



Shindō

Desarrollo humano

Aprende a crear una vida con propósito





Desarrollo humano

SÉPTIMA SESIÓN.

¿En dónde soy más yo?

En esta ocasión vamos a seguir profundizando en tí, en que te sigas descubriendo como el racimo de dones y talentos que te fueron dados por diseño Divino pero que, por circunstancias de la vida has olvidado.

Ya hemos conversado que cuando hablamos de una vida con propósito o del proyecto de vida, tendemos a creer que tiene que ver únicamente con la actividad profesional, el famoso “a lo que te dedicas”, pero hoy sabemos que en realidad es cada rol que juegas en cada área de tu vida, sin embargo, es bastante sencillo que a través de tus actividades profesionales o idealmente en el ejercicio de tu vocación, puedas contribuir significativamente a tu realización personal.

Así como ya reconociste varias de tus características de personalidad y tu canal de comunicación, ahora vamos a sumar un factor determinante en la creación de una vida con propósito. Esto tiene que ver con que descubras cuáles son esas áreas en las que te es mucho más sencillo ser tú.

Recuerda: “Donde tú eres más tú, ahí estás viviendo tu verdad”

Sin embargo, el sistema, la famosa “matrix” encasilla tajantemente lo variopinto de la humanidad en un esquema rígido, cuadrado y funcional únicamente para el sostenimiento de un mecanismo de falsa productividad.

Toma conciencia que tus características de personalidad te hacen único, que en efecto hay mucho de especial en ti que este mundo necesita.

Recuerda: “El mundo te necesita siendo verdaderamente tú”

Una vida con propósito también tiene que ver con la manera en la que conscientemente te das al mundo, y para nosotros en Shindo, una manera sencilla de poder identificar en donde tú eres más tú, es a través del conocimiento y aplicación del sistema de las inteligencias múltiples de Howard Gardner.

Gardner es un pedagogo que ha revolucionado el sistema educativo, muchos de sus postulados vienen de grandes Maestros que han identificado como base de

transformación el sistema educativo, como por ejemplo el Maestro Rudolf Steiner quien nos regala el método Waldorf, todo un sistema de educación básica para apoyar a los niños a descubrir su verdad y desde ahí realizarse.

El método de las inteligencias múltiples nos permite tomar consciencia que es imposible creer que todos los seres humanos somos “buenos” en lo mismo o para lo mismo por lo que nos invita a identificar nuestras fortalezas que por diseño natural traemos en esta vida, para, desde ahí, irnos acercando al área de mayor realización.

Una manera muy sencilla de entender esta corriente de desarrollo humano es bajo el postulado: Todos somos inteligentes.

No existen las personas tontas, únicamente personas que no están en el área en donde pueden ser más ellas mismas.

Por ejemplo, imagina a Einstein en una cancha intentando jugar futbol... es un tonto! Pero Einstein en un laboratorio de física?.. Es un genio!

Y si ponemos a Ronaldo en un laboratorio de física?.. es un tonto!.. Pero si le damos un balón y lo ponemos en una cancha de futbol?.. Es un genio!..

Esto nos otorga a todos los seres humanos la certeza de saber que somos buenos en algo, que efectivamente hay un área en donde podemos fluir mejor, desarrollarnos de manera orgánica dada nuestra naturaleza. Y hablando del propósito de vida, ahora estás por identificar esas pistas que hay para que logres caminar hacia tu máxima realización personal.

Antes de compartirte las diferentes capacidades, te invito a que cierres tus ojos y evoques tu infancia entre los 6 y 12 años de edad, desde ahí recuerda a qué jugabas? Cuáles eran tus juegos favoritos? Hacías deporte? Practicabas por gusto alguna actividad artística? Trae esas imágenes y esas sensaciones a tu presente para compartir tus revelaciones a continuación:

Ahora sí, a continuación te compartiré cada una de las siete inteligencias, invitándote a tomar una pausa entre cada una de ellas para auto observarte, reflexionar y compartir tus epifanías, así mismo en cada una de ellas verás ejemplos de actividades en donde pueden brindarse esos dones.



