

GUÍA DIDACTICA para la asignatura de

INICIATIVA EMPRENDEDORA

Jose Sande

Índice

- 1. Introducción**
- 2. El cómic**
- 3. Estructura didáctica del cómic**
- 4. Fichas didácticas**
 1. Toma de decisiones
 2. El estigma del fracaso
 3. Frases del fracaso empresarial
 4. El apoyo familiar del emprendedor
 5. El estigma del fracaso
 6. Creación y explosión de burbujas
 7. Aprender del fracaso
 8. La responsabilidad legal del emprendedor
 9. Conflicto entre socios
 10. Tipos de socios
 11. Apalancamiento
 12. Crecimiento empresarial
 13. Evolución de la relación entre socios
 14. Cultura empresarial
 15. La salida a bolsa
 16. La venta de la empresa
 17. Negociación
 18. La austeridad del emprendedor
 19. Sentido y motivación
 20. Asumir riesgos
 21. Pérdida del miedo
 22. Esfuerzo y éxito
 23. Sentido de la vida

1. Introducción

Ante la insistencia de nuestros socios europeos, España asumió el compromiso de promover el espíritu emprendedor en el sistema educativo, por lo que nuestra legislación introdujo el espíritu emprendedor en distintas etapas educativas, tanto en la Educación secundaria obligatoria, como en las enseñanzas postobligatorias del Bachillerato y la Formación Profesional.

Existen diversas materias a lo largo de toda la secundaria que buscan este objetivo, pero a pesar de la insistencia del legislador en potenciar los aspectos prácticos y actitudinales del fenómeno de emprender, lamentablemente en la práctica en muchas ocasiones las clases se reducen a explicar un libro de texto mediante una lección magistral y aplicar un teórico y abstracto plan de empresa.

“Éxito para perdedores” como material didáctico para el aula

En mayo de 2012 me quedé maravillado al leer “Éxito para perdedores”, ya que viñeta a viñeta me pareció una fantástica historia para contar en clase y debatir con los alumnos sobre a ella.

“Éxito para perdedores” consigue lo que ningún material didáctico ha conseguido antes, no solo transmite de una forma amena y didáctica lo que significa en el fondo emprender, realmente consigue trasladarte al corazón de un emprendedor que en poco tiempo pasó de un gran éxito al total hundimiento.

La lectura y debate del cómic en el aula contribuye al fomento de la creatividad, la iniciativa personal, el trabajo en equipo y al desarrollo de los siguientes aspectos:

- La planificación y organización del trabajo, la realización de diversas tareas, la asunción de responsabilidades, y el desarrollo del espíritu crítico, que son acciones que generan aprendizajes significativos y útiles para el desarrollo personal y profesional de los alumnos.
- Fomentar la capacidad para la toma de decisiones, las habilidades comunicativas y la autonomía del alumnado. A través del trabajo en equipo, las simulaciones y las dinámicas de grupo, que constituyen la base metodológica de esta materia, el alumno
- Estimular la autoconfianza, la motivación por el logro, la iniciativa personal y la capacidad para comprender y asumir riesgos aceptables como paso ineludible para la consecución de objetivos emprendedores.

2. El cómic

Éxito para perdedores levanta acta de un tobogán de éxito, fracaso y nuevo éxito internacional, en una historia que David Cantolla ha vivido en primera persona. El relato se nutre de la pericia narrativa y gráfica de Juan Díaz-Faes y resulta tan entretenido –salpimentado a base de anécdotas, emociones y drama–, como didáctico –en la medida en que supone un valioso documento de cómo funciona el mundo de la empresa–.

David Cantolla –y el maestro Yan, una suerte de trasunto del propio David, con sus consejos y reflexiones de lo más clarificadoras– demuestra que se puede convivir con la derrota. Habla de unos tiempos, a todas luces delirantes, los de la burbuja tecnológica, una época en el mundo de la empresa extraordinariamente convulsa de la que han pasado ya diez años.

“He vivido una aventura empresarial –apunta David– de subidas, bajadas, éxitos y fracasos, y sin embargo, no estaba preparado para ello... Diría más... Estaba diseñado para perder y para que la vida me pasara por encima”.

