

TEST SOBRE SENTIDO Y PROPÓSITO DE VIDA

Con esta prueba podrás darte cuenta ¿en qué momento de tu sentido y propósito te encuentras? O, lo que es lo mismo ¿cuánto estás viviendo ambos?

Lee cada pregunta y mete dentro del círculo el número que sea más acorde a la pregunta. El número 1 al 5 está más cerca del NO y su grado de intensidad. Del 6 al 10 está más cerca del SI y su grado de intensidad.

Recuerda que nadie va a evaluarte y que el único deseo es arrojar más luz sobre tu proceso de vida.

1.- Sientes que tu vida tiene sentido, es decir ¿te despiertas cada mañana inspirado y con ganas de ser tu mejor versión?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

2.- Cuando tienes dificultad en tu día a día ¿sientes que resuelves con facilidad y en armonía?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

3.- ¿Vives con gratitud y en un estado de conciencia donde te abrazas de manera incondicional por el ser que eres?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

4.- Te sientes contento de la persona que eres y tu sonrisa contigo y con el mundo es un testimonio de ello.

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

5.- Podrías afirmar que estás dejando una huella de amor en los seres que te rodean.

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

6.- La actividad (trabajo o estudios) a la que te dedicas en la actualidad, ¿te inspira y hace que tu cabeza no pare de gestar ideas y soluciones creativas para desarrollarla?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

7.- Cuando la pones en práctica, ¿tus conocidos e incluso gente que no conoces te consultan y piden consejo u opinión sobre esta actividad?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

8.- ¿Sientes que ejerciéndola puedes desarrollar la mayor parte de tus habilidades o talentos?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

9.- ¿Te despiertas cada mañana con la ilusión de ponerte manos a la obra en esta actividad?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

10.- ¿Sientes que te apasiona lo que haces y que podrías pasarte todos los días de tu vida haciendo lo mismo?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

11.- ¿Te apasiona hablar de ello y contagias tu entusiasmo a tu alrededor, hasta el punto de que se convierte en un motivo de inspiración también para otros?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

12.- ¿Sientes que estás contribuyendo al bienestar de la sociedad?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

13.- ¿Las personas a las que va dirigido tu servicio sienten que has mejorado su vida en algo que ellos no podían hacer por su cuenta?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

14.- ¿Sientes que tu contribución está en equilibrio con la naturaleza?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

15.- Actualmente, ¿te sientes justamente recompensado económicamente por tu trabajo?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

16.- ¿Crees que mejor enfocado podría llegar a ser tu fuente de ingresos permanente y estable y podría permitirte una vida plena, feliz y próspera?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

17.- Si te imaginas de aquí a tus 60 o 70 años, ¿te ves realizando la misma tarea y sintiéndote compensado emocional, intelectual, social y económicamente?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

18.- Sientes que, a tu paso por este mundo, ¿has contribuido para mejorarlo?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

19.- ¿Vives inspirado, conectado a tu Fuente, en modo gratitud y feliz de ser quién eres?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

20. Si sólo te quedaran horas de vida en este plano ¿sientes que puedes marchar en paz o, te quedan tareas pendientes?

No 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 **Sí**

Resultados del test

Suma ahora los puntos de cada respuesta.
Y ahora ve a los puntajes y lo que te ofrecen.

Para que Reflexiones y te ocupes o felicites

1-55 puntos: Estás muy lejos de vivir tu sentido y propósito de vida.

Hay una gran insatisfacción en ti, despiertas cada mañana sin el entusiasmo de quien vive su vida con sentido. No te gusta ni te inspira tu actividad actual, ni sabes cuál es tu Propósito en la vida. Tampoco sientes que aportas un beneficio a los demás, ni que te recompensa lo suficiente. Es más, es muy posible que la sufras bastante y puede que tengas claro que si sigues así, puedes llegar a manifestar síntomas de estrés y desasosiego, incluso depresión, si no los tienes ya, además de otros síntomas físicos, como problemas gástricos, de huesos, en la piel o alérgicos.

Significado:

El hecho de que no sientas ninguna motivación ni recompensa en tu actividad actual implica que tu calidad de vida está muy limitada y que, a la larga, el no verle sentido a tu vida y a lo que haces, te llevará al desinterés y desencanto por la propia existencia, por no tener un sentido y propósito.

Pregúntate:

¿Qué sentido tendrá mi vida si sigo con esta inercia? ¿Habrá valido la alegría vivir esta vida? ¿Quiero mirar para atrás dentro de unos años y ver que podría haber hecho cosas de las señales y haber tenido una vida feliz y plena, y no la elegí?
¿Qué quiero y puedo hacer en estos momentos de mi vida para generar cambios y cuando se cierre este telón de la obra que fue mi vida, sentirme orgulloso?

Consejo:

Es importante que te tomes seriamente un tiempo para reflexionar profundamente si deseas que tu vida y lo que haces, siga en esta dirección, ya que las repercusiones sobre tu vida: tu salud, tu felicidad, tus relaciones, tu prosperidad, tu sostenibilidad... pueden acabar siendo devastadoras.

Es hora de hacer un alto en el camino, ni tú, ni los seres que te rodean merecen una vida mediocre y gris. Estás aquí para inspirar y dejar una huella de amor.

56-80 puntos: No vives tu sentido y propósito, sin embargo, te sostienes.

Posiblemente te encuentres en un sube y baja, un día amaneces contento y en un rato más, todo te resulte insoportable y no sabes por qué y para qué vives. Elegiste tu actividad actual porque te parecía que podía satisfacer tus necesidades económicas y de estabilidad, pero no te motivan ni sientes que puedes desarrollar tus habilidades y talentos. También puede ser que hayas elegido seguir tu inspiración, pero no te aporta estabilidad económica.

