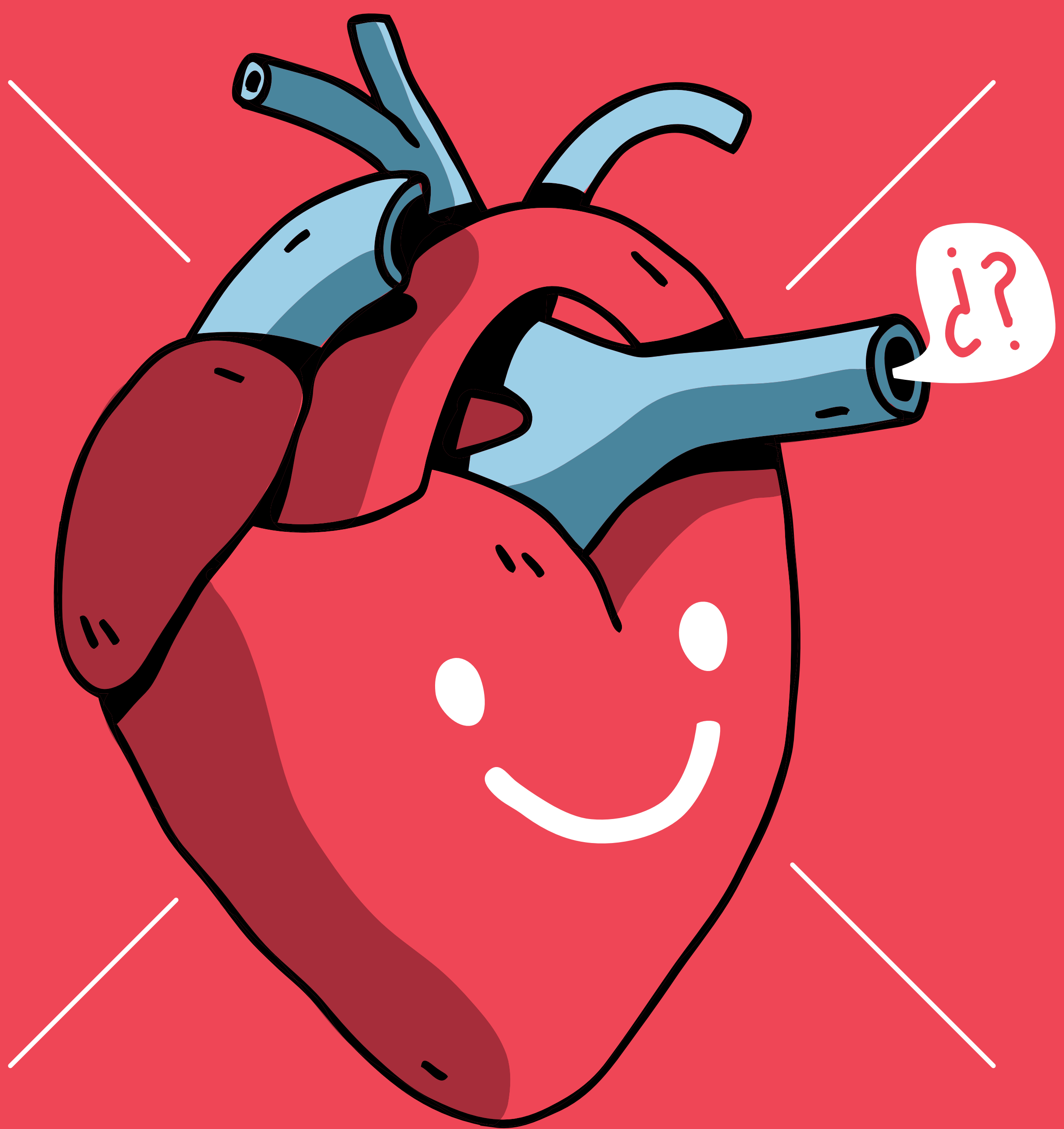
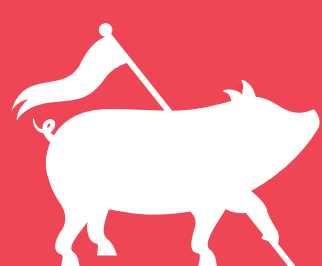


36

PREGUNTAS



PARA ENAMORARSE
DE CUALQUIERA





Hace más de 20 años, el psicólogo Arthur Aron logró que **dos extraños se enamoraran en su laboratorio.**

El experimento fue sencillo: un hombre y una mujer heterosexuales entraron al laboratorio por puertas separadas. Se sentaron frente a frente y respondieron a una serie de preguntas cada vez más íntimas. Después se miraron a los ojos en silencio durante cuatro minutos.

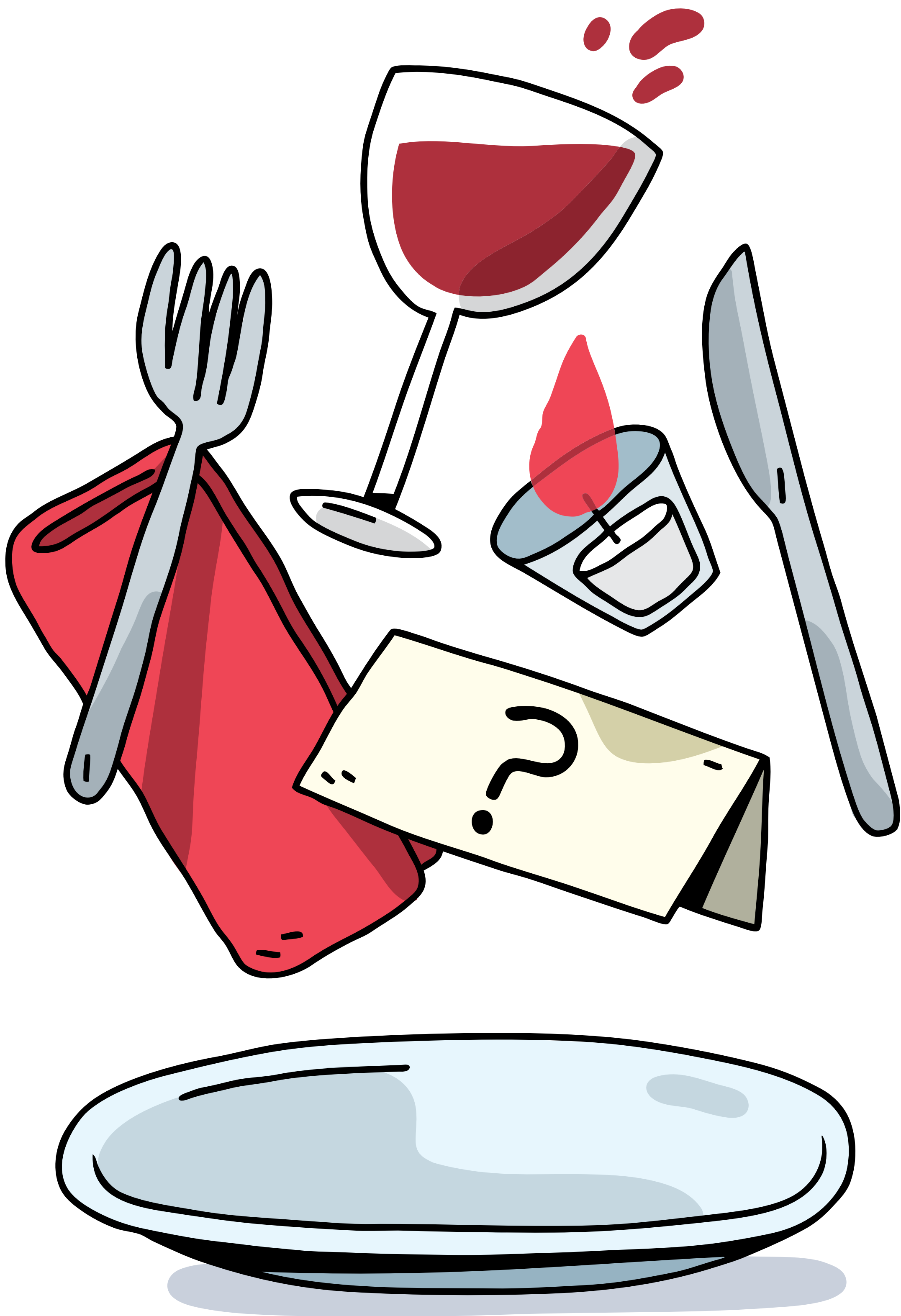
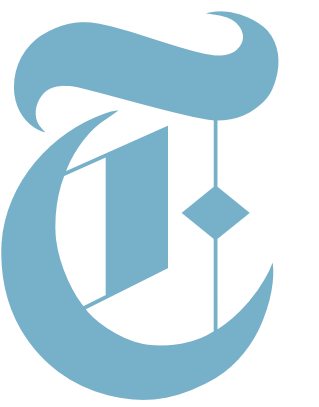
Seis meses después, los dos participantes se **casaron.**

Aquí tienes las **36 preguntas**
originales que esa pareja
respondió en el experimento
del doctor Aron.

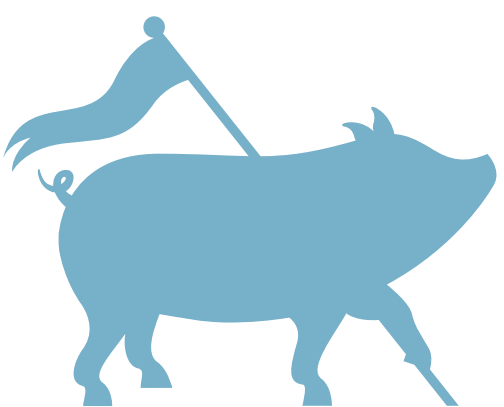
La idea es que la vulnerabilidad
mutua fomenta la cercanía.
Permitirse ser vulnerable ante
otra persona puede ser en
extremo difícil, por lo que este
ejercicio fuerza este aspecto.

Úsalas bajo tu propio riesgo
[puedes enamorarte]



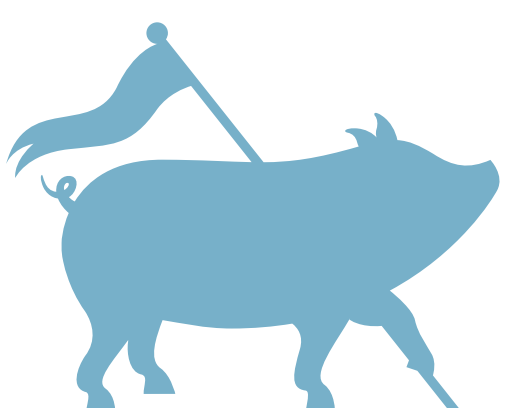


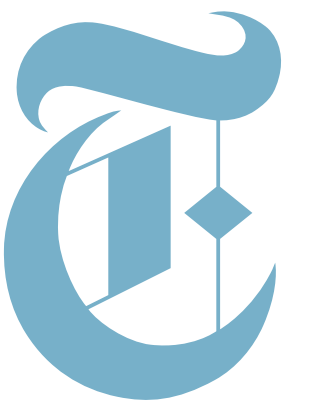
SUPONIENDO QUE PUDIERAS ELEGIR
A CUALQUIER PERSONA DEL MUNDO,
**¿A QUIÉN TE GUSTARÍA
INVITAR A CENAR?**



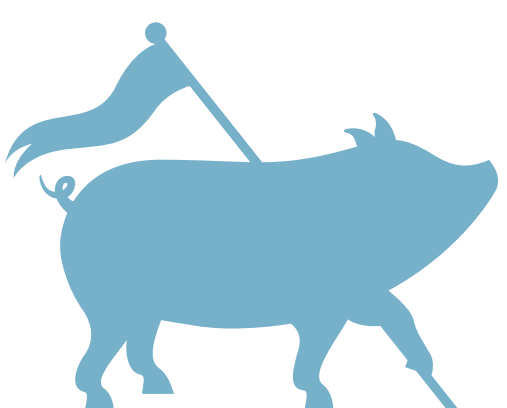


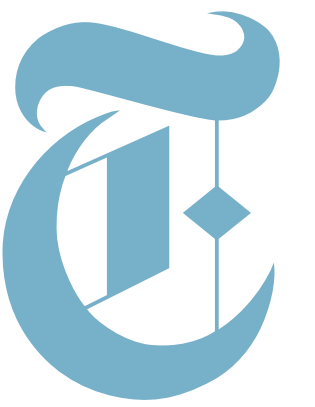
¿TE GUSTARÍA
SER FAMOSO?
¿EN QUÉ SENTIDO?



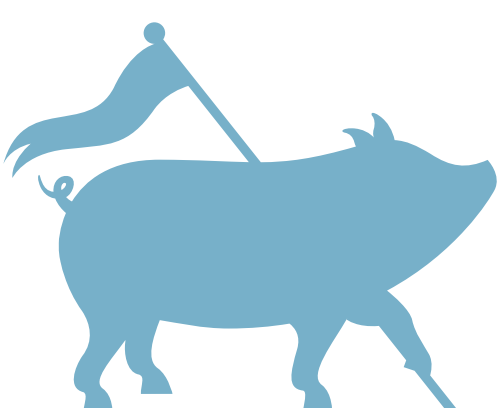


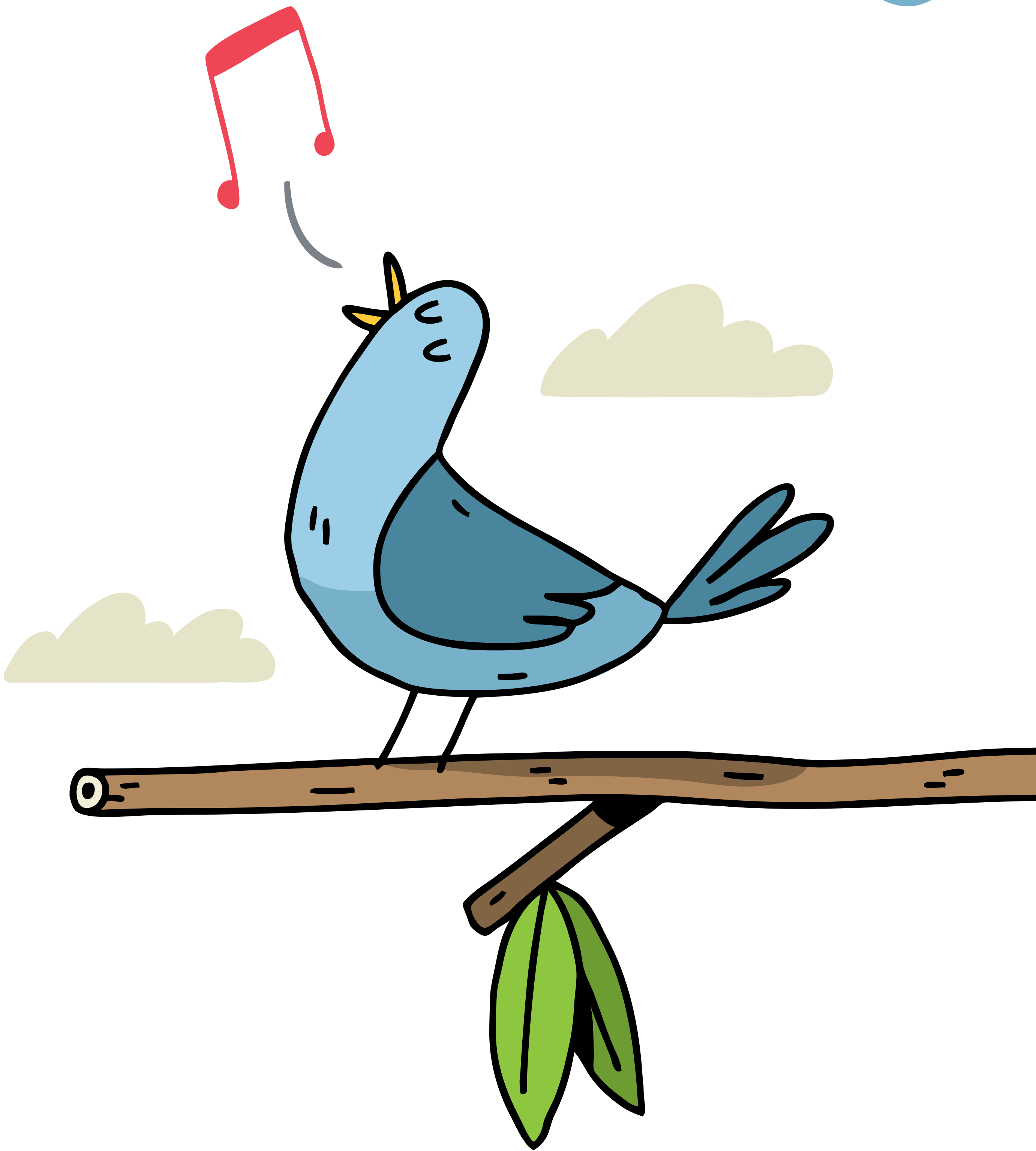
¿ALGUNA VEZ HAS
PRACTICADO
LO QUE VAS A DECIR
POR TELÉFONO?
¿POR QUÉ?