Queda claro que no fue así, y ahora cuenta el proceso gracias, en gran medida, a la labor del dibujante Juan Díaz Faes: “Amo los cómics desde que tengo 6 años, pero afrontar la aventura de desarrollar una obra visual como ésta sólo se puede realizar cuando encuentras un compañero de su nivel profesional, de su calidad visual y de su compromiso personal. Juan es el alma de esto”, reconoce un agradecido Cantolla.

“Hace 10 años, todos los que ‘éramos’ Internet estábamos lamiéndonos las heridas. Nos habíamos subido en una montaña rusa desquiciante que nos llevó de un punto en el que todo lo que tocábamos se convertía en champán a otro en el que todo lo que hacíamos era una mierda. Recordando 2001- 2002, veo esa época no como un período en el que las empresas de internet casi destruyen los mercados financieros, sino como un tiempo en el que los mercados financieros casi se cargaron internet. Fueron los financieros y analistas, con sus dementes valoraciones, los que hicieron que subiera y bajara, y como cuenta en parte este libro, lo que debería haber sido un fácil paseo para internet en una era que estaba incluyendo a más y más usuarios globales en su seno, se convirtió en un demencial viaje en el que internet adquirió un enorme prestigio primero, y después fue juzgado como un ardid inútil”. Martín Varsavsky (@martinvars)

Información editorial

Autor: David Cantolla y Juan Díaz-Faes

Editorial: Astiberri Ediciones

Formato: Libro rústica, 180 páginas, bitono

Fecha edición: 18.05.2012

Compra en : <http://www.astiberri.com>

3. Estructura didáctica del cómic

Ficha	Título	Sitio	Momento	Escena	Tema
1		Chanel Island, California	1993	8 años antes	Historia naufragos
2				En la oficina bancaria	El estigma del fracaso
3	Las seis fases de una ruina I	Madrid	oct-01	Metáfora fracaso accidente tráfico	Fases fracaso empresarial
4				Cena de celebración	Apoyo familiar del emprendedor
5	Siendo nadie	Madrid	sep-01	1 mes antes	Búsqueda de ayuda
6	La fiebre de la lata	Creación y explosión burbujas			
7	Perdido puntocom	Madrid	jul-01	3 meses antes	El consejo del hermano Colman
8					Aprender del fracaso
9	Oscuridad	Madrid	may-01	4 meses antes	Notificaciones judiciales
10	El abrazo del oso negro	Madrid	16-feb-01	8 meses antes	Terra vs Teknoland
11	La última decisión	Sao Paula-Buenos Aires	nov-00	11 meses antes	Viaje en avión
12	Adiós al Nasdaq	Nueva York	abr-00	1 año y 6 meses antes	Mesa financiación
13				1 año y 7 meses antes	Fiesta
14	El despertar del oso negro	Beijing / China	mar-00	1 año y 8 meses antes	Guerreros y corte
15	Caerse y levantarse	New York	dic-99	1 año y 10 meses antes	Presentación en China
16	La firma	Madrid	29-jul-99	2 años y 3 meses antes	Cultura empresarial
17	El deal	Madrid	mar-99	3 años antes	Salida a Bolsa
18	Internet	Madrid	1994	7 años antes	Venta a Terra
19					Venta empresa
20	El deal	Madrid	mar-99	3 años antes	Negociación
21	Caerse y levantarse	Santander	1976	25 años antes	Acuerdo con Terra
22	La isla	Londres	2006	5 años después	Asumir riesgos
23	Epílogo				Pérdida del miedo
					Esfuerzo y éxito
					Resumen vital
					Sentido de la vida

