



Mi Universidad

ENSAYO (A MI YO DEL FUTURO)

NOMBRE DEL ALUMNO: *LUIS OSWALDO JIMENEZ MARTINEZ*

NOMBRE DEL TEMA: *ENSAYO, (MENSAJE AMI YO DEL FUTURO)*

PARCIAL: *I*

NOMBRE DE LA MATERIA: *PROYECCION PROFECIONAL*

NOMBRE DEL PROFESOR: *EDUARDO GENNER ESCALANTE CRUZ*

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: *PSICOLOGIA GENERAL*

CUATRIMESTRE: *8*

LUGAR: *SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIPAS*

FECHA DE ELABORACIÓN: *17/03/2022*

ENSAYO

MENSAJE A MI YO DEL FUTURO....

Espero te encuentres bien, tanto físicamente como emocionalmente, pues si lees esto es por que ya lograste pasar todo el proceso que tenías que pasar, el yo del pasado el que está escribiendo esto ahora , se le han presentado muchos problemas, que han provocado que en ocasiones quiera renunciar a sus metas, a sus objetivos, sin embargo tu sabes que en el camino tan duro que nos toco pasar hemos encontrado personas muy buenas, que no solo nos han brindado un consejo, si no que están a y para animarnos, cuando más lo necesitamos, sabes que hemos pasado constantemente por la etapa de depresión, y pues ha sido algo difícil más por los problemas personales, familiares, económicos que constantemente se me han presentado, pero bueno es parte del procesos de formación como persona que nos tocó , pues ha hora tengo una rutina de vida muy estresante, pesada pero trato de siempre estar enfocado, creo que lo que mas me ha ayudado es el poder escuchar los videos de motivación, los audios de reflexiones, las conferencias sobre la salud mental, todo esto ha logrado que me mantenga un poco estable, el yo de ahora casi no duerme por que nos recargamos de un buen de trabajo, estoy seguro que mí, yo del futuro descansa mejor, pues más que nada quería contarte un poco de lo que ha hora estoy viviendo, espero que cuando leas este ensayo estes mejor estes tranquilo te sientas bien con Tigo mismo, y tengas esa estabilidad mental, emocional que siempre amos buscado como también, deseo que no hayas cambiado tu forma de pensar, de actuar, deseo que mantengas esas ganas de salir adelante, de siempre ser optimista ante cualquier problema que se te presente, que logres utilidad cada conocimiento, experiencia que lograste obtener , deseo que tengas en claro siempre ayudar a los demás, ser agradecido con la vida, y que te olvides del pasado, que solo te enfoques en el presente el yo de ahora es una persona con muchas heridas emocionales, traumas, inseguridades, miedos, fobias, pero que está decidida a sanar, ha siempre ser la mejor versión de mi , se que en un futuro todo lo que hemos vivido nos va a servir, tu sabes que nada es fácil que para ser exitoso siempre se tiene que sacrificar algo, es muy posible que en el futuro también tenga problemas creo que esos nunca terminan sin embargo, quiero que recuerdes el proceso que vivimos para llegar hasta donde estamos ahora y que sin importar lo dura que es la vida jamás nos rendimos, espero que estes haciendo algo que te gusta, y que dejes de tratar de resolver la vida de todos, y espero que te estes cuidado , que estes comiendo bien, que trates de tener mas amigos, de salir más, de conocer nuevos lugares, nuevas cosas, que ya no estes con una rutina de vida pesada, sé que estarás bien porque vamos a trabajar mucho para lograr que nuestro futuro

sea sano, estable, y si en algún momento dudas de ti mismo recuerda que de los errores se aprende, sabes el yo de ahora aun le cuesta un poco perdonar y soltar las cosas se centra mucho en las opiniones de las personas algo que sinceramente me causa muchas inseguridades, deseo que el yo del futuro ya no se preocupe por esas cosas, ahora no suelo convivir mucho con mi familia por diferentes circunstancias en cuestión de tiempos, sabes que son muchos factores que ahora me impiden poder estar con ellos, sin embargo siempre los contacto ya sea desde un mensaje, una llamada, deseo que mi yo del futuro mantenga ese vínculo con la familia, sé que aras cosas muy grandes por que el único que se pone los limites eres tú, el yo del pasado te manda un abrazo y muchas suerte, recuerda que no importa cuantas besas te caigas lo importante es que decidas levantarte y , que de cada caída aprendas algo nuevo, se la mejor versión de ti mismo, nunca te olvides de todas la personas que te ayudaron, valora lo que tienes, agradece por las cosas que tienes, cuando se te presente la oportunidad sal de la ciudad viaja, conoce nuevos lugares, nuevas cosas, no te quedes con la misma rutina de siempre, mi mensaje para ti es que sigas trabajando pero que también te tomes tus tiempos para descansar, no seas adicto al trabajo, por que abecés eso trae consecuencias, pues deseo que estes viviendo la vida que siempre quisiste vivir.