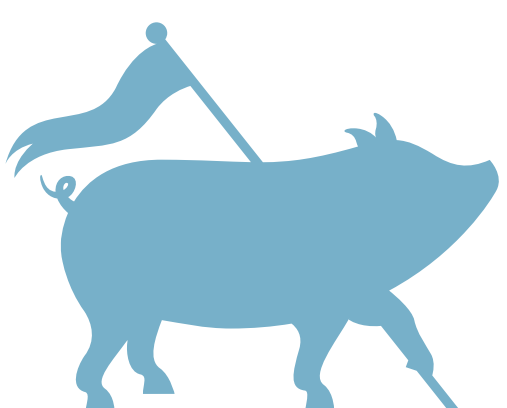


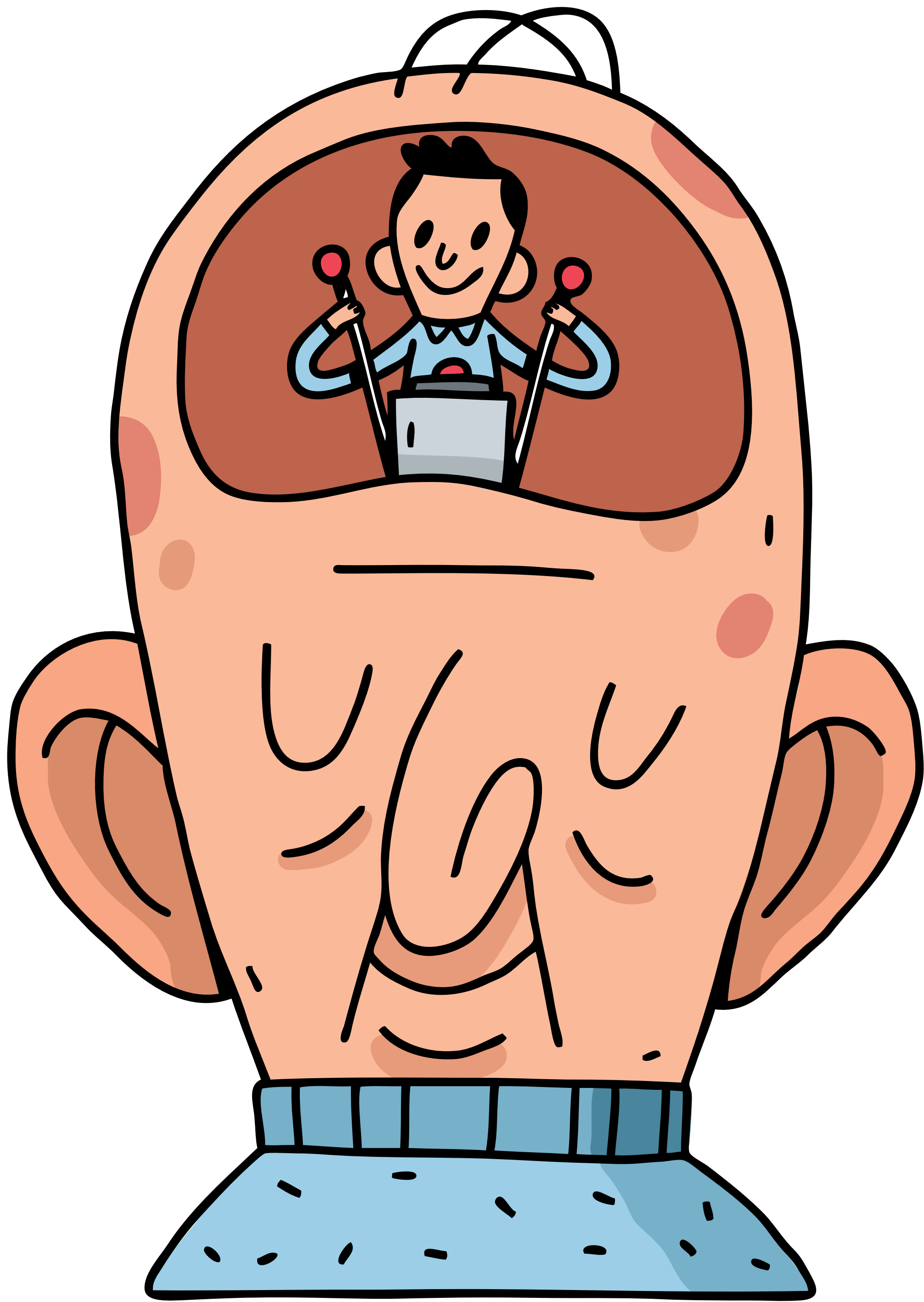
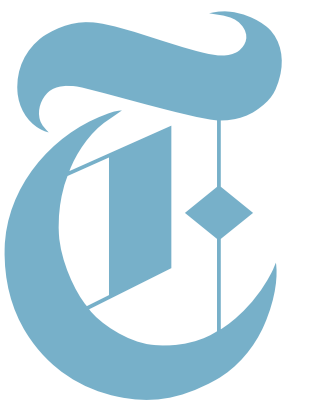
¿QUÉ ES PARA TI UN
“DÍA PERFECTO”?



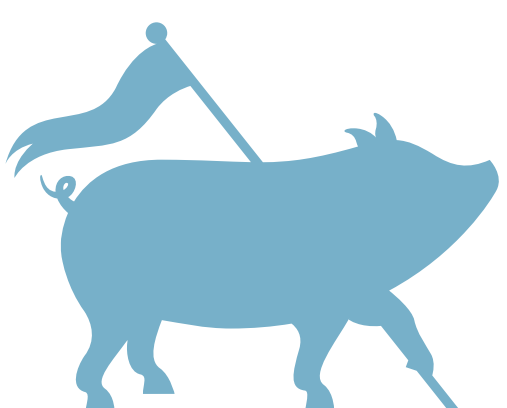


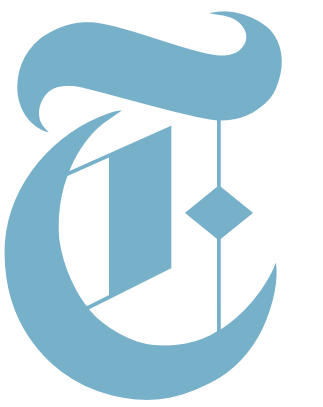
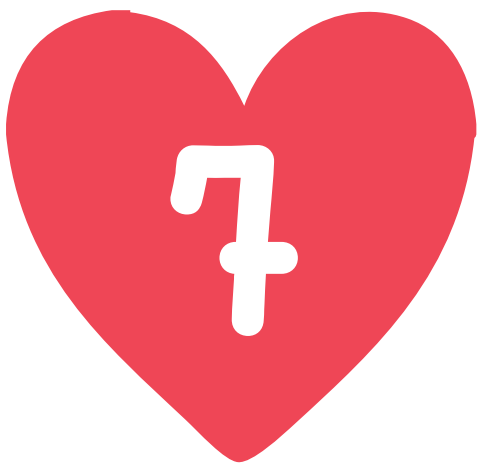
¿CUÁNDO FUE LA
ÚLTIMA VEZ QUE
CANTASTE A SOLAS?
¿Y CON OTRA PERSONA?



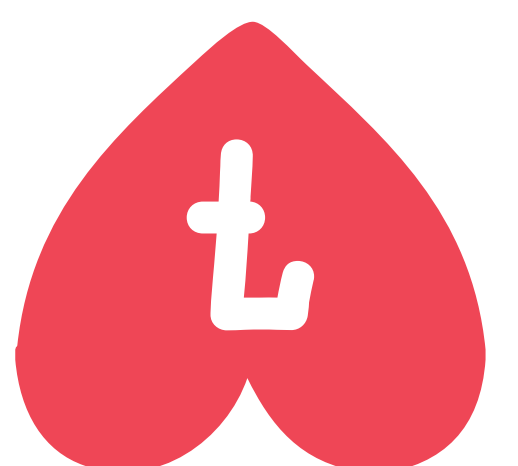
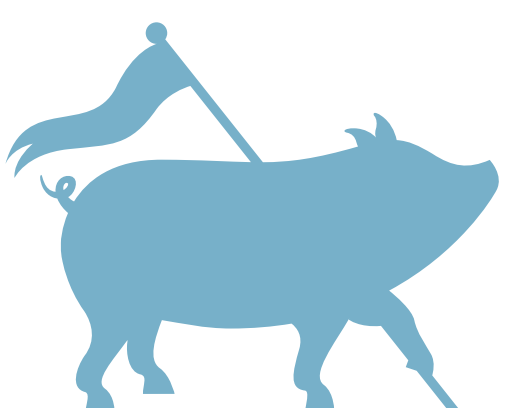


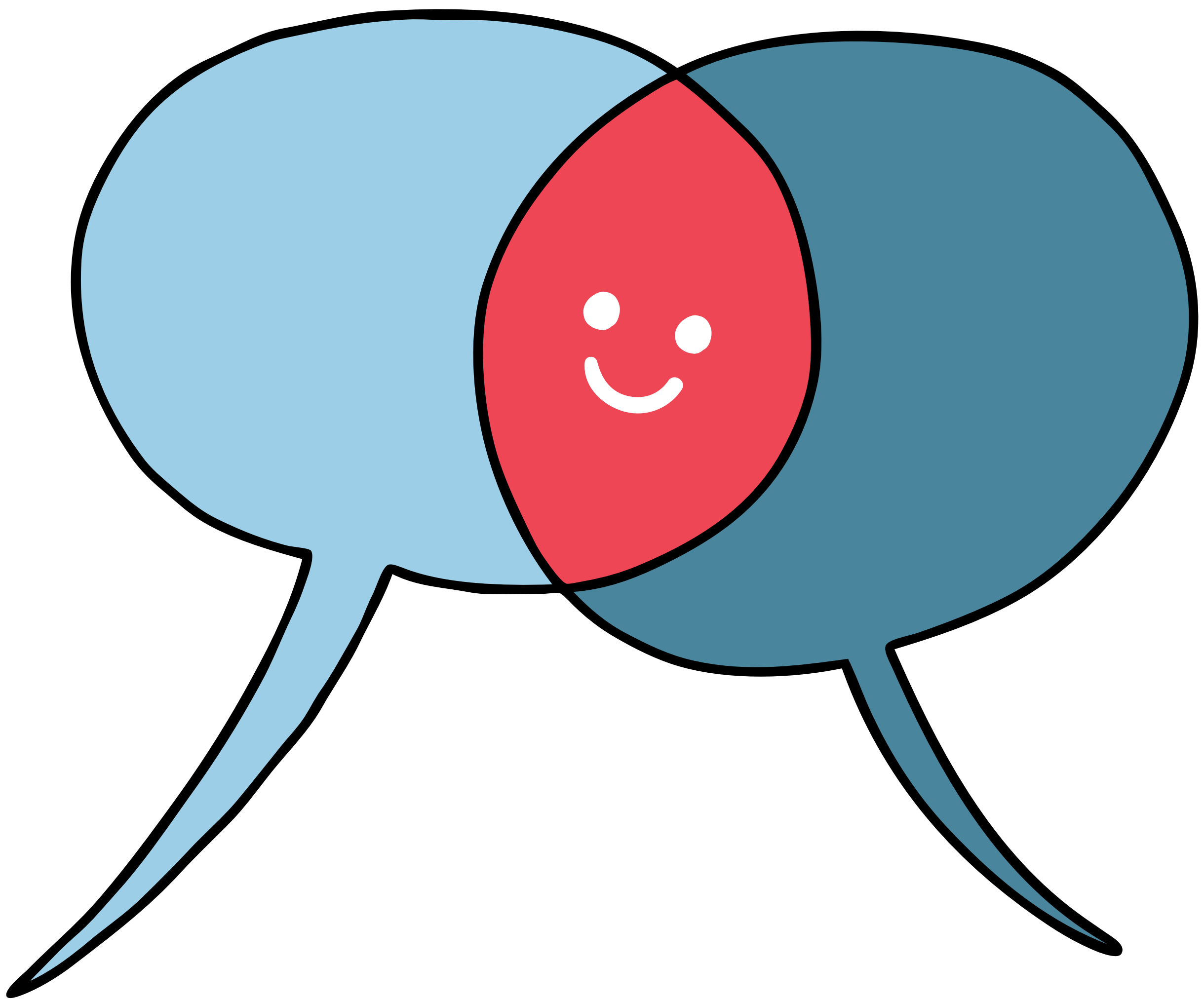
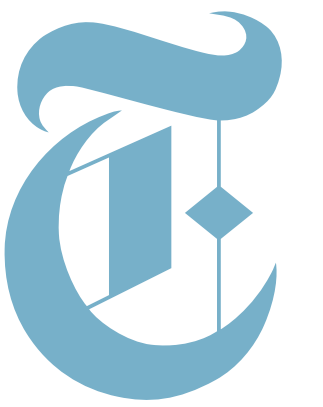
SI VIVIERAS HASTA LOS 90 AÑOS Y LOS
ÚLTIMOS 60 PUDIERAS CONSERVAR
LA MENTE O EL CUERPO DE
UNA PERSONA DE 30 AÑOS,
¿CUÁL ESCOGERÍAS?



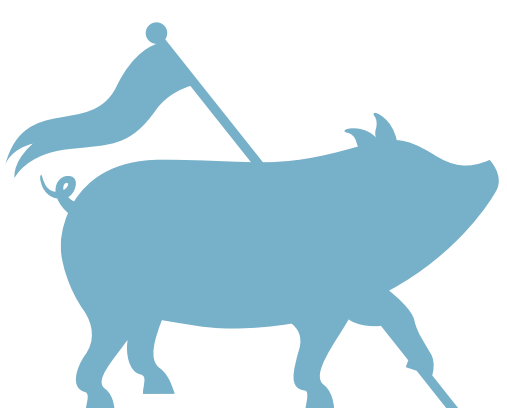


¿TIENES UNA CORAZONADA
SOBRE LA FORMA EN
QUE VAS A MORIR?



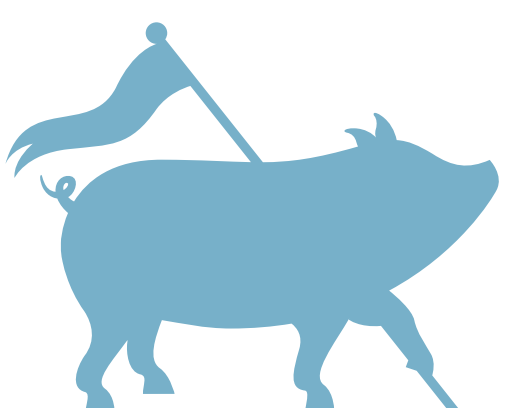


MENCIONA TRES COSAS
QUE TÚ Y LA OTRA PERSONA
PAREZCAN TENER
EN COMÚN.