FICHA DIDÁCTICA 1. Toma de decisiones

FICHA DIDÁCTICA 2. El estigma del fracaso

FICHA DIDÁCTICA 3. Frases del fracaso empresarial

FICHA DIDÁCTICA 4. El apoyo familiar del emprendedor

FICHA DIDÁCTICA 5. El estigma del fracaso

FICHA DIDÁCTICA 6. Creación y explosión de burbujas

FICHA DIDÁCTICA 7. Aprender del fracaso

FICHA DIDÁCTICA 8. La responsabilidad legal del emprendedor

FICHA DIDÁCTICA 9. Conflicto entre socios

FICHA DIDÁCTICA 10. Tipos de socios

FICHA DIDÁCTICA 11. Apalancamiento

FICHA DIDÁCTICA 12. Crecimiento empresarial

FICHA DIDÁCTICA 13. Evolución de la relación entre socios

FICHA DIDÁCTICA 14. Cultura empresarial

FICHA DIDÁCTICA 15. La salida a bolsa

FICHA DIDÁCTICA 16. La venta de la empresa

FICHA DIDÁCTICA 17. Negociación

FICHA DIDÁCTICA 18. La austeridad del emprendedor

FICHA DIDÁCTICA 19. Sentido y motivación

FICHA DIDÁCTICA 20. Asumir riesgos

FICHA DIDÁCTICA 21. Pérdida del miedo

FICHA DIDÁCTICA 22. Esfuerzo y éxito

FICHA DIDÁCTICA 23. Sentido de la vida

FICHA DIDÁCTICA 1. Toma de decisiones



La historia de los dos náufragos

David, en alta mar en un barco pesquero, se encuentra confuso sobre su futuro, por lo que recurre al consejo del maestro Yan.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué preocupa a David? ¿te has sentido así alguna vez?
- ¿Cómo interpretas la historia de los náufragos? ¿qué harías tú en su situación? ¿por qué?

Material complementario:

- Principios para decidir bien. IESE. <http://ow.ly/d3PeJ>
- “Las ranitas en la nata”. Jorge Bucay. <http://ow.ly/d3PkX>

FICHA DIDÁCTICA 2. El estigma del fracaso



En la oficina bancaria

David con solo 33 años se convirtió en millonario cuando las acciones de la empresa que dirigía, Teknoland, fueron valoradas en 200 millones de euros. Pero entonces estalló la burbuja financiera, creada en torno a Internet a principios de 2000, y su fortuna pasó a ser de 986 euros. Además le reclamaban una deuda de 21 millones de euros.

En España el 50% de las personas no emprenden por miedo al fracaso y a diferencia de otros países, las entidades financieras penalizan a los que han asumido riesgos.

Preguntas para el debate:

- ¿Por qué el banco no le da el crédito a David? ¿crees que es una buena política para la entidad? ¿y para el país?
- ¿Cómo le afecta el rechazo a David? ¿qué hace? ¿cómo te afectaría esta situación?

Material complementario:

- “Superar el estigma empresarial”. UE: <http://ow.ly/cYYhQ>
- “No es un fracasado, es más sabio”. Cristina Delgado. <http://ow.ly/cYYpm>

FICHA DIDÁCTICA 3. Fases del fracaso empresarial



El accidente de tráfico

“Pegártela en un negocio es parecido a pegártela en coche”, en esta escena David nos relata las fases que atraviesa un empresario al arruinarse.

Preguntas para el debate:

- Describe cada una de las seis fases de un fracaso empresarial.
- Narra una experiencia propia de accidente o fracaso, diferenciando las distintas fases y estados de ánimo.
- ¿Qué fase crees que asusta más a la gente? ¿por qué?

Material complementario:

- “Andreu Buenafuente y la gestión del fracaso empresarial”. C. Otto. <http://ow.ly/d3PE8>
- El éxito del fracaso empresarial. J.M. Domínguez. <http://ow.ly/d3PsA>

FICHA DIDÁCTICA 4. El apoyo familiar del emprendedor



La cena de celebración

David decide gastarse la mayor parte del poco dinero que le queda en cenar de forma elegante con su mujer.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué celebra David? ¿por qué crees que lo hace? ¿tú que harías en su situación?
- Valora la importancia del apoyo familiar en la capacidad de asumir riesgos de un emprendedor.

Material complementario:

- “Cómo lograr el apoyo familiar”. Mónica Grossoni. <http://ow.ly/d3PLo>
- “Los beneficios de un simple abrazo”. Lourdes Loera <http://ow.ly/d3PR1>

FICHA DIDÁCTICA 5. El estigma del fracaso



Buscando ayuda...

