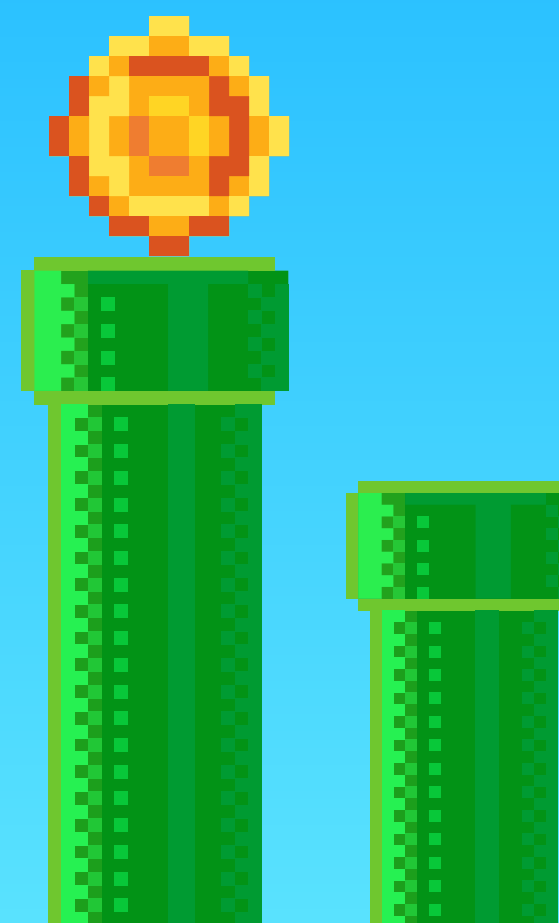
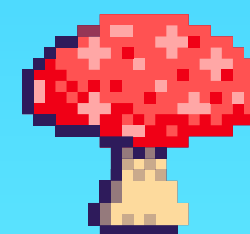
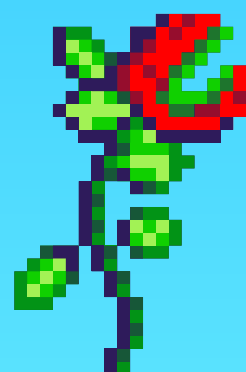
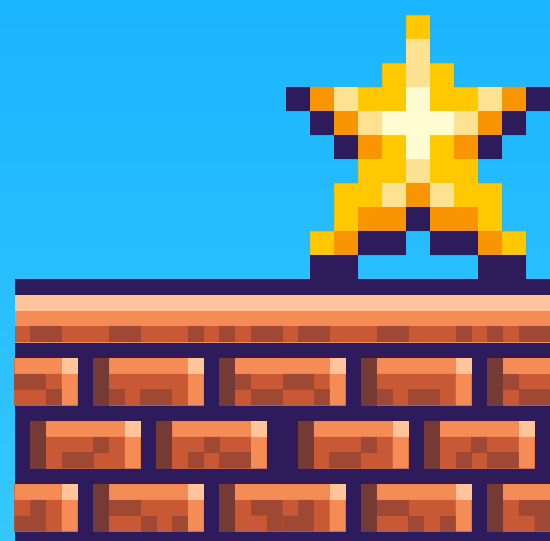


REFLEXIÓN ESCRITA

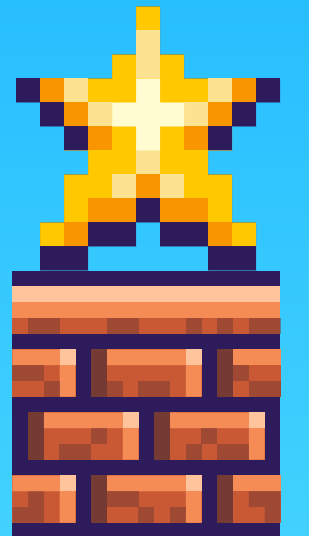
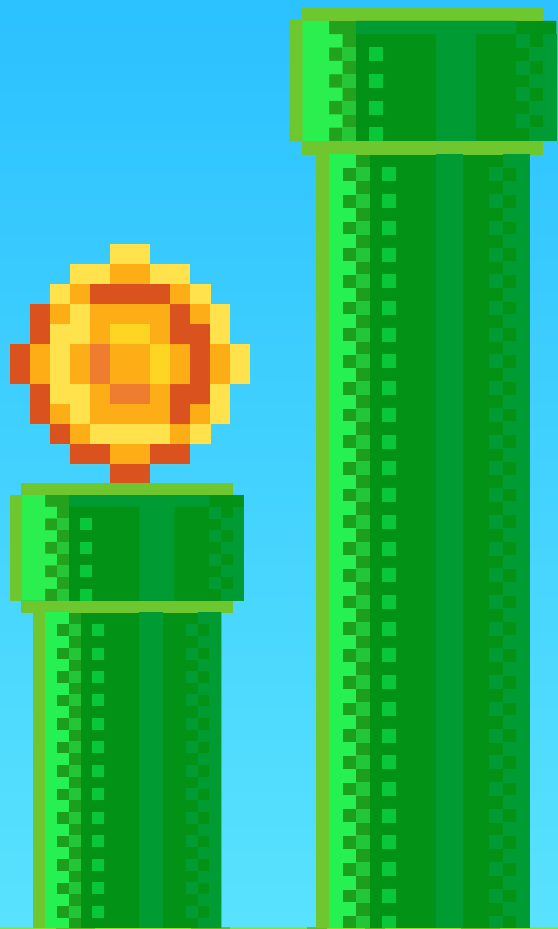
REDACTA UNA REFLEXIÓN
RESPONDIENDO LAS SIGUIENTES
PREGUNTAS:



¿QUÉ MOMENTOS DE MI VIDA HE SENTIDO VACÍO Y CÓMO LOS HE ENFRENTADO?

En mi vida, he sentido vacío en momentos donde, a pesar de haber dado todo de mí, las cosas no salieron como esperaba. Me he esforzado, he seguido cada paso con dedicación, pero el resultado no fue el que deseaba, y eso me dejó con una sensación de frustración y hueco interior.

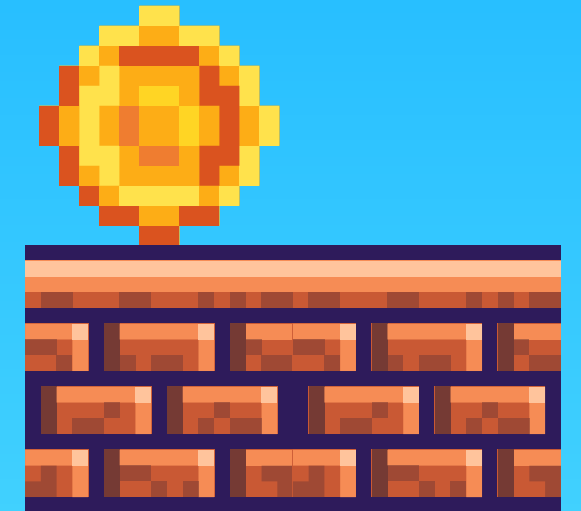
También he experimentado ese vacío cuando he recibido algo bueno 'sin merecerlo', como un regalo del destino o una oportunidad que no sentí haber ganado. Aunque externamente expresaba gratitud, en el fondo algo no encajaba, como si no fuera realmente mío. Para enfrentarlo, he intentado entender que no todo depende de mí, que a veces las cosas simplemente suceden, y que está bien no controlar cada resultado. También he trabajado en aceptar que merezco lo bueno, incluso cuando no viene por esfuerzo propio, y en buscar significado más allá de los logros o las recompensas externas. Poco a poco, he aprendido a llenar esos vacíos con autocompasión y con la certeza de que mi valor no se define solo por los resultados.



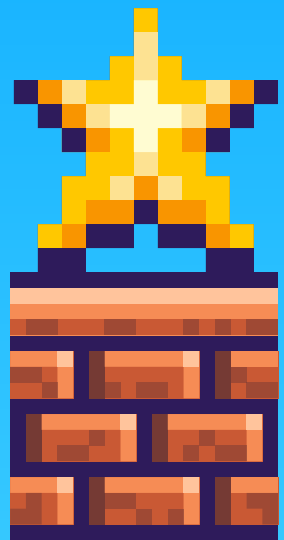
¿QUÉ ES LO QUE ME DA PROPÓSITO, MÁS ALLÁ DEL ÉXITO PROFESIONAL?

Lo que realmente me da propósito, más allá del éxito profesional, es el compromiso de convertirme en mi mejor versión. Ese camino de crecimiento constante es lo que le da sentido a mis días. Sé que los logros laborales o materiales no lo son todo, por eso me enfoco en desarrollarme de manera integral: en lo físico, en lo espiritual, en mis relaciones y en mi paz interior.

Quiero llegar a un punto en el que, sin importar los resultados externos, pueda mirarme al espejo y sentirme orgulloso de la persona en la que me he convertido. Creo firmemente que cuando yo estoy bien —cuando vibro en armonía—, eso se refleja en todo lo que me rodea. Mi propósito no es solo alcanzar metas, sino ser alguien que aporte luz, tanto para mí como para los demás.