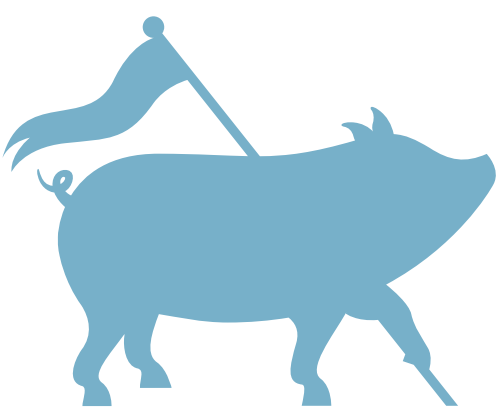


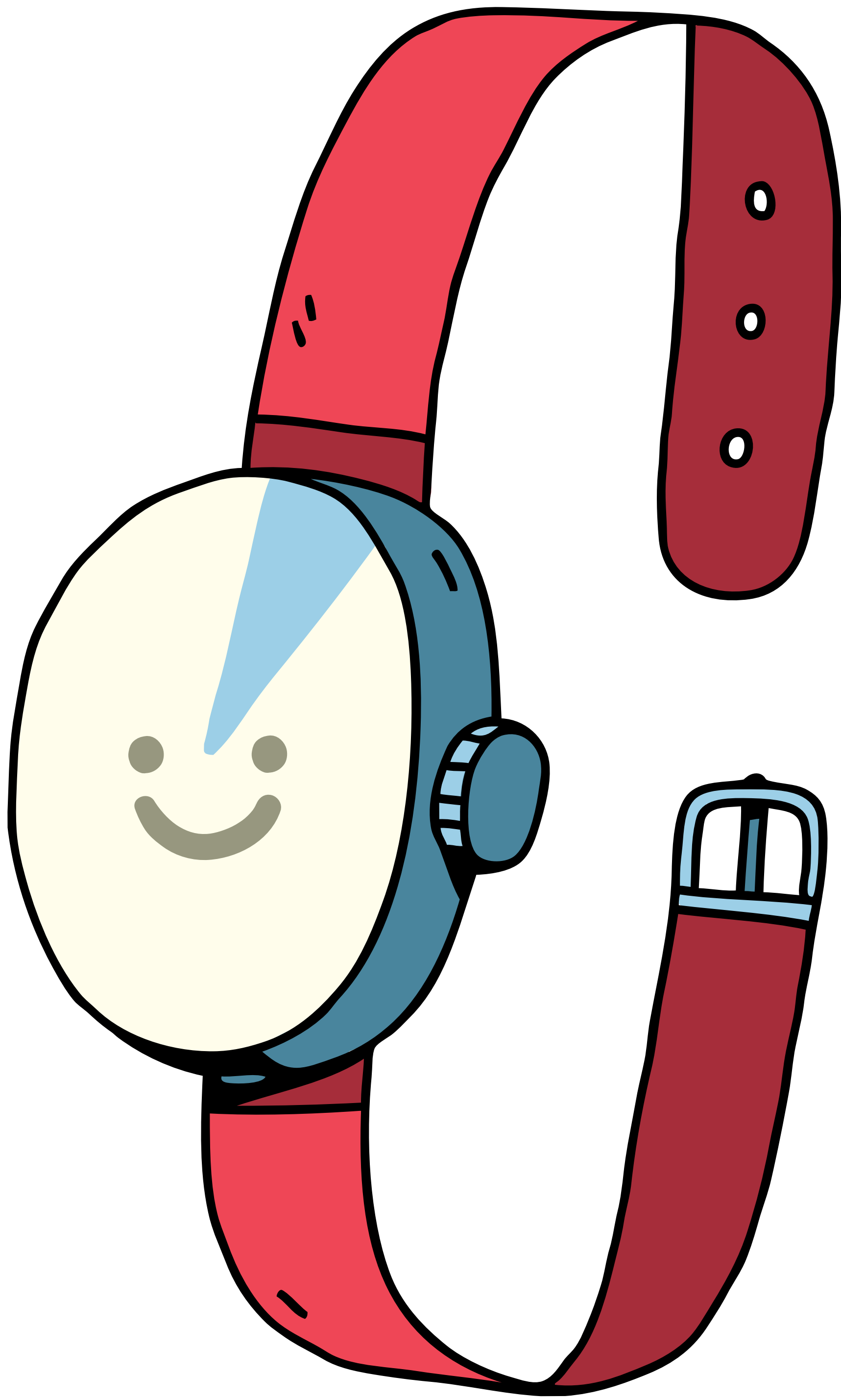
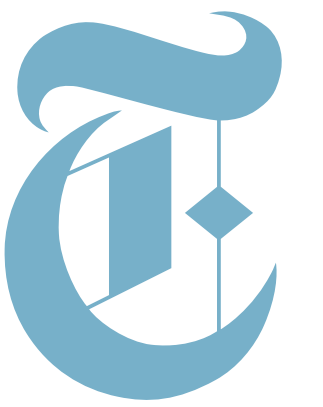
¿DE QUÉ TE SIENTES
MÁS AGRADECIDO
EN LA VIDA?





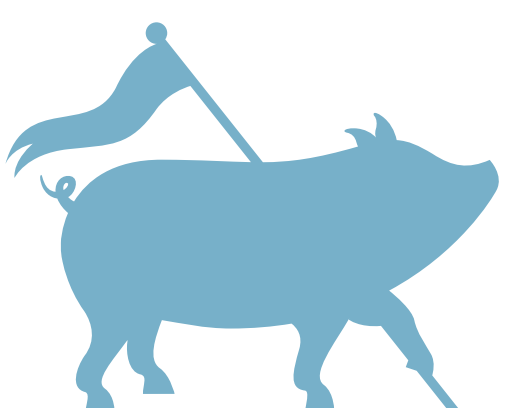
SI PUDIERAS CAMBIAR
CUALQUIER COSA DE
LA FORMA EN QUE
FUISTE CRIADO,
¿CUÁL SERÍA?

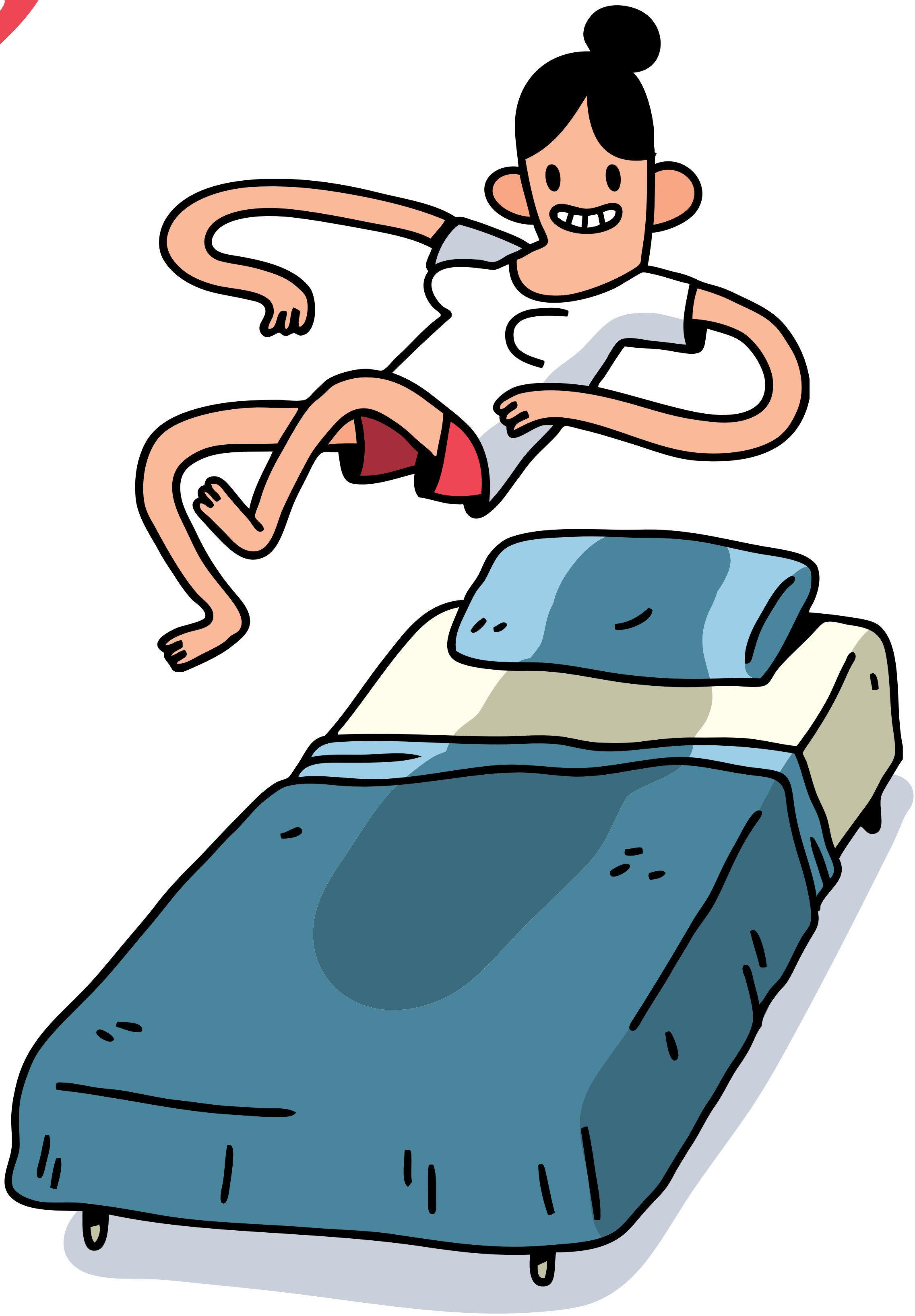
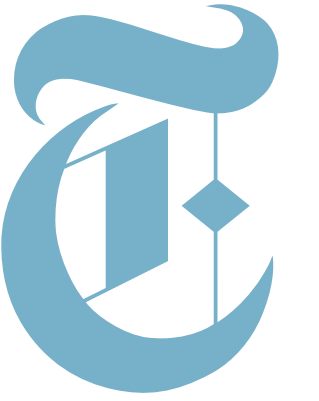




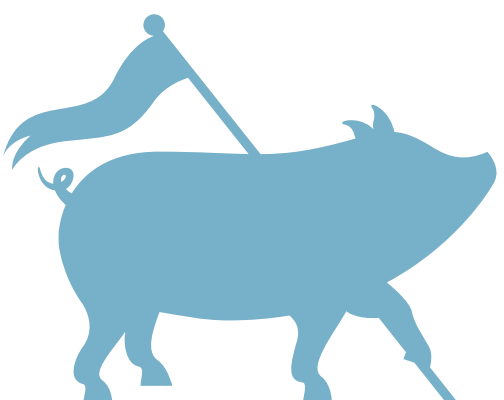
CUÉNTALE A LA OTRA PERSONA LA HISTORIA DE TU VIDA

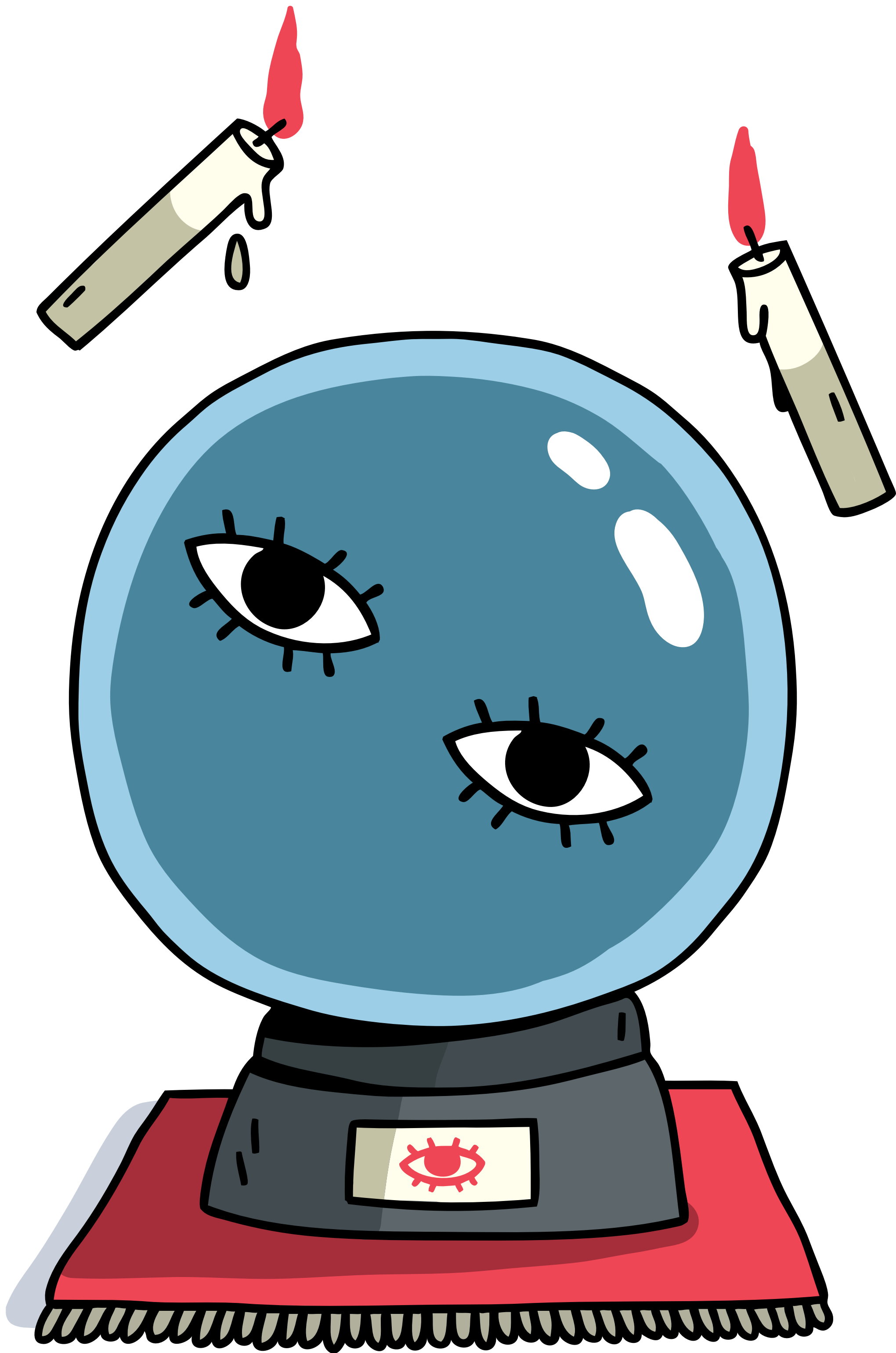
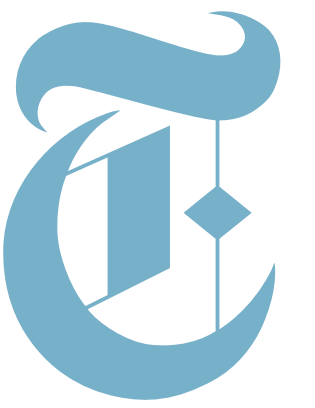
EN CUATRO MINUTOS PERO CON
TANTO DETALLE COMO SEA POSIBLE.



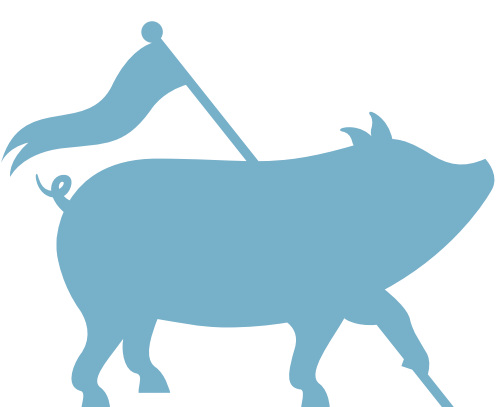


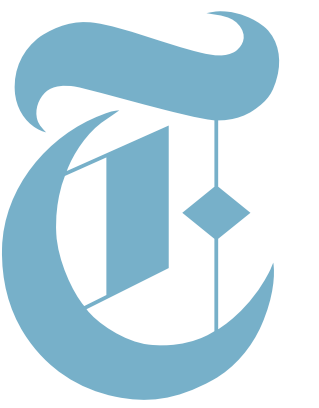
SI DESPERTARAS MAÑANA CON
UNA CUALIDAD
O HABILIDAD NUEVA,
¿CUÁL SERÍA?





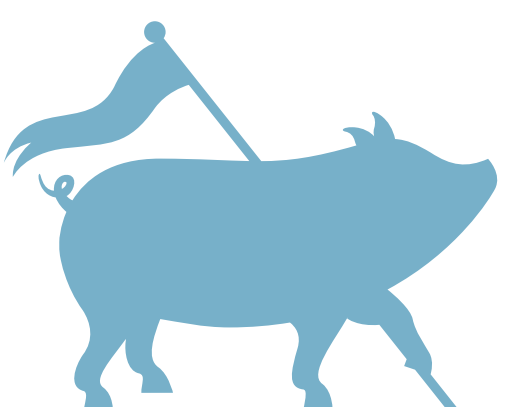
SI UNA BOLA DE CRISTAL PUDIERA
DECIRTE LA VERDAD SOBRE TI, TU VIDA,
TU FUTURO O CUALQUIER OTRA COSA,
¿QUÉ TE GUSTARÍA SABER?

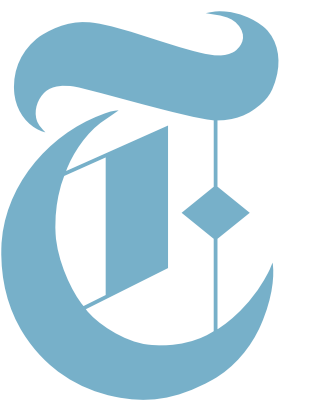




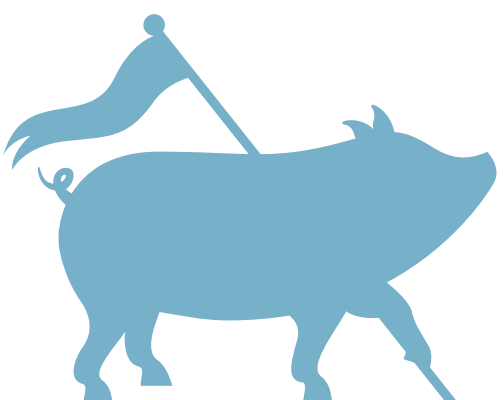
¿HAY ALGO QUE HAS SOÑADO HACER
DESDE HACE MUCHO TIEMPO?

