


# Certificado Global Propósito de vida

Competencia: Elaborar, diseñar y evaluar el propósito de vida.

**Bloque 4.**  
**¿Cómo crea un  
propósito de  
vida?**



¡Has avanzado muy bien!  
**Ahora conoces  
más tus:**

- Fortezas
- Valores
- Gustos
- Intereses

Sin embargo, esto no tiene cara todavía de ser una declaración de propósito de vida, ¿verdad? Pues estás más cerca de lo que crees... lo único que falta es convertirlo en una frase que cobre sentido.

Para ello, lo que te voy a invitar a hacer es una visualización, eso significa que harás un ejercicio en el que cuentes cómo es un día en tu vida cuando has logrado todo lo que te propones...es más fácil de lo que crees y te lo vamos a demostrar en **tres pasos.**

1

Imagina que tienes que contar en menos de un minuto la película Toy Story, se diría lo siguiente:

Había una vez unos muñecos que tomaban vida cuando nadie los ve, el líder era un vaquero llamado Woody. Todos vivían felices hasta que llegó Buzz Lightyear, un astronauta muy cool, que pronto tomó el liderazgo del grupo.

Woody hará todo lo posible para que su amigo desaparezca del grupo y cuando casi lo logra, se da cuenta que la amistad es más importante y que pueden convivir.

Este tipo de argumentación se conoce como **el viaje del héroe**, según una estructura establecida por Joseph Campbell, quien fue un mitólogo, escritor y conferenciante, conocido mayormente por su trabajo en la mitología comparada y la religión comparativa, que ha sido usada en una gran cantidad de historias de la literatura y el cine, la cual tiene **tres etapas claramente definidas:**

- A. Cuando el mundo en el que vive el protagonista (o el héroe) se mantiene normal. Normal puede significar cualquier cosa que implica una estructura conocida para nuestro héroe, ya sea un mundo donde los juguetes hablan o un mundo donde se establece una rutina conocida con entradas y salidas esperadas, es decir, a una entrada esperada, se obtiene una respuesta conocida.
- B. El segundo momento en el viaje ocurrirá cuando nuestro héroe esté cara a cara con una situación diferente a su normalidad. Algunos le llaman que “cruza el umbral a lo desconocido” y se refiere a que se enfrenta a algo nuevo, algo diferente ya sea que la situación ha cambiado realmente, o bien, porque se ha abierto su forma de ver las cosas o la vida desde otra perspectiva que no veía antes. Esta etapa en el viaje (al menos en la mayoría de las historias que usan la estructura del viaje del héroe), tendrá características distintas en cada historia que se cuente en cuanto a su duración e intensidad y se mantendrá mientras la historia considere que todavía hay aprendizajes y encuentros con personajes que él debe tener para asegurar su crecimiento.



- C. El tercer y final momento del viaje ocurre cuando el héroe regresa al punto del cual partió. Podría parecer simple, pero la realidad y que da un gran valor en la propuesta de estructura, es que el protagonista nunca regresa igual que como se fue. El héroe regresa con aprendizajes, capaz de tener miradas diferentes sobre la realidad y sus expectativas, por tanto, tiene un autoconocimiento mayor que lo hacen capaz de actuar, pensar y decir distinto para obtener resultados diferentes, que lo lleven a obtener lo que realmente quiere y que probablemente no era capaz de reconocer o lograr antes de emprender el viaje.



---

---

---

---

## 2

Ahora piensa en que tu vida fuera una película. Si la tuvieras que contar en un resumen así, donde al final es que logras tu propósito de vida, y durante la misma, usas tus fortalezas, respetas tus valores y resuelves lo que crees que es importante en el mundo, mientras haces lo que disfrutas.

Intenta hacerlo contando tu vida de forma que la historia la platiques en máximo 1 minuto (usa la estructura de la historia del héroe).



# 3

Ahora convierte tu párrafo en una frase sencilla y pegajosa que haga que todo mundo quiera saber tu historia (para el ejemplo de Toy Story, la frase sería: “Una película de juguetes que va al infinito y más allá”).

Así que es tu turno de crear una frase impactante que logre que todo mundo quiera conocerte.