¿CÓMO LAS EMOCIONES Y LA ESPIRITUALIDAD AFECTAN MI SENTIDO DE VIDA?



Mi fe y espiritualidad son el cimiento que le da sentido a mi vida. Creo profundamente que nada es casualidad, que hay un propósito mayor detrás de todo lo que vivo, y que un Ser Superior guía cada paso. Esta certeza me da una paz que va más allá de lo racional: incluso en momentos difíciles, confío en que, si actúo con integridad —aunque otros elijan el mal—, yo podré mantenerme en paz conmigo mismo sin replicar ese daño.

La vida de Jesús, especialmente su ejemplo de amor, perdón y fortaleza emocional, es mi mayor inspiración. Me motiva a gestionar mis emociones desde la compasión, a transformar el enojo en entendimiento y el miedo en fe. Cuando siento que las emociones negativas me abrumen, recurro a mi espiritualidad para recordar que cada experiencia es una lección, y que mi verdadero propósito es crecer, servir y reflejar esa luz interior en los demás.

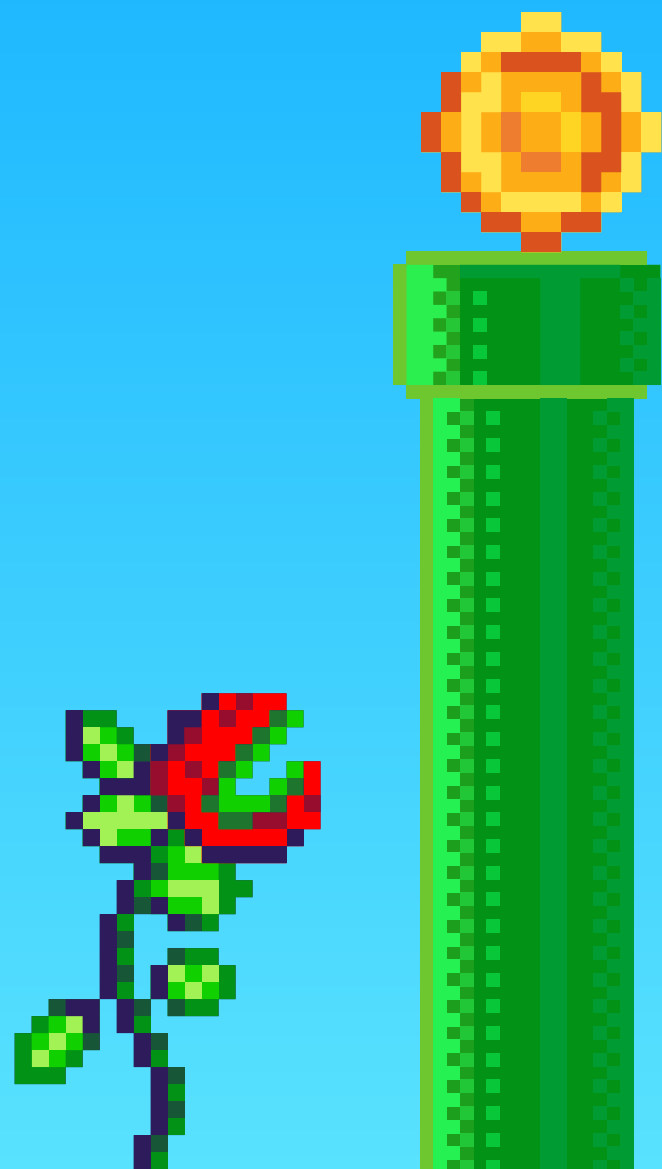
En esencia, mi conexión con lo divino no solo me da esperanza, sino que moldea cómo enfrento cada día: con la convicción de que vivir alineado a estos principios es, en sí mismo, mi mayor éxito.



¿Qué acciones tomaría si tuviera solo un año para vivir con plenitud?

Si supiera que solo me queda un año de vida, sin duda priorizaría a mis padres por encima de todo. Ellos son mi raíz, mi paz y mi mayor sentido de plenitud. Querría llenar cada día a su lado de momentos significativos: conversaciones profundas, silencios cómodos, risas y gratitud por todo lo que han hecho por mí. Saber que los tengo cerca me haría sentir que lo tengo todo, incluso en medio de la despedida.