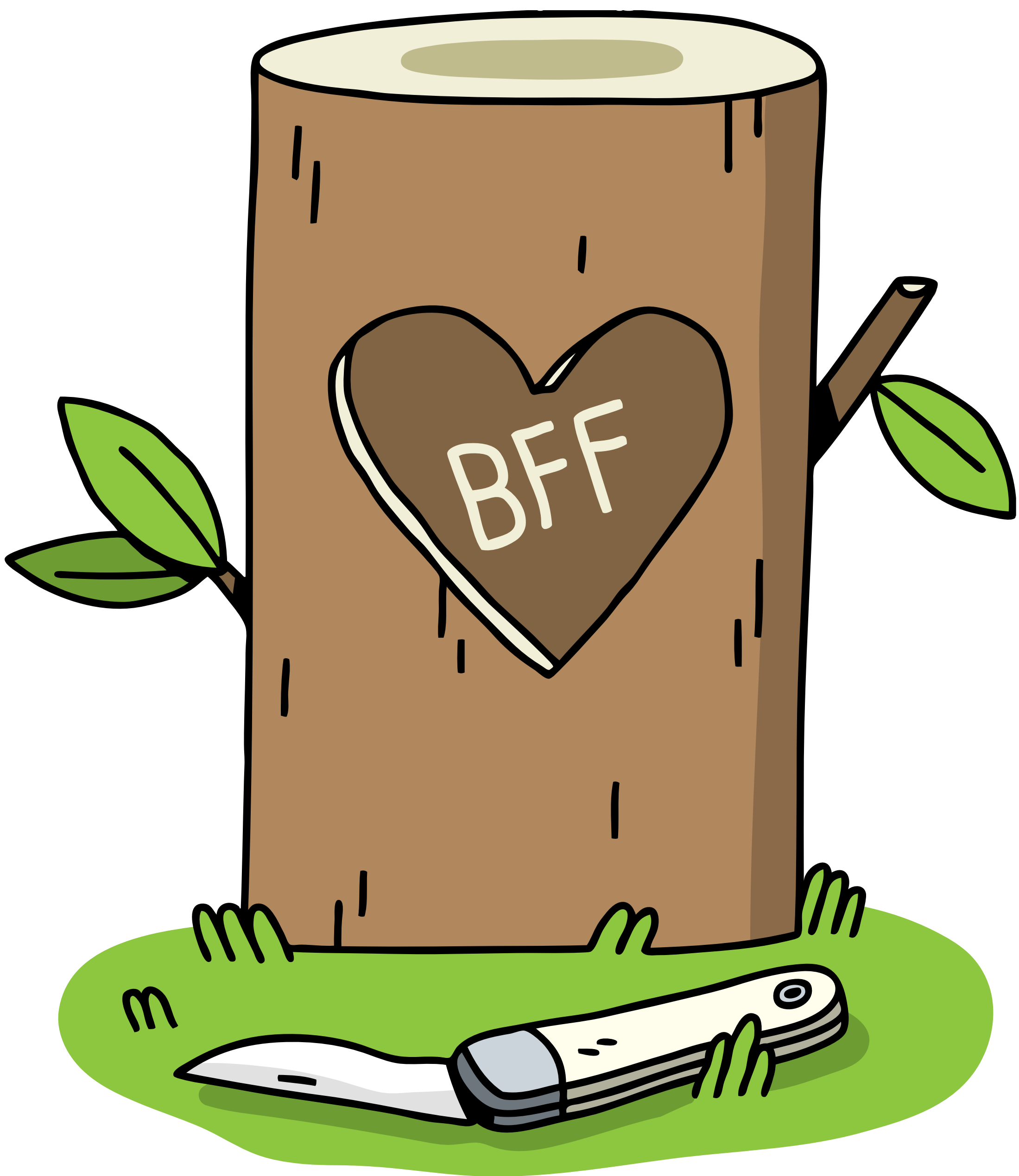
¿POR QUÉ NO
LO HAS HECHO?



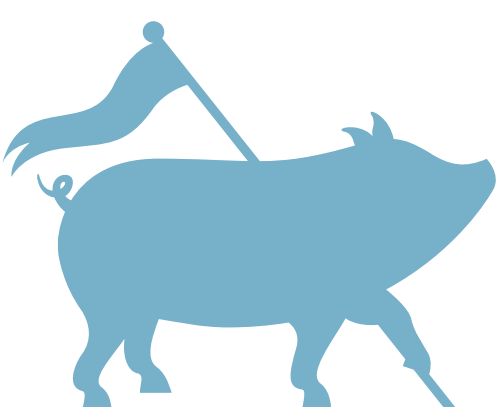


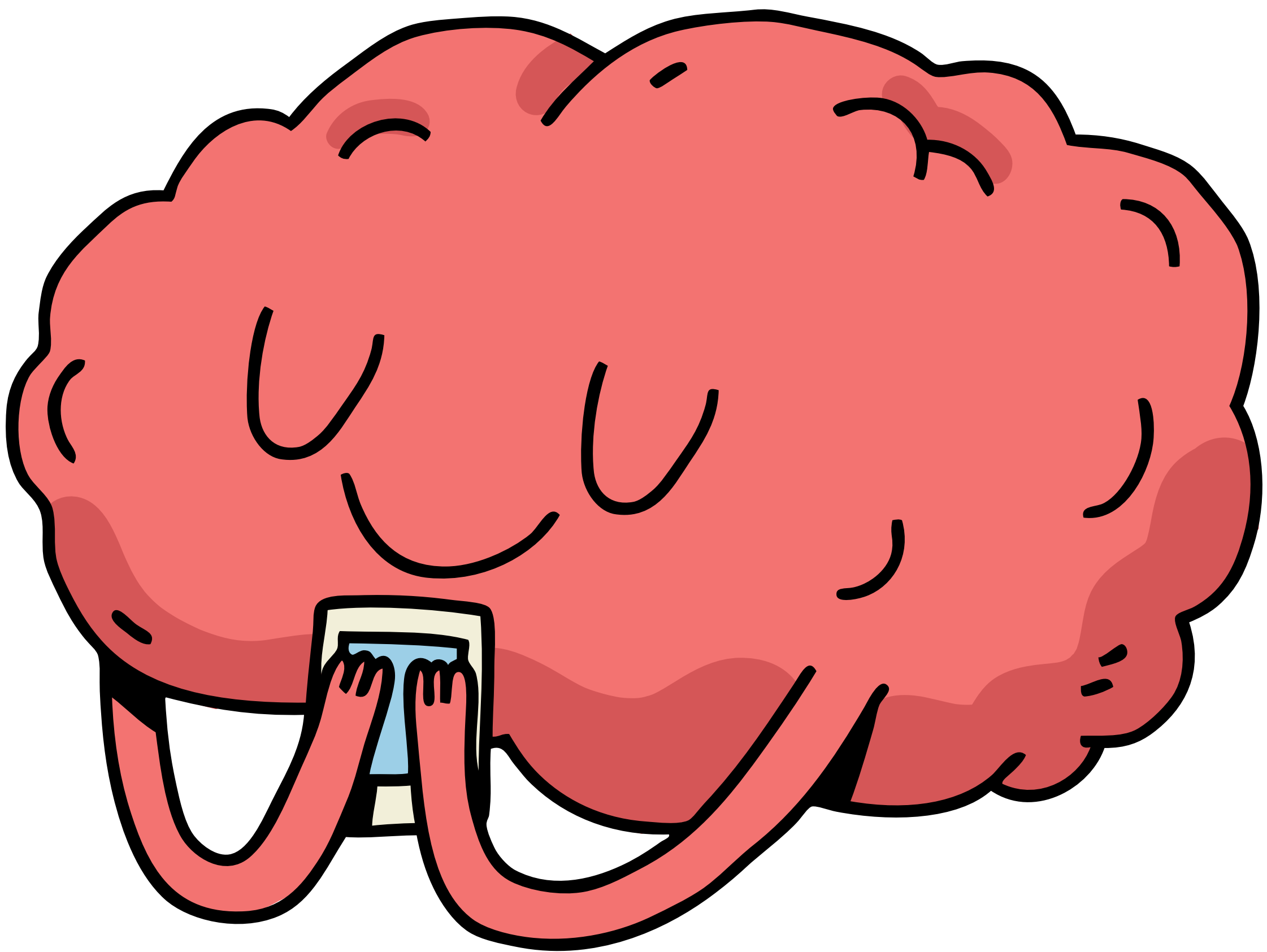
¿CUÁL ES EL MAYOR
LOGRO DE TU VIDA?



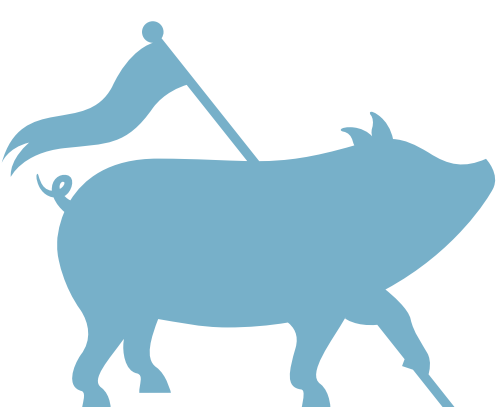


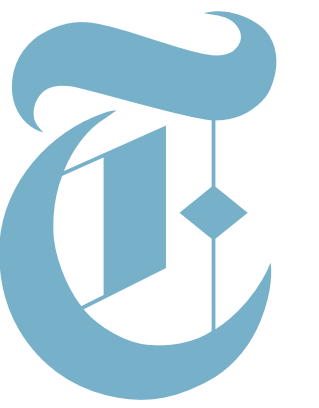
¿QUÉ ES LO QUE
MÁS VALORAS EN
UNA AMISTAD?



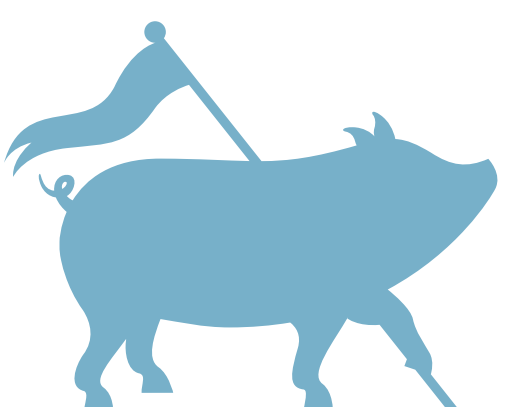


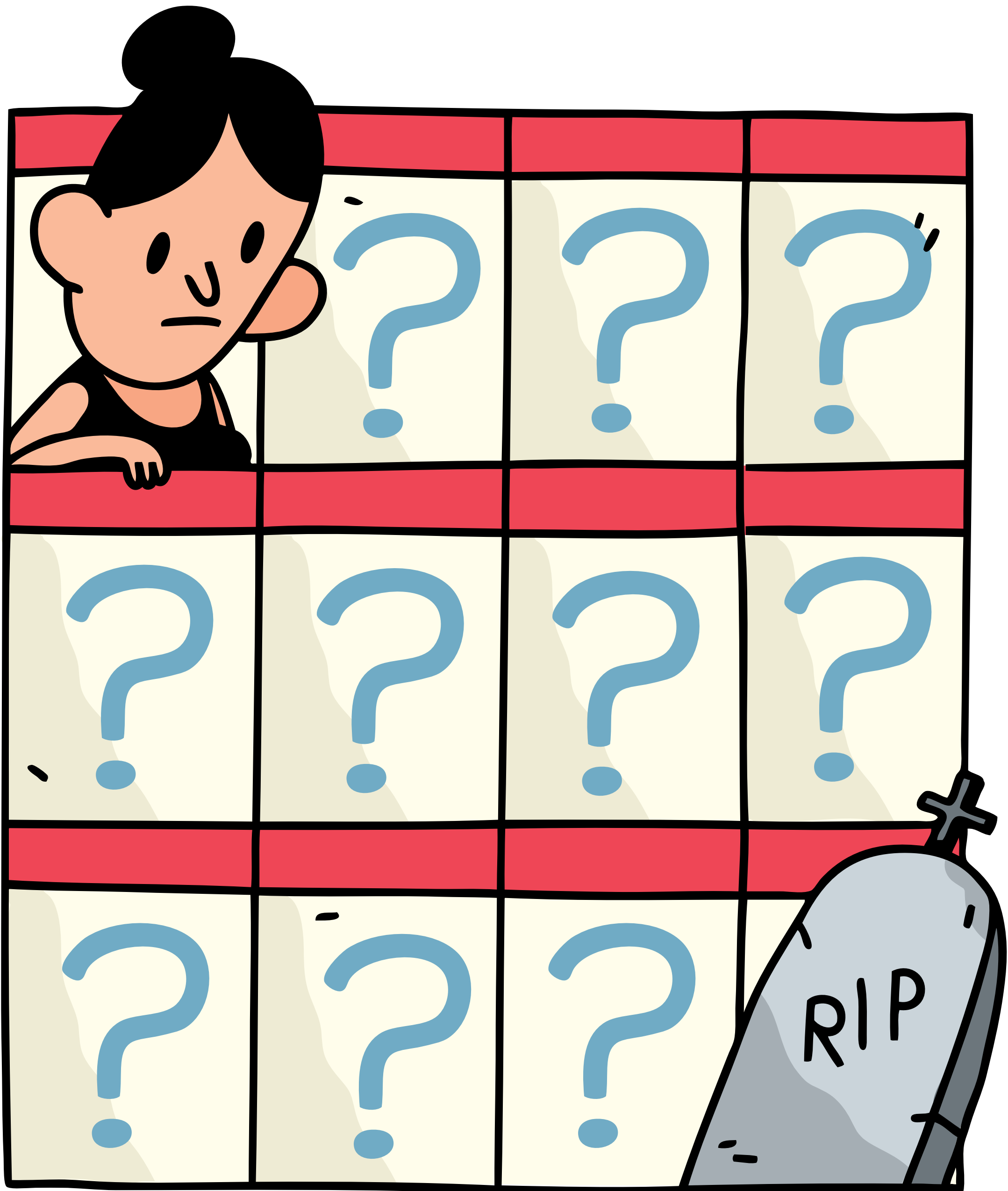
¿CUÁL ES TU RECUERDO
MÁS PRECIADO?