## ¡Listo! ¡Lo has logrado!

Ahora tienes un propósito de vida que al haberlo hecho a conciencia y considerando los cuatro elementos que hemos trabajado (fortalezas, valores, intereses y gustos), lo tienes expresado en una frase inspiradora que seguro te ayudará a mantenerte motivado y a tomar las decisiones correctas para alcanzar ese propósito.

Tu historia se convierte a partir de hoy en tu declaración de propósito de vida. Podemos afirmar que tienes un propósito de vida claro y que te motiva a tomar decisiones que te encaminen a lograr hacer realidad esa historia que hoy te has platicado y has escrito.



## Mejor continua

Dado que el propósito de vida cumple la función de ser un elemento de anclaje para nuestras vidas, es importante que su declaración sea sólida y suficientemente fuerte para enfrentar las embestidas de la vida que seguramente afrontaremos y que nos pueden desviar del rumbo que marcamos. Por lo tanto, es importante que tomes en cuenta los siguientes criterios en cuanto a la declaración de tu propósito:

- Es una razón de profundidad, que toca la vida de manera íntegra, perdura en el tiempo y está fundamentado en la persona.
- El enunciado está definido por decisión propia y es reflejo de la voluntad libre de la persona.
- Enuncia con claridad los logros que desea alcanzar en un horizonte de tiempo
- Hay un vínculo evidente entre el motivo y cómo este aporta valor agregado a la sociedad.



## Algunas recomendaciones sobre cómo puedes clarificar más cada uno de los criterios anteriores:

- Si la valoración no es claramente evidente en el criterio de **integridad**, la recomendación es que puedas desarmar las aproximaciones y ver si son racionales o emocionales. Para agregar emocionalidad hay que estar seguros de incluir los elementos que te apasionan y que te hacen desear más de lo que haces, por ejemplo, preguntándote: *¿Me emocionaría hacer esto todos los días?* Si por el contrario observas que hay una falta de racionalidad y un exceso de emocionalidad, la recomendación es que veas tu declaración desde una visión de negocio y te preguntes: *¿Podría vivir de hacer esto?*
- Para mejorar el criterio de **volición**, es necesario indagar hacia dentro de uno mismo y al hacer un ejercicio de introspección preguntarse: *¿Hago esto porque siempre lo he querido hacer o deseo con esto cumplir el sueño que para mí (tiene o tuvo) alguien más?*
- El criterio de trascendencia está presente cuando en tu declaración de propósito respondemos a la pregunta: *¿Cómo mejoran o cambian positivamente otros a raíz de lo que tú haces?* Como lo hemos mencionado en otros momentos, el propósito de vida nos hace más felices en la medida que nuestras acciones van encaminadas más a dar, que a recibir. Las personas que son tocadas por nuestro propósito de vida deben recibir un beneficio evidente de que nosotros cumplimos con nuestros sueños.



## Algunas recomendaciones sobre cómo puedes clarificar más cada uno de los criterios anteriores:

- En una entrevista reciente, **Fred Kofman**, vicepresidente y asesor de desarrollo de liderazgo en Google, mencionó que los incentivos más importantes para las personas no son monetarios, sino que lo que de verdad inspira a las personas es la comprensión de que sus vidas valdrán la pena, así como la oportunidad de participar en un proyecto que haga una diferencia en el mundo es la mayor meta que queremos lograr en nuestra vida. A esto nosotros lo reconocemos como el sentido de trascendencia en un propósito de vida.