Desarrollo humano

- 1) **Inteligencia lingüística:** Capacidad de dominar el lenguaje, buena comunicación oral y escrita.

¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Escritores, conferencistas, maestros, actores.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: Escribir un diario, tomar un taller de oratoria, participar en un curso de teatro.

- 2) **Inteligencia lógico-matemática:** Capacidad para el razonamiento lógico y matemático.

¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Científicos, área de sistemas, ingenieros.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: Aprender y jugar ajedrez, sudoku, juegos de lógica, tomar un taller de robótica.

- 3) **Inteligencia espacial-visual:** Capacidad para observar el mundo y sus objetos desde diferentes perspectivas. No depende de la capacidad de la vista sino de la imaginación tridimensional para reproducirla.
¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Pintores, arquitectos, diseñadores, fotógrafos.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: Armar cubo rubik, dibujar, taller de pintura o escultura.

- 4) **Inteligencia corporal – kinestésica:** Capacidad para manejar herramientas y/o expresar emociones mediante el cuerpo.
¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Bailarines, deportistas, cirujanos, actores, jardineros.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: Practicar algún deporte, asistir a clases de baile.

- 5) **Inteligencia musical:** Capacidad para interpretar y/o componer música.
En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Músicos, cantantes, compositores.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: Participar en un coro, tomar clases de música, aprender a tocar un instrumento.



Desarrollo humano

- 6) **Inteligencia intrapersonal:** Capacidad para comprender y gestionar el ámbito interno de uno mismo. Capacidad de acceder a estados emocionales y de introspección:
¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización vocacional: Psicólogos, trabajadores sociales, místicos.

Opción de actividades para cultivar esta inteligencia: hacer labor altruista, participar de alguna práctica espiritual.

- 7) **Inteligencia interpersonal:** Capacidad para advertir cosas de otras personas más allá de lo que los sentidos alcanzan a percibir. Personas altamente empáticas y en ocasiones, altamente sensibles.
¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización personal: Terapeutas, reclutadores, mentores.

Opción de actividades para desarrollar esta inteligencia: Ejercicios de rapport, asistir a terapia, curso de lenguaje de micro expresiones.

El sistema original de inteligencias múltiples considera las 7 inteligencias anteriores, sin embargo en los últimos años se ha considerado una inteligencia más, la octava inteligencia:

8) **Inteligencia naturalista:** Capacidad para detectar, diferenciar y categorizar los aspectos vinculados al entorno.
¿En una escala del 1 al 10 qué tanto considero que cuento con esta inteligencia?

Evoca y comparte algún episodio en tu vida donde has puesto de manifiesto esta capacidad: _____

Posibles áreas de realización personal: Agrónomos, biólogos, geógrafos, veterinarios.

Opción de actividades para desarrollar esta inteligencia: Mayor contacto con la naturaleza, ver documentales de la naturaleza, el cosmos, participar de algún taller de ecología.

Es probable que hayas descubierto que eres bueno en más de una de estas inteligencias lo cual te permite contar con un abanico de opciones mayor para realizarte personalmente.

Recuerda que el hecho que tengas más desarrollada una inteligencia no significa que no puedas cultivar las demás, de hecho, esa es la sugerencia, en la medida que te abres a nuevas experiencias tu conciencia se expande y evoluciona.

Comparte tus epifanías: _____

Finalmente, considerando el área profesional o vocacional que es un eje importante de realización personal en una vida con propósito hay que considerar de qué manera puedes brindar tus dones y talentos al mundo, por eso es importante identificar también el otro lado de la historia, es decir, la manera en la que puedes contribuir en el mundo.

Para ello te invito a que siendo consciente de tu o tus inteligencias principales respondas, desde ahí las siguientes preguntas:

¿Qué creo que el mundo necesita?
