**TALLER GUERRERO PACIFICO**

**ETICA**

**JOHAN SANCHEZ ECHAVARRIA**

**CC 1020452523**

**PROFESORA: MARYORY GIRALDO H.**

**FICHA: 2026994**

**SENA**

**MEDELLIN-ANTIOQUIA**

**2020**

**DESARROLLO TALLER GUEERERO PACIFICO**

**1.**

* **Voluntad:** este valor se manifiesta cuando Dan tiene las ganas se superarse y continuar con el aprendizaje que le brinda Sócrates así en el monto no allá encontrado el verdadero significado de estas enseñanzas.
* **Interiorización:** este valor se nos muestra cuando Dan se encuentra en la torre del colegio en la que se ve con su otro Yo, su lado negativo luchando contra el para así lanzarlo al vacío de la torre, desechando así toda la basura que tenía dentro de su mente.
* **Fortaleza:** se observa en el momento que a pesar de su lesión en el pie y perder su oportunidad de participar en tan añorado campeonato tuvo la fuerza de superar estos obstáculos y concentrase en su objetivo.
* **Empatía:** este valor se manifiesta en la película, en el momento en que Dan empieza a ver lo problemas interiores de cada uno de sus compañeros de gimnasia, sus problemas y afanes por lograr los objetivos para tener aprobación; es así como se pone en el lugar de ellos y los apoya.
* **Angustia:** se puede observar cuando todos se encuentran en el gimnasio practicado y se vive una tensión debido a que todos quieren llegar al mismo objetivo, algunos pasando por encima de otros y otros por sus propias habilidades. Uno de sus compañeros cae y se fractura la muñeca y dice estar bien solo por no salir de competencia.
* **Miedo:** cuando al final de la película Dan se encuentra con su compañero en la competencia y este le hace conocer que tiene miedo de hacer la rutina, y le pide que lo contagie con un poco de esa magia
* **Desconfianza:** cuando empieza la película se puede observar que dan no se siente seguro de sus habilidades por lo cual no podía dormir por estar pensando en el futuro y no en el presente, esto hacía que a la hora de practicar sus rutinas no salieran bien y no confiaba en sus habilidades
* **Pesimismo:** este se puede ver cuando Dan y Sócrates observan a los compañeros de gimnasia desde el techo y puede lograr identificar cada pensamiento negativo de ellos (si no consigo el oro no soy feliz, si no gano no soy feliz, nunca lo lograre mi papá tenía razón, el entrenador me cree un inútil.
* **Discriminación:** cuando el entrenador debido al accidente que tuvo Dan le indica que por el diagnostico que tiene de su pie no puede volver a ser gimnastay le cierra las posibilidades.

Esta secuencia de valores y antivalores se pueden ver reflejado en mi vida en distintos escenarios por los que he atravesado, como en la situaciones de dificultad financiera y moral debido a un accidente de transito que cambio muy drásticamente la rutina de vida que llevaba hasta ese momento, haciendo que principalmente se presenten los antivalores por que todo deja de ser igual y de derrumban muchos proyectos y anhelos que tenia a futuro, los cuales ya estaba empezando a edificar con mucho esfuerzo, pero luego con la resiliencia que mi ser me daba tanto física como espiritualmente pude ver que habían muchas mas personas que pasaban por lo mismo o hasta peores casos y eran capaces de salir adelante con sus vidas, ver esto me dio mucha fortaleza para darle con todo lo que tenia para así poder seguir con todos estos proyectos que tanto deseaba.

**2.** Es natural ya que se encuentran dentro de la tienda y Sócrates es el la atiende, despachando con normalidad su pedido.

Este momento es frio por que los dos personajes se tratan de una forma muy déspota dentro de la tienda y misterioso porque en la escena cuando Dan partía del lugar vio sentado en una silla afuera a Sócrates, y de momento al volver a observar se encontraba en el techo parado observándolo.