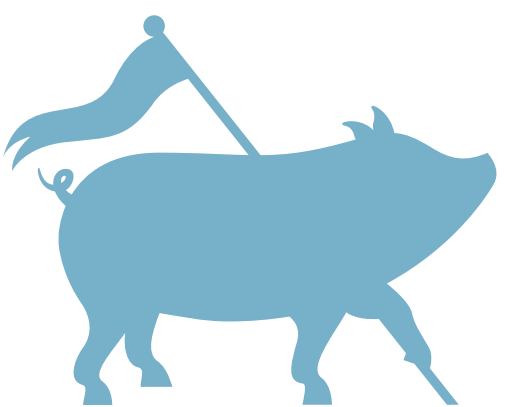


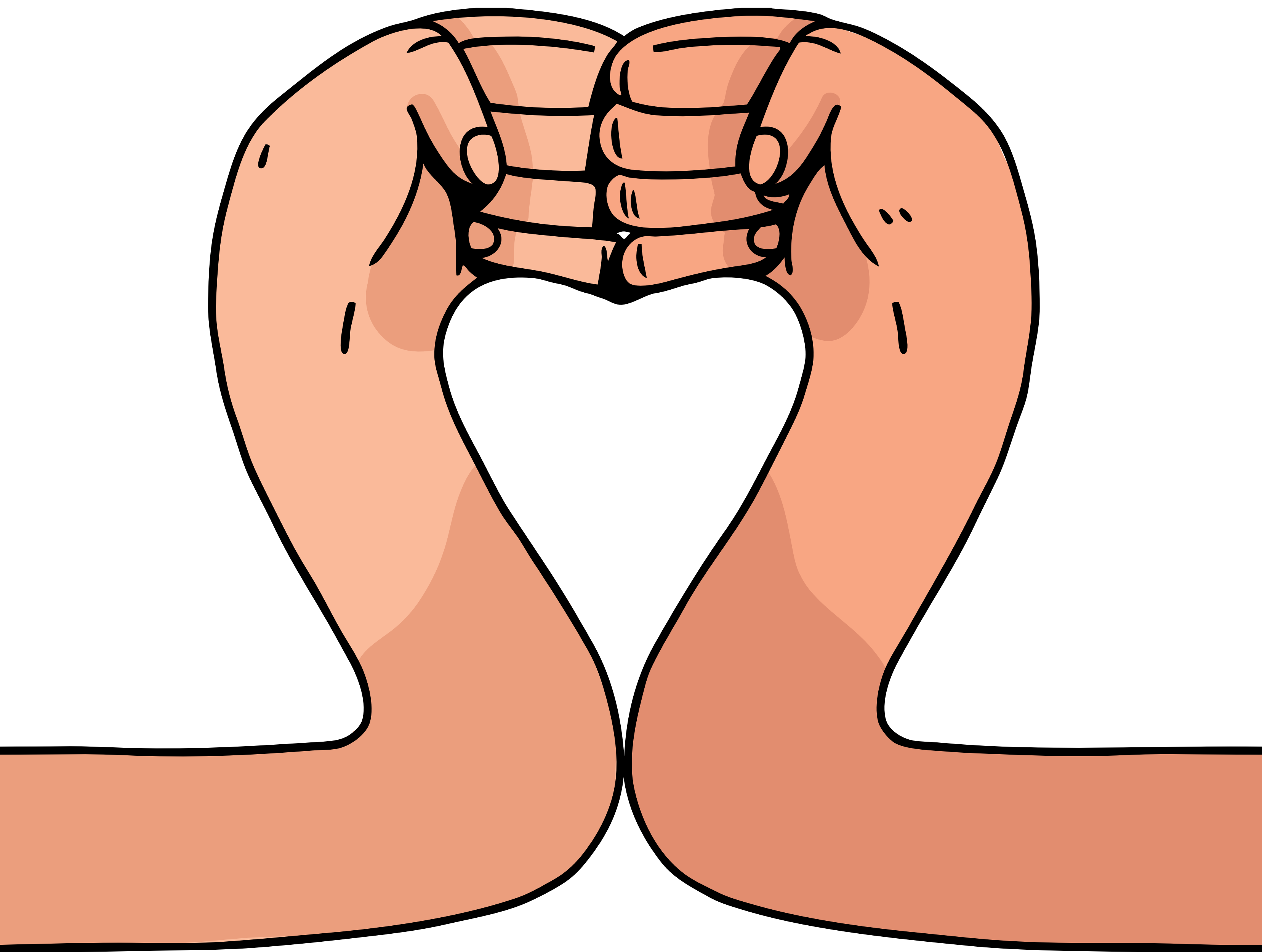
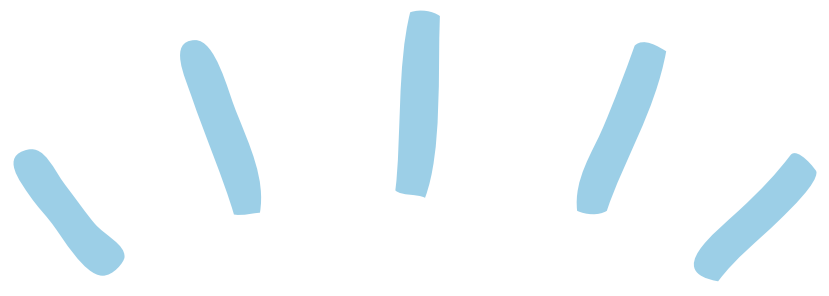
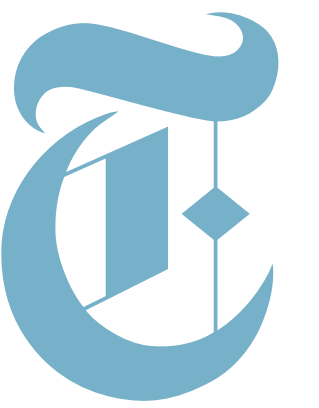
¿CUÁL ES TU RECUERDO
MÁS TERRIBLE?



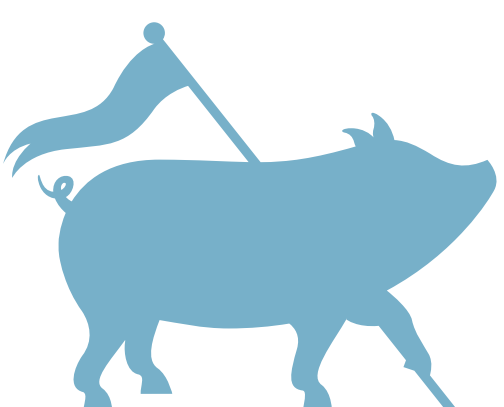


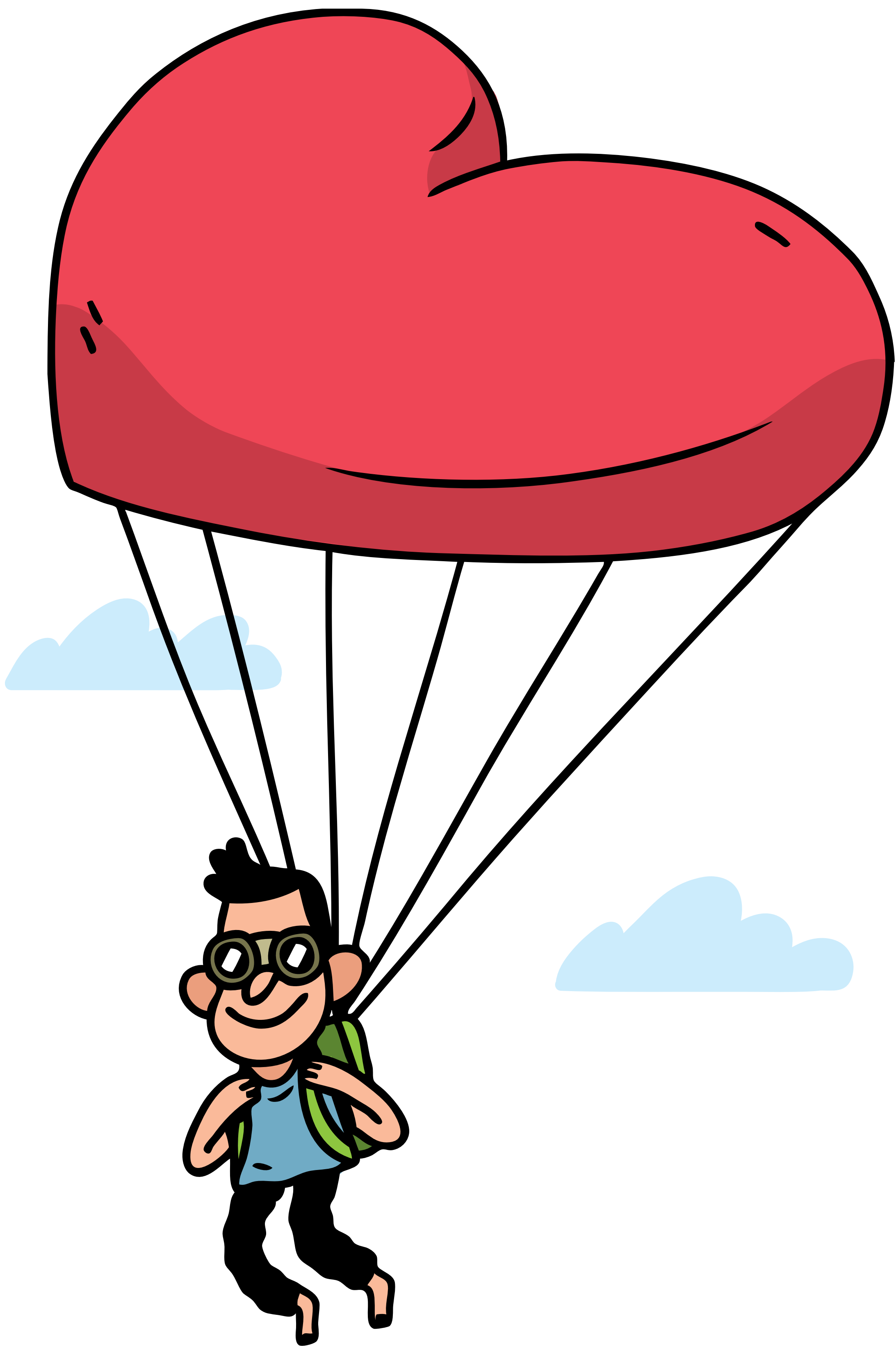
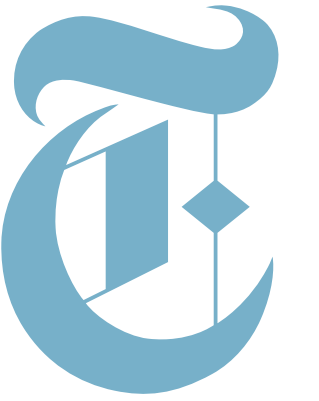
SI SUPIERAS QUE DENTRO
DE UN AÑO VAS A MORIR
¿CAMBIARÍAS ALGO DE
LA FORMA EN QUE VIVES
AHORA? ¿POR QUÉ?



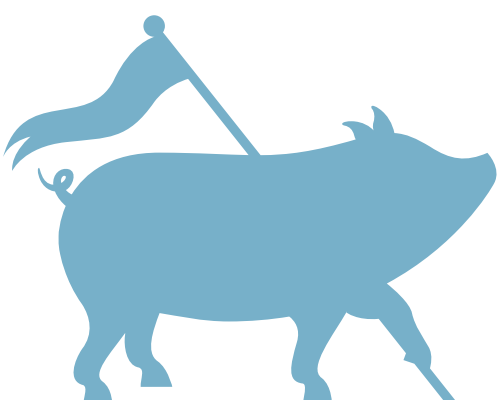


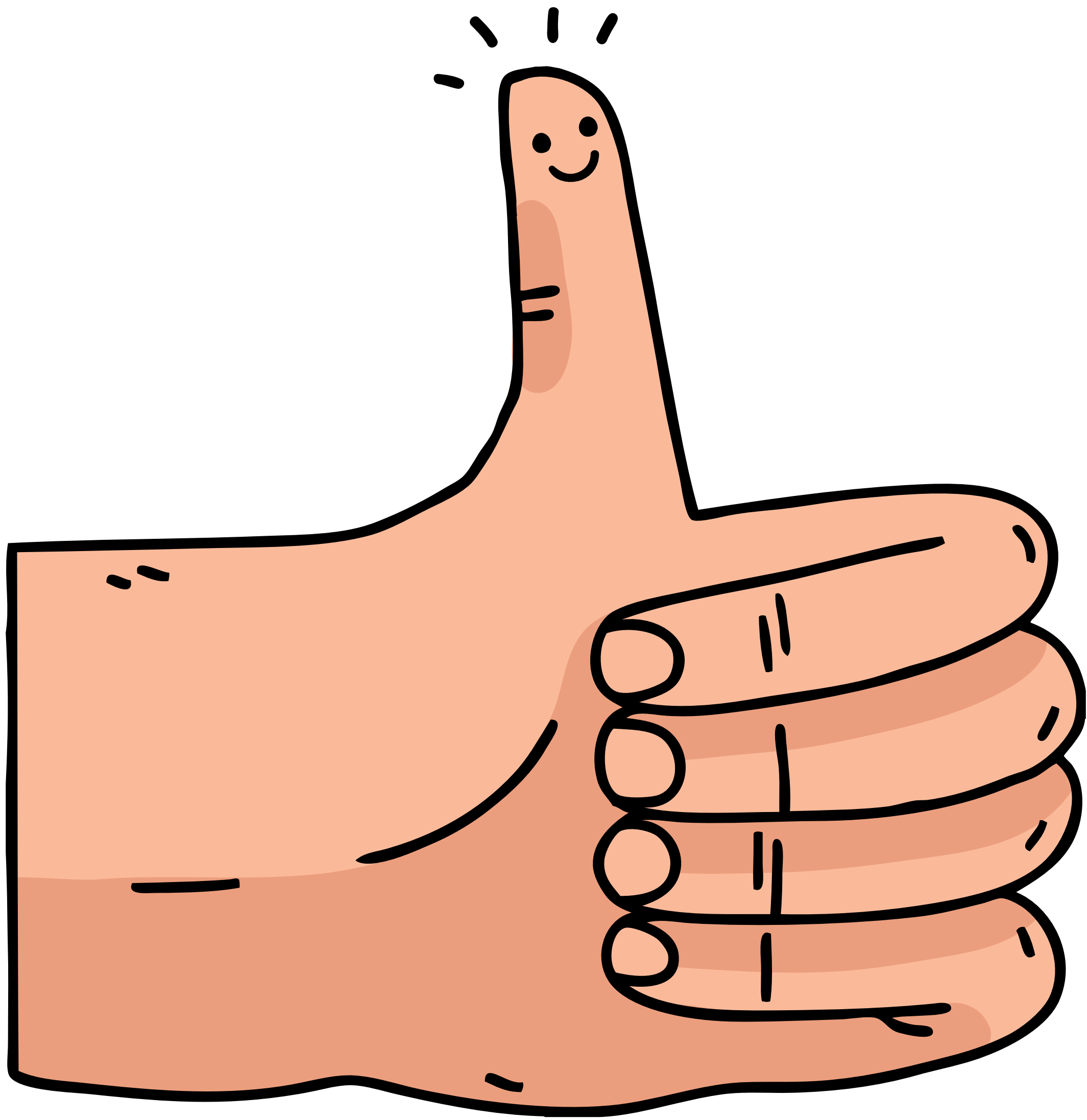
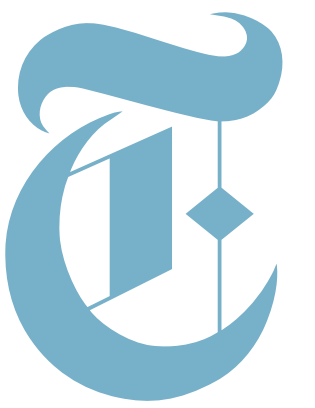
¿QUÉ SIGNIFICA
AMISTAD PARA TI?





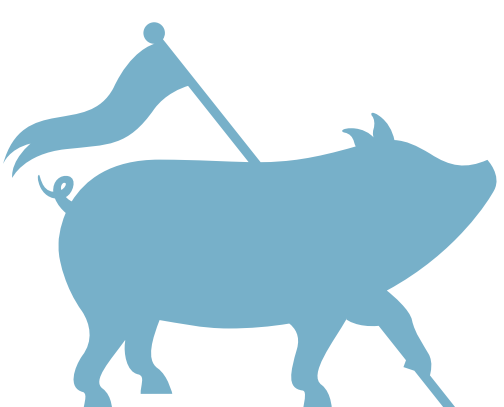
¿QUÉ PAPEL JUEGAN
EN TU VIDA EL AMOR
Y EL AFECTO?

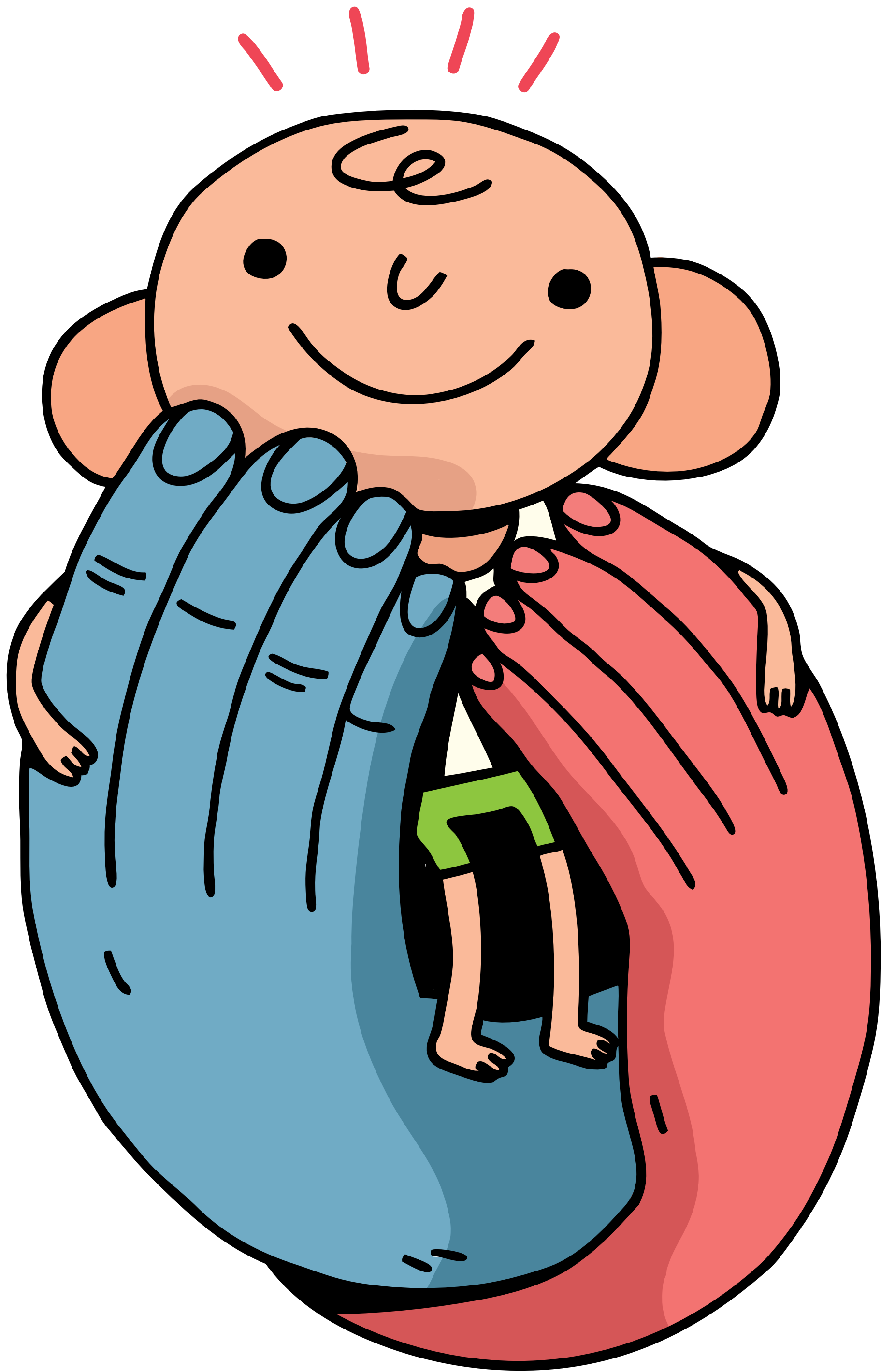




ALTERNADAMENTE, DIGAN
ALGO QUE CONSIDEREN
**UNA CARACTERÍSTICA
POSITIVA DEL OTRO.**

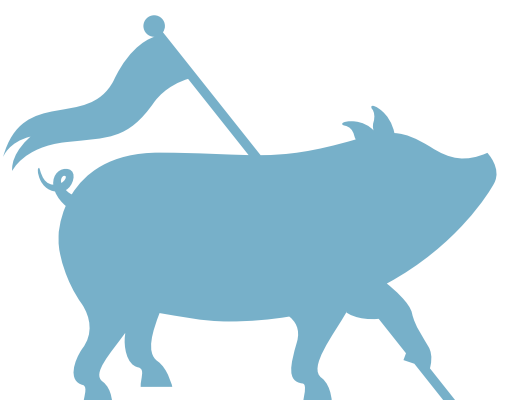
MENCIONEN UN TOTAL DE
CINCO CARACTERÍSTICAS.