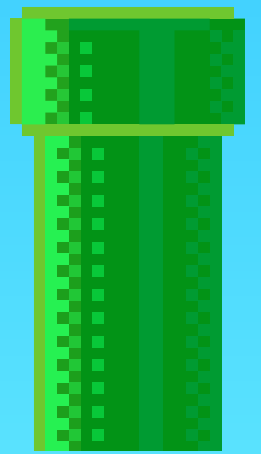
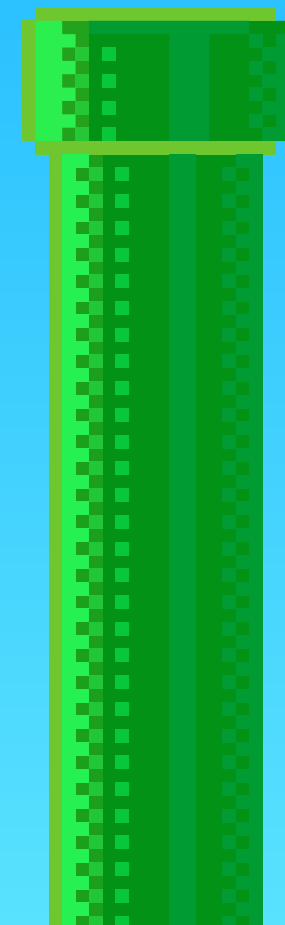
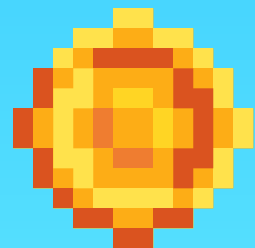
Pero también me enfocaría en mí, en vivir sin arrepentimientos. Saldría de mi zona de confort con un coraje que quizás hoy me falta: viajaría a lugares que siempre soñé, diría lo que callo, amaría sin miedo y tomaría riesgos aunque el temor me paralice. El tiempo limitado sería mi mayor motivación para dejar de postergar la vida. Al final, no buscaría grandes hazañas, sino la autenticidad de sentir que viví cada día con el corazón abierto: amando, aprendiendo y soltando lo que no importa. Porque al mirar atrás, lo que valdría la pena no serían los logros, sino el amor que di y recibí.



Actividad en parejas

Realiza lo siguiente con un compañero/a:

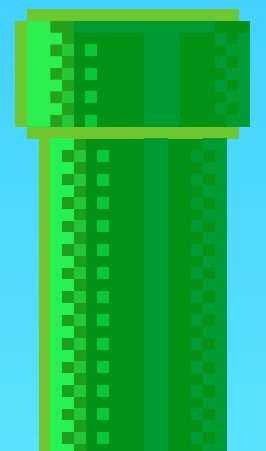
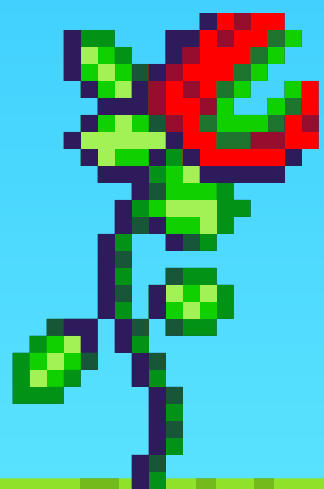
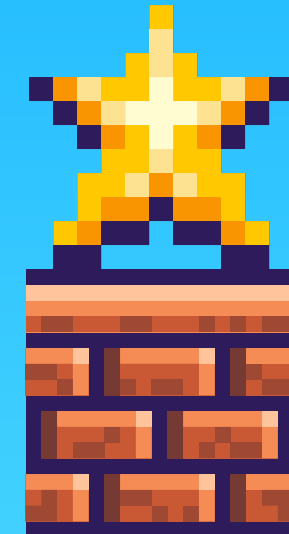
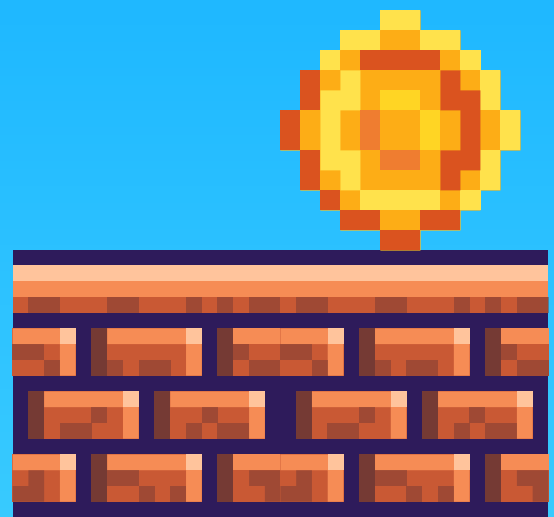
Compañero elegido:
Chalton Mercado



