



**La vida es un camino  
en el que no existe  
mapa ni destino.**

Por

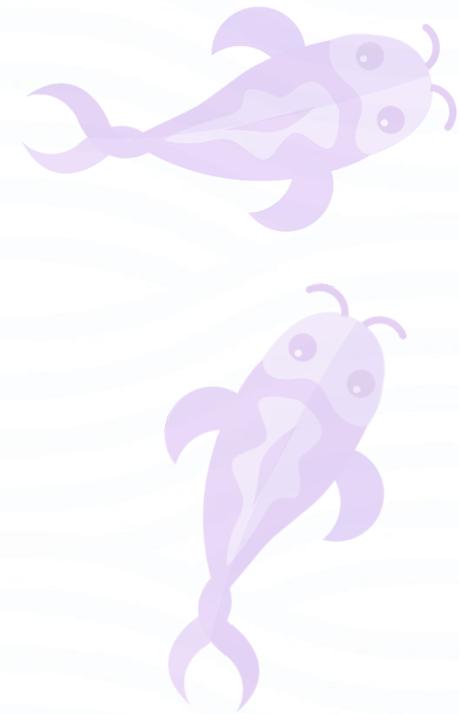
**Jorge Everardo Aguilar-Morales & Fabiola  
Margarita Santiago-García**



La gente que ha vivido antes de nosotros ha colocado algunas señales y advertencias que nos sirven de punto de referencia, pero cada quien debe encontrar su propia ruta.

Cuando somos pequeños pensamos que la felicidad es alcanzar un objetivo, estudiar, tener un trabajo, casarse, tener hijos, una casa, un buen salario, prestigio, etc.





**Pero conforme pasa el tiempo empezamos a sentir que las cosas que tenemos que alcanzar son demasiadas y nos llenamos de tensión porque nos damos cuenta que no podemos con todo. Es como querer alcanzar el arcoíris entre más nos acercamos más se aleja.**

**Otras veces, podemos llegar a un punto en el que sentimos que ya no queremos lograr nada más y entonces nos sentimos tristes.**



En [pazyfelicidad.org](http://pazyfelicidad.org) queremos platicarte porque nos sentimos así y que podemos hacer para vivir una vida plena y llena de significado.

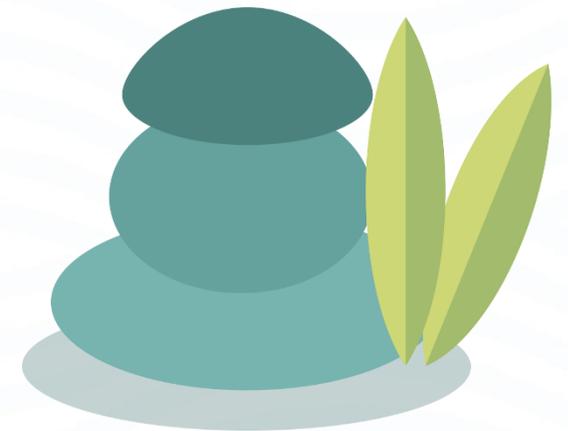
No te vamos a dar un mapa del camino, te queremos enseñar a recorrer el camino y a que tú hagas tu propio mapa y elijas a qué parte te quieres dirigir.





Las cosas muy probablemente seguirán igual pero te mostraremos cómo ver la vida con otra mirada.

Lo que queremos que aprendas es que cuando cambias la forma de ver las cosas, las cosas que ves simplemente cambian (Dyer, W.)





Lo que queremos compartirte son las señales que muchas personas antes que nosotros colocaron a lo largo de ese camino.

A veces con la ayuda de un maestro y a veces por su propia cuenta hay mucha gente virtuosa que, por distintos caminos, incluso algunos dolorosos, aprendió a ver la vida desde otra perspectiva.





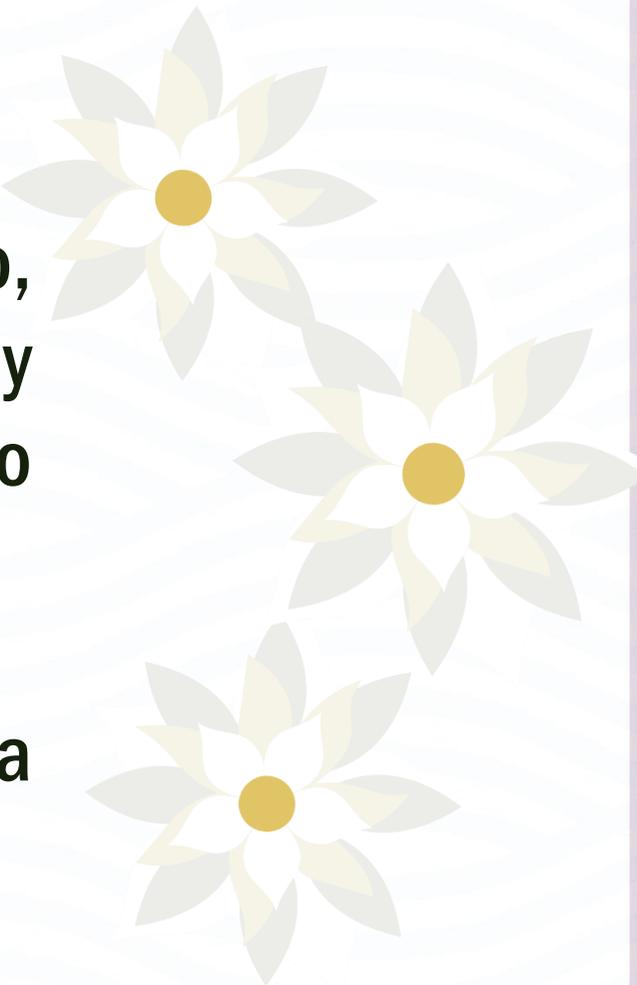
**Esta gente aprendió que los objetivos son como un faro en la oscuridad que evita nuestro extravío.**

**Pero también entendió que lo más importante en nuestro diario caminar, no es alcanzar nuestros objetivos sino la forma en que los alcanzamos.**



**Los objetivos que te traces puedes alcanzarlos o no, pero lo que te brindará una sensación de paz y tranquilidad es la forma en que ves y caminas el camino de la vida.**

**De eso trata esta lectura de aprender una nueva forma de recorrer tu vida cada día.**





# Paz y Felicidad

paz y felicidad.org

Es un programa sin fines de lucro para la divulgación de intervenciones clínicas basadas en la evidencia con el objetivo de promover el bienestar y el desarrollo personal.

Este sitio es auspiciado por la Academia Nacional de Psicología Clínica y de la Salud de la



ASOCIACIÓN NACIONAL DE  
DOCENTES UNIVERSITARIOS, A.C.



Si desea mayor información comuníquese con nosotros a:

[www.pazyfelicidad.org](http://www.pazyfelicidad.org)

E-mail: [profesoresuniversitariosmx@gmail.com](mailto:profesoresuniversitariosmx@gmail.com)

Tel Cel. 951 54 8 50 88



[Facebook/pazyfelicidad.org](https://www.facebook.com/pazyfelicidad.org)