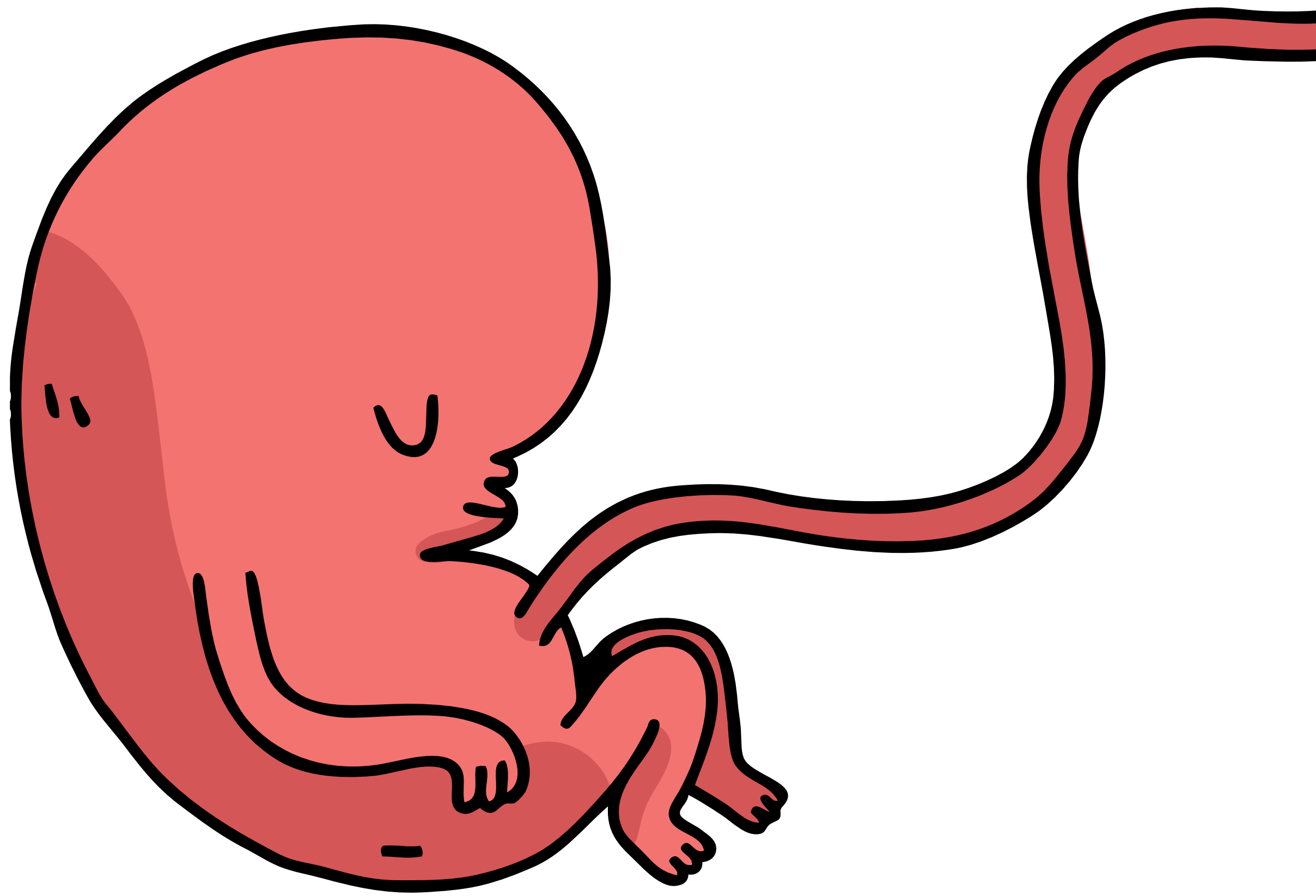




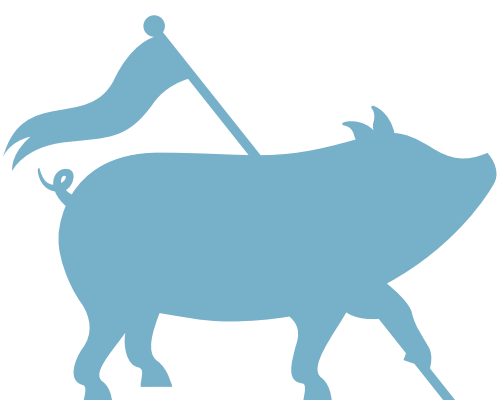
¿QUÉ TAN CERCANA Y
CÁLIDA ES TU FAMILIA?

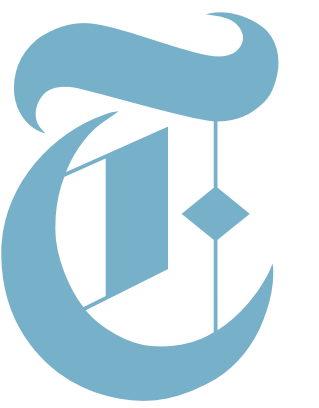
¿SIENTES QUE TU INFANCIA FUE MÁS
FELIZ QUE LA DE LA MAYORÍA?





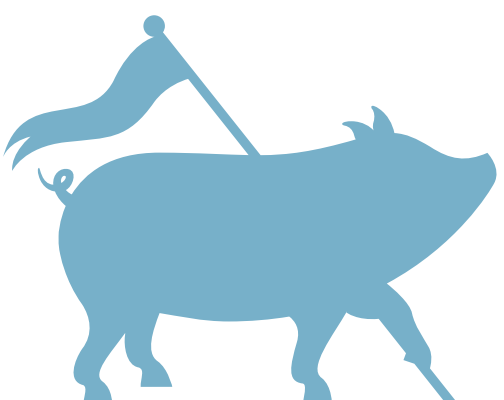
¿CÓMO ES
TU RELACIÓN CON
TU MADRE?

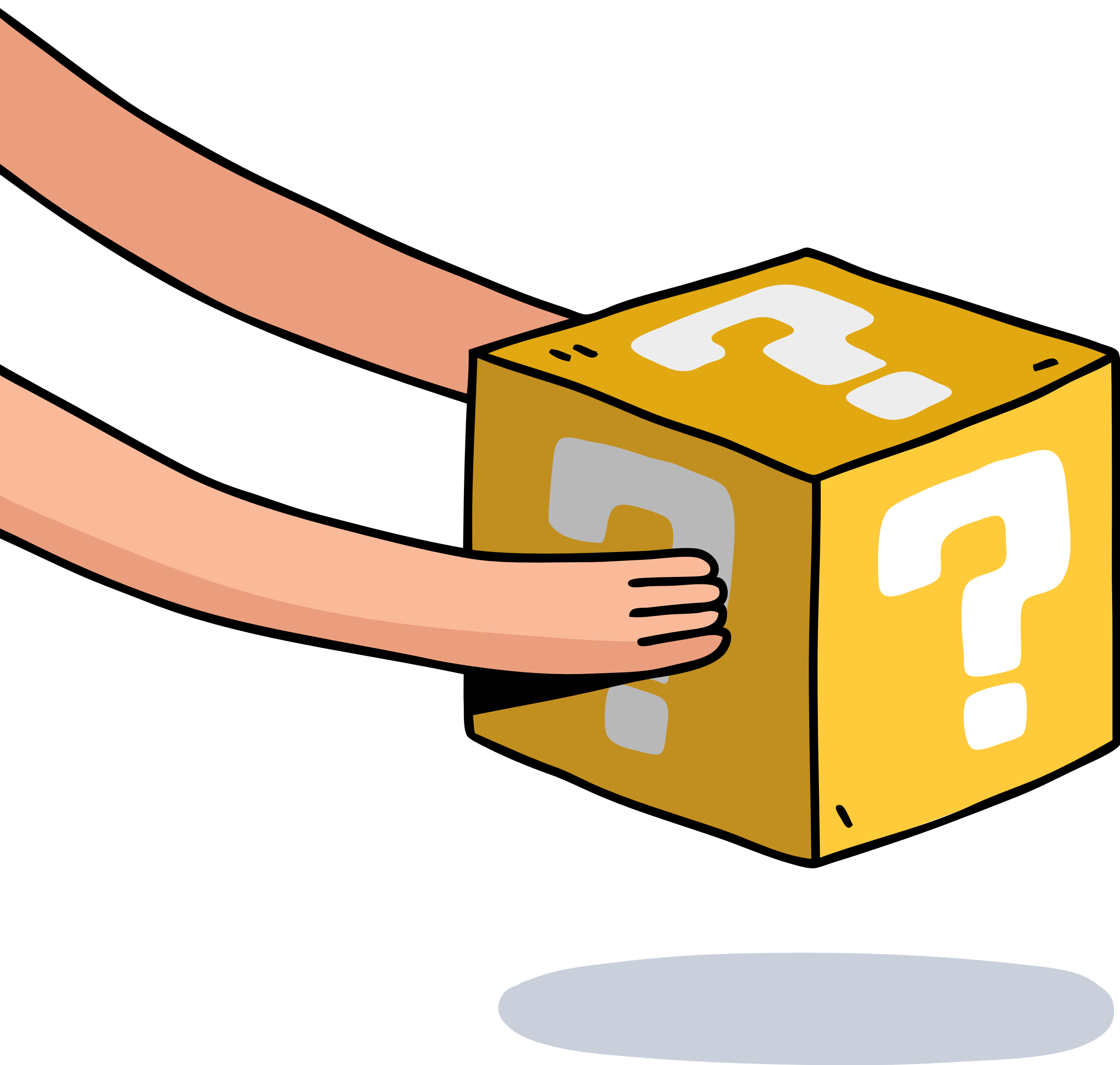
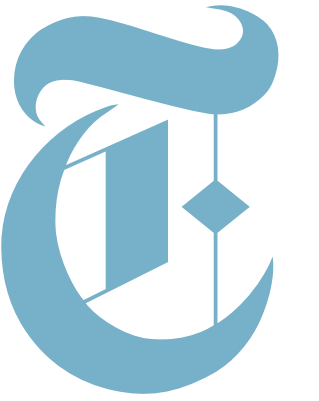




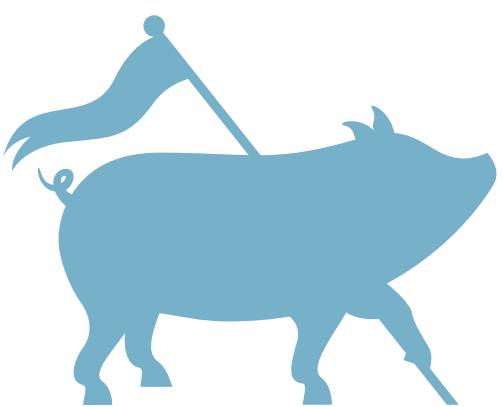
HAGAN TRES DECLARACIONES
VERDADERAS USANDO
“NOSOTROS”.

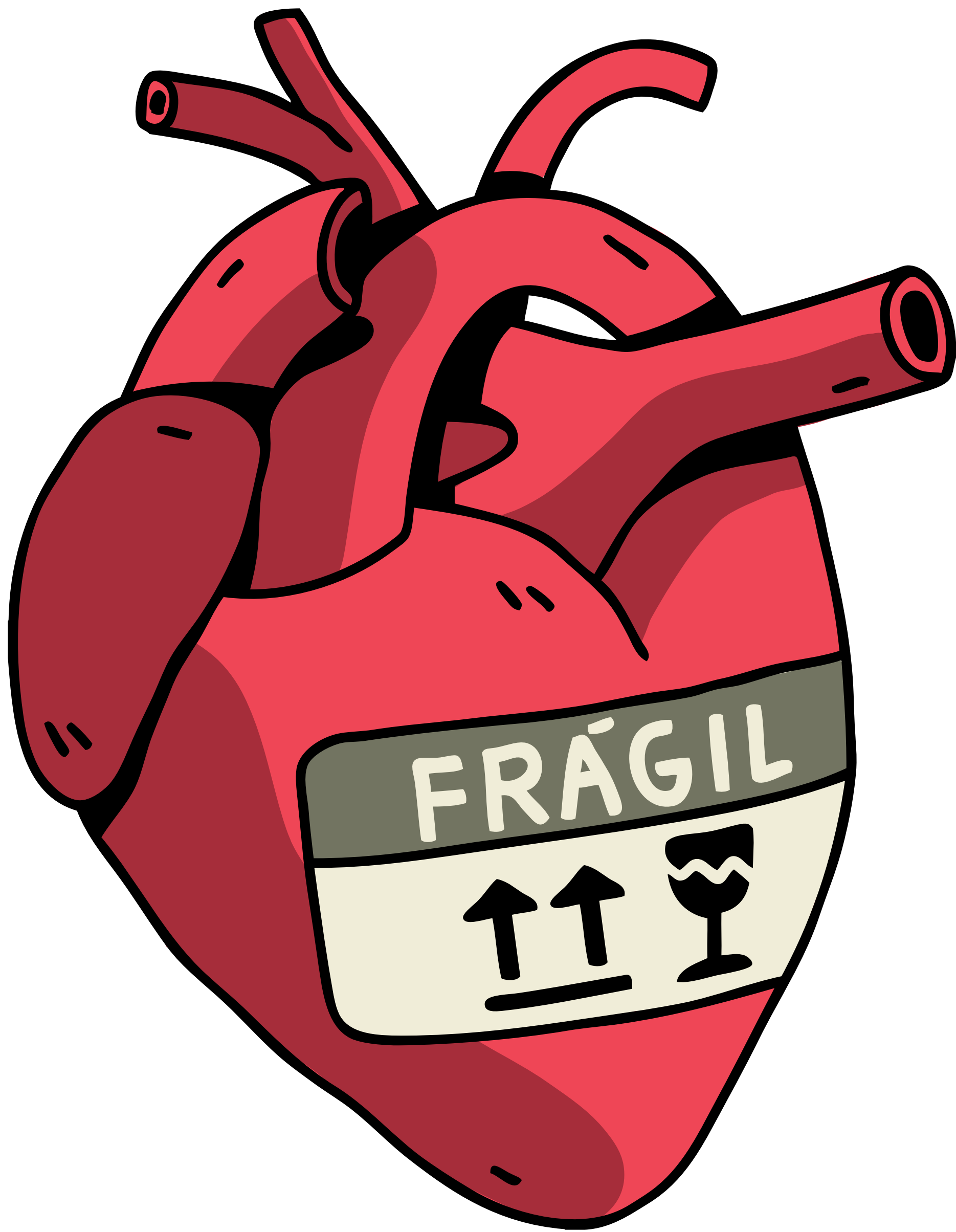
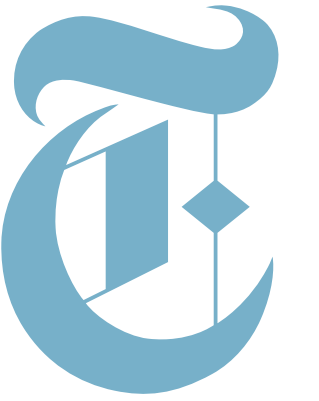
POR EJEMPLO: “LOS DOS
ESTAMOS EN ESTA SALA SINTIENDO...”.