**3.** **Ansiedad:** Cuando Dan al empezar el entrenamiento es desesperando a que llegue el entrenador para mostrarle de lo que se siente capaz de realizar, sin que el entrenador este pendiente de él.

**Exceso de confianza:** en el momento en que Dan decide mostrar al entrenador que es capaz de hacer este salto, solo porque ha sido un deportista destacado y se siente seguro de que lo puede lograr y esto lo hace fallar.

**Tensión:** porque el entrenador en el momento en que Dan decide mostrarle que puede hacer la triple mortal, este le indica que pare por temor a que se lesione.

**4.**

* **“Conocimiento no es lo mismo que sabiduría”** con esta frase Sócrates muestra a Dan que por más que sean palabras similares tienen una gran diferencia donde conocimiento es saber y sabiduría es hacerlo o aplicar dicho conocimiento y que este debe poner en práctica en la gimnasia
* **“Eres feliz”,** Dan dice que su felicidad son las cosas vanas que tiene, pero realidad está lleno de temores los cuales no lo dejan dormir. Con esto el maestro pretende que Dan se dé cuenta que realmente no es feliz como el cree y que debe empezar a buscar esa felicidad

* **“Piensas más de lo que sabes”,** Esta se refiere a que se preguntaba demasiadas cosas sin tener todavía la sabiduría para solucionar otras que lo rodean.

Sócrates pretende que Dan no piense tanto en el futuro que lo desconcertar y que primero enfrente su vida en el presente.

**5.**

**¿Qué tipo de entrenamiento le ofrece Sócrates?**

Le ofrece un entrenamiento reflexivo (emocional) para que se interiorice más en su ser y esto le genere una paz que pueda con ella complementar el físico.

**¿Cómo se refleja este estilo de entrenar cuando están en el puente del campus?**

Se ve reflejada más hacia el punto de percepción de las cosas ya que en el momento en que lo tira del puente hacia el charco, Dan no se lo esperaba y Sócrates le enfatiza en que esto lo hizo para que vaciara su mente de la basura y así viviera el momento.

* Dani solo reacciona a lo que le pasa, no se anticipa a los hechos V
* Dani controla sus impulsos F
* Piensa mucho más allá del momento, planifica en exceso F
* Cualquier pensamiento sin importancia le descentra V
* Controla bien su ambición V
* No vive el momento presente, no ve la pureza y el poder de una acción en el “ahora” V
* Domina la concentración V
* No controla sus emociones, le descolocan V

**6. ¿Qué cambios notan en su actitud?**

Esta mucho más sereno y calmado.

**¿Qué comportamientos juegan ahora a su favor?**

Que no se le ve tenso ni ansioso, al contrario, se siente seguro de lo que hace.

**¿Por qué le están funcionando las cosas?**

Porque solo está disfrutando y viviendo el momento, siguiendo el consejo de su maestro Sócrates de que viva su presente.

**7.**

**Tras la brillante actuación en el potro con arcos va a contárselo a Sócrates, pero él lo recibe como siempre, con frialdad e indiferencia, y le dice que no ha aprendido nada, ¿por qué?**

Porque, Dan se está vanagloriando de lo que hizo y orgulloso de que demolió con la excelente presentación a su compañero que siempre ha sido su rival. Esto que le cuenta es del pasado y no está viviendo el ahora.

**¿Qué influencia tuvo en ello que Dani le dijera que le “funcionó su truco”?**

Mucha influencia por que Dan tomo el consejo de Sócrates de sacar la basura que tiene dentro y despejar la mente, dejándose llevar en lo que este le dijo, que siempre está sucediendo algo; pero lo hizo de mala manera ya que lo tomo como si fuera un truco mental y una enseñanza.

**Razonen esta situación y piensen en la profundidad de la enseñanza del maestro. ¿cuál es?**

Para mi esta enseñanza tiene mucha profundidad porque nos deja varias, como que a pesar de que puedas lograr muchas cosas con la disciplina y entrenamiento, nunca pierdas el enfoque de que lo haces porque te gusta hacerlo no porque siempre quieres sobresalir más que lo demás y sentirte superior que los otros por esto lo debes asumir con humildad.

