

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA/PLANTEL 9
CURSO: ETICA**

Dr, Fernando Aurelio López Hernández

EJERCICIO DE REFLEXION PERSONAL (1ª PARTE)

I Perspectivas desde la muerte: Imagínate en un féretro entre cuatro velas. Luego supe a cada vela por tres personas significativas y a la cuarta por ti mismo. Imagina el diálogo entre esas personas y tu. Finalmente contesta breve pero claramente:

1. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese logrado dar como persona:

2. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese logrado hacer profesionalmente:

3. Me sentiría en plenitud conmigo mismo el día de mi muerte si hubiese recibido de la vida o los demás:

4. ¿Qué metas o expectativas de plenitud están en camino de realización y cuales son sólo "buenos propósitos" o "promesas que no se cumplen":

II Metas en la vida Jerarquiza del uno al once las siguientes metas:

- () Afecto (Querer y ser querido)
- () Deber (Cumplir siempre con las obligaciones)
- () Ser experto (Ser una autoridad en la materia)
- () Lograr independencia (Libertad de pensamiento y acción)
- () Ser líder (Influir en los demás)
- () Paternidad/maternidad (Procrear una familia sana y feliz)
- () Placer (Gozar de la vida, estar contento)
- () Poder (Controlar a otros)
- () Prestigio (Llegar a ser conocido)
- () Servicio (Contribuir al bien de otros)
- () Riqueza (Tener mucho dinero)

EJERCICIO DE REFLEXION PERSONAL (2ª PARTE)

I SUEÑOS:

Permítete soñar o fantasear por un tiempo. No limites su imaginación. Vale la pena dejar salir todo sueño que surja. ¿Qué te encantaría que sucediera en cada área?

1. Área física y material: La salud, el cuerpo, el status económico, dinero.
2. Área afectiva: Dar y recibir afecto, amistades, amor, familia, matrimonio.
3. Área profesional: Educación, carrera, ocupación laboral.
4. Área espiritual: Fe, trascendencia, filantropía, vida interior.
5. Área sociopolítica: Participación comunitaria, solidaridad, justicia social.

II MISION PERSONAL

¿Cuáles son los propósitos fundamentales en mi vida? ¿Para qué existo? ¿Qué sentido le doy a mi vida?

1. Establecer con claridad aquello que quiero lograr a largo plazo, los resultados finales que se desean conseguir sin señalar tiempos ni mediciones. Lo que deseo hacer de mi mismo y de mi entorno inmediato; sea, pues, aquello, por lo que entrego mi vida y mi esfuerzo.
2. Ordenar, por grados, los valores más importantes que le dan sentido y finalidad a mi existencia (si sólo se persigue un valor se corre el riesgo del fanatismo, si son demasiados se diluye su fuerza)

Nota: Utilizar la parte de atrás para contestar