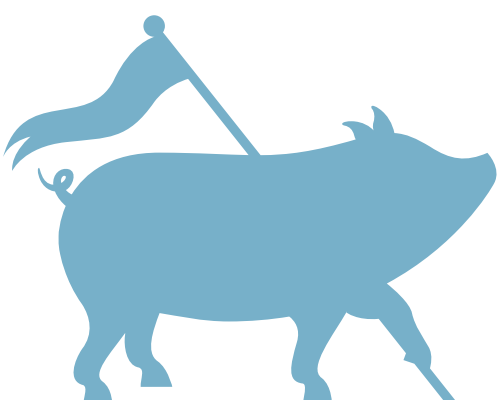


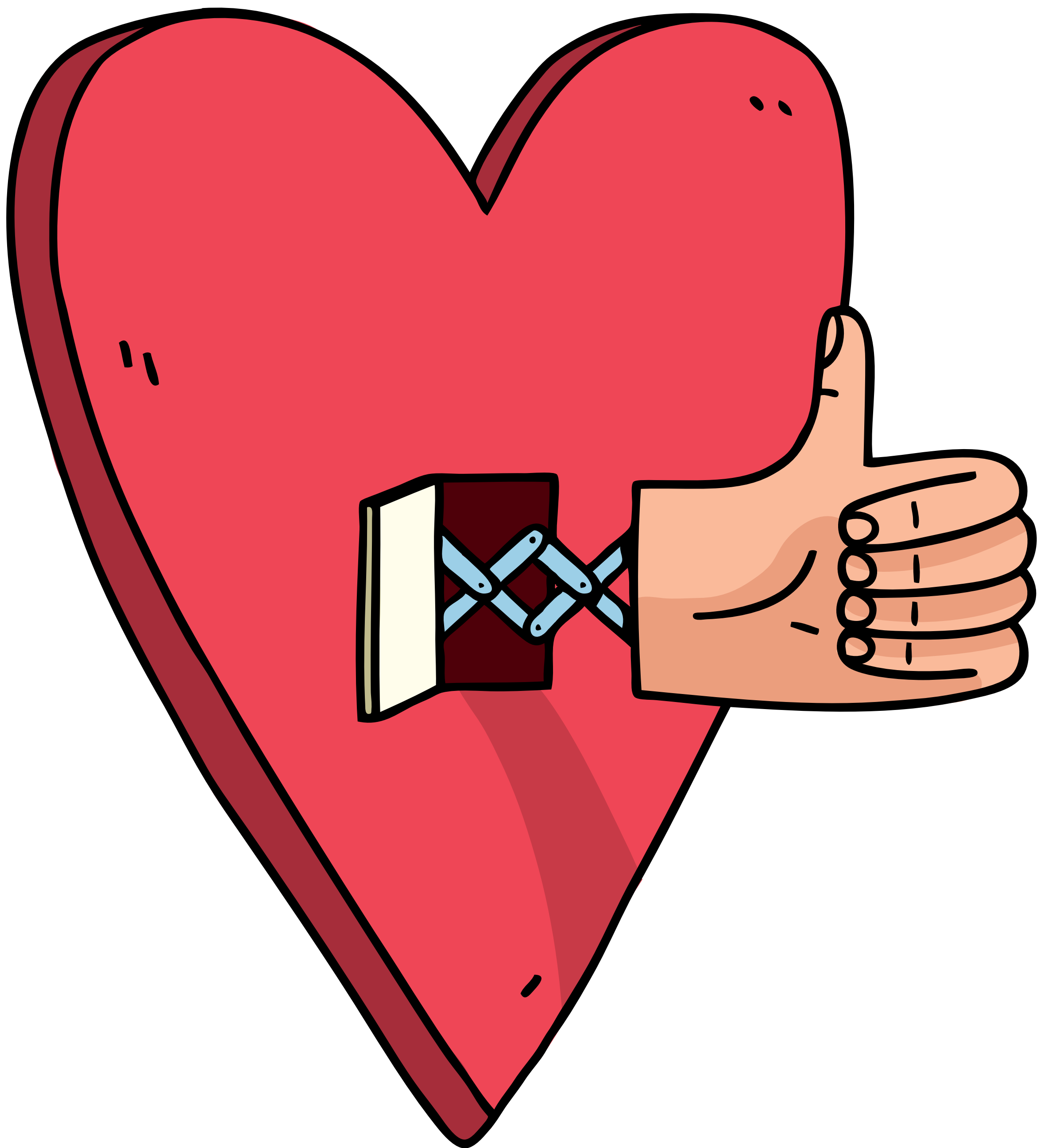
COMPLETA ESTA FRASE:
“QUISIERA TENER A
ALGUIEN CON QUIEN
COMPARTIR...”.



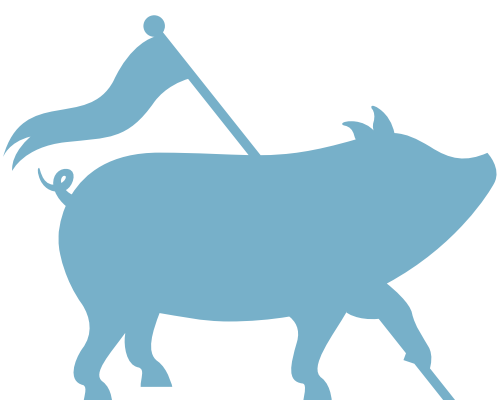


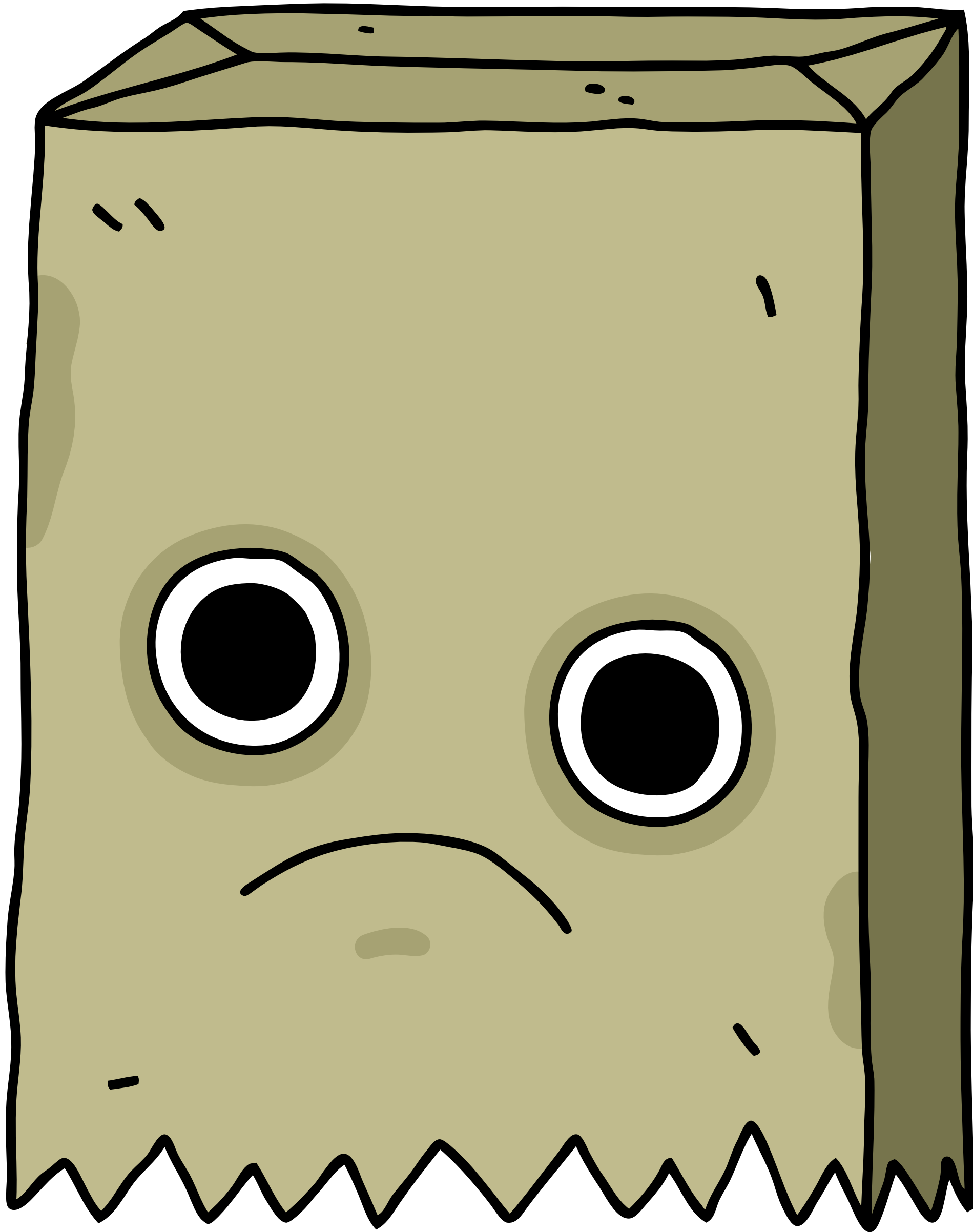
SI LLEGARAN A SER
AMIGOS ÍNTIMOS
DI QUÉ SERÍA IMPORTANTE
QUE EL OTRO SUPIERA.



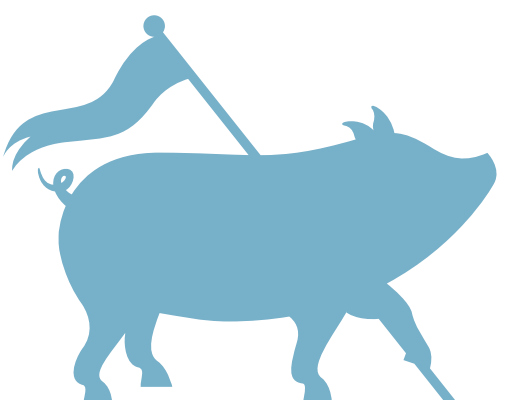


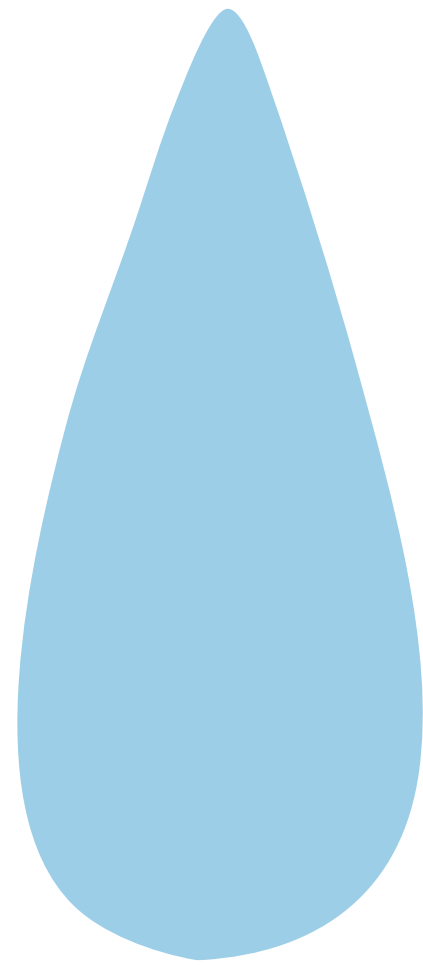
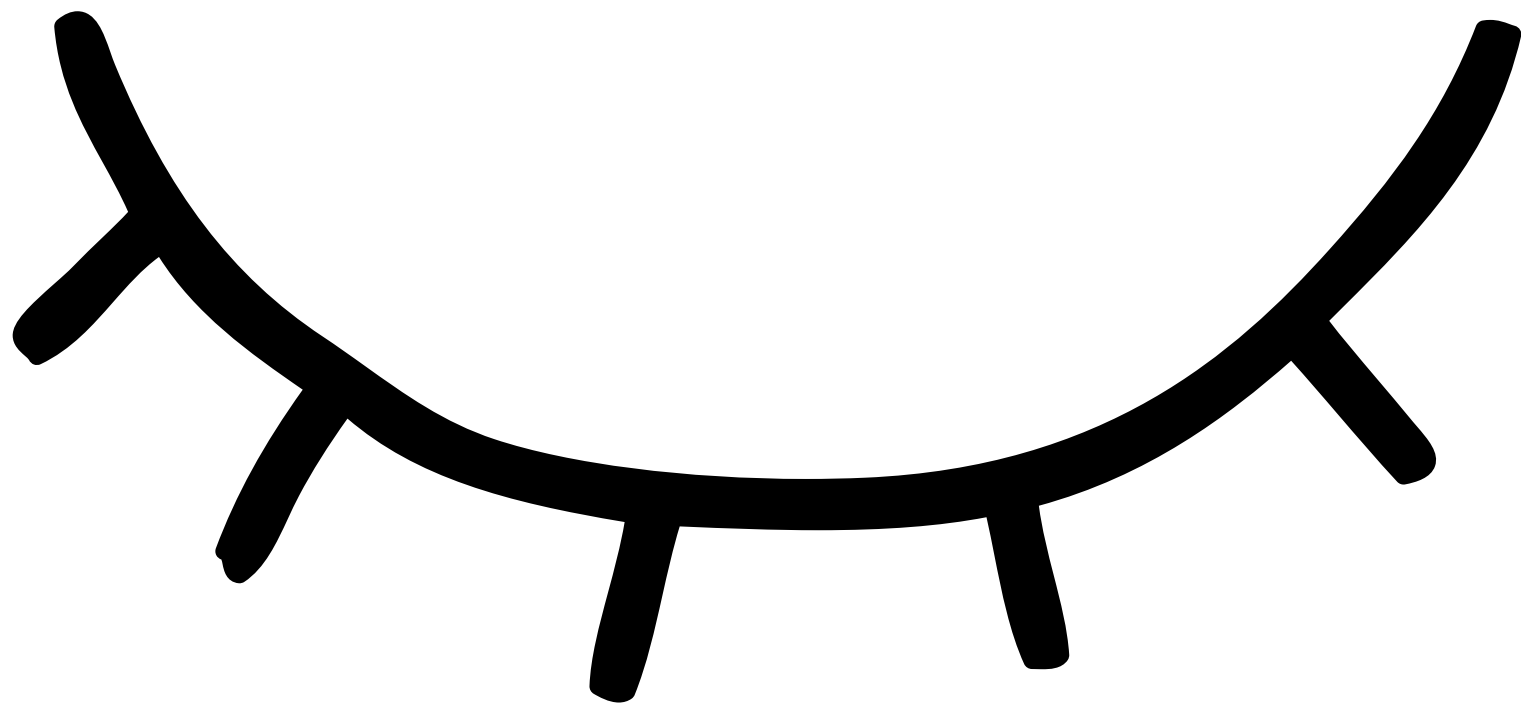
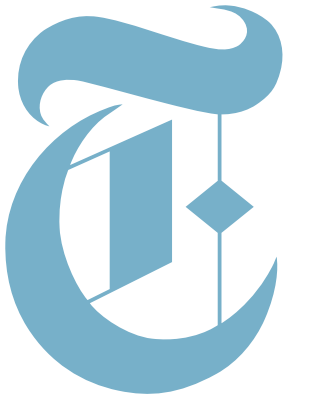
DILE A LA OTRA
PERSONA QUÉ TE
GUSTA DE ELLA;
SÉ MUY HONESTO ESTA VEZ
Y DI COSAS QUE POSIBLEMENTE
NO LE DIRÍAS A ALGUIEN
QUE ACABAS DE CONOCER.





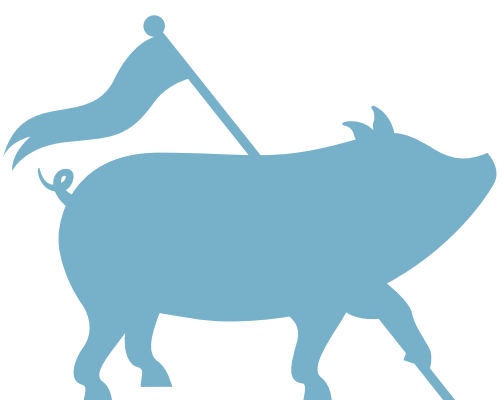
CUÉNTALE A LA OTRA PERSONA
UN MOMENTO
VERGONZOSO DE
TU VIDA.