**8**. **¿A quién le queda para confiar y superarse?, ¿a él mismo?, ¿a Sócrates?, ¿a ambos?**

A él mismo, aplicando cada uno de los consejos que el maestro le brinda en su vida cotidiana y sus entrenamientos físicos hasta tener buena recuperación y sentirse mas seguro de sus rutinas

¿cómo lo consigue?, ¿qué cosas han cambiado en su forma de entrenarse? Dejando de ocultar sus emociones, empieza a encontrar la respuesta en su interior no en lo superficial, dejando de sentirse superior a los demás y a llevando una rutina disciplinada tanto física como mental

**9. Valores:** vida, integridad, bondad, paciencia

**Actitudes**: Serenidad, Transformación al cambio

No debemos apegarnos a lo material ya que lo podemos conseguir en cualquier momento de nuestras vidas, debemos cuidar y protegernos no agrandado más la situación. También nos enseña que muchas veces no sabemos de que carecen las personas que los lleva a tomar estas acciones.

**10.**

* **“No existen momentos ordinarios. Todo momento es extraordinario, siempre ocurre algo”**

Hay que vivir el presente disfrutando cada instante y situación que presenciamos a nuestro alrededor, no sabemos si puede ser el último.

* **“Las personas más difíciles de amar son las que más lo necesitan”**

Muchas veces las personas que se muestran ser frías y de pocos sentimientos son aquellas que en su interior necesitan tener mayor atención para sanar los vacíos que llevan en su corazón.

* **“Sacar la basura de tu mente, basura es todo pensamiento que te distraiga de lo que realmente importa”**

Cuando realizamos planes a futuro o tenemos un objetivo a largo plazo, este nos puede provocar ansiedad ya que pensamos continuamente en si somos capaz de cumplirlos y nos generamos frustración sin necesidad en vez de vivir la experiencia día a día.

* **“Morir no es triste; lo triste es que la gente no sepa vivir”**

Muchos seres humanos parten de este mundo sin haber encontrado la verdadera felicidad creyendo que esta se ve reflejada en las posesiones materiales que tenga cada uno, cuando el verdadero objetivo es disfrutar de los momentos con las personas que queremos o con lo que nos gusta hacer.

* **“Es el camino el que te da la felicidad, no el destino”**

Disfrutar cada experiencia ya sea positiva o negativa que se te presenta en el recorrido, ya que muchas veces cuando alcanzas el objetivo no es lo que esperas y lo verdaderamente valioso fue lo que aprendiste mientras llegabas a él.

* **“Las emociones son naturales, como los cambios de clima”**

Cada momento vivido puede traer diferentes emociones como bajas y altas, las cuales no pueden ser juzgadas por que somos seres humanos frágiles que nos dejamos mover por estas y es algo común entre nosotros.

* **“Un guerrero actúa, solo un tonto reacciona”**

Aquel que cree q no tiene la posibilidad de cambiar nada de su vida o de las situaciones que se le presentan es al que se le denomina como tonto en la frase, pero aquel que elige hacer lo que quiere tratando de superar los obstáculos que la vida le presenta es al que llamamos guerrero.

* **“La belleza es disfrutar del recorrido, estar consiente de cada respiración”**

No nos debe importar ser los mejores o siempre ganar, debemos amar lo que estamos haciendo sin importar cuáles serán los resultados.

* “**Todo lo que necesitas es tomar consciencia de tus elecciones y responsabilizarte de tus acciones”**

A la hora de tomar una decisión tenemos que estar conscientes del pro y contra que esta nos puede traer, teniendo la sabiduría de saberlos sobrepasar.

* **“Nunca serás mejor de la misma manera que no serás peor que el resto”**

No nos debemos comparar con los demás pues cada uno tiene sus ideales, conocimientos, virtudes y falencias, es por esto que cada quien es su propia versión ya sea buena o mala.