David cifra sus esperanzas en su gran red de contactos, pero la respuesta no es la esperada.

Preguntas para el debate:

- ¿Logra David alguna ayuda? ¿por qué?
- ¿Cuáles son los argumentos de su antigua competencia?
- Contrastá las opiniones de expertos de inversores de esta escena con las de las páginas 197 y 199.

Material complementario:

- “El estigma del perdedor”. Samantha Álvarez. <http://ow.ly/d3PXo>
- “Algunos consejos de Networking para desempleados”. Javier Bravo. <http://ow.ly/d3Q22>

FICHA DIDÁCTICA 6. Creación y explosión de burbujas



La fiebre de la lata

Entre 1997 y el año 2000 más de 1500 compañías salieron a bolsa en una delirante carrera de ofertas públicas que generaron miles de millones de dólares de negocio y....

Preguntas para el debate:

- Explica cómo se gestó y explotó la burbuja.com
- ¿Quiénes fueron señalados como culpables? ¿te parece justo?
- ¿Qué tienen en común la burbuja.com y la fiebre de la lata?

Material complementario:

- Burbuja punto com. Wikipedia. <http://ow.ly/d3Q8R>
- “Las burbujas especulativas tienen explicaciones emocionales”. Andalucía Innova. <http://ow.ly/d3QcH>
- “El día que la burbuja 'puntocom' pinchó”. El País. <http://ow.ly/d3QfD>

FICHA DIDÁCTICA 7. Aprender del fracaso



¿Te das cuenta de que
cada vez que te haces
un personaje nuevo en tu
videojuego tardas menos?

El consejo del hermano Colman

Un David anímicamente hundido pasa los días y las noches jugando en internet... Su familia está muy preocupada

Preguntas para el debate:

- ¿Qué harías si tuvieras un familiar en la situación de David?
- ¿Qué le explica Colman a David? ¿por qué es importante?
- ¿Qué relación existe entre jugar, fracasar y aprender?

Material complementario:

- La regla de las 10.000 horas. Gonzalo Quintana. <http://ow.ly/d3Qyn>
- Practica 10.000 horas para ser el mejor: el talento innato. Sergio Parra. <http://ow.ly/d3QK0> y <http://ow.ly/d3QKx>
- “Aprender de los errores, los fracasos y saber disculparse”. Antonio Toca. <http://ow.ly/d3QLz>

FICHA DIDÁCTICA 8. La responsabilidad legal del emprendedor



Notificaciones judiciales

David se encuentra sin trabajo, sin dinero, sin negocio, sin coche, con el prestigio por los suelos y encima le reclaman subsidiariamente 21 millones de euros.

Preguntas para el debate:

- ¿Por qué le han embargado el coche? ¿Qué es la responsabilidad subsidiaria?
- ¿Qué opinas del funcionamiento del sistema judicial en España? ¿qué relación puede tener con las vocaciones emprendedoras?

Material complementario:

- La responsabilidad civil y penal del administrados. Roberto García. <http://ow.ly/d3Zfu>
- Acción individual de responsabilidad contra los administradores. Blanca Casado. <http://ow.ly/d3Zjq>

FICHA DIDÁCTICA 9. Conflicto entre socios



Terra vs. Teknoland

Después del pinchazo de la burbuja.com surgen graves dificultades con Terra.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué problema surge entre Terra y Teknoland?
- ¿Qué opciones le ha dado Teknoland para superarlo?
- ¿Qué opciones tiene Terra?
- ¿Qué hace Terra finalmente? ¿por qué?

Material complementario:

- Los conflictos entre el dueño de la idea y el dueño del dinero. Ideasenmarcha.com. <http://ow.ly/d3ZAT>
- Pactos para evitar conflictos entre socios. José Nicolás de Salas Moreno. <http://ow.ly/d3ZGV>

FICHA DIDÁCTICA 10. Tipos de socios



El viaje en avión

La situación de la empresa se ha vuelto crítica, por lo que Teknoland queda en manos de Terra.