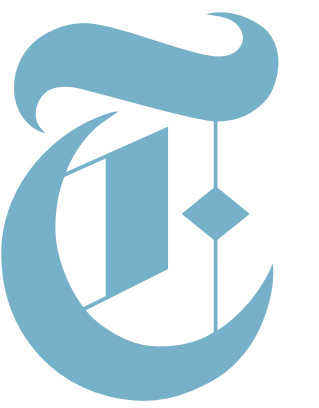




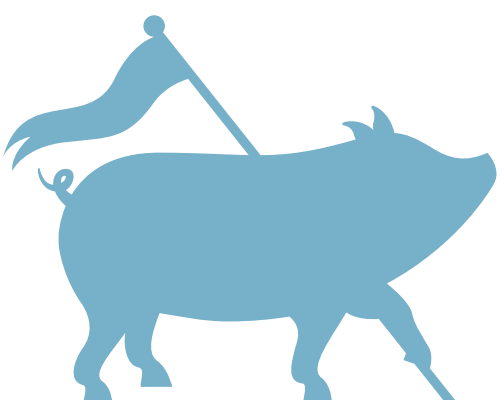
¿CUÁNDO FUE LA ÚLTIMA
VEZ QUE LLORASTE?

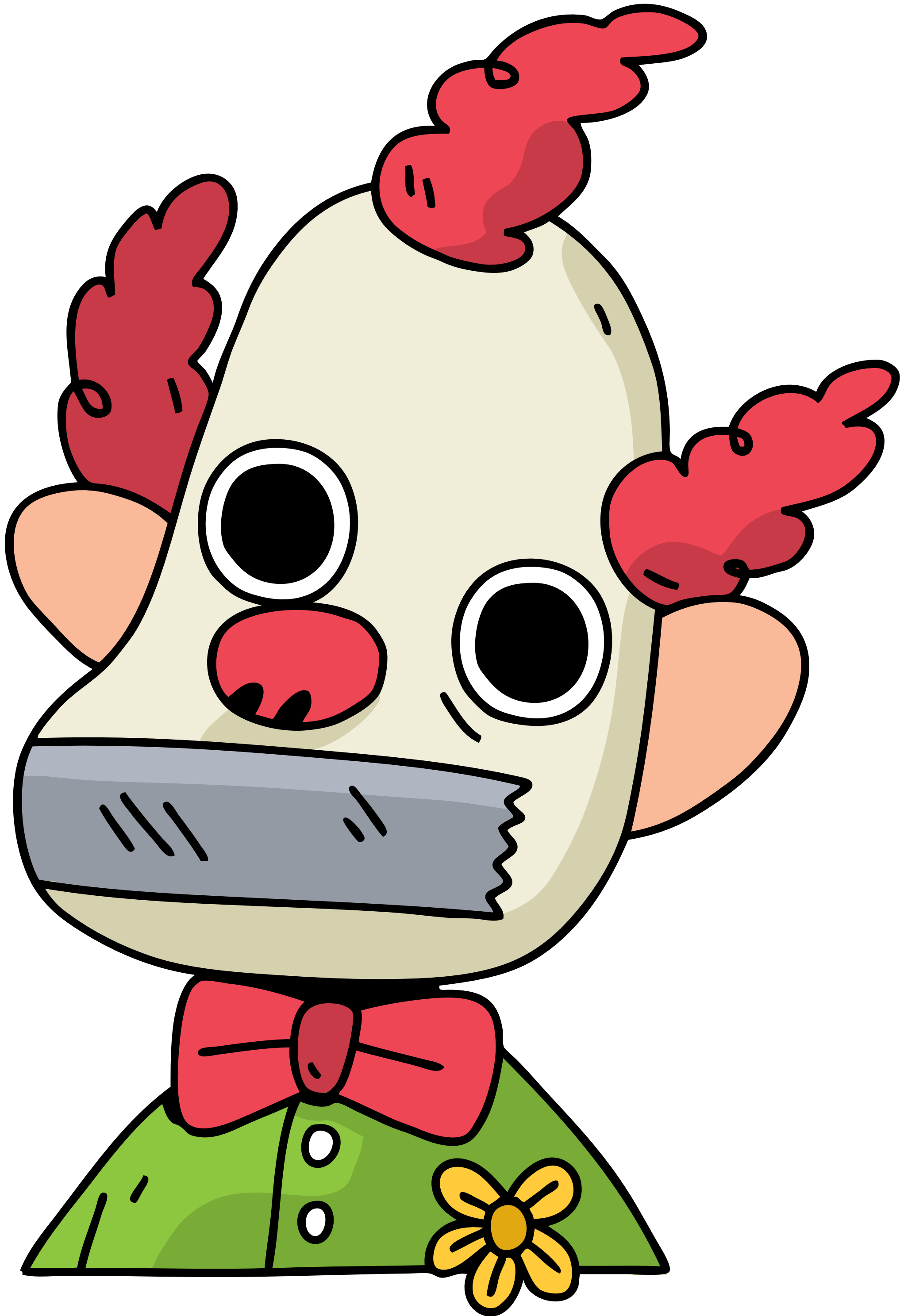
¿EN FRENTE DE ALGUIEN?
¿SOLO?



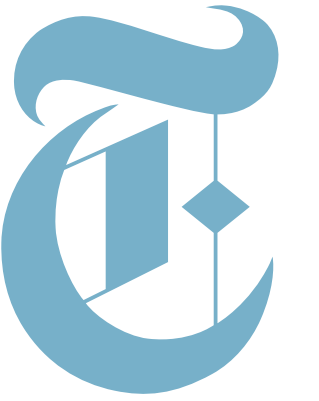


DILE A LA OTRA PERSONA
ALGO QUE YA TE GUSTE
DE ELLA.

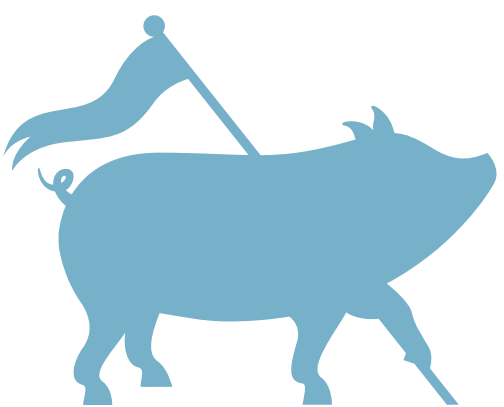


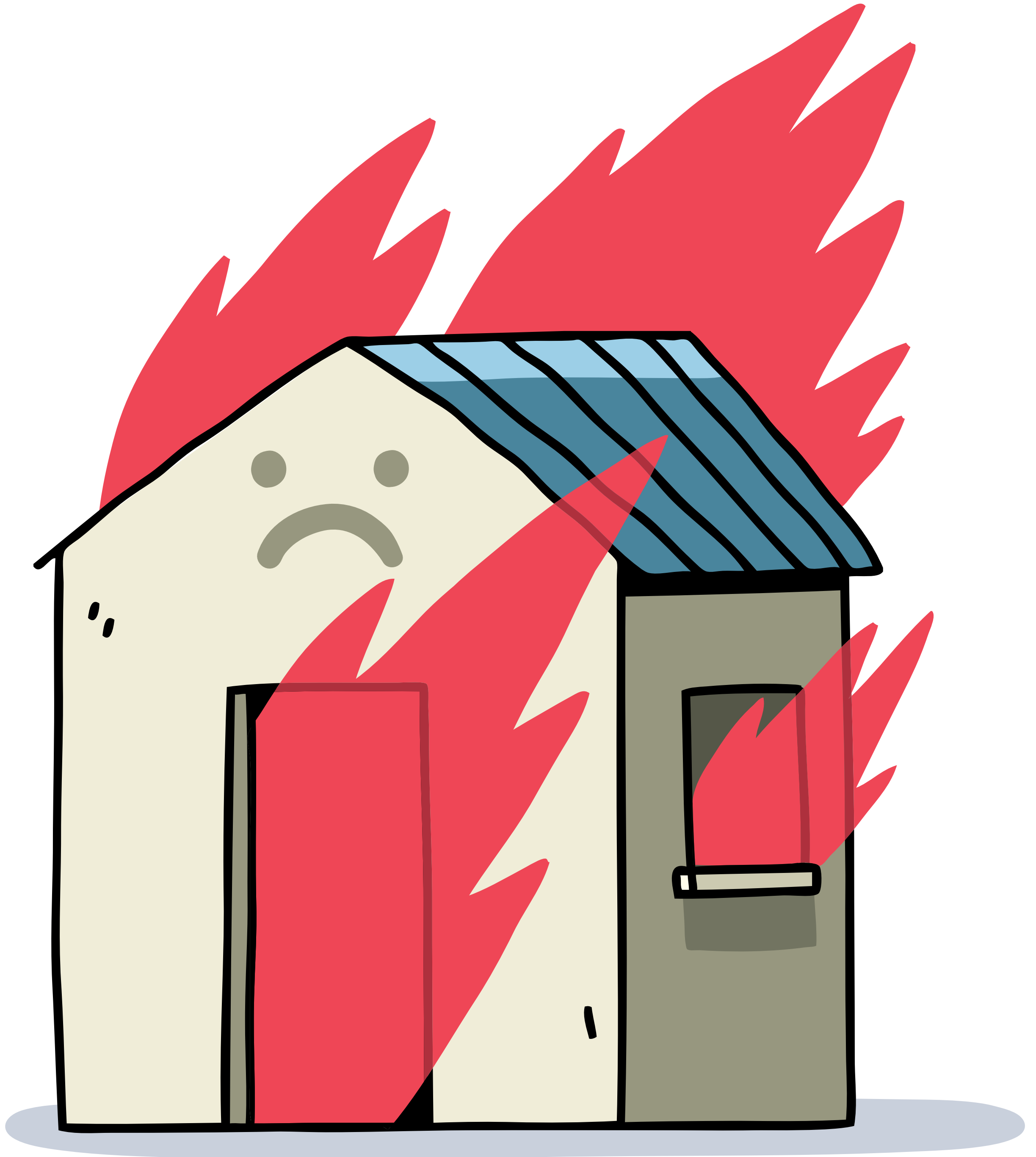


¿QUÉ ES ALGO
DEMASIADO SERIO PARA
BROMEAR AL RESPECTO?



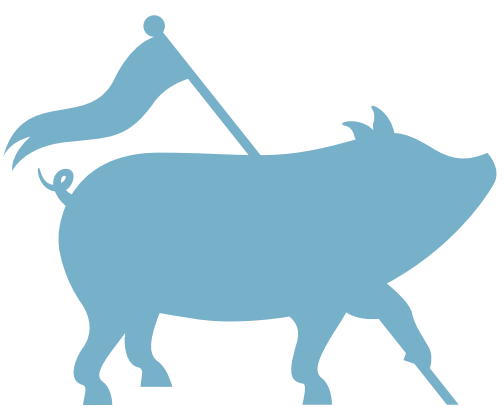
SI FUERAS A MORIR ESTA NOCHE SIN
PODER COMUNICARTE CON NADIE,
¿QUÉ SERÍA LO QUE MÁS
LAMENTARÍAS NO HABERLE
DICHLO A ALGUIEN?
¿POR QUÉ NO SE LO HAS DICHLO?





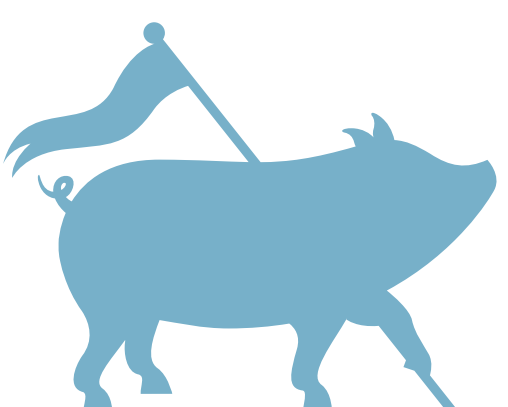
TU CASA, CON TODO LO QUE POSEES, SE
INCENDIA. DESPUÉS DE SALVAR A TUS
SERES QUERIDOS Y TUS MASCOTAS, PUEDES
SALVAR UNA SOLA COSA MÁS.

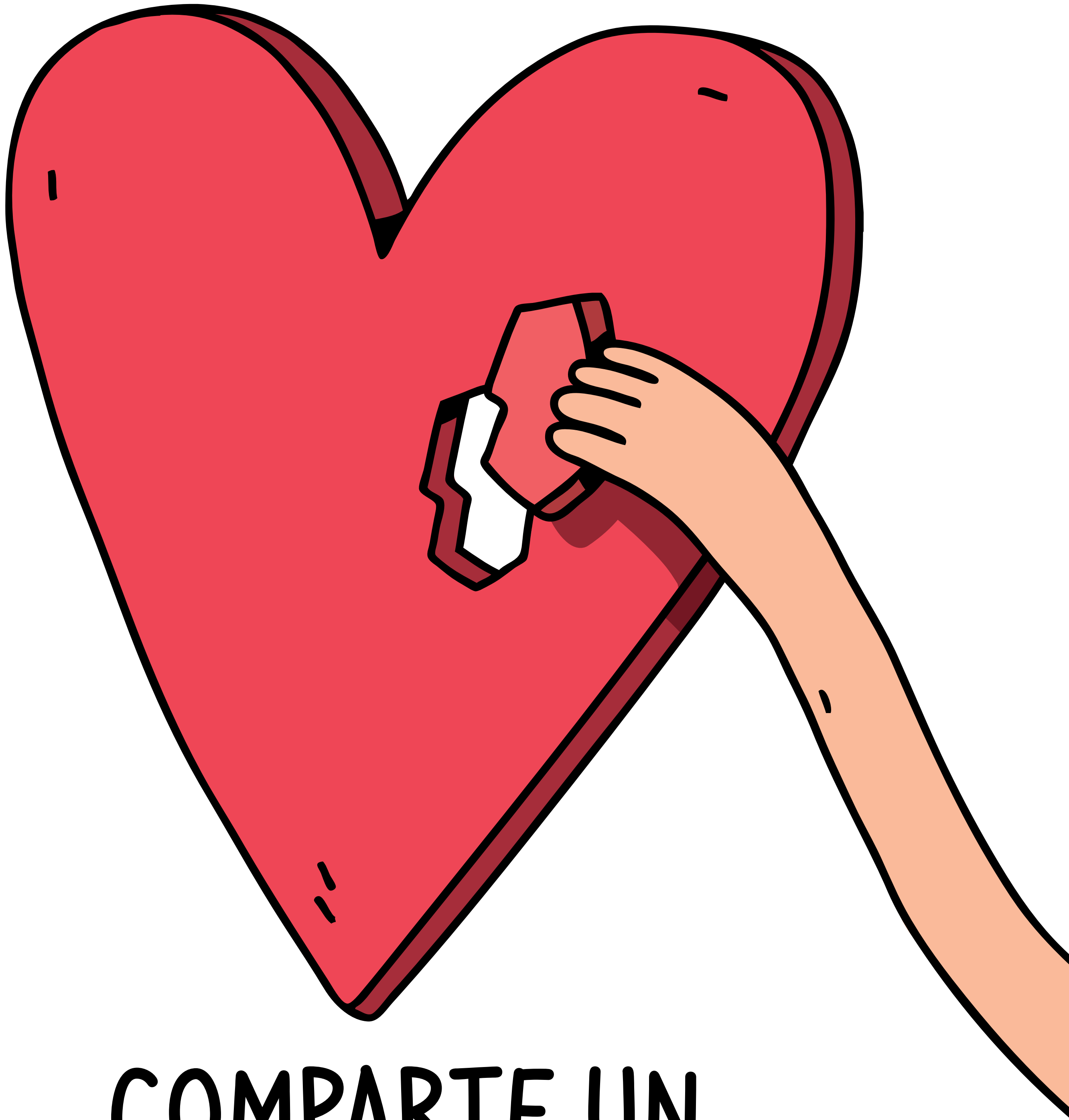
¿QUÉ SERÍA Y POR QUÉ?





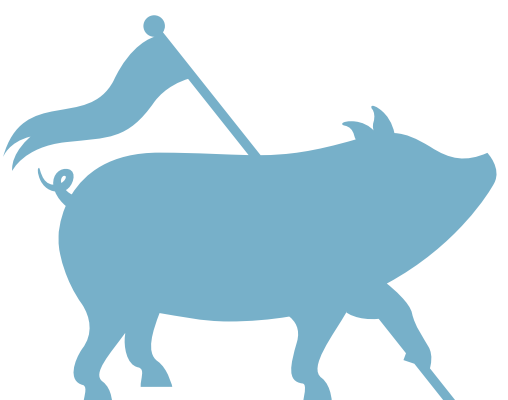
¿LA MUERTE DE QUÉ
FAMILIAR SERÍA LA MÁS
PERTURBADORA PARA TI?
¿POR QUÉ?





**COMPARTE UN
PROBLEMA PERSONAL
Y PREGÚNTALE A LA OTRA PERSONA
CÓMO LO MANEJARÍA.**

**TAMBIÉN PÍDELE QUE TE DIGA CÓMO
PARECE QUE TE SIENTES RESPECTO
AL PROBLEMA QUE ELEGISTE.**



**FINALMENTE,
MIRA POR 4 MINUTOS
A LA PERSONA CON LA
QUE RESPONDISTE
ESTAS PREGUNTAS.**

