mis padres a emigrar. La emigración y el cambio rotundo de vida nos obligó a abandonar nuestra zona y adaptarnos a una nueva. Si bien ahora se puede decir que estoy encaminando nuevamente mi zona de confort, pero este proceso es un constante cambio.

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.

Me siento agradecido de poder vivirla principalmente, de poder tener salud, un hogar, trabajo y una familia, aspectos básicos de la vida pero que muchas personas hoy en día no tienen.

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.

El honor es mantener mi palabra, respetar mis valores y estar orgulloso por hacer lo correcto, aunque a veces no sea lo más fácil. Es poder tener la conciencia tranquila y saber que no he traicionado mis creencias. La honradez, tiene más que ver con ser sincero, justo y transparente en lo que hago. No mentir, no aprovecharme de nadie y tratar de hacer todo con buena intención.

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?

El pasado es bastante importante, ya que considero que es lo que marca nuestro presente. Desde mi punto de vista es nuestro punto de partida al presente, ya que desde el pasado podemos comenzar a actuar diferente o tomar nuestras propias decisiones.

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.

Actualmente lo veo bastante encaminado, todo lo que me propongo para poder

Llevarlo a cabo de la mejor manera funciona. El futuro se construye cada día y el principal responsable de hacerlo de la mejor manera somos nosotros mismos.

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.

Algo que cambiaría de mí es no preocuparme tanto por lo que sucede, soy una persona que me comprometo demasiado con todo y cuando no sale correctamente me preocupo demasiado y no me hace bien.

43. ¿Cuál es tu mejor cualidad?

Reflexionar sobre las propias fortalezas y virtudes nos permite trabajar para potenciarnos y **optimizar nuestras cualidades**.

Mi mayor cualidad es la empatía, creo que ponernos en el lugar del otro y pensar cómo se siente es lo primordial para poder llevar a cabo todo tipo de situaciones. El ser empático no ayuda a solidarizarnos con el otro y poder ayudarlo.

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.

No, creo que la perfección no existe y es muy subjetiva. Lo que para mí puede ser perfecto para el otro no lo es. Entonces la perfección es algo que depende de la mirada de cada uno, además si fuéramos perfecto no tendríamos motivación, sueños y todo lo que haríamos sería sin esfuerzo.

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.

Es una pregunta que puede variar depende del momento en el que estemos de la

vida, si logro formar una familia la persona que me gustaría que me viera es mi pareja, ya que considero que es la persona que me va a acompañar toda mi vida y con la que me he comprometido para siempre.

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.

Si, muchas veces actúo según la sociedad, pero la mayor parte de las veces vivo según mis pensamientos evitando que la “normalidad” me limite a hacer lo que considero correcto.

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.

Como ya lo he dicho anteriormente, el emigrar es un momento que marco mi vida completamente, el hecho de cambiar rotundamente en muchos aspectos dejó una gran marca positiva en mí, pudiendo adaptarme a muchas situaciones por las cuales en la vida diaria no hubiese pasado.

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.

Admiro a mis padres, personas grandes con gran capacidad de adaptación y mucha valentía, son capaces de hacer lo que sea por mis hermanos y yo, y constantemente luchan por nuestro bienestar. A pesar de su edad tienen demasiada vitalidad y ganas de salir adelante.

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.

Mi conciencia está tranquila y en paz, todo mi accionar lo hago pensando antes de actuar de manera que evite luego no estar tranquilo. Es algo difícil de mantener, pero con constancia y pensando antes de actuar se consigue.

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.

Una pregunta bastante difícil de responder. Nos hace ser diferentes a otros nuestra personalidad, forma de actuar, nuestra forma de ver la vida y nuestra forma de pensar. Eso es algo que nos marca y nos hace ser diferente a los demás