Fortalezas que destaque de Chalton en momentos difíciles:

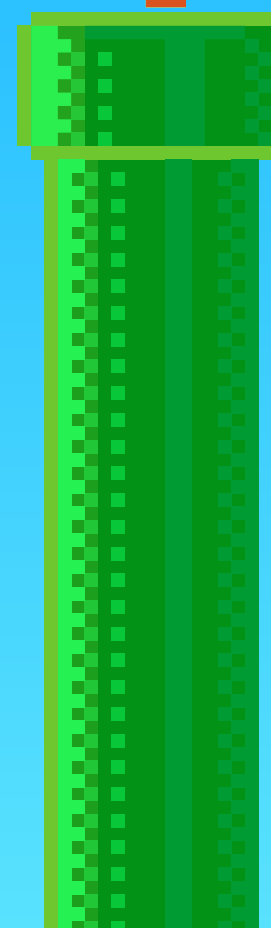
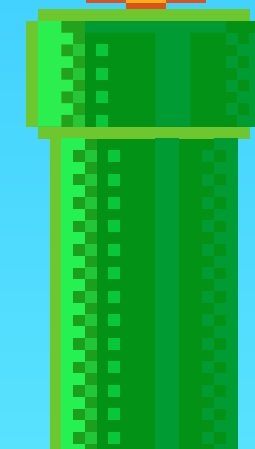
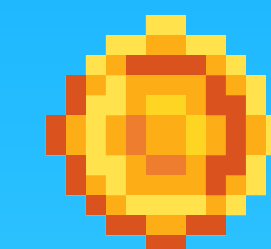
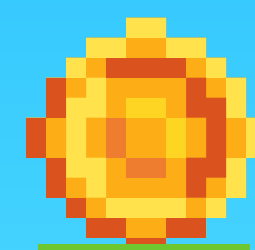
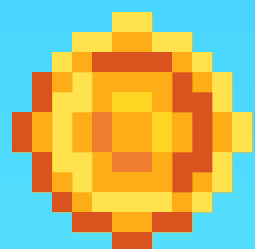
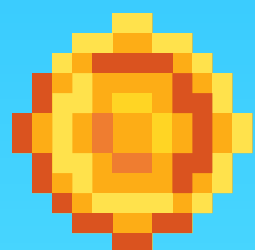
Al escuchar a Chalton compartir su historia, recordé lo frágiles que pueden ser nuestros sueños y cómo un instante puede cambiarlo todo. Su accidente en la infancia, que lo alejó del fútbol —algo que para él era todo—, me hizo reflexionar sobre mis propias pérdidas. En mi caso, fue con la guitarra: hubo un tiempo en que creí que sin ella mi vida perdería sentido. Pero su experiencia me mostró que, a veces, lo que parece un final es en realidad un redireccionamiento.

Lo que más me impactó fue cómo encontró fuerzas en su fe y en descubrir nuevas pasiones, como la programación. Me hizo ver que la resiliencia no es solo "seguir adelante", sino permitirse transformarse. Su historia me enseñó que el propósito no está en un solo camino, sino en la capacidad de reinventarse con lo que la vida nos pone enfrente.

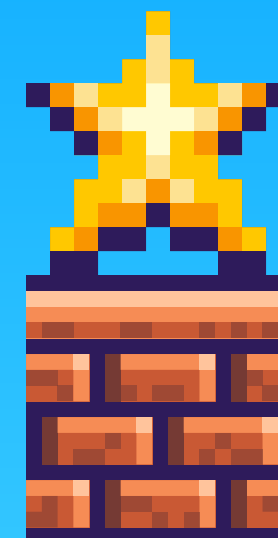


Escuché con empatía

Mientras Chalton hablaba, intenté no solo oír, sino sentir su frustración de entonces y su crecimiento posterior. Me di cuenta de que compartir estas vulnerabilidades nos une más de lo que imaginamos: al escucharlo, yo también encontré claridad. Su proceso reflejó el mío, y eso me hizo sentir menos solo. Al final, le di un abrazo fuerte —no solo por su resiliencia, sino porque su historia me devolvió la esperanza. A veces, el propósito no está en alcanzar el sueño original, sino en descubrir quiénes somos cuando lo soltamos. Y ahora, gracias a él, veo mi propia pasión por la guitarra con otros ojos: ya no como una meta perdida, sino como una parte de mí que puede convivir con nuevos caminos.



GRACIAS POR
LEER MI
TAREA



MAESTRO
GARAMENDI GOD