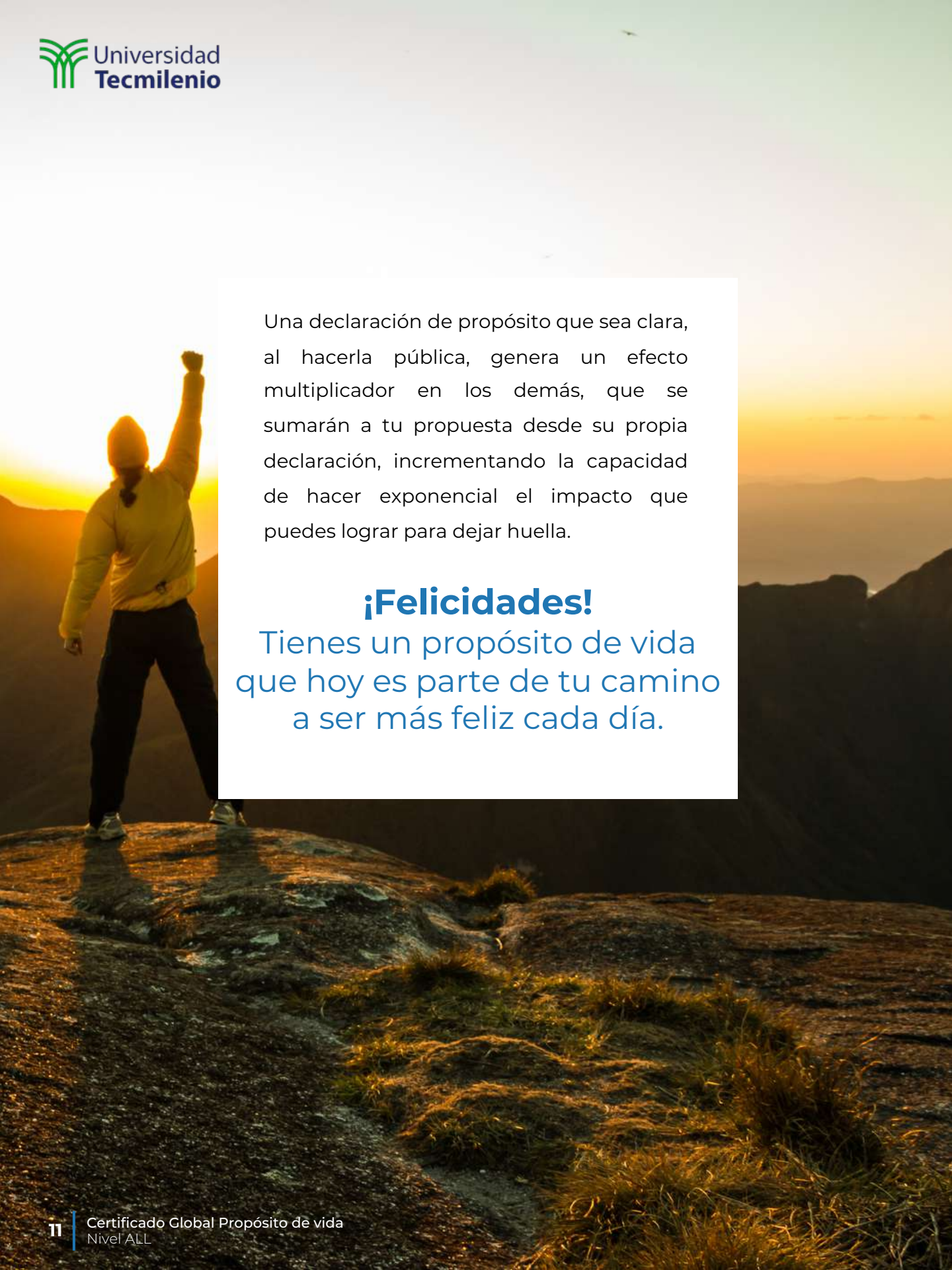
Los siguientes enlaces son externos a la Universidad Tecmilenio, al acceder a estos considera que debes apegarte a sus términos y condiciones.



FredKofman. (s.f.). *Biografía*. Recuperado de <https://fredkofman.org/biografia.html>

- Por último, la claridad de rumbo tiene que ver con el establecimiento evidente de metas. La pregunta que hacemos para revisar el propósito de vida es: ¿Enuncia tu propósito claramente una meta? Las metas de un propósito tienen que responder a las interrogantes básicas de cualquier proyecto, los ¿qué? y sobre todo los ¿cuándo? De modo que el leer una declaración de propósito nos clarifique no solamente el qué queremos realizar, sino el cuándo sabremos que logramos cumplirlo. El ¿cuándo? se puede reflejar en una fecha, pero también en el logro de una meta expresada en cantidades, condiciones o eventos realizados.

Así es que dale la bienvenida a la invitación para que revises (y otros valoren también) tu declaración de propósito, si no estás convencido que cada uno de los criterios es claramente evidente, sigue trabajándola.