Significado

No es fácil vivir sin tener claro el sentido de tu vida, y además realizar una actividad profesional que no satisface, ya que sientes que hay algo que falta: no te apasiona, no puedes desarrollar tus fortalezas, no sientes que aportes o no te aporta a ti, con lo cual, no sientes que la vida tenga un sentido. A la larga, este tipo de actividades acaban afectando a la salud porque no estás desarrollando todas tus posibilidades, que además se ciernen como una sombra sobre cada uno de tus días. Es posible que manifiestes síntomas de estrés y frustración que terminan en la vida de los seres que te rodean, llámese pareja, hijos, familia, alumnos, colaboradores..., que si lo alargas además de agravarse en ti, pueden terminar de forma catastrófica.

Pregúntate:

¿Con qué espíritu transito mi vida? ¿Me siento feliz y pleno? ¿Es importante para mí sentir que mi profesión me apasiona, que me permite desarrollar mis habilidades, que aporto un valor añadido a la sociedad y además me permite vivir holgadamente? ¿Si pudiera reinventarme y elegir desde 0 a lo que me dedico, qué sería? ¿Valdrá la alegría intentarlo?

Consejo:

Cambiar no es una decisión fácil cuando te permite sobrevivir de alguna manera. Quiero invitarte a que reflexiones un momento: ¿la vida debe ser una supervivencia o debe valer la alegría vivirla? Cierra tus ojos e imagínate dónde estarás en tu vida dentro de 5 años si sigues por el mismo camino actual, ¿te gusta? ¿te hace sentir feliz y plen@? Ahora imagínate que pudieras reinventarte totalmente y ser el dueño o dueña de tu vida, ¿dónde te gustaría estar dentro de 5 años? Las implicaciones son infinitas. Tanto para tu salud, tus relaciones personales, laborales, tu prosperidad, tu legado y la humanidad.

81-140 puntos: Te estás encaminando hacia tu Sentido y Propósito de vida.

Solo necesitarías unos ajustes para que todo encaje y puedas sentir que tu vida es plena y feliz. Dentro de lo posible has ido eligiendo lo que más o menos te hace feliz, y a la vez sientes que todavía podrías hacer ajustes para que realmente todo fluya en tu vida. Sabes que te acercas a una vida con más sentido, sin embargo, sientes que aún te falta. Estás en búsqueda de ese color que coloree tu día a día. Tienes claro que tu actividad actual no es la óptima, pero es lo que más se acerca dentro de las posibilidades que encuentraste.

Significado:

Felicidades, hiciste todo lo que estaba en tus manos para encontrarle sentido a tu vida con una actividad que supliera tus necesidades. Eres consciente que hay algo más que precisas para sentir que tu vida tiene sentido y que podrías estar ejerciendo tu propósito de por vida. Respira, honra el proceso que has hecho y siente que vas por buen camino. Posiblemente, hasta ahora no se te habían ocurrido otros caminos o si se te ocurrieron no veías cómo llegar a ellos. Precisamente por eso has llegado hasta aquí.

Pregúntate:

Sobre las preguntas anteriores, ¿en cuáles obtuviste más puntos y en cuáles menos? En las que diste más puntos, ¿hay espacio para dar más o has llegado al máximo en tu situación actual? Y en las que puntuaste menos, ¿qué posibilidades hay de mejorarlas? ¿Te lo has planteado? Si pudieras reinventarte y maximizar tu vida, ¿Cómo te la imaginas? ¿Cómo te gustaría vivir dentro de 5 años? ¿Y dentro de 10? ¿Qué sueños quieres cumplir? ¿Cuándo quieres comenzar?

Consejo:

Tu intuición es buena, solo necesitas hacerle más caso. Date unos días para meditar sobre tu futuro y cómo te gustaría vivir tu vida, cuáles son tus sueños y cómo podrías llegar a cumplirlos. Todos tenemos un llamado que nuestra Alma está deseando cumplir y en cuanto soltamos lo que no nos sirve y nos abrimos a lo que sí nos hace felices, todo fluye casi por arte de magia (o de física cuántica). Te deseo lo mejor, estás cerca.

141-200 puntos: Felicidades, estás viviendo tu Sentido y Propósito.

¡Te admiro! Me pongo de pie para aplaudirte y honrar tu vida. Formas parte de ese 3% de la humanidad que se preguntó ¿quién soy y para qué estoy aquí? Te respondiste y te atreviste a ir por lo que te hace feliz. Esto no es algo sencillo ni obvio, ser lo que quieres ser, elegir tu misión según lo que te inspira, te motiva, te apasiona y te recompensa, en una sociedad en que lo “bien visto” es seguir los patrones sociales marcados, y lo “mal visto” es “salirse del redil”, es una acción de valientes. Así que te felicito profundamente por haber encontrado tu sentido y propósito en la vida. Suma de 7 a 20 años a tu esperanza de vida.

Significado:

En estos momentos posiblemente sientes que todas las áreas de tu proyecto de vida te satisfacen, quizás sientas que haya algunos ajustes que hacer, pero en general te sientes feliz y pleno.

Pregúntate:

Vuelve a las preguntas del test anterior y observa, ¿en cuáles diste más puntos y en cuáles menos? En las que diste más puntos, ¿hay espacio para dar más o has llegado al máximo? Y en las que puntuaste menos, ¿qué posibilidades tienes de mejorarlas?

Consejo:

Si has llegado hasta este punto de satisfacción en tu vida es porque sueles escuchar tu intuición y hacerle caso, es decir, has priorizado tu bienestar y te has hecho cargo de tus sueños y deseos más profundos, así que sigue por ese camino.

**¡Eres grande y estás llamado a inspirar vidas!
¡Eres un destello de LUZ destinado a iluminar el mundo!**