Preguntas para el debate:

- Explica la pesadilla que tiene David durante el vuelo. ¿Qué crees que refleja su cambio de aspecto?
- Realiza un esquema de los tipos de socios según su drive y toxicidad.

Material complementario:

- “Elegir socios y tipos de socios”. Ángel María Herrera. <http://ow.ly/d4100>
- “Criterios y motivos para la elección de buenos socios inversores”. Eduardo Fernández. <http://ow.ly/d3ZWw>

FICHA DIDÁCTICA 11. Apalancamiento



La mesa de financiación

La salida a cotización al NASDAQ se tuerce, con graves consecuencias...

Preguntas para el debate:

- ¿Qué problema tiene ahora Teknoland? ¿cuál es su origen?
- Compara el número de asesores financieros de esta escena con la página 173, ¿a qué atribuyes la diferencia?

Material complementario:

- “¿Qué es el apalancamiento?”. Jose Sande. <http://ow.ly/d406h>
- ¿Qué es un crédito sindicado?. Onésimo Álvarez. <http://ow.ly/d40e2>

FICHA DIDÁCTICA 12. Crecimiento empresarial



La fiesta en Manhattan

Teknoland no para de crecer y lo celebra con una fiesta por todo lo alto, en la que todo el mundo está muy alegre...bueno, casi todo el mundo...

Preguntas para el debate:

- ¿Qué ha motivado a Teknoland a crecer tanto? ¿qué ventajas e inconvenientes tiene?
- ¿Qué son las stock options? ¿qué ventajas tienen?
- ¿Qué percibe David en la fiesta? ¿qué es lo que no le gusta?
- Comenta la receta de “Cómo hacer un portal.com en el año 2000”

Material complementario:

- Efectos de las stock options. Xavier Sala i Martín. <http://ow.ly/d40oz>
- El problema de crecer demasiado rápido. crearmiempresa.es <http://ow.ly/d40uM>

FICHA DIDÁCTICA 13. Evolución de la relación entre socios



Guerreros y corte

El Maestro Yan relata cómo un startup al crecer se suele olvidar de sus raíces.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué diferencias de motivación se dan entre los primeros integrantes de una empresa y los siguientes? ¿por qué crees que sucede?
- Relaciona el relato japonés con la historia de Teknoland.

Material complementario:

- 5 problemas entre socios fundadores. Ángel María Herrera.. <http://ow.ly/d41oY>
- ¿Amigos para siempre o solo hasta que el negocio nos separe?. Ismael Labrador. <http://ow.ly/d46PX>

FICHA DIDÁCTICA 14. Cultura empresarial



Presentación en China

David acude a China para intentar convencer a un importante hombre de negocios para que sea su socio.

Preguntas para el debate:

- ¿Por qué está nervioso David? ¿qué consejo le da el maestro Yan?
- ¿Qué ha sucedido en Terra? ¿qué puede implicar para Teknoland?
- ¿Cómo es la cultura empresarial de Teknoland? ¿qué diferencias creen que existen respecto Telefónica?
- ¿Por qué el empresario chino no cree que hará negocios con Teknoland?

Material complementario:

- “Cultura empresarial: qué es y para qué sirve”. Improven consultores. <http://ow.ly/d41Kr>
- “Cómo hacer presentaciones efectivas”. Uc3m.es. <http://ow.ly/d42ed>
- “Las 10 características de PowerPoint que no deberías usar en tus presentaciones”. Carles Caño. <http://ow.ly/d421r>

FICHA DIDÁCTICA 15. La salida a bolsa



Mesa de financiación

Los asesores financieros creen que es el momento de preparar la salida a bolsa de Teknoland.

Preguntas para el debate:

- ¿Por qué creen que es el momento adecuado?
- Describe brevemente el proceso de salida a bolsa.
- Explica quiénes ganan con el proceso de entrada en el NASDAQ
- ¿Qué es el lock-up? ¿qué fundamento tiene?

Material complementario:

- "Facebook cae a mínimo histórico tras fin del lock up". IG. <http://ow.ly/d42Ff>
- "El 'conductor' de la salida a bolsa de Facebook". Monica Langley. <http://ow.ly/d42PV>

FICHA DIDÁCTICA 16. La venta de la empresa



Terra compra Teknoland

Se firma la venta de Teknoland a Terra.