Una declaración de propósito que sea clara, al hacerla pública, genera un efecto multiplicador en los demás, que se sumarán a tu propuesta desde su propia declaración, incrementando la capacidad de hacer exponencial el impacto que puedes lograr para dejar huella.

## ¡Felicidades!

Tienes un propósito de vida que hoy es parte de tu camino a ser más feliz cada día.

## Para concluir, ¿te animas a hacer tu propia bucket list?

Si no tienes muy claro qué es una bucket list o cómo hacerla, te invito a ver este video para que puedas realizarla.



Vanessa Van Edwards. (2017, 21 de julio). *The Ultimate Guide to Creating Your Bucket List* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=c80kje7Xheg>

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

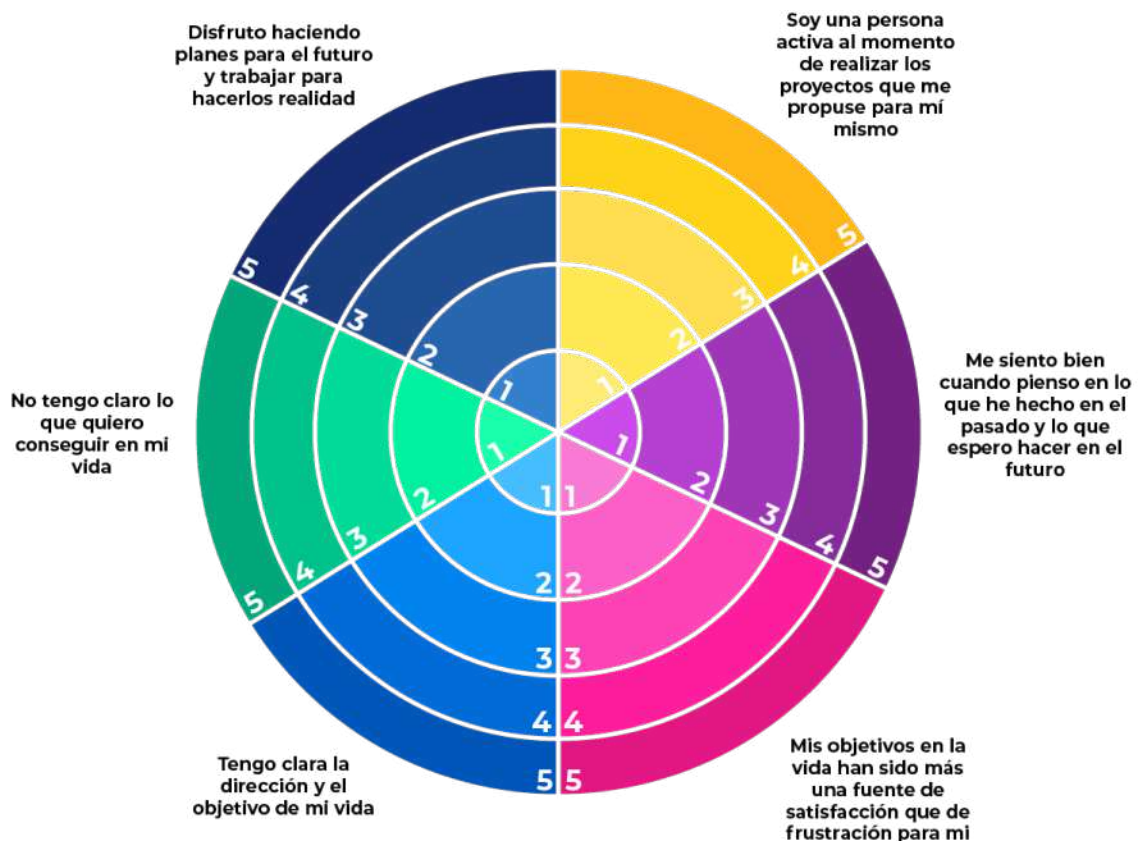
---

---

Ahora que concluiste este certificado, vuelve a responder esta reflexión de acuerdo con qué tanto te identificas actualmente con cada enunciado.

Después, compáralo con el que realizaste al principio y reflexiona: ¿Qué ha cambiado?, ¿cómo te sientes ahora?

Escribe tus reflexiones finales en la siguiente hoja.





La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECNOLÓGICO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECNOLÓGICO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECNOLÓGICO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.