

Índice

INTRODUCCIÓN	10
---------------------------	-----------

LA PERFECCIÓN HUMANA ES UNA ILUSIÓN	13
--	-----------

LA PERFECCIÓN NO EXISTE

PORQUE SOMOS SERES LIMITADOS POR NATURALEZA.....	14
--	----

EL PERFECCIONISMO ES UNA FORMA DE IDOLATRÍA	17
---	----

PERFECCIÓN Y PERFECCIONES.

¿PODEMOS SER PERFECTOS? PUEDE, PERO NO EN TODO	19
--	----

PERFECCIÓN Y COMPETENCIA:

¿SER PERFECTO PARA SER MÁS QUE EL OTRO?.....	23
--	----

IMPERFECCIÓN: DOLOR Y SUFRIMIENTO	25
---	----

LA BELLEZA DE LO IMPERFECTO: ÚNICO CAMINO A LA FELICIDAD	28
---	-----------

LO IMPERFECTO COMO PUNTO DE PARTIDA

DEL CAMINO QUE CONDUCE A LA FELICIDAD.....	28
--	----

LA PERFECCIÓN COMO UTOPIÁ.....	30
--------------------------------	----

PERFECCIONAMIENTO VS PERFECCIONISMO.....	32
--	----

GRATITUD VS DESCONTENTO	41
-------------------------------	----

ACCIÓN PERFECTA VS ACCIÓN AMOROSA	42
---	----

ELOGIO DE LA IMPERFECCIÓN EN UNO MISMO 44

IMPERFECCIÓN Y AUTOESTIMA:

LO QUE VALES NO DEPENDE DE QUE SEAS UNA PERSONA PERFECTA 46

UN PARAÍSO IMPERFECTO: UN MUNDO FELIZ 48

ASUMIR LA IMPERFECCIÓN PROPIA

NOS PREPARA PARA LA IMPERFECCIÓN AJENA 50

NUESTROS TALENTOS Y PERFECCIONES

SON NUESTRO REGALO -IMPERFECTO PERO PRECIOSO- A LOS DEMÁS..... 52

EL PERFECCIONISMO

CONDUCE A LA ANSIEDAD, LA ANGUSTIA Y LA DEPRESIÓN 54

ELOGIO DE LA IMPERFECCIÓN EN LOS DEMÁS 58

IMPERFECCIÓN Y RELACIONES SALUDABLES 59

LA IMPERFECCIÓN AJENA NOS EDUCA..... 60

IMPERFECCIÓN Y AYUDA MUTUA 62

LAS PERFECCIONES AJENAS

SON UN REGALO QUE DEBEMOS ACEPTAR, NO UN RETO QUE SUPERAR..... 65

ELOGIO DE LA IMPERFECCIÓN DE LA VIDA..... 66

SONRISAS Y LÁGRIMAS... QUE PROVOCAMOS Y PADECEMOS..... 66

GOCE VS ENDURECIMIENTO..... 68

FLORECER VS DESASIR 69

LOGROS VS APRENDIZAJES..... 70

LO PERFECTO ES ENEMIGO DE LO BUENO..... 71

LOS PELIGROS DE ‘LO PERFECTO’ 74

LA SOCIEDAD DE LA APARIENCIA Y DE LA FELICIDAD OBLIGATORIA:

MÁSCARAS, NO PERSONAS.....74

NO COMPITAS, SIEMPRE ES MÁS VERDE LA OTRA ORILLA.....77

EL PERFECCIONISMO GENERA MONSTRUOS Y SUFRIMIENTO.....78

EL SUEÑO -O PESADILLA- DEL TRANSHUMANISMO81

SÓLO LO IMPERFECTO ES HUMANO83

UN CUENTO PARA TERMINAR.....84

IMPERFECTOS Y FELICES 90

VALORA ESTE LIBRO 92

OTROS LIBROS DEL AUTOR 94