Preguntas para el debate:

- Explica qué ganan ambas empresas con esta operación.
- ¿Por qué está tan contento David?

Material complementario:

- “Cómo vender tu startup”. 8 artículos. Miguel Arias. <http://ow.ly/d42Yo>

FICHA DIDÁCTICA 17. Negociación



El acuerdo con Terra

Teknoland comienza a tener éxito y se convierte en un referente de internet en España. Las grandes compañías ponen su punto de mira en ellos.

Preguntas para el debate:

- ¿Cómo fueron los inicios de Teknoland? ¿cómo era su capacidad de trabajo?
- ¿Qué era Terra? ¿por qué era tan importante? ¿qué interés tenía en Teknoland?
- Describe el proceso de negociación entre Terra y Teknoland, y cómo se llegó a un acuerdo satisfactorio para ambas partes.

Material complementario:

- “Punto y final para Terra, pionera española en Internet”. El País. <http://ow.ly/d43tk>
- “Qué pasó con... Teknoland”. El País. <http://ow.ly/d43xp>

FICHA DIDÁCTICA 18. La austeridad del emprendedor



La buhardilla

Como suele suceder a una gran parte de los emprendedores, el dinero no abundaba en la vida de estudiante de David.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué importancia tiene el ambiente universitario en la gestación de nuevas empresas?
- ¿Fue Teknoland la primera experiencia emprendedora de los protagonistas?
- ¿Qué importancia puede tener el ser capaz de vivir de forma austera para un emprendedor?

Material complementario:

- “El éxito de una startup es inversamente proporcional al sueldo de los fundadores”. François Derbaix. <http://ow.ly/d43LP>
- “Sobre el sueldo de los emprendedores: No todas las situaciones son iguales”. Josek.net. <http://ow.ly/d43PI>

FICHA DIDÁCTICA 19. Sentido y motivación



Correr o correr de verdad

El maestro Yan nos explica la importancia en encontrar sentido a lo que hacemos y su relación con la motivación y la eficacia.

Preguntas para el debate:

- ¿Qué diferencia de equipamiento existe entre el maestro Yan y la señora?
- Explica la relación entre meta, sentido, pasión y motivación.
- ¿Qué quiere decir “encontrar el sitio en el sueño de otro”? ¿qué tiene que ver con la historia del maestro?

Material complementario:

- “Pasión y educación: El elemento”, por Sir Ken Robinson. Guillermo Lutzky <http://ow.ly/d44wB>
- “La sorprendente verdad sobre lo que nos motiva, de Daniel Pink”. María Pallarés. <http://ow.ly/d44P2>

FICHA DIDÁCTICA 20. Asumir riesgos



En el puerto

David sufre una agresión mientras estaba pescando el puerto y lo atribuye al hecho de haber desobedecido a su madre.

Preguntas para el debate:

- ¿Por qué estaba David pescando en el puerto?
- ¿Qué relación existe entre tomar de decisiones, asumir riesgos y fracasar?

Material complementario:

- “La regla del 40/30/30”. Eva Nicieza. <http://ow.ly/d45pR>
- “Creatividad y riesgo”. Gustavo Sorzano. <http://ow.ly/d45vP>

FICHA DIDÁCTICA 21. Pérdida del miedo



Saliendo del restaurante

David y su mujer se gastan casi todo lo que les queda en la cena.

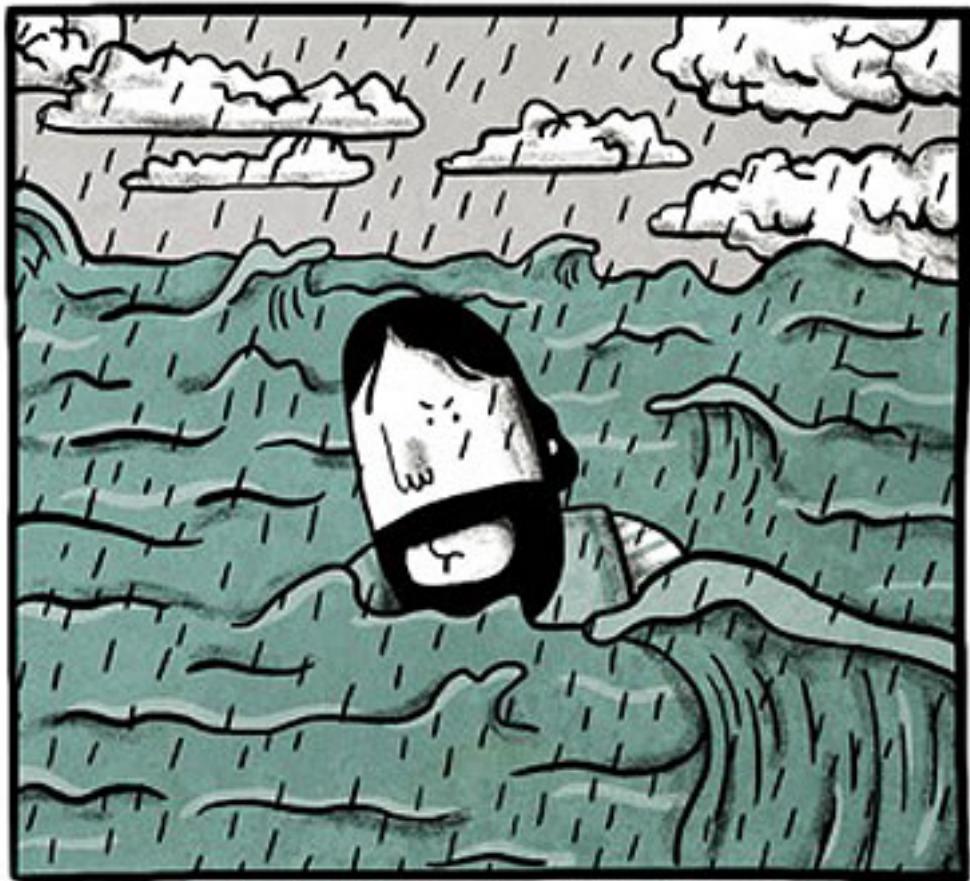
Preguntas para el debate:

- ¿Por qué tenía miedo David? ¿por qué ya no lo tiene?
- Explica la importancia del sentido del humor para afrontar los momentos difíciles.
- Valora la importancia del apoyo familiar en la vida de un emprendedor.

Material complementario:

- “Miedo, riesgo e incertidumbre”. Mario Alonso Puig.. <http://ow.ly/d45SH>
- “La acción es el antídoto del miedo y la valentía ante el mismo es sólo humana””. José Antonio Marina. <http://ow.ly/d476P>

FICHA DIDÁCTICA 22. Esfuerzo y éxito



Nadando en el mar

Después del naufragio David debe decidir si nada o espera ayuda...

Preguntas para el debate:

- ¿Qué decidió David? ¿por qué crees que lo hizo?
- ¿Qué ventajas tiene el nadar respecto el quedarse quieto?
- ¿Qué recompensa obtuvo? ¿crees que existe relación entre la tenacidad y el éxito?

Material complementario:

- “El arte de reinventarse”. Mario Alonso Puig.. <http://ow.ly/d45Za>
- “Todos nacemos con el talento para cumplir nuestros sueños”. Mario Alonso Puig. <http://ow.ly/d4661>

FICHA DIDÁCTICA 23. Sentido de la vida



Resumen vital

David reflexiona sobre lo que pensaría si le quedaran 30 segundos de vida...

Preguntas para el debate:

- Cierra tus ojos e intenta resumir tu vida en 30 segundos.
- Reflexiona sobre los pensamientos positivos y negativos que has tenido.
- ¿Qué es realmente “lo importante”?

Material complementario:

- “Si la vida fuera eterna no pondríamos en ella la misma intensidad”. Eduard Punset. <http://ow.ly/d46f4>
- Frases sobre el sentido de la vida. Edu Salvador. <http://ow.ly/d46pj>